



Shake nutritiv cu aroma de ciocolata 500 gr NUTRIFIC FIT

SHAKE-ul NUTRITIV CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT este un supliment alimentar excepțional, adjuvantul ideal în: Cure de slăbire, obezitate, celulită, supraponderalitate (greutate mai mare decât cea normală), remodelare corporală, bodybuilding, fitness, dar nu numai.

Shake-ul proteic de la Nutrific Fit este o gustare delicioasă, bogată în fibre și cu indice glicemic scăzut. **Compoziția echilibrată**, printre altele,

cu 11 vitamine, 11 minerale, proteine din lapte și soia și doi compuși bioactivi (inulină și acid linoleic conjugat (CLA)) dovediți științific ca având efecte benefice în promovarea reducerii greutății corporale și promovarea remodelării corporale, **îl recomandă ca înlocuitor de masă sănătos și sățios, potrivit pentru persoanele care vor să piardă în greutate sau să o mențină în parametrii doriți, sportivilor, dar și celor care își doresc îmbunătățirea alimentației zilnice.**

Inulina este o fibră alimentară funcțională, un carbohidrat care a uluit comunitatea științifică mondială. Mai exact, este un fructan - o substanță prebiotică alcătuită dintr-un ansamblu de molecule de fructoză atât de bine legate între ele, încât îi permit acestora să treacă nedigerată prin stomac și intestinul subțire. Odată ajunsă în colon, inulina este fermentată de bacterii, care o convertesc în acizi grași cu lanț scurt, aducând astfel beneficii multiple și majore sănătății, de la nivel digestiv până la nivel psiho-mental, (*referințe*: este antioxidantă: *Hong-Mei Shang et al., 2018*; prebiotică: *Kolida et al., 2020*; modulează (armonizează) flora intestinală și îi îmbunătățește funcțiile metabolice, îmbunătățește bariera mucoasei intestinale, are proprietăți antiinflamatoare și poate chiar preveni tulburările intestinale inflamatorii cronice: *Guarner, 2005*; scade lipogeneza hepatică (procesul prin care glucoza și alte substanțe, provenite din carbohidrații din dietă, sunt transformate în organism, în grăsimi): *Letexier et al., 2003*; este benefică în ameliorarea constipației: *Yurrita et al., 2014*; *Marteau et al., 2011*; îmbunătățește profilul glicemic și lipidic (reduce hemoglobina glicată (HbA1c), colesterolul total, trigliceridele și colesterolul LDL, crescând în același timp colesterolul benefic HDL): *Dehghan et al., 2013*, printre multe altele).

În cadrul studiului clinic randomizat, simplu-orb, controlat cu placebo Hiel et al., 2020, inulina s-a dovedit capabilă să favorizeze pierderea în greutate la pacienții obezi, eficiența acestora fiind relaționată cu impactarea și modularea florei intestinale. Și nu este de mirare faptul că eficiența ei stă în acțiunea la nivelul florei intestinale, pentru că noile descoperiri pun în evidență faptul că boli deosebit de grave (de la obezitate până la schizofrenie) pot avea drept factori cauzatori sau favorizanți anomalii ale microbiomului intestinal (flora intestinală și materialul ei genetic), *referință*: *Cryan et al., 2019*.

Acidul linoleic conjugat (CLA) - gras, polinesaturat - **este cu adevărat un acid gras special și polivalent.** Efectele sale nu se rezumă numai la remodelare corporală, el fiind un agent antiobezogen și anticelulitic excelent, ci ajung în profunzime, de vreme ce acesta are inclusiv efecte anticancerigene și antiaterosclerotice extrem de puternice, printre multe altele (referință: *den Hartigh, 2019*). **Acidul linoleic conjugat (CLA) este, însă, celebru în întreaga lume, mai ales în industria fitness-ului, datorită capacității lui de a remodela corpul, de a-l ajuta să devină suplu și elegant.**

O multitudine de studii clinice au fost realizate, demonstrând capacitatea acidului linoleic conjugat de a reduce masa de grăsime corporală, colesterolul total și LDL și chiar gradul de obezitate, printre altele (referințe: *Gaullier et al., 2005; Gaullier et al., 2004; Blankson et al., 2000; Chen et al., 2012; Watras et al., 2007*).

