

PureNourish

E para a solução de uma nutrição completa temos o **PureNourish!**

Este substituto de refeição inclui:

- proteína 100% vegetal, de ervilha, arando e amêndoa
 - 28% de fibra necessária por dia
 - 14 vitaminas e minerais
 - probióticos, prebióticos e enzimas.
-
- . É livre de transgênicos
 - . sem produtos lácteos, sem soja e sem glúten
 - . sem aromas ou corantes artificiais
 - . baixa glicémia
 - . baixas calorias (110 por refeição)

PureNourish fornece uma combinação de proteínas vegetais de fácil digestão, que inclui a proteína da ervilha, do arando e da amêndoa, ajudando a construir massa muscular magra.

A proteína é essencial para uma boa saúde. De acordo com a Escola de Saúde Pública de Harvard, a falta de proteínas pode levar à perda de massa muscular, diminuição da imunidade, problemas cardíacos e respiratórios. Além disso, esta pesquisa constatou que as proteínas extraídas da ervilha podem fornecer um suporte natural para a pressão arterial e saúde renal.

PureNourish fornece 28% das necessidades diárias de fibras, bem como 14 vitaminas e minerais.

Numa dieta rica em fibras há menos propensão para ganhar peso. As fibras também suportam um colesterol saudável e mantêm os níveis de açúcar normais no sangue.

PureNourish deve ser guardado em local seco e fresco.

Preparação

- Misture 2 colheres (33,8 gramas) de pó com 225 ml de água fria. Agite, vigorosamente, para misturar. Para um batido mais cremoso, pode usar iogurte líquido magro, leite de amêndoa, de soja ou de coco.

No caso de o objetivo não ser apenas a redução de calorias, poderá juntar igualmente fruta que através da fibra lhe dará mais tempo sem sentir fome.

Veja abaixo as perguntas e respostas sobre a utilização do PureNourish

PERGUNTAS & RESPOSTAS PURENOURISH

Posso usar PureNourish como suplemento de refeição?

Sim, PureNourish pode ser usado tanto como substituto de refeição como suplemento para ganhar peso.

Posso acrescentar sabores aos meus lanches PureNourish ou suplementos de refeição?

Sim, você é livre para adicionar fruta ao PureNourish, assim como leites light de amêndoa, leite de coco, leite desnatado ou leite de soja (em vez de água). Encontra receitas para refeições PureNourish em: www.healthconceptsint.com e www.ariix.com

Variedade é a chave para o sucesso e nós encorajamo-lo a que crie as suas próprias receitas através da experimentação de diferentes frutas de baixo índice glicémico. Não se esqueça de acrescentar as calorias dos alimentos que adiciona.

Como posso usar PureNourish para ajudar a atingir e manter o meu peso saudável?

O PureNourish pode ser usado, de forma muito eficaz, com o Programa Vida Saudável, para ajudar as pessoas a estabelecer e manter o seu peso saudável.

As dietas falham 98% das vezes. No entanto, o Sistema de Gestão de Peso ARIIX salienta que esta não é uma dieta, mas um estilo de vida saudável. Usando PureNourish para substituir duas refeições, por dia, juntamente com uma refeição de baixo índice glicémico regular e um lanche, você pode, efetivamente, melhorar e estabelecer firmemente uma vida saudável.

Durante quanto tempo se pode usar, com segurança, PureNourish?

Devido aos benefícios do PureNourish pode-se usar com a frequência e durante o tempo que você desejar.

Devo tomar probióticos e/ou enzimas digestivas com PureNourish?

Muitas empresas exigem a compra de enzimas digestivas e probióticos separadamente. ARIIX, no entanto, inclui enzimas digestivas e probióticos no PureNourish e, por essa razão, não tem que os adicionar.

Os nossos produtos não são destinados a diagnosticar, tratar, curar ou prevenir qualquer doença.

Ray Strand, MD