

**1 Attimo**  
**INFORMA**  
urban wellness company

**1 Attimo**  
**INFORMA**  
urban wellness company

**Keto**  
collection

*Scopri il potere della dieta keto: energia, focus e forma fisica*

La dieta keto (o chetogenica) è un regime alimentare a basso contenuto di carboidrati e ad alto contenuto di grassi. L'obiettivo è indurre uno stato di chetosi, in cui il corpo utilizza i grassi come principale fonte di energia al posto del glucosio. È spesso seguita per perdere peso, migliorare la concentrazione e controllare i livelli di zucchero nel sangue.

