

Salute

4 idee a tutto benessere

di Gerardo Antonelli



LO SPRAY IGIENIZZANTE DELICATO

Prodotto 100% made in Italy, grazie alla sua formula con il 70% di alcol **Permano** (12,50 €, 80 ml, permanocare.com) igienizza le mani lasciandole asciutte. Non solo: la presenza dell'estratto di aloe vera contribuisce a idratare la cute, mentre quella degli oli essenziali regala una piacevole fragranza. Inoltre, ha un dispenser in alluminio riciclabile dotato di erogatore spray, per evitare sprechi.



LE CAPSULE ANTIOSSIDANTI

Resveratrox di Solgar (60 capsule vegetali, 59,80 €) sfrutta le proprietà della radice di *polygonum cuspidatum*, rimedio usato da tempo nella medicina orientale dalla spiccata azione antiossidante. Inoltre, sostiene la funzionalità dell'apparato cardiovascolare, agevola la depurazione dell'organismo e offre un aiuto contro la stanchezza, sia fisica sia mentale.



LE CARMELLE GOMMOSE PER L'INTESTINO

Si chiama **Bounty Flora** di **Nature's Bounty** (60 pezzi, 29,90 €) e, sotto forma di caramelle gommose masticabili al gusto di ananas e lampone, assicura un'integrazione di *Bacillus Coagulans*, probiotico in grado di favorire l'equilibrio della flora intestinale e il benessere del "secondo cervello". La dose raccomandata: 2 al giorno.

L'INTEGRATORE PERDI PESO

Privo di fonti di iodio, **Ultra Pep Bruciagrassi Zero** di **Bios Line** (32 €, 60 tavolette) contiene tè verde titolato in epigallocatechinegallato, utile per stimolare il metabolismo di grassi e zuccheri. Completano la formula gymnema e cromo picolinato, che contribuiscono a controllare il picco glicemico, e un estratto brevettato di alpinia galanga ed eleuterococco, per aiutare a contrastare i cali d'energia dovuti alla dieta.



ISTOCK