**Что такое лишний вес?**

Лишний вес - это первый шаг к ожирению - серьезному хроническому многофакторному заболеванию.

Лишний вес - это не только избыточное накопление жировой ткани в организме и косметический дефект. Ожирение сопряжено с нарушениями, затрагивающими опорно-двигательную систему(артрозы), желудочно-кишечный тракт (панкреатит, холецистит, желчнокаменная болезнь), сердце (ишемическая болезнь сердца, гипертоническая болезнь), сосуды (варикозная болезнь), половую систему(бесплодие). Лишний вес ускоряет старение организма, ухудшает качество жизни. Кроме того, лишний вес часто составляет основу эмоциональной неудовлетворенности и заниженной самооценки.

Избыточный вес и ожирение являются пятым по значимости фактором риска смерти в мире. По меньшей мере, 2,8 миллиона взрослых людей ежегодно умирают в результате излишнего веса и ожирения. Кроме того, излишним весом и ожирением обусловлено 44% случаев диабета, 23% случаев ишемической болезни сердца и от 7% до 41% случаев некоторых видов рака.

**Механизм образования жира в организме**

Жир вырабатывается после каждого приема пищи из съеденных углеводов и жиров. К концу трапезы 70% съеденных углеводов поступают в кровь и используются в качестве источника энергии на протяжении примерно шести последующих часов. Остальные 30% отправляются в жировые клетки, где и преобразуются в жир и запасаются впрок в процессе липогенеза.

Вся пища в организме расщепляется до глюкозы. Если пищи поступило слишком много - организм не сможет израсходовать чрезмерно большое количество глюкозы, и из нее образуются глицеролфосфаты. На этих глицеролфосфатах фиксируются свободные жирные кислоты, в результате образуются триглицериды, то есть жир. Прием БАД (**«Бромелайн с яблочным уксусом»,** выделить в виде ссылки на главную страницу) способствует восстановлению обмена веществ, а также снижает показатели глюкозы и триглицеридов в крови.

Альфа-рецепторы на мембранах жировых клеток поддерживают запасание жира, бета-рецепторы стимулируют расходование жира. В норме у большинства людей имеется примерное равновесие между количеством альфа- и бета-рецепторов. Однако есть и такие люди, у которых с рождения больше альфа- или бета-рецепторов. С течением жизни соотношение этих рецепторов может меняться. В некоторых частях тела может наблюдаться нехватка или потеря жировыделяющих бета-рецепторов, и тогда именно в этих местах равновесие нарушается, и возникают излишние запасы жира.

Например, стресс часто приводит к исчезновению жировыделяющих бета-рецепторов на передней части живота, и тогда между кожей и мышцами передней части брюшного пресса нарастает поверхностный жир. А нарушение капиллярного и венозного кровообращения у женщин уничтожает жировыделяющие бета-рецепторы на передней, внешних частях бедер, на задних частях рук.

Таким образом, в **основе ожирения** лежит нарушение энергетического баланса, который складывается из:

* -потребления энергии
* -запасания энергии
* -расхода энергии
* В норме вся поступающая с пищей энергия должна расходоваться на различные нужды организма без остатка. А значит, ***ключ к здоровому стройному телу - это выполнение основных требований: снижение калорийности (создает дефицит калорий), физическая нагрузка (повышает расход энергии, а также гарантирует, что сжигается именно жир, а не мышцы), прием БАД. Формула («Бромелайн с яблочным уксусом» в виде ссылки на страницу о препарате) является уникальной разработкой канадских ученых, активные вещества: бромелайн и яблочный уксус,- содержатся в строго определенных пропорциях, что обеспечивает их максимально эффективное синергическое взаимодействие. Благодаря этому прием БАД «Бромелайн с яблочным уксусом» поможет Вам похудеть быстро и комфортно.***