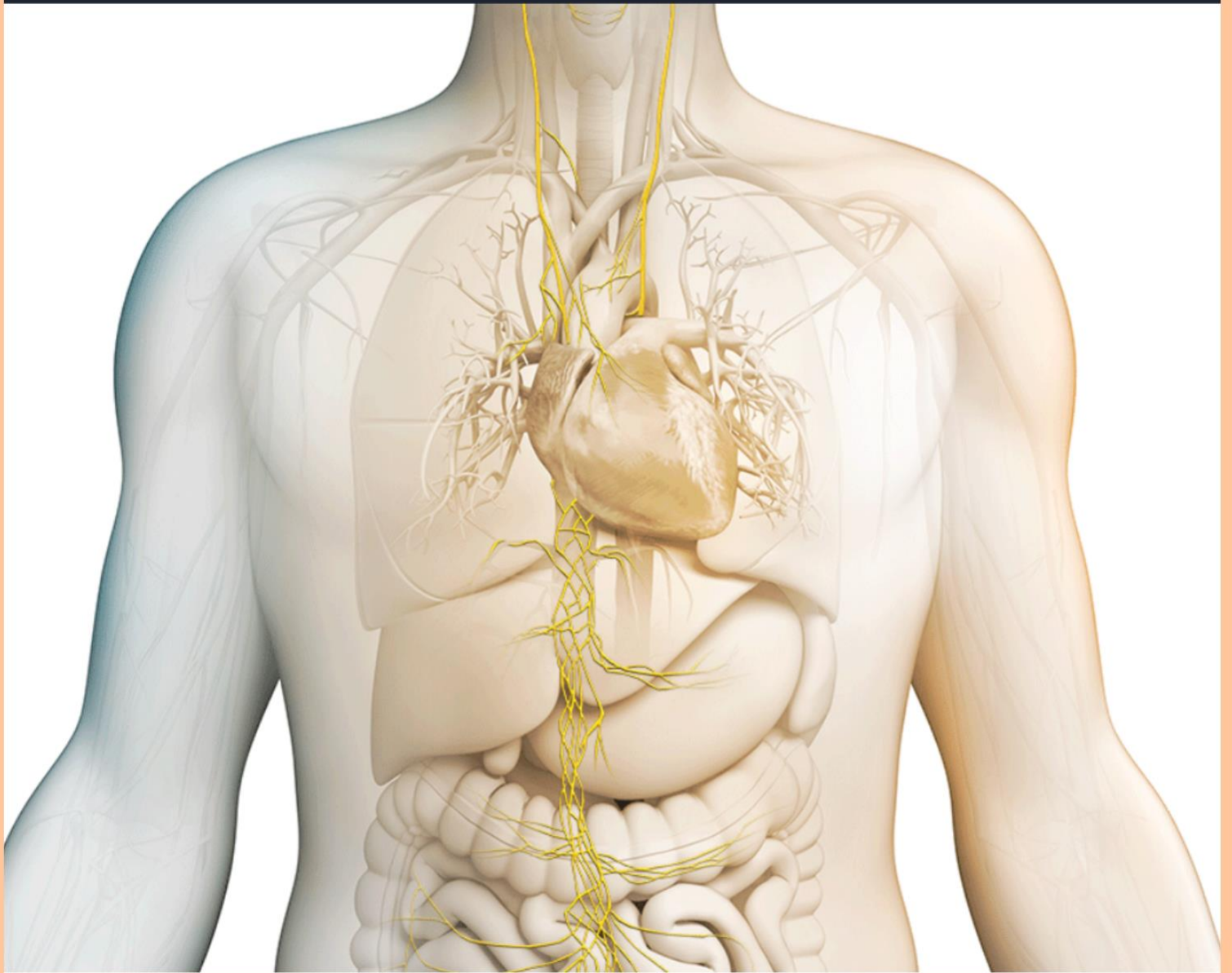




# VAGO VEGAS

**Ecco perchè non puoi escludere il tuo nervo vago dal tuo processo di rimodellamento, di rimessa in forma e di rinforzo immunitario!**



