

# Lacto



اپلیکیشن لاکتو را دانلود کنید

## رژیم‌ها جواب نمی‌دهند؟

وقت یک راه حل واقعاً شخصی است!

رژیم غذایی شخصی‌سازی شده در اپلیکیشن **لاکتو**

زیر نظر **دکتر سوده رازقی**، استاد دانشگاه علوم

پزشکی شهید بهشتی

## چرا لاکتو متفاوت است؟

شخصی‌سازی بی‌نظیر: برنامه منطبق بر نیازها و عملکرد

بدن شما

بهره‌مندی از کوچینگ و پشتیبانی ۲۴ ساعته بهترین

متخصصین تغذیه در ترکیب با ابزارهای دقیق هوش مصنوعی

✓ نتیجه پایدار بدون کالری‌شماری

✓ اصلاح سبک زندگی در مسیر سلامت

با **لاکتو** نسخه بهتری از خودتان بسازید.

 lacto\_.app

 lactoapp

[www.lacto.ir](http://www.lacto.ir)

هدف ما رسیدن شما به سبک زندگی سالم و لذت بخش است.

پلتفرم سلامتی هوشمند که برنامه‌ای منحصر به فرد برای بدن، متابولیسم و حتی میکروبیوم روده شما طراحی می‌کند.

🎯 نتیجه پایدار: خداحافظی با چرخه رژیم و بازگشت وزن.

🌿 سلامتی همه جانبه: بهبود تغذیه، انرژی، خواب، کاهش استرس و مشکلات گوارشی - همه با هم!

🧠 مبتنی بر علم روز: طراحی شده بر اساس آخرین دستاوردهای علمی با امکان تحلیل میکروبیوم.

💡 راهنمایی هوشمند روزانه: برنامه های روزانه توسط کوچ برای حفظ انگیزه و ادامه مسیر.

😊 آسان و سازگار: برنامه‌ای که با زندگی پرمشغله و شرایط سلامت شما هماهنگ است.

## برای چه کسانی ایده آل است؟

- خواهان کاهش وزن پایدار و علمی.
- مدیریت سبک زندگی در بیماری های مزمن
- مثل : دیابت، فشار خون، کبد چرب، PCOS و...
- در جستجوی انرژی بیشتر و حال بهتر.

👉 همین امروز مسیر جدید سلامتی‌ات رو با لاکتو شروع کن!



[www.lacto.ir](http://www.lacto.ir)

آماده‌ای بهترین خودت باشی؟

