

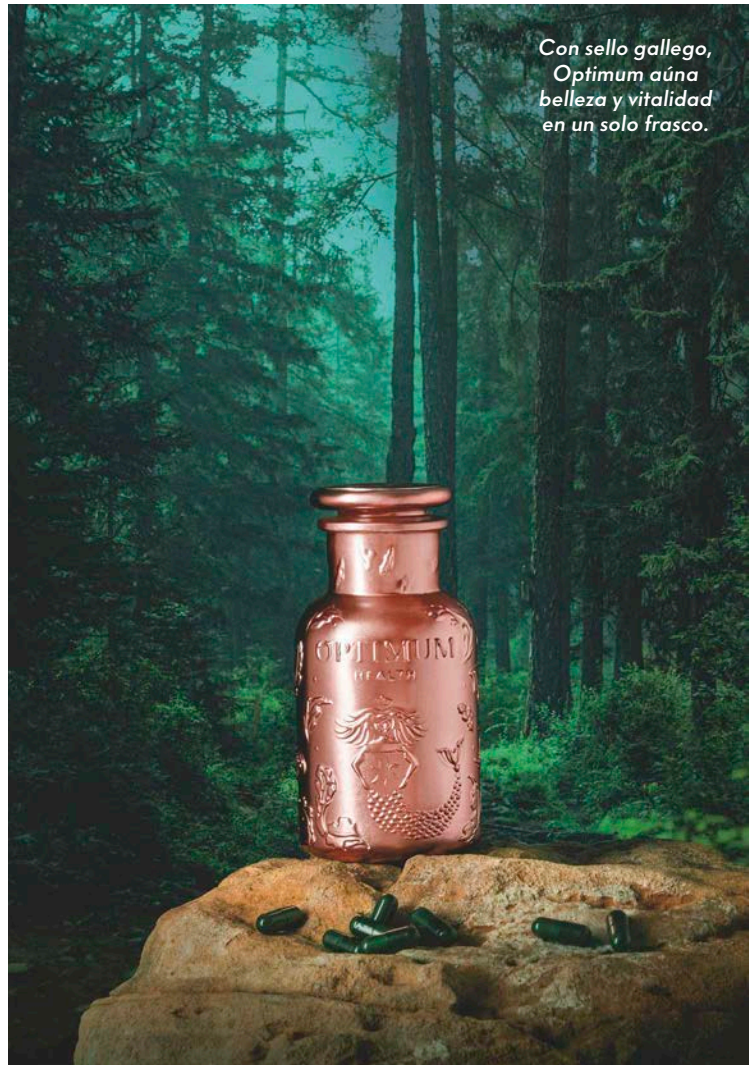
# A un paso de tu mejor versión

Tras décadas de investigación Hifas da Terra ha formulado Optimum, un suplemento que equilibra tu sistema inmune y digestivo aportando la vitalidad y belleza que deseas.

Con la llegada del otoño los días van despidiéndose de horas de luz, la agenda se queda con menos huecos libres, regresan los madrugones y el cansancio empieza a dejar huella en el cuerpo, que parecía invencible tras las vacaciones. Numerosos estudios corroboran que el cambio de estación genera ligeras alteraciones en el estado anímico y la vitalidad. Para afrontar los meses venideros con energía y mejor salud, la prevención es clave.

Como el verdadero lujo es sentirse bien y con la idea de cuidar cuerpo y mente, Catalina Fernández de Ana, al frente de la biotech gallega Hifas da Terra, ha formulado Optimum, un suplemento alimenticio que combina el poder de los hongos y las algas, es decir, lo mejor de la tierra y del mar, y cuya acción se traduce en beneficios que de forma natural equilibran el organismo para alcanzar la mejor versión de uno mismo. Y lo ha conseguido tras identificar los ingredientes que científicamente se han relacionado con una calidad de vida y longevidad superior en determinadas poblaciones atlánticas.

Un sencillo gesto como es incorporar a la rutina matutina el hábito de tomar dos cápsulas diarias contribuye a cuidar la salud en todos los niveles, ya que los principios activos de su fórmula equilibran la microbiota, reducen la ansiedad y el estrés, ayudan a descansar para aumentar el rendimiento físico e intelectual, aportan luminosidad a la piel y sirven, además, como booster para el sistema inmune. Salud, belleza y bienestar, todo en uno. ([www.hifasdaterra.com](http://www.hifasdaterra.com)). ✱



Con sello gallego,  
Optimum aúna  
belleza y vitalidad  
en un solo frasco.

## LO MEJOR *de* LA TIERRA Y EL MAR



A raíz de la pandemia sanitaria, el consumo de nutricosmética ha aumentado en nuestro país. El 75,1% de la población española afirma haber tomado durante el último año algún tipo de suplemento, según un informe presentado por la Academia Española de Nutrición y Dietética. Con más de dos décadas de experiencia en investigación y desarrollo, la firma afincada en Pontevedra crea complementos alimenticios desde una perspectiva medicinal y con hongos como protagonistas, cuyas propiedades antioxidantes e inmunomoduladores son únicas para la prevención y remisión de patologías.