Administrat pe fondul îmbunătățirii stilului de viață, shake-ul nutritiv (de slăbit) cu aromă de ciocolată de la Nutrific Fit potențează substanțial efectele benefice ale exercițiilor fizice, ale masajului și ale unui regim dietetic hipocaloric, variat și echilibrat, producând o scădere în greutate și mai marcantă.

CUM ACȚIONEAZĂ SHAKE-ul NUTRITIV (de slăbit) CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT (500 G)

Savurați shake-ul Nutrific Fit în fiecare zi ca opțiune pentru o masă sănătoasă. Fiecare shake cu aromă de ciocolată conține toate substanțele nutritive necesare pentru a înlocui o masă echilibrată pe zi, cu calorii reduse.

Acțiunea terapeutică a **SHAKE-ului NUTRITIV (de slăbit) CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT** este polivalentă și versatilă:

- **contribuie la menținerea greutății corporale normale** (permite controlul ușor al greutății) și **ajută la menținerea indicelui de masă corporală în intervalul normal;**
- **ajută la stoparea stocării grăsimilor și la menținerea masei musculare prin utilizarea grăsimilor ca sursă de energie** (se evită astfel apariția efectului "yo-yo" (revenirea la greutatea inițială));
- **reduce activitatea enzimatică necesară celulelor adipoase pentru a extrage grăsimile din sistemul vascular și crește activitatea enzimatică responsabilă cu arderea acelor grăsimi** (grăsimile sunt arse și transformate în energie);
- **reduce absorbția de noi grăsimi în organism și ajută la reducerea în volum a celulelor adipoase;**
- **ajută organismul să descompună și să ardă mai multe celule de grăsime** (intensifică arderea grăsimilor);
- **susține remodelarea corporală și ajută la menținerea și creșterea masei musculare;**

- **stimulează metabolismul și previne depozitarea grăsimii în exces;**
- **asigură suportul unui nivel optim al lipidelor în sânge** (reduce colesterolul);
- **susține nutriția corectă și sănătoasă și asigură conținutul zilnic necesar de proteine** și un aport caloric de 200 kcal la fiecare masă;
- **dezvoltă musculatura și îmbunătățește performanțele sportive;**
- **contribuie la o definiție mai bună a mușchilor în urma pierderii de greutate;**
- **ajută la reducerea semnificativă a centimetrilor din talie;**
- **oferă o senzație prelungită de sațietate, reglează apetitul și scade pofta de dulce;**
- **vitaminizează și mineralizează organismul, îl hrănește, îl revitalizează și îl fortifică;**
- **este prebiotic**, impactează pozitiv cantitatea, calitatea, distribuția și activitatea metabolică a florei intestinale (hrănește bacteriile bune «probiotice» ale microbiotei intestinale și îmbunătățește echilibrul acestora, prin aceasta modulând sistemul imun);
- **îmbunătățește capacitatea organismului de a răspunde la stres** (are efect antistres);
- **oferă vitalitate și energie** (este revitalizant și energizant);
- **susține și îmbunătățește funcțiile digestive** (digestia, tranzitul intestinal, microbiota, etc.);
- **are proprietăți antioxidante** (are efect antiîmbătrânire, reduce efectele peroxidării lipidelor și generarea de radicali liberi, crește capacitatea antioxidantă a organismului, reduce stresul oxidativ, reduce efectele negative ale radicalilor liberi asupra organismului atât prin consumarea speciilor reactive de oxigen (SRO), cât și prin creșterea activității enzimelor antioxidante, protejează organele interne de degradarea prematură);
- **susține sistemul imunitar** (crește și îmbunătățește răspunsul acestuia), **printre multe altele.**

SHAKE NUTRITIV (de slăbit) CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT (500 G) SE RECOMANDĂ CA ADJUVANT ÎN:

Cure de slăbit

Obezitate

Celulită

Supraponderalitate (greutate mai mare decât cea normală)

