**Причины возникновения лишнего веса**

*Физиологические причины*

1. Вы ведете малоподвижный образ жизни.

Многие из нас каждый день проводят преимущественно в положении сидя на работе, в транспорте, а приходя домой весь остаток дня сидят на диване перед телевизором.

*Правильно подобранные умеренные физические нагрузки принесут огромную пользу вашему организму и помогут снизить вес.* ***Прием «Бромелайна с яблочным уксусом» (ссылка на страницу о препарате) в сочетании с умеренными физическими нагрузками позволит значительно ускорить процесс избавления от лишних килограммов.***

1. Вы едите редко, большими порциями 1-2, максимум 3 раза в день.

При редком, чрезмерном потреблении пищи и нерегулярной работе кишечника, растягивается желудок, в организме накапливаются шлаки, токсины, продукты обмена. Все это приводит к накоплению лишних килограммов. Также во время длительных перерывов между приемами пищи чувство голода даёт сигнал организму: «наступают страшные времена, включаем функцию запаса жира.» Чем больше Вы находитесь в состоянии голода, тем серьёзней организм борется за каждый грамм.

***Людям с избыточной массой тела дробное питание помогает контролировать аппетит***. *5-6 разовое питание маленькими порциями, даже при сохранении общего количества калорий, потребляемого с пищей, уже позволит похудеть.* *Питаясь дробно, можно легко снизить привычную калорийность питания на 10-15%. Уменьшение объема Вашего желудка наступит очень быстро, и Вы легко будете довольствоваться небольшим количеством пищи.* ***А если при этом Вы снизите калорийность и будете применять БАД для похудения «Бромелайн с яблочным уксусом», результаты будут просто потрясающими. Наш препарат поможет Вам снизить аппетит, поможет комфортно сократить количество принимаемой пищи, а также вывести из организма токсичные продукты обмена.***

11) Вы любите специи и соленую пищу. Соль задерживает воду в организме, а специи разжигают аппетит.

*Постарайтесь ограничивать соль и специи в своем рационе, а* ***«Бромелайн с яблочным уксусом» поможет вывести лишнюю жидкость из организма.***

12) Вы едите много калорийной пищи, фастфуда, сладкого.

*Откажитесь от фастфуда, перекусов легкоусвояимыми углеводами (шоколадные батончики, печенье и т.д.) и сладкой газированной воды- такая пища способствует выработке гормона инсулина, который “заставляет” организм запасать и откладывать жир.* ***«Бромелайн с яблочным уксусом» способствует снижению аппетита, уменьшению потребности в сладком и мучном, снижению уровня глюкозы в крови и нормализации уровеня инсулина. Уникальная формула препарата «Бромелайн с яблочным уксусом» позволяет расщеплять не только жиры и углеводы, поступившие с пищей, но и жиры, уже отложившиеся в жировых депо организма.***

10) У Вас нарушен гормональный баланс, и обмен веществ в организме замедлился.

*Для подтверждения нарушения гормонального баланса необходимо обратиться к врачу-эндокринологу и сдать анализы.* ***«Бромелайн с яблочным уксусом»*** *способствует нормализации обмена веществ.*

*Составьте свою собственную программу похудения!* *Следуя этим рекомендациям* ***и одновременно принимая наш «Бромелайн с яблочным уксусом» (ссылка на главную страницу сайта), Вы в два раза быстрее и легче избавитесь от лишних килограммов.***