**DANILO DELL'ARMI**

**SUPER REPORT**

*DANILO DELL'ARMI*

# VAGO VEGAS

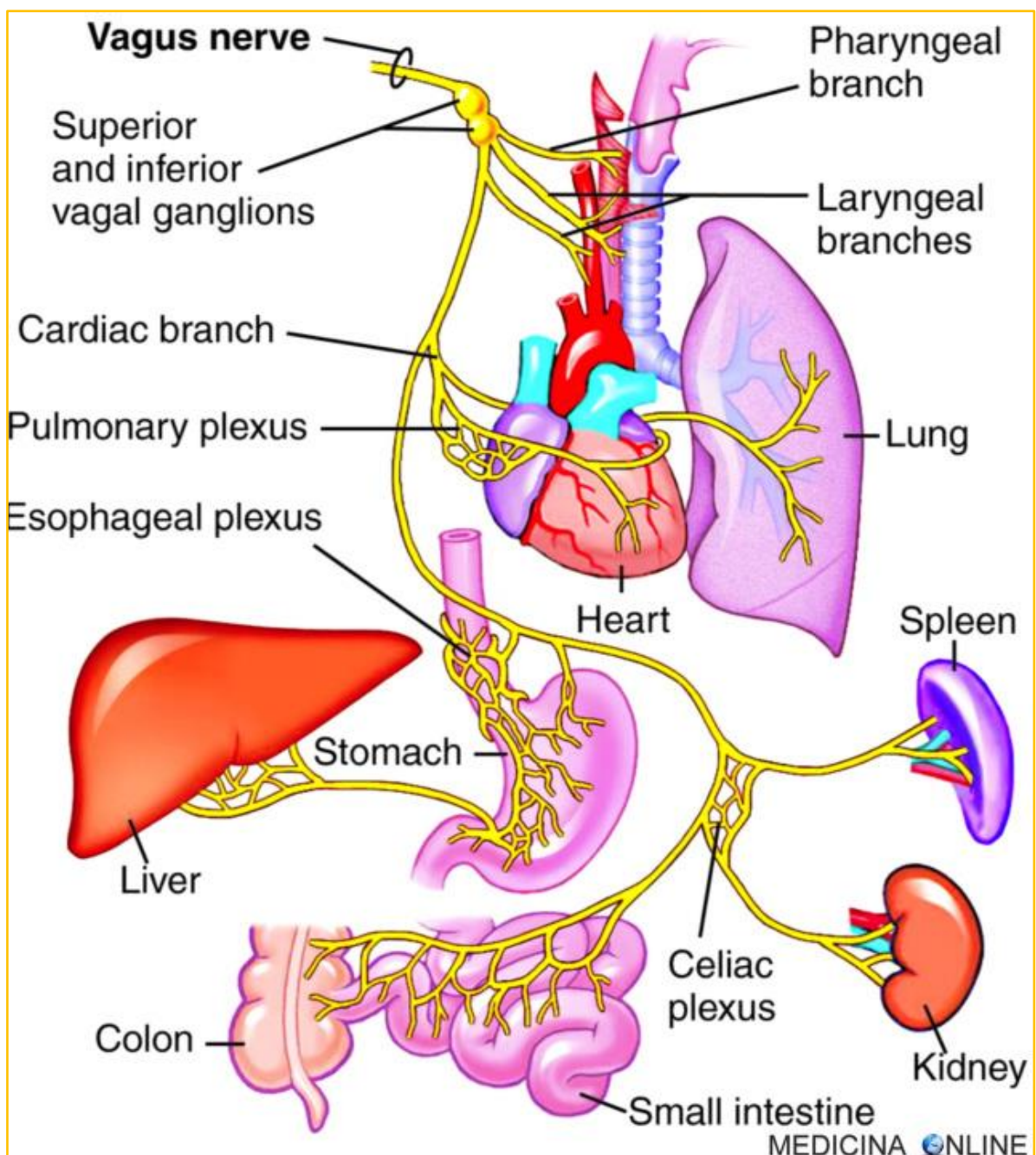
**SUPER REPORT!**

*La tua estetica, il tuo benessere e il tuo sistema immunitario dipendono davvero dalla salute di un solo nervo?*

*Scopriilo in meno di 5'...*

**ATTENZIONE:** *se anche tu ti svegli più volte la notte, hai sempre meno energia e ha difficoltà a perder peso anche sei a dieta o ti alleni con regolarità leggi tutto con attenzione...*

