

## ¿Cómo apoyar el sistema inmune este regreso a clases? Niños y adultos deben reforzar su organismo

Está comenzando una de las épocas en la que el sistema inmune se ve más afectado ya sea por el cambio de clima, las diversas alergias que se presentan o la situación actual en donde son más propensos los contagios. **matter** reconoce la importancia de esto, y ha desarrollado suplementos de alta calidad que permiten la mejor absorción de vitaminas y minerales- para apoyar a niños y adultos- que refuercen el sistema inmune para prevenir futuras enfermedades.

El sistema inmune es uno de los que más se debilitan, por lo que las recomendaciones siempre deben ir acompañadas de una buena alimentación, hidratación constante, minimizar el estrés y realizar ejercicio para que de esta manera el organismo cuente con las defensas necesarias para prevenir cualquier infección.



Sobre esto, la Dra. Araceli Morales Soto - Especialista en Medicina Sistémica, comenta: "Con el próximo regreso a clases, tanto para adultos como niños, es de suma importancia tomar acciones eficaces para mantener un estado de salud óptimo, sobre todo en lo que respecta al sistema inmune, el cuál es el encargado de ser nuestra defensa contra virus y bacterias que pueden enfermarnos. Dada la situación actual con respecto al COVID 19, además de mantener una alimentación variada y lo más natural posible, resulta necesario el consumo de vitaminas y minerales que sabemos son indispensables para mantener una respuesta inmunológica competente.

Aunque existen diversos medicamentos que pueden ayudar a desarrollar algún tipo de inmunidad, hacerlo a través de suplementos diarios y no tan invasivos puede ser más benéfico para el organismo.



**matter**, la empresa mexicana enfocada en la investigación y desarrollo de suplementos alimenticios de alta gama, sabe que el regreso a clases puede ser una de las situaciones que más estrés genera entre niños y adultos, y apoyarlos en la protección del sistema inmune es clave para lograr una vida plena y sana.

Además de los cuidados en alimentación y estilo de vida, **matter** recomienda integrar a la dieta diaria vitaminas y minerales que refuerzan el sistema inmune, entre ellos se encuentran:

El **Retisol A o vitamina A**, influye en el crecimiento y desarrollo de los niños y en los huesos de los adultos, apoya el sistema inmunológico de forma saludable, regula la expresión de los genes y activa la reparación de piel y mucosas.

El Zincox a base de **BISGLICINATO DE ZINC QUELADO** es un mineral esencial en el cuerpo que ayuda al sistema inmune, mantiene el sentido del gusto y olfato, promueve la curación de heridas, entre otras beneficios

La **L-SELENOMETIONINA o Selix**, es un activador de la producción de hormonas, mejora la fertilidad e impulsa la función inmune

Asimismo el Desol -vitamina D a 4,000 UI- y Alca C- vitamina C Alcalina- benefician al sistema inmune, ayudan a la reparación de tejidos y son un gran aliado como antioxidantes.

Es importante acudir al médico para que este sea quien apoye el tratamiento, mantener una vida sana y complementar con suplementos que permitan apoyar el buen funcionamiento del organismo.

Para conocer más de matter, visita: [www.youmatter.mx](http://www.youmatter.mx)