

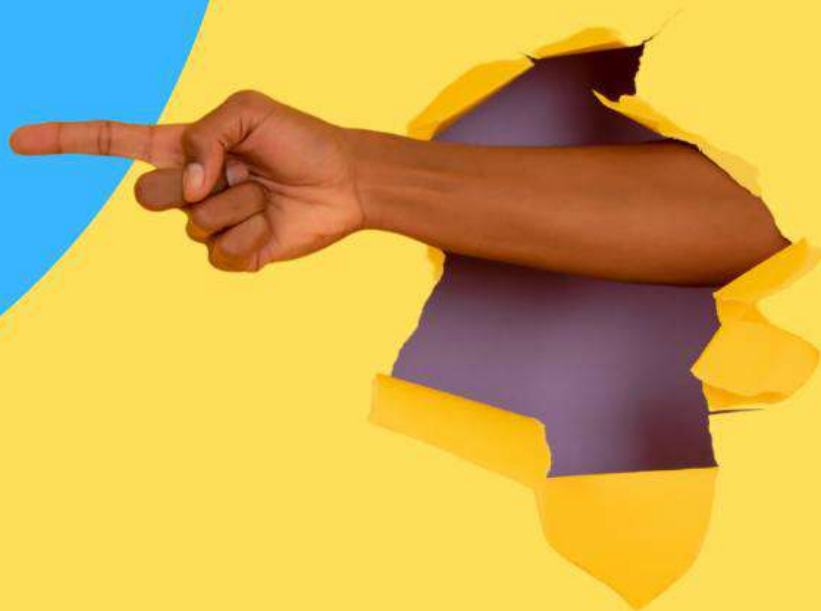
Bevo un bicchiere...

così mi rilasso!



È davvero così?

NO!



Cosa succede in realtà?

**L'alcol ha un effetto sedativo
il rilascio di GABA ci fa sentire**

rilassati

disinibiti

euforici

**per questo sembra che i
problemi "spariscano"**

Effetto paradosso

**in realtà, quando svanisce
l'effetto, il nostro corpo
riduce il rilascio dei GABA
con riduzione del senso di
rilasatezza e...**

***ansia e tensioni
aumentano!***

*Quindi come possiamo
stimolare il GABA
naturalmente?*

**Scopriilo continuando a
seguirci!**

