



Hydra^{pt}

E-BOOK

A REVOLUÇÃO DO HIDROGÉNIO

INFORME-SE E APRENDA

MENOS RADICAIS LIVRES

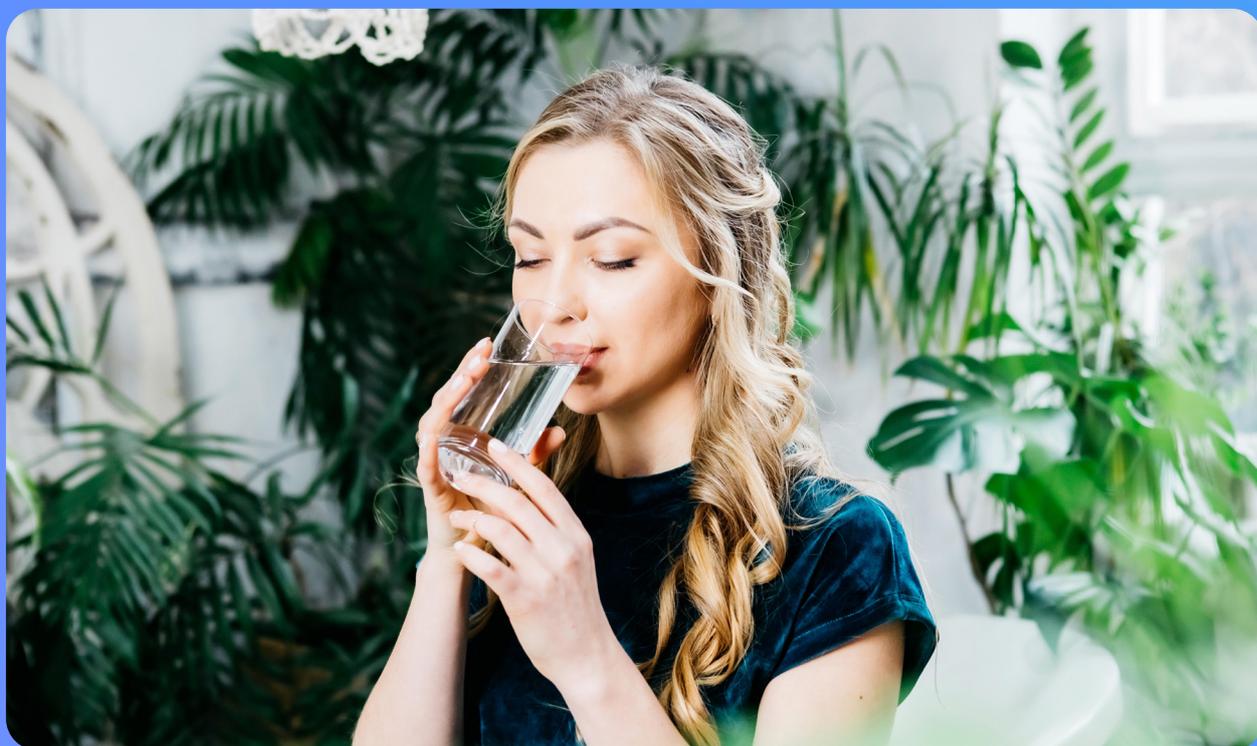
Beber água hidrogenada traz imensos benefícios para a nossa saúde, quer a nível físico como mental, e aqui irá encontrar e perceber quais as principais razões e vantagens para beber desta água prodígio.

Primeiramente, e como indica o título deste primeiro capítulo, vamos começar por explicar que a água hidrogenada não só combate como também elimina a produção de radicais livres no organismo.

Mas, começando pelo princípio, o que são os radicais livres? Ora, são nem mais nada menos do que átomos aos quais falta um eletrão. Como lhes falta este elemento, os radicais livres vão roubar o eletrão a um outro átomo, saudável e completo. Quando o conseguem, esses átomos transformam-se noutros radicais livres que irão tentar roubar eletrões a outros átomos e assim sucessivamente.

Estes radicais livres podem produzir-se de diversas formas, sendo as principais:

- **Bebidas alcoólicas;**
- **Tabaco;**
- **Sol e outros raios ultravioletas;**
- **Infeções virais;**
- **Entre outros.**



Ou seja, os radicais livres procuram estabilizar-se roubando um eletrão a moléculas e táveis que estejam próximas, gerando a morte ou a infeção dessas moléculas.

MAIS ANTIOXIDANTES

Começamos este capítulo como terminamos o anterior: os antioxidantes são importantes para combater e eliminar os radicais livres porque têm a capacidade de lhes ceder facilmente um eletrão, para que estes não destruam células saudáveis.

Os antioxidantes são moléculas que diminuem a ação destrutiva dos radicais livres, podendo ser produzidos pelo organismo ou mediante substâncias provenientes daquilo que ingerimos.

