

NEWSLETTER HERBALIFE

Ce este bine pentru tine?



A fi sănătos este, uneori, mai ușor de spus decât de făcut. Având în vedere atâtea informații nutriționale contradictorii existente pe piață, poate fi foarte confuz să știi ce este într-adevăr bine pentru tine.

Dacă îți sunt clare cele câteva principii nutriționale sănătoase, cum ar fi cele 5 mese mici consumate pe parcursul zilei – trei mese principale, plus 2 gustări sănătoase, îți mai rămâne să te lămurești ce ar trebui să conțină fiecare dintre acestea și cu ce stil de viață este mai bine să le asezonezi.

Înainte de a alege conținutul fiecărei mese, este bine să te gândești ce anume tolerează mai bine organismul tău. Multe alimente cunoscute ca fiind extrem de sănătoase pot provoca însă intoleranța alimentară. Printre acestea se numără **laptele, glutenul și soia.**

Intoleranța alimentară apare în momentul în care organismul nostru nu mai digeră în mod normal o serie de alimente. Totul se întâmplă din cauza faptului că organismul nu produce o serie de enzime în cantități normale. Intoleranța alimentară poate să apară la orice vârstă și se poate manifesta o perioadă scurtă sau poate fi cronică. Dacă simptomele de intoleranță alimentară nu sunt identificate la timp, ea se poate transforma într-o problemă majoră pe parcursul vieții.

Când mănâncă anumite alimente, persoanele cu o astfel de sensibilitate se confruntă cu tulburări digestive, migrene și chiar cu șoc anafilactic.



NEWSLETTER HERBALIFE



Intoleranța la lactoză este incapacitatea de a metaboliza lactoza, din cauza lipsei de enzime lactaze necesare în sistemul digestiv. Lactoza este un îndulcitor ce se regăsește în mod natural în lapte.

- Este estimat că 75% din adulții din întreaga lume manifestă o scădere a activității lactazei în perioada maturității**



Intoleranța la gluten apare atunci când organismul reacționează anormal la gluten, o proteină care se găsește în grâu, secară, orz și ovăz.

- În Europa, aproximativ 1 persoană la fiecare 250 – 300 de persoane manifestă intoleranță la gluten***



Intoleranța la soia este incapacitatea de a digera în întregime proteina din soia. Soia se găsește în multe produse vegetale, în supă miso, în unele tipuri de ciocolată și uleiuri vegetale.

- Alergia la soia afectează 0.5% din populația lumii****

Restricțiile alimentare impuse de anumite nevoi specifice, cum ar fi diverse intoleranțe sau regimuri vegetariene, pot afecta calitatea nutriției, greutatea corporală, varietatea dietei și pot crea senzația de foame.

Shake-ul F1 fără alergeni

Shake-ul F1 fără alergeni este masa ta sănătoasă într-un pahar, îți permite să îți respecti nevoile specifice, să mănânci echilibrat, nutritiv, gustos și variat. Îți asigură energie și o senzație confortabilă de sațietate.

Fără

soia, lactoză și gluten

Un produs care răspunde nevoilor tale specifice:

- pentru vegetarieni;
- pentru persoanele cu intoleranță la gluten, lactoză sau soia.

Shake-ul F1 fără alergeni este masa ta sănătoasă într-un pahar

- Cu un echilibru excelent de proteine și nutrienți cheie, pentru energie susținută;
- Conține 22 de vitamine și minerale, totul cu mai puțin de 230 kcal per porție;
- Conține antioxidanți, fibre și plante aromate, care îți protejează sănătatea, precum și Pisane®, o proteină vegetală din mazăre;
- Conține extracte de rodie și afine;
- Aromă delicioasă de vanilie.



Fără gluten



Fără soia



Fără lactoză



IG scăzut



Poți comanda Shake-ul F1 fără alergeni prin intermediul unui Distribuitor Independent Herbalife. Pentru mai multe informații, vizitează site-ul www.herbalife.ro.

NEWSLETTER HERBALIFE

Shake-ul Formula 1 fără alergeni**Fără**
soia, lactoză și gluten**Alegerea perfectă pentru orice moment al zilei:****Nutritie sănătoasă:**

- Mic dejun ideal, gustos și sănătos;
- O masă nutritivă și sățioasă, la orice oră;

Pentru controlul greutății:

- Înlocuiește 2 mese pe zi cu câte un Shake F1.

Rețete diverse, pline de culoare și gust, masa ta gata în 30 de secunde:

Adaugă două linguri de shake F1 (26 g) în 250 ml de lapte, suc de fructe, lapte de soia sau iaurt, adaugă fructe proaspete, amestecă bine și **SAVUREAZĂ!**

Atenție! ține cont de restricțiile specifice când alegi lichidul pentru shake.

Pentru un shake fără soia și gluten:

Amestecă două linguri (26 g) de pudră cu 250ml de lapte de vacă semidegresat.

Pentru un shake fără lactoză și gluten:

- Amestecă două linguri (26 g) de pudră
- cu 250 ml de lapte de soia



Distribuitorul dvs. Independent Herbalife este :

Planul tău de sănătate pentru o viață întreagă începe **ASTĂZI**

Gama excelentă de produse de nutriție, controlul greutății și îngrijire corporală Herbalife este susținută de servicii personalizate, prietenoase și de o garanție de returnare a banilor în 30 de zile. Pentru mai multe detalii, consultați ultima Broșură de Produse.