**Odporność pochodząca z natury**

Czyli Sundose i Natura Cold Press łączą swoje siły!

**Odporność to obecnie temat numer jeden. Każdy człowiek powinien dbać o swój układ odpornościowy, i to nie tylko w okresach wysokiej zachorowalności, a przez cały rok. Odporności nie da się zbudować w jeden dzień – jest to proces, który wymaga od nas systematyczności oraz wiedzy. Co zatem robić, aby jeszcze skuteczniej bronić się przed infekcjami i chorobami?**

Chcąc odpowiedzieć na to pytanie, producent spersonalizowanych suplementów diety, oraz Natura Cold Press, producent soków owocowo-warzywnych wyciskanych na zimno i oczyszczających diet, łączą siły by wspólnie edukować i uświadamiać jak ważną rolę dla naszego organizmu odgrywają witaminy i składniki mineralne pochodzące z natury. Tych dwóch wizjonerów w swoich branżach chce również zwrócić uwagę na znaczenie indywidualnego podejścia do potrzeb każdego z nas i jaką rolę odgrywa w tym personalizacja.

**Soki COLD PRESS - naturalne źródło witamin**

Dieta i suplementacja odgrywają najważniejszą rolę. Zimą częściej wybieramy produkty bogate w „niepełnowartościowe” węglowodany, które dają nam poczucie szybkiego zaspokojenia głodu, ale tylko pozornie dodają energii. Rzadziej za to sięgamy po warzywa i owoce, które są źródłem witamin i minerałów. Czas to zmienić i zmodyfikować nasz jadłospis. Jednak dieta może nie pokryć zapotrzebowania na witaminy i minerały. Często również stosujemy ograniczenia i wykluczenia.

Żyjemy coraz szybciej. Stres, mała ilość snu, nieregularne posiłki, śniadanie zjedzone w biegu lub jego brak. Te wszystkie czynniki wpływają na stan naszego zdrowia, a raczej na jego szkodę. A przecież zdrowie jest najważniejsze i każdy z nas o tym wie. W takiej sytuacji warto rozważyć uzupełnienie diety pełnowartościowymi sokami tłoczonymi na zimno. Dzięki płynnej formie, soki są niezwykle wydajne i efektywne. Składniki odżywcze z warzyw i owoców są błyskawicznie wchłaniane i przyswajane.

- *Owoce i warzywa odgrywają bardzo ważną rolę w budowaniu odporności. Podczas procesów produkcyjnych w Natura Cold Press stosujemy tylko nieinwazyjne i maksymalnie naturalne metody, tj. tłoczenie na zimno i transport w odpowiednio niskiej temperaturze. Soki i SHOTy witaminowe Natura Cold Press nie są obrabiane termicznie - są świeże, bez dodatku cukru, konserwantów, ulepszaczy. Pozwala to nam zachować wszystkie naturalne i istotne składniki, które znajdują się w owocach i warzywach, a wzmacniają naszą odporność. Uważamy, że receptą na pyszny i zdrowy sok jest naturalny skład* - **mówi Oskar Lis, właściciel Natura Cold Press i soki SŁOŃCE.**

**Zaprzyjaźnij się z acerolą**

Owoc aceroli to naturalny superfood, który ma nadzwyczajną ilość witaminy C i stanowi znakomite wsparcie dla zdrowia. Posiada prawie 100 razy więcej witaminy C niż cytrusy. Jej owoce przypominają małe jabłuszka, które się suszy, a następnie mieli. Organizm człowieka lepiej toleruje witaminę C pochodzącą z aceroli, ponieważ jest to jej naturalna forma. Wchłania się lepiej niż sam kwas askorbinowy, czyli najbardziej znana klasyczna forma witaminy C. Acerola, poza dobroczynnym wpływem na naszą odporność, wykazuje silne właściwość antyoksydacyjne, czyli pomaga chronić komórki przed skutkami stresu oksydacyjnego.

*- Nasza odporność wystawiana jest na próby jak nigdy wcześniej. Nie chodzi tylko o aktualną sytuację na świecie. Związane jest to również z zauważalnymi od pewnego czasu zmianami klimatycznymi. Tradycyjny podział na 4 pory roku - wiosnę, lato, jesień, zimę - powoli odchodzi w zapomnienie, a pogoda lubi zaskakiwać. Narażamy się na wychłodzenie lub przegrzanie organizmu. Układ odpornościowy człowieka również zmienia swoje strategie obronne, ale to przystosowanie wymaga czasu. W związku z tym ważne wydaje się wzmocnienie organizmu naturalną pomocą z zewnątrz. Dlatego właśnie zdecydowaliśmy się na wprowadzenie w Sundose naturalnego źródła witaminy C, czyli aceroli. -* **mówi dr hab. inż. Adam Kuzdraliński – dyrektor działu naukowego Sundose, biotechnolog i naukowiec.**

Przez kolejny miesiąc w ramach akcji Odporność z natury, marki będą wspólnie zwracać uwagę na właściwą dietę, odpowiednią suplementację i edukować m.in. o tym, jak nie dać się chorobie, na co zwrócić uwagę podczas rekonwalescencji po infekcji i jak szybko stanąć na nogi po przeziębieniu - wyłącznie na kanałach Social Media - Instagram i Facebook.