## Cos è il nervo vago?



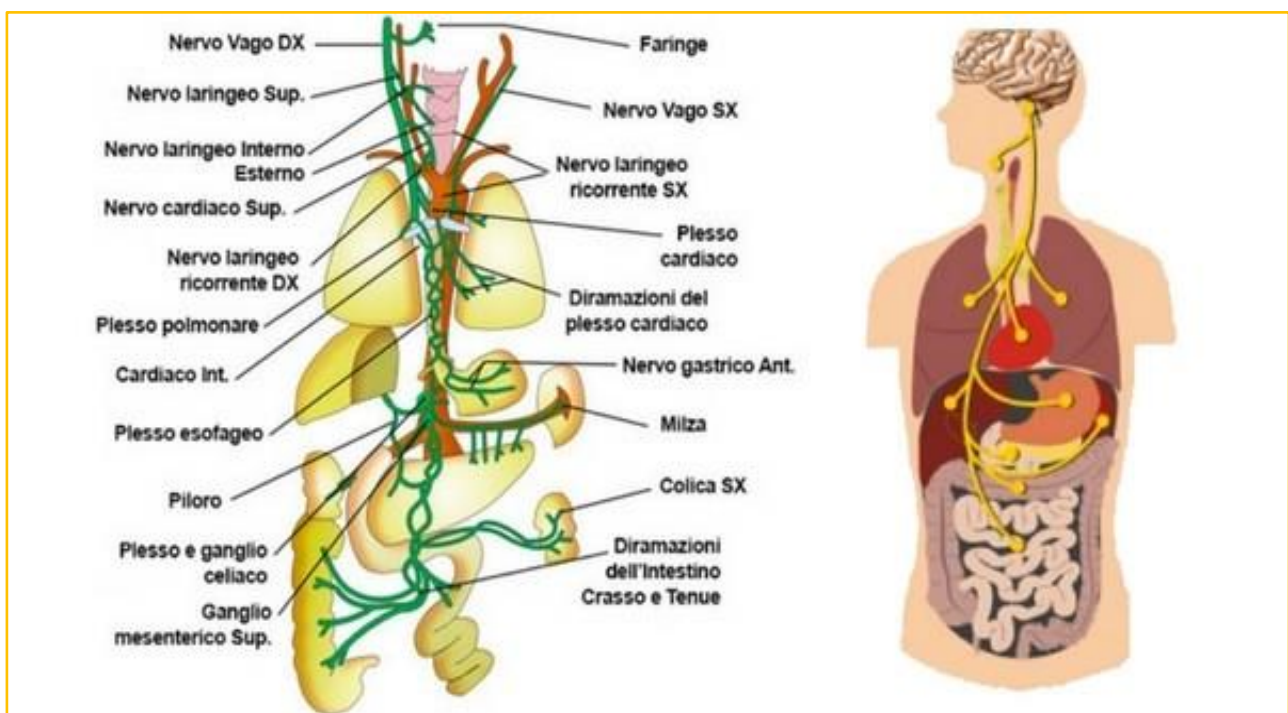
E' il nervo più importante del corpo umano.

Decorre dal tronco dell'encefalo ( un'area del tuo cervello ) attraversando torace, diaframma per giungere poi fino all'intestino.

Prima di giungere qui lascia delle fibre per l'innervazione del cuore, dei polmoni, del pancreas, dello stomaco e della milza.

Il suo nome 'vago' è appunto dato dall'ampio territorio 'organico' che innerva.

Per aiutarti a capire meglio tieni a mente che questo nervo funziona come un'autostrada di collegamento tra due organi fondamentali del tuo corpo: cervello e intestino.



**Perché ti parlo del nervo vago e perché ho creato addirittura un sito dedicato sull'argomento?**

Per 3 motivi fondamentali che faresti bene a far tuoi per sempre:

- *Produce un potente agente antinfiammatorio: l'acetilcolina ( Ach )*

- *Ha azione protettiva contro l'infiammazione cellulare, considerata oggi la principale causa di estetica e salute negativi.*
- *Aiuta a potenziare il tuo sistema immunitario.*
- *Ti aiuta ad utilizzare, quando ben attivato, i tuoi grassi in eccesso in maniera migliore.*

## **Sono solo questi 4 i motivi che devono spingerti a 'curarti' della corretta funzionalità dei tuoi nervi vaghi?**

No.