Precisamos de ingerir antioxidantes porque, cada vez que respiramos, 2% do oxigénio que entra no nosso corpo transforma-se num oxigénio mau ou reativo que nos oxida, formando os tais radicais livres. Este oxigénio mau pode ser transformando em bom se lhe for dado um eletrão, que neste caso, é um antioxidante. Como já explicamos no capítulo anterior, se não for dado o eletrão aos radicais livres através dos antioxidantes, estes irão roubá-lo às células saudáveis, matando-as, por meio de um processo conhecido por oxidação.

Para além disto, o estilo de vida atual aumenta o nível de oxidação devido à má alimentação, ao 'stress' diário, à poluição, etc. E com o avançar da idade precisamos de tomar mais antioxidantes, uma vez que o nosso corpo vai produzindo cada vez menos enzimas antioxidantes.



MAIS JOVIALIDADE

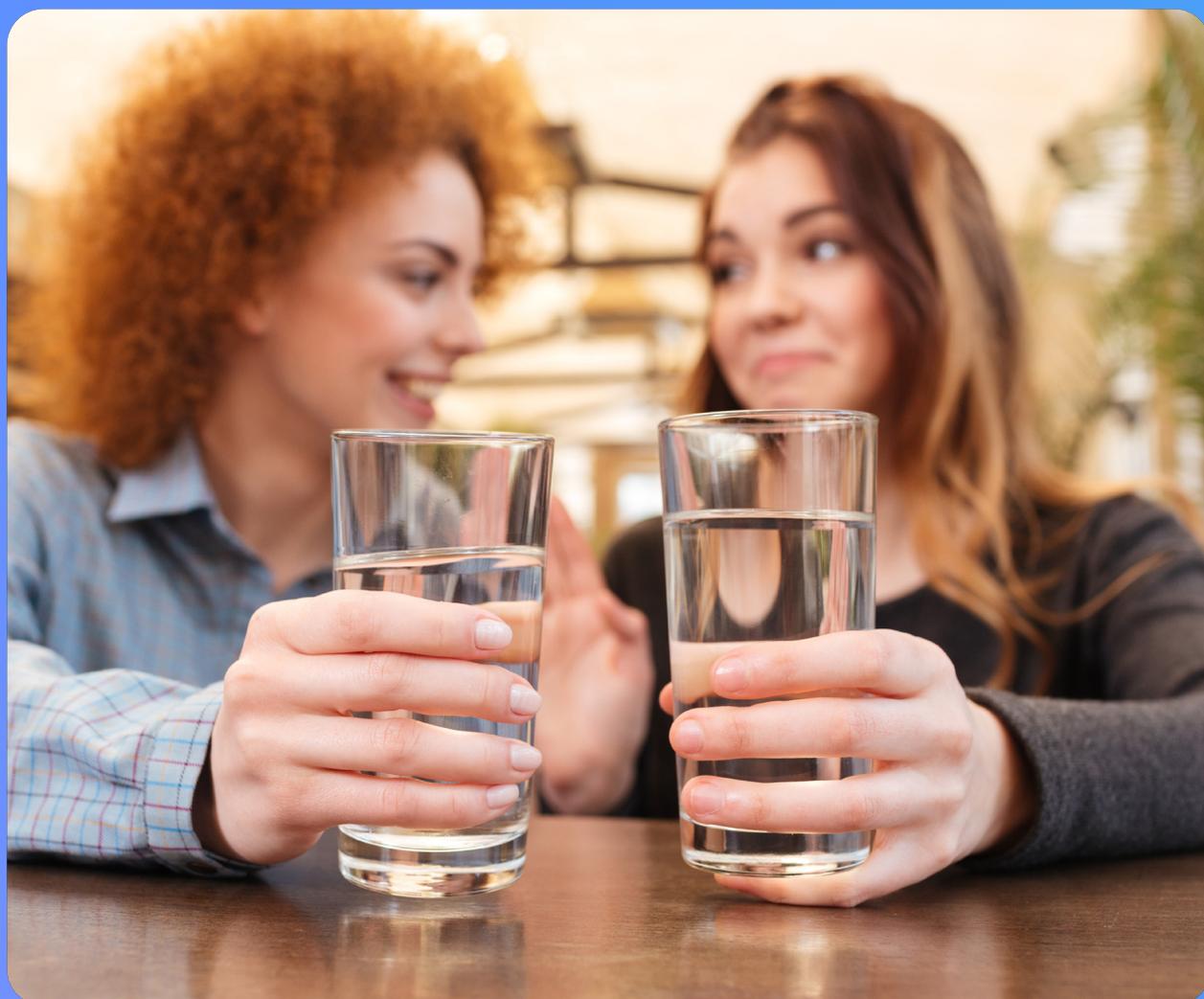
Começamos este capítulo como terminamos o anterior: os começamos este terceiro capítulo com uma questão que tanto nos atormenta: Porquê que envelhecemos?

Porque oxidamos, é inevitável. O oxigénio que respiramos é imprescindível, mas faz com que as células oxidem, e como resultado da oxidação celular, aparecem os radicais livres, de que já falámos nos capítulos anteriores.

Haverá alguma fórmula para nos mantermos jovens para sempre? A resposta aqui é muito clara: não. O que existe é uma maneira de retardar o envelhecimento e combater o envelhecimento precoce. Como? A resposta também é muito clara e cristalina: água hidrogenada.