Remodelare corporală

Bodybuilding

Fitness

COMPOZIȚIA SHAKE-ului NUTRITIV (de slăbit) CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT (500 G)

Izolată proteică din soia, concentrat din proteină de lapte, fructoză, maltodextrină, fibre vegetale (inulină), pudră de cacao, emulgator (lecitină din soia), acid linoleic conjugat (CLA), vitamine (vitamina A, vitamina B₁, vitamina B₂, vitamina B₃, vitamina B₆, vitamina B₉, vitamina B₅, vitamina B₇ (D-biotină), vitamina E, vitamina C, vitamina D₃), minerale (picolinat de zinc, fumarat feros, gluconat de mangan, gluconat de cupru, iodură de potasiu, citrat de potasiu, selenit de sodiu, fosfat de magneziu, calciu, fosfor), amilopectina, agent antiaglomerant (dioxid de siliciu), arome, pudră de miere, agent de îngroșare (guma de guar, guma xantan și celuloză microcristalină), fosfat de calciu și îndulcitori (zaharină și sucraloză).

ATENȚIE: Shake-ul poate conține urme de gluten și ouă. **Conține LAPTE ȘI SOIA!**

MOD DE PREZENTARE ȘI LIVRARE: Pachet format dintr-un recipient închis ermetic care conține 500 G de produs (supliment alimentar).

RECOMANDARE DEPOZITARE: Păstrați shake-ul bine închis ermetic, în ambalajul original, într-un loc uscat, la temperatura camerei, ferit de lumina directă a soarelui și de umezeală.

SHAKE-ul NUTRITIV (de slăbit) CU aromă de CIOCOLATĂ de la NUTRIFIC FIT este un produs 100% natural. Orice produs 100% natural nu poate fi standardizat din prisma proprietăților organoleptice; așadar, pot exista variații privind mirosul, aspectul sau culoarea de la un lot la altul; acest fapt nu influențează cu nimic siguranța și eficiența produsului. Pentru asigurarea biodisponibilității, eficienței și siguranței corespunzătoare, fiecare lot de materie primă și de produs finit sunt supuse unui proces de verificare extrem de riguros.

MOD DE FOLOSIRE ȘI ADMINISTRARE

Se dizolvă 26g de produs (umpleți cupa până la gradăția de 40 ml) în 225 ml de lapte semidegrosat și se amestecă până la dizolvarea completă. Se consumă un pahar cu apă înainte și după ingestie.

Savurați un shake Nutrific Fit în fiecare zi, echivalent cu o masă sănătoasă, săracă în calorii. Poate înlocui micul dejun sau prânzul!

Nu este recomandat ca înlocuitor de cină. Nu se recomandă administrarea după ora 18.

Administrat la ore târzii, prin acțiunea lui tonico-stimulentă, la unele persoane poate decala, cu 1 până la 3 ore, ora normală de adormire (trecerea în starea de somn).

Produs de înlocuire a mesei pentru controlul greutății, care hrănește în mod optim organismul. **Fiecare shake cu aromă de ciocolată conține toate substanțele nutritive necesare pentru a ÎNLOCUI O MASĂ ECHILIBRATĂ pe zi, cu calorii reduse (200 Kcal pentru fiecare masă).**

Se recomandă administrarea Shake-ului nutritiv cu ciocolată de la Nutrific Fit în cure de minim 1 lună, optim 3 luni (în funcție de rezultatele dorite), cu pauză 14 zile, după care se poate relua administrarea pentru încă 1-3 luni. În funcție de rezultatele obținute după cura de până la 3 luni, dacă nu sunt cele așteptate, administrarea se poate extinde până la 6 luni. Consultați medicul, terapeutul sau nutriționistul pentru aviz, dar și pentru îndrumări suplimentare.

ATENȚIE: Acest produs este destinat să înlocuiască o masă sau o gustare hiperproteică în dietele de control al greutateii. Se recomandă a fi însoțit de o dietă săracă în calorii, variată și echilibrată. Este recomandat să consumați multe lichide pe tot parcursul zilei. Hidratarea optimă este benefică și esențială în curele de slăbire.

