



**P. ¿Qué es Nutria?**

**R. Nutria es un suplemento antioxidante muy concentrado. Cada ración de Nutria aporta los antioxidantes y fitonutrientes de 20 frutas y verduras, entre los que se incluye el licopeno (de los tomates) y el sulforafano (del brécol), dos sustancias naturales que fomentan la salud. Además, incluye selenio ligado orgánicamente denominado SelenoExcell (la marca de selenio estudiada en el estudio para la prevención nutritiva del cáncer de la Universidad de Arizona). Nutria no contiene azúcar añadido.**

**P. ¿Qué son los “antioxidantes”?**

**R.** Los antioxidantes ayudan a proteger cada célula y cada membrana de nuestro cuerpo contra los efectos perjudiciales de la vida diaria y ayudan a prevenir trastornos de la salud ocasionados por la acumulación de los daños provocados por la oxidación. Por ejemplo, la ciencia ha estudiado la capacidad de los antioxidantes de prevenir el cáncer y las enfermedades cardíacas, estimular el sistema inmunológico y ralentizar el proceso de envejecimiento. Muchos destacados científicos y profesionales médicos están convencidos de que al aumentar el consumo de antioxidantes se puede producir una importante mejora de la salud y aumentar la longevidad.

**P. ¿Es posible tomar demasiados “antioxidantes”?**

**R.** Sí y no... depende. Para que los antioxidantes protejan bien el cuerpo contra la acometida del daño oxidante de los radicales libres, se deben tomar combinados. En este caso, parece que no hay ningún indicio de que tomar demasiados antioxidantes sea malo. Por otro lado, si se toma un nivel demasiado alto de un antioxidante aislado, este antioxidante puede convertirse en un “pro-oxidante”, el cual se comporta de forma parecida a los radicales libres (esto se vio recientemente en la vitamina E, esto indicó que las altas dosis de alfa tocoferol aumentaban el riesgo de ciertas enfermedades cardiovasculares).

**P. ¿Cuál es el mejor momento para tomar Nutria?**

**R.** Las cápsulas de Nutria siempre deberían consumirse con una comida ya que el cuerpo absorbe mejor el licopeno y el sulforafano cuando hay presente una pequeña cantidad de grasa.

**P. ¿Debo seguir tomando fruta y verduras frescas?**

**R.** ¡Por supuesto! El objetivo de Nutria no es sustituir las frutas frescas y las verduras sino ayudar a complementar las importantes sustancias nutritivas que aportan. Es bien sabido que la mayoría de la gente no consume las raciones recomendadas de estos alimentos a diario. Además, debido a los métodos agrícolas modernos, los beneficios nutritivos de las frutas y las verduras están en peligro debido a tierra yerma, pesticidas y métodos de cosecha antes de madurar. Sin embargo, la fruta y las verduras frescas también proporcionan fibra alimenticia y agua, dos importantes elementos para gozar de buena salud.

**P. ¿Puedo tomar Intra y Nutria a la vez?**

**R.** ¡Por supuesto! De hecho se recomienda, especialmente dado que Nutria se desarrolló para complementar a Intra. Al tomar ambos, aprovechará las numerosas interacciones sinérgicas, incluyendo el aumento del valor ORAC (un indicador de la capacidad antioxidante), además de un aumento de la eficacia y de los beneficios para la salud. Intra + Nutria = ¡Mejor juntos!