

Ligna Diet Pharma es un laboratorio formado por un equipo médico y farmacéutico especialistas en nutrición humana y dietética.

El sobrepeso y la obesidad representan un problema de salud. Además, conlleva un aumento del riesgo de padecer otras enfermedades (diabetes mellitus tipo 2, problemas cardiovasculares, hipertensión arterial, enfermedades articulares y respiratorias).

Nuestro objetivo es ayudarle a lograr un peso saludable y mantenerlo en el tiempo, poniendo a su disposición nuestras técnicas de reeducación alimentarias.

Con el método **Essential Diet** perderá peso de manera segura, rápida y duradera.

Bajo control médico y con el apoyo del personal cualificado de nuestro equipo, le apoyaremos para seguir motivado y resolveremos cualquier duda que pueda surgirle sobre nuestro tratamiento dietético.

GANARÁ EN SALUD Y BIENESTAR

- Rápida pérdida de peso y reducción del perímetro abdominal.
- Preservación de la masa muscular gracias al aporte de proteínas de alto valor biológico.
- Excelente tolerancia.
- Adaptable al ritmo de vida de cada paciente.
- Mantenimiento del peso a largo plazo, basado en un programa de reeducación alimentaria.

PRINCIPIOS DEL MÉTODO ESSENTIAL DIET

- Consumo de proteínas de alto valor biológico. **Evitan la pérdida de masa muscular.**
- Aporte de verduras con bajo contenido en glúcidos. **Favorecen el tránsito intestinal.**
- Mínimo aporte de grasas y carbohidratos. **Rápida pérdida de peso al consumirse los depósitos grasos del organismo.**
- Reintroducción gradual de todos los alimentos. Programa de reeducación alimentaria y de pautas de ejercicio físico. **Adquisición de hábitos de vida saludables que le ayudarán al mantenimiento del peso.**