În formulă complexă, polivalentă, FORTE:

Se administrează Shake-ul împreună cu Suplimentul natural Chitosan de la Nutrific Fit și Suplimentul reducerea senzației de foame de la Nutrific Fit, astfel:

SUPLIMENTUL NATURAL CHITOSAN de la NUTRIFIC FIT: 2 capsule, cu minim 30 de minute înainte de micul dejun, prânz și cină, pe stomacul gol, cu 1-2 pahare de apă (minim 200 ml, maxim 400 ml de apă).

SUPLIMENTUL REDUCEREA SENZAȚIEI DE FOAME de la NUTRIFIC FIT: 2 capsule, cu minim 30 de minute înainte de micul dejun, prânz și cină, pe stomacul gol, cu 1-2 pahare de apă (minim 200 ml, maxim 400 ml de apă), concomitent cu suplimentul natural chitosan de la Nutrific Fit.



Se recomandă administrarea suplimentelor în cure de minim 1 lună, optim 3 luni (în funcție de rezultatele dorite), cu pauză 14 zile, după care se poate relua administrarea pentru încă 1-3 luni. În funcție de rezultatele obținute după cura de până la 3 luni, dacă nu sunt cele așteptate, administrarea se poate extinde până la 6 luni. În studiile clinice, Chitosanul, Glucomannanul și Garcinia cambogia au fost folosite cu succes pe o perioadă cuprinsă între 2 și 6 luni, consecutiv. Consultați medicul, terapeutul sau nutriționistul pentru aviz, dar și pentru îndrumări suplimentare.

Chitosanul se administrează la un interval de 2 până la 4 ore față de medicamente alocate sau suplimente alimentare pe bază de vitamine liposolubile și acizi grași esențiali, pentru a nu interfera cu absorbția acestora.

Suplimentar, se pot administra și cu Păstură ALBeeNA sau Polen crud poliflor (proaspăt, congelat) ALBeeNA, astfel:

PĂSTURĂ ALBeeNA: 1 lingură pe zi (10g), la 1 oră după micul dejun, în cure de 3 luni, cu pauză 4 săptămâni, după care se poate relua cura (se pot face 3 cure pe an, dar nu mai puțin de 2, pentru efect terapeutic optim). Păstura se mestecă în gură și se înghite. Are un gust dulce-acrișor spre amărui foarte plăcut. În primele 7 zile se poate crește doza treptat, de la o lingură la două, pentru acomodarea organismului.

sau

POLEN CRUD POLIFLOR (proaspăt, congelat) ALBeeNA: 1 lingură la prânz (10g), între mese (la minim o oră după prânz, dar nu mai târziu de ora 16, cel târziu ora 18), ca atare sau cu puține fructe sau iaurt, în cure de 3 luni, cu pauză 4 săptămâni, după care se poate relua cura (se pot face 3 cure pe an, dar nu mai puțin de 2, pentru efect terapeutic optim).

Pentru a stimula la maxim și a ușura absorbția completă, rapidă, fără prea mare efort din partea organismului, la nivelul tubului digestiv, a polenului crud poliflor ALBeeNA, acesta se poate predizolva în apă de izvor, suc de fructe (lămâie, grapefruit, măr, etc.) sau chiar în kefir, timp de minim 20-30 de minute în proporția de 5 la 1: pentru 10 g de polen se folosesc 50 de ml de apă, suc sau kefir. Apoi se consumă conform instrucțiunilor anterioare.

Păstura, considerată de foarte mulți cercetători drept cel mai valoros produs apicol, este un aliment-medicament natural care conține toți nutrienții esențiali de care are nevoie un corp uman perfect sănătos.

Păstura ALBeeNA, crudă (proaspătă), 100% naturală, este atât de complexă și puternică, încât ar putea susține singură viața (de pildă, poate înlocui din dietă carnea și produsele lactate). Consumată în mod regulat, aceasta contribuie la menținerea stării optime de sănătate fizică, psihică și mentală, pentru că este: simbiotică (prebiotică și probiotică), hepatoprotectoare, antianemică, antimicrobiană, antioxidantă, enzimatică, imunostimulatoare, imunomodulatoare, antitoxică, anticancerigenă, antiinflamatoare și antidiabetică, printre multe altele.

