

## **Suplementy diety zawierające antyoksydanty, aminokwasy, minerały i witaminy wyrównują skórę oraz spływają zmarszczki**

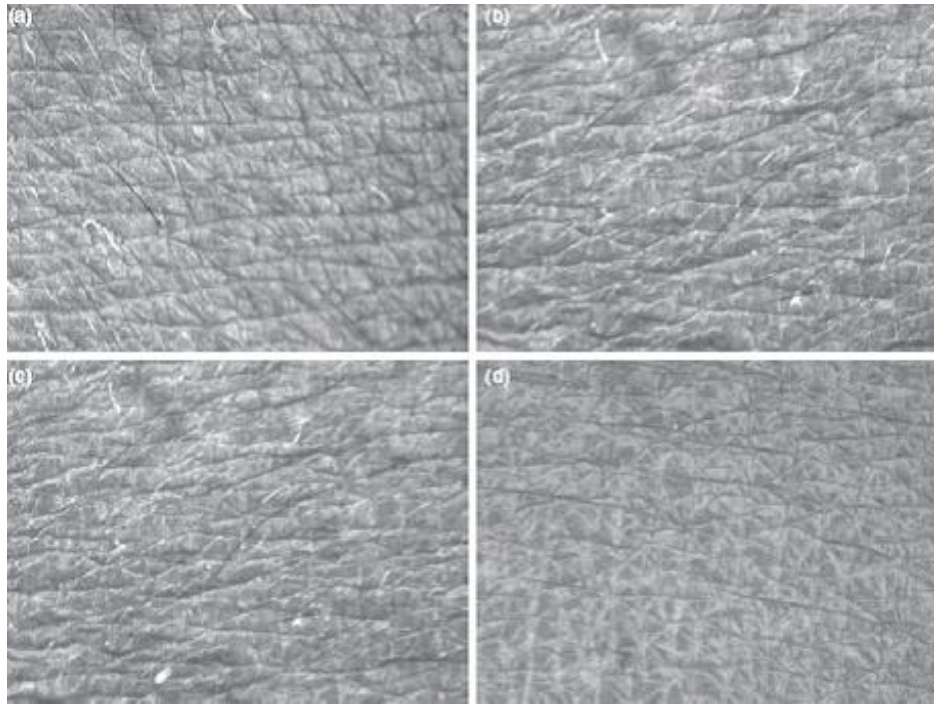
Różne nutraceutyki - suplementy diety, których spożycie przynosi większe korzyści zdrowotne i terapeutyczne, niż te wynikające z normalnej diety, bezspornie mają właściwości zapobiegające starzeniu się skóry. Jednakże w unijnej Europie nie ma dobrego dla naukowego badania tego powszechnie znanego faktu. Robią to Amerykanie, którym świadomość zdrowotną i potrzebę profilaktyki dość brutalnie pomagał przyswoić przez pół wieku tamtejszy system opieki zdrowotnej. Przede wszystkim czynią to Azjaci, gdyż wyrasta to z ich tradycji, w której moiżni ludzi nie płacili nadwornemu lekarzowi za to, że wyzdrowieją, tylko za to, że nie chorują.

Chcemy pokazać Czytelnikom wnioski z badania naukowców z Uniwersytetu w Bangkoku. Są to nader cenne badania, gdyż przeprowadzone przez uczelnię państwową, nie sponsorowane i nie wskazujące na żadne konkretne produkty. Ich celem było ewentualne potwierdzenie przeciwzmarszczkowego tylko działania doustnych suplementów diety zawierających antyoksydanty, aminokwasy, minerały i witaminy A,C,D i E. w badaniu uczestniczyło 60 kobiet starannie wyselekcjonowanych kobiet w wieku 35-60 lat, które ściśle zobowiązały się nie stosować w okresie eksperymentów żadnych preparatów kosmetycznych i nie korzystać z żadnych zabiegów.

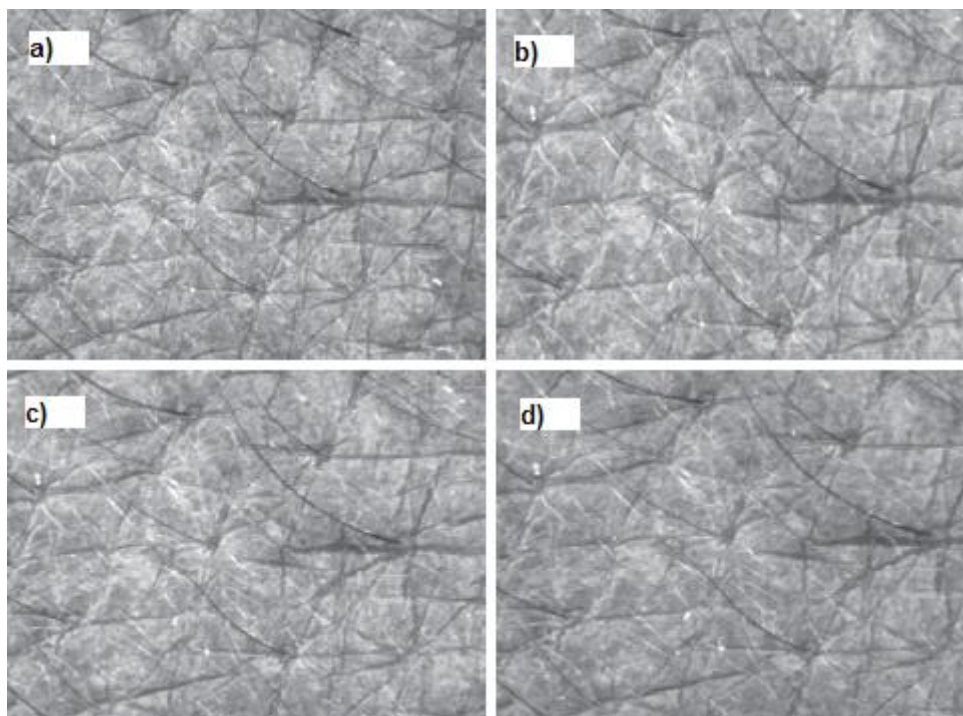
30 kobiet zażywało więc pod kontrolą nie nazwane marką kompleksy suplementów diety, natomiast pozostałe 30 kobiet placebo. I tak dwa razy dziennie przez okres 12 tygodni. Głębokość zmarszczek mierzona była za pomocą urządzeń wykonujących topografię powierzchni skóry i oceniających w sposób ściśle obiektywny ogólny jej stan. Mierzono zarówno głębokość jak i długość zmarszczek. Określano również poziom wysuszenia skóry za pomocą folii zbierającej sebum. Identycznie, jak ocenia się wpływ na skórę kosmetyków.