I motivi sono molto di più ma questi 3 bastano per farti capire che un nervo vago poco funzionante:

- *Può farti ammalare.*
- *Può peggiorare la tua qualità di vita in maniera importante.*
- *Può peggiorare la tua estetica.*
- *Può rallentare i tuoi processi di dimagrimento se stai seguendo un dieta o un programma di allenamento e non vedi risultati soddisfacenti.*
- *Riduce le capacità di protezione nei confronti del Killer Silenzioso dei tempi moderni: così è definita l'infiammazione cellulare.*

## **Perché ti dico questo?**

Un nervo vago ( in verità ne sono presenti 2: uno di destra e uno di sinistra ) che lavora male è relazionata a molti dei disturbi cronici e infiammatori dell'era attuale:

- *Fibromialgia*
- *Depressione*
- *Ansia*
- *Problematiche digestive*

- *Diabete*
- *Sovrappeso*
- *Disturbi cardiaci*
- *Colite*
- *Sindrome dell'intestino irritabile*

Davvero una lista molto lunga dalla quale ho escluso alcuni disturbi mantenendo quelli principali e più comuni.

Questo per dirti che quando il 'tono' del nervo vago è basso i messaggi che partono dal cervello per poi giungere agli organi saranno disturbati.

Questo porterà questi stessi organi a non funzionare in maniera ottimale.

Questo è proprio uno dei motivi per i quali quando mangi il tuo processo digestivo si allunga ( la cosiddetta digestione lenta ): cervello e stomaco non comunicando a dovere ( il nervo vago è responsabile della produzione di acido cloridrico nello stomaco che è necessario per la digestione dei cibi ) e questo messaggio 'disturbato' rende il processo digestivo più lento e macchinoso.

## **Perché relazionano il nervo vago con l'infiammazione cronica?**

**CORRIERE DELLA SERA / DEFAULT**

DOSSIER MEDICINA

**Il male del secolo? L'infiammazione È coinvolta nelle malattie più diffuse**

È sempre più chiaro che l'infiammazione cronica, ma «sottotraccia», è presente in molte patologie diverse fra loro (dall'infarto ai tumori) tipiche del mondo occidentale. La sua «accensione» è dovuta in buona parte al nostro stile di vita

di **Elena Meli**

3681

Attivi

SERIE A

La Juve rispo

Ti ho già accennato qualche riga più in alto che maggior parte dei disturbi dei giorni moderni ( da quelli estetici a quelli di salute ) sono relazionati con l'infiammazione cellulare.

Ti faccio un esempio per comprendere meglio.

Quando ti schiacci ad esempio un dito il tuo organismo si attiva per 'riparare' e 'proteggere' la zona infortunata attraverso il fenomeno dell'infiammazione acuta che permettono di far arrivare sostanza nutrienti e riparatrici in loco per avviare i processi autoguarigione e di autoregolazione del tuo organismo.

Questo per dirti che **l'infiammazione in prima battuta è sempre un qualcosa che il tuo corpo attiva a scopo protettivo** con nobili propositi.

Ma è altrettanto vero che quando l'infiammazione si protrae nel tempo, come nel caso di quella cellulare cronica, il tutto diventa pericoloso per la tua salute e per la tua estetica.

The image is a screenshot of a website page. At the top, there is a navigation bar with a hamburger menu icon, the logo for 'Leonardo.it Benessere', a search icon, and a 'CONDIVIDI SU FACEBOOK' button. The main content area features a large header image with a dark overlay. The header text reads 'Infiammazione cronica di bassa intensità, il killer silenzioso' in white. Below the header, it says 'DI FRANCESCA BRUGHERA, 28 FEBBRAIO 2015'. The main text of the article begins with 'Sono sempre più evidenti le relazioni tra l'infiammazione silente e malattie degenerative come Alzheimer, artrite, molte forme di cancro, diabete 2 e sindrome metabolica, malattie autoimmuni, osteoporosi e, ultime ma non per importanza, l'obesità, la cellulite e la tendenza a ingrassare.' On the right side of the page, there is a vertical advertisement for 'Rome Gine' with the text 'À partir de 34,99' and a yellow button that says 'RÉSERVEZ MA'.

Uno stile di vita scorretto ( meno di 7 ore di sonno a notte in maniera continuativa, diete estreme, cibi ricchi di zuccheri etc ) legato a stress mentale e fisico continuato porta alla lunga a sviluppare infiammazione cellulare.

Infiammazione cellulare che è proprio la causa di disturbi autoimmuni o di altri ‘misteriosi’ come fibromialgia, depressione e sindrome della fatica cronica.

