

**FARMACIA GARAVANA/Calo ponderale e benessere psicofisico per mantenersi in forma**

# Dieta innovativa ed efficace con il Metodo Tisanoreica

Come arrivare all'estate in perfetta forma?

La **Farmacia Garavana di Vercelli**, in corso Libertà 78, si rende disponibile anche a questo servizio: offrire preziosi suggerimenti, consigli di esperti, indicazioni utili e prodotti di eccellenza, tutti naturali, a chi desidera eliminare i chili di troppo seguendo un protocollo efficace e "guidato". Una delle proposte può essere la **Dieta Tisanoreica** per la riduzione ponderale, basata sull'attivazione della chetogenesi, integrata dall'assunzione di speciali "pietanze" che tutelano la massa muscolare. Il programma nutrizionale varia da un minimo di 20 ad un massimo di 40 giorni e si effettua preferibilmente sotto controllo medico o del farmacista o del Centro Studi Tisanoreica. Una volta

concluso il ciclo, seguendo un'alimentazione equilibrata e svolgendo un'adeguata attività fisica, si manterranno il peso raggiunto e il benessere psicofisico tanto agognato.

**Che cos'è una dieta chetogenica?**

«Quella in cui è temporaneamente sospesa l'assunzione di ogni tipo di carboidrato - risponde cordiale Francesco Garavana, titolare della farmacia omonima - Sono invece mantenuti gli altri macronutrienti, giacché la dieta inserita nel metodo Tisanoreica è normoproteica e normolipidica. Le differenze rispetto a una dieta ipocalorica bilanciata sono essenzialmente tre: il tempo con il quale si "conquista" la riduzione ponderale, l'entità e la qualità del calo raggiunto».

Utilizzando infatti il tes-

suto adiposo anziché il tessuto muscolare per soddisfare la necessità glucidica, i chili piacevolmente perduti saranno appannaggio dell'aborrita "ciccìa".

«Il dimagrimento sarà dunque esteticamente soddisfacente e relativamente semplice da mantenere», rassicura il farmacista vercellese. Ed è tutto scientificamente provato, perché il Metodo Tisanoreica è stato testato alla Facoltà di medicina e chirurgia dell'Università di Padova, registrando un elevato gradimento e dimostrando di avere effetti benefici sulla salute. Francesco Garavana, che lo sta sperimentando personalmente, ribadisce: «L'importante è seguire il programma mantenendosi sotto il controllo del proprio medico o del farmacista di fiducia, per ottenere i risul-

tati migliori e mantenere il giusto equilibrio alimentare in rapporto al proprio stile di vita, all'età, alla condizione fisica».

**E in caso di intolleranze alimentari o di condizioni patologiche?**

«Si valuta un programma su misura, di comune accordo con il medico o ricorrendo agli esperti del Centro Studi Tisanoreica. L'ampia gamma di alimenti dietetici sostitutivi di alcuni pasti giornalieri, consentono di acquisire le sostanze necessarie all'organismo senza penalizzare troppo il palato, spaziando dal dolce al salato». Si può scegliere tra la crema al gusto di pesche melba e la merendina, le gradevoli zuppe e il frappé, la pasta e il riso contenenti i fitoestratti Tisanoreica. Il metodo applicato prevede infatti l'utilizzo di appositi

integratori: «Le **Pietanze Tisanoreica** e gli **Estratti Tisanoreica** - precisa il dott. Garavana - Le **Pietanze Tisanoreica** (da assumere con gli alimenti consentiti), contengono aminoacidi e l'Attivatore Tisanoreica, un mix di otto piante la cui funzione principale è di aumentare la proteolisi facilitando l'assorbimento. Completano la dieta gli **estratti d'erbe**, ottenuti in modo naturale e contenenti ciascuno un minimo di 10 piante, coltivate in terreni sottoposti a rotazione (ogni due mesi) per evitare rischi di assuefazione».

Il protocollo Tisanoreica si suddivide in una prima fase intensiva e in una seconda di stabilizzazione, che rappresenta un importante periodo di transizione utile all'organismo per uscire dalla chetosi e pre-



**Il farmacista Francesco Garavana, davanti all'accattivante espositore Tisanoreica**

pararsi a un'alimentazione equilibrata e bilanciata.

