

Salvado y Hierbas

Núcleo Esencial ShapeWorks™

Esta avanzada fórmula científica viene de ingredientes totalmente naturales y diseñados para ayudar de forma segura a un control efectivo de peso. Expertos científicos en nutrición recomiendan un aumento en el consumo de fibra en la dieta diaria y menores grasas y calorías, para ayudar a mantener el bienestar y regular el peso. Esto es particularmente importante en una dieta con más proteínas.

¿Qué es la fibra?

La fibra es el residuo no digerible de los carbohidratos de los alimentos. Existen dos tipos: soluble y disoluble. Las solubles son suaves y blandas – por ejemplo judías o gachas; no solubles, son duras y más ásperas, tales como el salvado.

¿Qué hace de bueno la fibra?

Una buena ingesta de fibra diariamente reduce el tiempo que la comida pasa en el tracto intestinal. La fibra, de forma diaria, puede ayudar a acelerar el paso de la comida y así ayudar en la eliminación de residuos y toxinas del cuerpo.

¿Cuál es la cantidad diaria recomendada?

Se recomienda 25-35 gramos o más. Actualmente, la cantidad típica que consume un europeo es de sólo 12-15 gramos. Deberías consumir aproximadamente el equivalente a 25 rebanadas de pan integral para tomar 35 gramos de fibra.



¿Qué ocurre si no se consume fibra suficiente?

Las investigaciones demuestran que la carencia de fibra es un factor importante en muchos problemas de salud.

¿Cómo pueden ayudar el Salvado y las Hierbas?

Pueden ayudar a mantener el proceso de eliminación y colaboran en la disolución de grasa para digerirla.



Expertos científicos en nutrición recomiendan un aumento de fibra en la dieta diaria

¡Pide ahora Salvado y Hierbas a tu Distribuidor!
#3114

 **ShapeWorks™**

Estudio de peso personalizado para unos óptimos resultados.

Herbalife es un líder mundial con 25 años de experiencia en el sector de la gestión de peso y nutrición, ofreciendo una categoría de productos que apoyan una vida saludable.

Pide a tu Distribuidor más hojas de producto y coleccionalas

Tu entrenador personal es:

Distribuidor Independiente Herbalife

Todos los productos y nombres comerciales seguidos de ® o ™ son marcas registradas o pendientes de registro de Herbalife Corporation Ltd. Todos los derechos reservados.

 **HERBALIFE®**