

Savoir des odeurs pour maigrir!

Bonjour,

Savoir des odeurs pour maigrir!

Oui les odeurs peuvent être utilisées comme agents thérapeutiques qui envoient de puissants messages au cerveau.

Des études dirigées par Alan Hirsch aux USA, ont également démontré que l'arôme dégagé par certains fruits favorisent la perte de poids en agissant soit sur le centre de satiété ou dans certains cas en augmentant le taux du métabolisme. Les participants à ces études ont perdu jusqu'à 18 lbs en un mois.

Comment cela fonctionne?

L'odeur est captée par les nombreux récepteurs nerveux situés dans le nez qui envoient le signal vers le bulbe olfactif

Lorsque le bulbe olfactif est stimulé, il envoie le signal vers le centre de satiété situé dans l'hypothalamus. Ce signal peut-être reçu comme agréable ou désagréable.

Ensuite l'hypothalamus envoie un message vers le reste de l'organisme. Celle-ci produira des hormones qui stimuleront la faim ou la satiété.

Pour perdre du poids, le Dr Hirsch conseille l'odeur des fruits suivants :

La canneberge

La figue de Barbarie

L'ananas

La fraise

About the Author

Fondateur du site :

<http://www.reussir-a-maigrir.com/>

Source: <http://www.secrets-de-comment.com> | [Formation Marketing](#) | [NetConcept, droits de revente](#)