Esiste anche **Tisanoreica Vita**, la nuova linea di prodotti - griffati anch'essi col QR code che ne attesta l'originalità e la qualità - pensati per tutta la famiglia che vuole mantenersi costantemente in forma.

Passando davanti alla Farmacia Garavana di Vercelli si può entrare un momentino e approfondire l'argomento, per riacquistare il benessere fisico e un sorriso compiaciuto quando ci si guarda allo specchio.

**PROFESSIONALITA' /L'impegno, la passione, l'esperienza da 75 anni al servizio del pubblico**

## Il Centro per l'udito Maico di Vercelli vi attende per un controllo acustico gratuito con i suoi esperti

La **Madical Acoustic Instrument Company**, poi abbreviata in **Maico**, è stata fondata nel 1937 a Minneapolis, negli Stati Uniti, per progettare e produrre apparecchi acustici e strumenti per l'esame dell'udito.

La **Maico**, fin dagli inizi, si è dedicata con successo crescente alla ricerca di soluzioni per aiutare i deboli di udito a sentire e comunicare meglio mediante la progettazione e la produzione di apparecchi acustici e strumenti diagnostici. Da allora ha continuato a distinguersi con innovazioni che sono poi diventate patrimonio comune del settore audiologico.

A **Vercelli** il negozio **Maico** è il punto di riferimento per i deboli di udito ed è conosciuto per la gran-



de professionalità e competenza degli audioprotesisti che vi operano.

Il **Centro Maico di Vercelli** è in corso **Mario Abbiate 94** - tel. **0161/251277**, aperto dal **lunedì al venerdì dalle 9 alle 12.30** e dalle **15 alle**

**19, il sabato dalle 9 alle 12.**

Il **Centro Maico di Vercelli** offre inoltre la verifica gratuita dello stato di salute dell'udito con i più moderni sistemi computerizzati e la prova gratuita delle più rinomate marche

mondiali di apparecchi acustici presenti sul mercato. **Maico** è la più importante organizzazione del Piemonte e della Valle d'Aosta al servizio dei deboli di udito, con 18 negozi dotati di attrezzature d'avanguardia e oltre 130 punti di assisten-



**Il centro Maico di Vercelli in corso Abbiate 94**

za. Grazie alla passione, al costante impegno e alla professionalità degli audioprotesisti e dei collaboratori, la società è in continua crescita ed espansione; gli audioprotesisti sono esperti, motivati e preparati, e seguono continui corsi di aggiornamento.

Come da tradizione, **Maico Magicson** assicura un'assistenza completa,

accurata e puntuale presso i propri Centri o a domicilio per i Clienti che ne facciano richiesta.

Il vostro udito può aver bisogno di Maico!

Per informazioni e prove gratuite contattare il **numero verde 800-650021** anche per una visita a domicilio. **I Centri Maico sono inoltre autorizzati ASL-INAIL alla fornitura gratuita agli aventi diritto.**

**Ti aspettiamo per un controllo gratuito dell'udito!**

**I Centri Maico sono autorizzati ASL - INAIL alla fornitura gratuita agli aventi diritto**



### Il Tuo udito può aver bisogno di Maico!

**MAICO**

**Apparecchi acustici Maico: efficaci e così piccoli che indossati scompaiono**



Numero Verde Gratuito **800-650021**  
A richiesta visite a domicilio

**•VERCELLI Maico**

Corso Mario Abbiate, 94 (ang. Via Foscolo)  
Tel. 0161 25.12.77

Tutti i giorni ore 9 - 12,30 / 15 - 19 Sabato ore 9 - 12

**•SANTHIA'**

**Foto Ottica Piredda**  
Piazza Vittorio Veneto, 17  
Sabato 31 marzo ore 9 - 12,30 e l'ultimo sabato di ogni mese

**•BORGOSERIA**

**Centro Assistenza Maico**  
**Officina Living**  
Via Cairoli, 54 Tel. 0163 230.86  
Tutti i sabato ore 9 - 12,30  
Informazioni tutti i giorni

**•TRINO**

**Officina Orlando**  
Corso Cavour, 64  
Mercoledì 21 marzo ore 9 - 12,30 ed il 3° mercoledì di ogni mese

**•TORINO Sede Maico**

Via Magenta, 20  
Tel. 011 54.17.67  
011 54.33.18