Głębokość zmarszczek mierzono w 4, 8 oraz 12 tygodniu doświadczenia.

Różnice w poprawie wyglądu skóry zostały określone statystycznie na podstawie testu „ t”, natomiast satysfakcję ochotniczek zmierzono poprzez test chi-kwadrat.

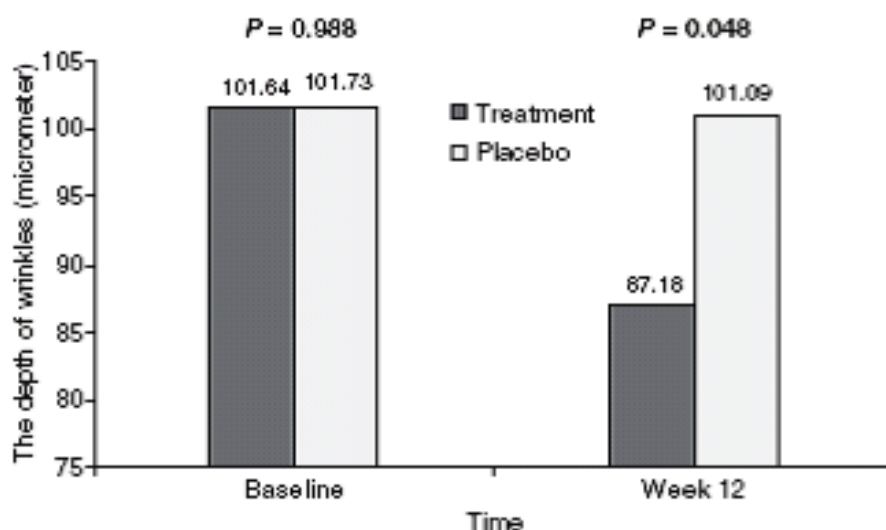


**Fot. nr 1** Głębokość zmarszczek zmierzona wśród ochotniczek **zażywających suplementy diety**. Fotografie przedstawiają: **a)** grupę kontrolną, **b)** 4 tydzień badania, **c)** 8 tydzień badania, **d)** 12 tydzień badania.



**Fot. nr 2** Głębokość zmarszczek zmierzona wśród ochotniczek **zażywających placebo**. Fotografie przedstawiają: **a)** grupę kontrolną, **b)** 4 tydzień badania, **c)** 8 tydzień badania, **d)** 12 tydzień badania.

W 12 tygodniu badania głębokość zmarszczek w grupie stosującej suplementy diety uległa zmniejszeniu o 21,2%, natomiast w grupie kontrolnej 1,7%.



**Ryc. nr 1** Różnice w głębokości zmarszczek w grupie kontrolnej oraz w 12 tygodniu badania. Słupki ciemniejsze-grupa kobiet zażywających suplementy, słupki jaśniejsze-grupa kobiet zażywających placebo.

**Jest to kolejny dowód naukowy wskazujący na celowość suplementowania się antyoksydantami, aminokwasami, minerałami oraz witaminami A,C,D i E - już tylko po to, by poprawić strukturę skóry i wyrównać zmarszczki.**

Jakkolwiek badanie to nie wskazywało na żadne konkretne produkty, to pasuje jak ulał do oferty suplementacyjnej Colway:

- **Witamina C-colway** - mająca opinię jednej z najlepszych w tej grupie towarowej na świecie;
- **Colvita** - kultowy już kompleks aminokwasowo-algowo-witaminowy;
- **ColDeKa** - czyli ekstrakt shiitake, wzbogacony jeszcze witaminami D, K i a oraz beta glukan – bazowy wręcz suplement dla wzmocnienia immunologii i nie tylko;
- **AXANTA** - astaksantyna – substancja tak efektywna w oddziaływaniu prozdrowotnym, że wręcz wyklęta przez lobby farmaceutyczne w Europie. Uznana za najefektywniejszy z „kosmetyków od wewnątrz”. Zestawiona synergicznie z piperyną, która zwielokrotnia przyswajalność astaksantyny, ale także innych karotenów i witamin z grupy B, które uzupełniają skład tego unikalnego preparatu.