Impactul păsturii ALBeeNA asupra organismului este deosebit de profund. Și nu este de mirare, de vreme ce aceasta conține un număr remarcabil de microorganisme benefice, peste 200 de specii diferite, lactobacili, bifidobacterii, fungi, drojdii, etc., care armonizează în timp microbiomul intestinal, stimulând instalarea treptată a eubiozei (starea de echilibru

intestinal). Noile descoperiri pun în evidență faptul că boli deosebit de grave (de la obezitate până la schizofrenie) pot avea drept factori cauzatori sau favorizanți anomalii ale microbiomului (flora intestinală și materialul ei genetic), *referință: [Cryan et al., 2019](#)*.

Dr. Verica Milojkovic, Specialist în Medicină Generală, Api-fitoterapeut autorizat, Președinte al Societății Sârbe de Apiterapie și membru executiv al Federației Internaționale de Apiterapie, afirmă următoarele despre păstură: **“este posibil ca oamenii să țină diete de slăbit cu utilizarea păsturii fără teama de efecte secundare, în același timp starea lor de sănătate putând să se îmbunătățească”**.

Polenul crud poliflor (proaspăt, congelat) ALBeeNA este extraordinar de HRĂNITOR (poate fi folosit ca supliment alimentar dietetic funcțional, pentru că este un aliment viu, complet), *referințe: [Yucel et al., 2019](#); [Komosinska-Vassev et al., 2015](#); [Kieliszek et al., 2018](#); [Sig, 2019](#)*.

Surprinzător sau nu, **proteinele se găsesc în polenul crud poliflor într-o proporție mai mare decât în carne, în timp ce aminoacizii sunt de 3 ori mai abundenți decât în carne, brânză sau ouă** (30 de grame de polen acoperă necesarul zilnic de aminoacizi pentru o persoană adultă – aminoacizii absorbindu-se direct, fără ca organismul să mai depună vreun efort). 30 de grame de polen crud poliflor echivalează cu consumul a peste 1 kg de broccoli (tocmai de aceea, este ideal pentru vegetarieni și vegani, putând să înlocuiască fără probleme carnea, produsele lactate și ouăle).

Polenul crud poliflor poate fi folosit chiar și ca unică hrană, pe tot parcursul curei de slăbit, atât de complet, viu și puternic este. În anul 2009, la vârsta de 47 de ani, apiterapeutul portughez Antonio Couto s-a decis să consume, timp de 6 luni de zile, în loc de alimentele uzuale, doar polen (250g/zi) dizolvat în unele sucuri de fructe, puțin lăptișor de matcă, miere și propolis. În toată această perioadă și-a desfășurat viața în mod normal, s-a simțit bine, analizele de sânge realizate lunar au fost normale (colesterolul i s-a normalizat în prima lună), iar greutatea lui a scăzut cu 7 kg.

Nu consumați păstură sau polen crud poliflor dacă sunteți alergici / intoleranți / hipersensibili la produse apicole.

CONTRAINDICAȚII ȘI ATENȚIONĂRI

A nu se folosi dacă sigiliul de siguranță este deteriorat sau lipsește.

A nu se lăsa la îndemâna și vederea copiilor mici.

A nu se depăși doza recomandată pentru consumul zilnic.

A nu se administra persoanelor sub 18 ani decât cu acordul și sub supravegherea medicului curant.

Contraindicat persoanelor care sunt hipersensibile / intolerante sau alergice la soia, lapte, fructoză, cacao, miere sau unul dintre celelalte ingrediente, ca de altfel și femeilor însărcinate, celor care alăptează, diabeticii și suferinzilor de sindrom

metabolic.

Consultați medicul înainte de a începe administrarea acestui supliment dacă suferiți de comorbidități (boli cronice grave, asociate) sau dacă vă administrați combinații de medicamente alocate.

Dacă simptomele persistă sau se agravează încetați administrarea și consultați medicul. Suplimentele alimentare nu înlocuiesc o dietă variată și echilibrată și un mod de viață sănătos.