Ecco perché davvero così importante per te accertarti della corretta

*‘attivazione’* dei tuoi nervi vaghi allo scopo di proteggerti sin da ora nei confronti di quanto ti ho appena indicato.

## **In che modo il nervo vago ti protegge da tutto questo?**

Producendo dei neurotrasmettitori come acetilcolina ( ACh ), GABA, ossitocina che hanno il compito di ridurre l’infiammazione.

Se lungo ‘l’autostrada’ del vago non sono presenti intoppi o rallentamenti ACh, GABA e gli altri neurotrasmettitori incaricati di domare l’infiammazione possono viaggiare liberamente lungo il nervo vago.

Tutto il processo di riduzione dell’infiammazione sarà più rapido ed efficiente.

Al contrario un vago ‘disturbato’ ridurrà la potenza del segnale e i vari neurotrasmettitori avranno serie difficoltà a raggiungere lo scopo di combattere i fenomeni da infiammazione.

Avere un ‘tono vagale’ attivo è uno dei mezzi migliori per ridurre l’infiammazione cellulare e alcuni dei sintomi che fanno parte della tua vita da tempo.

Tutto questo migliorerà la tua salute, la tua estetica e la tua qualità di vita in genere.

## **Dopo questa premessa cosa facciamo ora?**

Ora è il tuo turno.



Leggi con attenzione le domande che trovi qui di seguito:

- *Dormi meno di 7 ore a notte?*
- *La notte ti svegli più volte?*
- *Il tuo umore varia spesso senza motivo?*
- *Le tue mani e i tuoi piedi sono spesso freddi e non solo in inverno?*
- *Sei a corto di energie almeno fino ad ora di pranzo?*
  
- *Hai notato un aumento di grasso su pancia/fianchi e un aumento della tua ritenzione anche se sei a dieta e ti alleni con regolarità?*
- *Hai più fame la sera rispetto alla mattina?*
- *Ti alleni con regolarità in orario serale?*

*Più SI hai fornito è più è altamente probabile che:*

- *Il tuo sonno non sia ristoratore.*
- *Il tuo corpo sia infiammato.*
- *Tu abbia perso la tua sincronia con i ritmi naturali tra luce e buio.*
- *Il tuo nervo vago inizi a perdere potenza riducendo le proprie capacità benefiche.*

**Uno tsunami abatterà la tua salute entro breve?**



NO.

Fino a quando il tuo corpo avrà ancora intatte le proprie capacità di autoregolazione e autoguarigione tutto sarà possibile.

*Puoi tornare in dietro e trasformarti nella tua migliore versione.*

Ma questo passa per la tua voglia di mettere ordine dove ordine non c'è.

## **Cosa devi portarti a casa con quello che ti ho detto qui?**

Più aspetti.

*1. Per migliorare la tua forma estetica **dovrai accertarti della corretta salute del tuo nervo vago.***

*2. Per migliorare la tua forma fisica in genere ( la salute ne fa ovviamente parte ) **dovrai ridurre le tue evidenze da infiammazione cellulare: il nervo vago è un tuo potente alleato in tutto questo.***

*3. Se dormi meno di 7 ore o ti svegli più volte durante la notte tutto quello che ti ho indicato ai punti 1 e 2 sarà difficile da mettere in atto.*

*Vuoi mettere ora le mani sulle migliori strategie  
che ti permetteranno di portare il tuo benessere  
a livelli superiori?*

*Vai ora a questo indirizzo web e richiedi ora un consulto gratuito:*

**[www.nervovago.it/consulenza/](http://www.nervovago.it/consulenza/)**

*Consulta il nostro sito da qui:*

[www.nervovago.it](http://www.nervovago.it)

*Seguici sui social da qui*

[Facebook](#) [Instagram](#) [Tik Tok](#)

*Ascolta il primo podcast al mondo sul nervo vago cliccando qui:*



### **DISCLAIMER MEDICO**

Le informazioni contenute in questo report hanno scopo prettamente informativo e in nessun caso possono costituire la formulazione di una diagnosi, la prescrizione di differenti forme di trattamento e non devono in alcun modo sostituire il rapporto diretto medico-paziente o la visita specialistica. Si raccomanda di chiedere sempre il parere del proprio medico curante e/o di specialisti riguardo qualsiasi indicazione riportata.