

Νέα μέθοδος αδυνατίσματος με... κρυστάλλους

Ειδικοί κρύσταλλοι τους οποίους χρησιμοποίησαν οι επιστήμονες αντί για μπαχαρικά, κατάφεραν να παρασκευάσουν γευστικά γεύματα που αυξάνουν το αίθρημα κορεσμού και μειώνουν την όρεξη. Πρόκειται για την πιο «ανώδυνη» μέθοδο απώλειας βάρους που έχει περιγραφεί ποτέ.

Οι κρύσταλλοι «Sensa Tastant», μάλιστα, βελτιώνουν σημαντικά τη γεύση και τη μυρωδιά των φαγητών και παράλληλα στέλνουν λανθασμένα σήματα στον εγκέφαλο, ώστε αυτός που τους καταναλώνει να αισθάνεται πως έχει χορτάσει, καταναλώνοντας πολύ μικρότερη ποσότητα φαγητού από αυτή που συνήθιζε να τρώει.

Η μέθοδος έχει ήδη δοκιμαστεί στις ΗΠΑ και στις μελέτη συμμετείχαν 1.400 άτομα. Όπως φάνηκε, η βρώση τους μειώνει την όρεξη, κυρίως, των λαίμαργων.

Από τις μετρήσεις που έγιναν, παχύσαρκοι εθελοντές στους οποίους χορηγήθηκαν οι κρύσταλλοι (μάλιστα όχι οι γευστικοί), έχασαν περίπου 13 κιλά σε έξι μήνες, ενώ άλλοι εθελοντές έχασαν περίπου ένα κιλό.

Ο νευρολόγος δρ Άλαν Χιρς του Ιδρύματος Ερευνών και Θεραπείας Οσμής και Γεύσης του Σικάγο, δήλωσε στη βρετανική εφημερίδα «Daily Mail» ότι τα αρώματα μιας τροφής συμβάλλουν σε ποσοστό 75% έως 90% στην



αίσθηση της γεύσης.

Επιπλέον, δρουν στην περιοχή του εγκεφάλου, η οποία εκπέμπει στη συνέχεια το σήμα του κορεσμού στον οργανισμό.

Οι νέοι κρύσταλλοι ενεργοποιούν τους υποδοχείς οσμής και γεύσης, ωθώντας έτσι τον εγκέφαλο να εκπέμπει πιο γρήγορα το σύνθημα του κορεσμού.

Επειδή οι κρύσταλλοι δεν αντιτίθενται στις φυσικές ανάγκες του οργανισμού, η νέα μέθοδος διαίτας δεν προκαλεί τα οδυνηρά αισθήματα πείνας και στέρησης, όπως προκαλούν άλλες μέθοδοι αδυνατίσματος, είτε ο εμπνευστής της.

Η ακριβής χημική σύνθεση των κρυστάλλων δεν έχει γίνει γνωστή, αλλά περιλαμβάνουν μαλτοδεξτρίνη (ένος υδατάνθρακα), καθώς επίσης νάτριο, ζάχαρη, γλουτένη κ.ά.

Πάντως βρετανοί επιστή-

μονες εμφανίστηκαν πιο επιφυλακτικοί για τους κρυστάλλους που θα κυκλοφορήσουν στη χώρα τους το επόμενο έτος.

Ο νευροψυχολόγος Ντομνίκ Ντόιερ του πανεπιστημίου του Κάρντιφ δήλωσε ότι «η αρχική ιδέα έχει νόημα, καθώς η αύξηση της έντασης της γεύσης ή της οσμής μπορεί να επηρεάσει το αίσθημα κορεσμού, όμως, από την άλλη, μια δελεαστική μυρωδιά μπορεί απλώς να κάνει κάποιον να φάει παραπάνω, γι' αυτό θα πρέπει κανείς να χρησιμοποιεί πολύ προσεκτικά αυτή την κρυσταλλική ουσία».

Εξάλλου, δεν είναι γνωστές ακόμα πιθανές παρενέργειες από τη συχνή χρήση των κρυστάλλων, ενώ τα αποτελέσματα της μελέτης δεν έχουν ακόμη δημοσιευτεί σε κάποια επιστημονική επιθεώρηση, πράγμα που δημιουργεί πρόσθετες επιφυλάξεις για την αξιοπιστία της.



Αξιόπιστο • Ειλικρινές • Αξιοπρεπές

Euro Funeral Services

Τηλ. 9759 9759

Στη διάθεση σας για 24ώρες σε όλο το Σύδνεϋ

ΕΛΛΗΝΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΤΕΛΕΤΩΝ

Εξυπηρετούμε όλο το Σύδνεϋ



• **Αποκλειστικά για την Ελληνική Παροικία**

Πληρώστε την κηδεία με μηνιαίες δόσεις για δύο χρόνια.

• **Προκαταβολική αγορά τάφου στο κοιμητήριο σε τωρινές τιμές ξεπληρώνοντάς τον με δόσεις για δύο χρόνια.**



• **Μνημείο τάφου - το ίδιο με δόσεις.**

• **Μετακομιδή σορού στην Ελλάδα, μπορεί επίσης να συμπεριληφθεί στο σχέδιο αποπληρωμής.**

• **Το σχέδιο πληρωμών διατίθεται επίσης για συνταξιούχους γήρατος.**



14334

• **Δωρεάν λεωφορεία απο τις εκκλησίες για τα κοιμητήρια**

Head Office and Chapel

890 Canterbury Rd.,
Roselands, 2196

•
10 Hassall Street
Parramatta, 2150



Dynasty Stone Art

Μνημεία που αντέχουν στην αιωνιότητα

dynastystone@yahoo.com.au

ΤΗΛ. 9787 6635

Επικοινωνήστε με την ΜΑΡΙΑ: ΚΙΝ. 0402 154 852



371 Park Road, Regents Park NSW 2143

13643

- Για μνημεία που αντέχουν στην αιωνιότητα και σε προσιτές τιμές στα πλαίσια του προϋπολογισμού σας, τηλεφωνήστε μας τελευταία, αφού πάρετε τιμές και από αλλού!
- Προσφέρουμε εγγύηση χωρίς περιορισμούς στα υλικά και στην κατασκευή.
- Στην περίπτωση που δυσκολεύεστε με τα αγγλικά, διαθέτουμε πολύγλωσσο προσωπικό για την εξυπηρέτησή σας.

Funeral Notices, Death Notices & Obituaries Australia
www.deathandfuneralnotices.com.au

Reflections at Rookwood 02 9764 6088