A água hidrogenada tem propriedades antioxidantes que ajudam a prevenir o envelhecimento precoce. A sua comprovada capacidade antioxidante converte esta água num elemento que contribui para um estilo de vida muito mais saudável.

A administração de água rica em hidrogénio é benéfica para o consumo diário. Estudos e avanços científicos e clínicos demonstram os benefícios da água rica em hidrogénio molecular como um novo tipo de agente radioprotetor. A água hidrogenada tem um efetivo antioxidante, que não apresenta qualquer tipo de efeito secundário.



MAIS SAÚDE

Sabia que a água hidrogenada também ajuda a combater diversas patologias?

De facto, nas últimas duas décadas o hidrogénio molecular foi estudado como um novo agente terapêutico com efeitos antioxidantes e anti-inflamatórios, demonstrados em diversos estudos.

Os benefícios do hidrogénio molecular, em termos clínicos, foram observados em doenças produzidas pelo stress oxidativo. Como diabetes, o AVC, a artrite reumatoide, e ainda nas doenças neuro-degenerativas.

Então, podemos dizer com convicção que os benefícios da água hidrogenada são múltiplos e demonstrados, entre eles estão o alívio de dores articulares e musculares e a melhoria da mobilidade espermática.

Para além disso, como já referimos em capítulos anteriores, o hidrogénio é um antioxidante que melhora o metabolismo, regularizando e normalizando os seus parâmetros. Segundo estudos, combate e previne a úlcera gástrica, a colite ulcerosa, a osteoporose e a fadiga muscular entre outros.



MAIS BEM-ESTAR

Por último, mas não menos importante, apresentamos o benefício da água hidrogenada a nível estético: o Hidrogénio é o melhor elemento químico para a nossa saúde e beleza.

Através da água hidrogenada, o corpo irá encontrar o equilíbrio na relação ácido- base, evitando a propagação de vírus, bactérias e fungos. Desta forma, é seguro dizer que a água hidrogenada melhora a condição da pele, através de uma hidratação muito mais intensiva.

Quando a pele está hidratada, ela possui aspeto saudável, jovial e firme. Em casos de desidratação, a pele fica áspera, opaca e sem vida, com contornos rugosos que colocam em evidência as rugas e linhas de expressão. É importante utilizar produtos hidratantes que retêm a água necessária para prevenir o aparecimento desses sinais da idade e para manter uma pele bonita, brilhante e suave.

A hidratação através da água hidrogenada impede ainda a descamação, comichão, a secura e sensibilidade da pele.

Para além de tornar a pele mais bonita, brilhante e suave, a água hidrogenada também traz benefícios no que toca ao aumento de energia, clareza mental e atenção. Melhora o metabolismo e o movimento dos intestinos, bem como o desempenho desportivo.

Já percebeu quais são os principais benefícios da água hidrogenada e o que está a perder por não a consumir? Não perca mais tempo e mude a sua vida agora, contacte a Hydra Portugal e saiba como pode consumir água hidrogenada!



MAIS DESEMPENHO NO EXERCÍCIO E RECUPERAÇÃO MUSCULAR

Sabia que a água hidrogenada pode ser uma aliada essencial na sua rotina de treino? Para quem pratica exercício físico, a hidratação é fundamental, mas a qualidade da água que consome pode fazer toda a diferença na sua performance e recuperação muscular.

COMO A ÁGUA HIDROGENADA MELHORA O EXERCÍCIO FÍSICO?

- Durante a prática desportiva, o corpo produz um nível elevado de radicais livres devido ao esforço físico. Estes radicais podem danificar as células, dificultar a recuperação muscular e causar fadiga.
- A água hidrogenada, com as suas propriedades antioxidantes, combate os radicais livres, reduzindo os efeitos do stress oxidativo no organismo.
- O resultado? Menos fadiga muscular, permitindo que treine com maior intensidade e durante mais tempo.

RECUPERAÇÃO MUSCULAR MAIS RÁPIDA

- Estudos demonstram que a água hidrogenada ajuda a diminuir a inflamação muscular após o exercício, proporcionando menos dores e uma recuperação mais rápida entre treinos.
- A sua capacidade de melhorar a circulação sanguínea permite que os músculos recebam nutrientes e oxigénio de forma mais eficiente, acelerando o processo de reparação muscular.

MAIS ENERGIA E RESISTÊNCIA

- A água hidrogenada ajuda a manter níveis de energia elevados durante o treino, melhorando a resistência e o desempenho físico. É a parceira ideal para quem procura resultados mais consistentes de forma saudável e eficaz.

A ESCOLHA DOS ATLETAS

Cada vez mais desportistas e atletas profissionais incluem a água hidrogenada na sua rotina diária para potenciar o desempenho e alcançar os seus objetivos.

CONCLUSÃO:

Independentemente do tipo de exercício que pratique, a água hidrogenada é a escolha perfeita para quem deseja melhorar o desempenho físico e acelerar a recuperação muscular. Não é apenas água — é saúde e bem-estar ao seu alcance!



Hydra^{pt}



939156785



@hydra_portugal