

Natu VITTA

Dieta Simplificada com Guaraná e Prodemix / Mix Albumina

- ◆ Prodemix
- ◆ Mix Albumina
- ◆ Resvera-Vitis
- ◆ Toffee de Guaraná
- ◆ Guaraná em Cápsula
- ◆ Guaramel com Cereais
(Guaraná com Mel e Cereais)
- ◆ Guaramel



NOME:

PESO:

PRESSÃO ARTERIAL:

IDADE:

DATA:

Recomendações

- 1 Procure mastigar completamente os alimentos.
- 2 Não são necessários produtos dietéticos
- 3 Pães e torradas, de glúten e centeio, são totalmente contraindicados.
- 4 Tome água e chá a vontade: uma boa média diária é de 8 à 10 copos (200ml).
- 5 Use adoçante artificial à gosto.
- 6 Os condimentos e temperos também poderão ser usados à gosto.
- 7 Leite, sucos de frutas, e frutas exceto bananas e uvas, podem ser consumidos; porém limitados a uma porção de cada, ao dia.
- 8 Só coma se realmente estiver com fome: elimine a gula do seu dicionário.
- 9 Use sal moderadamente.
- 10 O objetivo desta dieta é a perda de peso com equilíbrio. Por isso é fundamental a sua reeducação alimentar. Evite os carboidratos como: farinhas, arroz, feijão, massas, doces, refrigerantes, pães, torradas, batatas, bolachas de todos os tipos, milho, mandioca, abóbora, beterraba, ervilha, grão de bico, lentilha, polenta, pizzas, pasteis, salgadinhos e bebidas alcoólicas. Em situações inevitáveis, use somente as bebidas destiladas, em pequenas doses. Não consumir nunca as bebidas fermentadas, como chope e cerveja, por exemplo.
- 11 Diante de qualquer dúvida, consulte o médico. Enquanto você não atingir sua meta de emagrecimento, continue seguindo rigorosamente estas recomendações.

Café da manhã

Comece o seu dia tomando 1 copo grande (350ml) de leite ou de suco de frutas de sua preferência. No caso de suco de laranja, use apenas 2 unidades da fruta e complete o restante do copo com água. Misture 2 colheres de sopa de **PRODEMIX** utilizando o liquidificador ou batendo o produto diretamente no copo, com o auxílio de uma colher. Pode variar, substituindo esta mistura por uma xícara de café com leite (150ml), acompanhada de qualquer tipo de queijo.

Lanches

Apenas se sentir fome durante a manhã, coma 1 laranja ou tangerina, inclusive o bagaço, ou outra fruta equivalente. Pode substituí-la por uma colher de chá de **GUARAMEL** (Guaraná com Mel de Abelhas) ou por 1 colher de sobremesa de **GUARAMEL COM CEREAIS** (Guaraná com Mel de Abelhas, Fibras de Frutas e Cereais Liofilizados) ou, ainda, por 1 - 2 **TOFFEE DE GUARANÁ** sendo que em ambos os casos, acompanhados por 1-2 copos (300 ml) de água gelada.

Almoço

Esta é uma refeição de grande importância para você suprir o seu organismo das necessidades básicas diárias. Mas exige de você também um cuidado especial, para que ela não comprometa sua dieta. **Você pode comer "à vontade", desde que de forma moderada: carne, peixe, vísceras, frango, verduras, legumes crus e ovos cozidos.** Quanto a temperos e condimentos, use-os a seu gosto.

Jantar

Consuma qualquer dos alimentos aconselhados acima para o almoço. Ou tome uma **sopa de legumes sem qualquer tipo de massa, ou uma canja de galinha sem arroz**, adicionando 2 - 3 colheres de sopa de **PRODEMIX**, ou ainda, se for o caso, **substitua o jantar por 1 copo grande (350ml) de leite ou suco de frutas de sua preferência, misturando 2 colheres de sopa de PRODEMIX ou MIX ALBUMINA.**

PRODEMIX, é um complexo protéico combinando diferentes tipos de proteínas. O seu uso contínuo pode ajudar o organismo a recuperar o volume da massa muscular e a elasticidade da pele durante os regimes para perda de peso ou durante o processo natural de envelhecimento. **PRODEMIX** proporciona, entre outras vantagens: maior absorção do infiltrado celulítico, melhora e controla a queda de cabelo, o fortalecimento das unhas, dentes, ossos e tendões, além de garantir uma boa plenitude gástrica - sensação de estômago cheio- após a sua ingestão.

PRODEMIX está disponível nos seguintes sabores: Natural, Frutas Tropicais, Mamão, Abacaxi, Coco, Kiwi, Morango, Chocolate e Pêssego.

Modo de usar: Colocar no liquidificador 1 copo de 350 ml de água gelada, 2 colheres de sopa de leite em pó, 1 - 3 cubos de gelo, 2 colheres de sopa de **PRODEMIX**, adoçante a gosto. Se desejar, poderá usar o leite natural ao invés do leite em pó, ou o suco de frutas de sua preferência. Bater bem antes de tomar, substituindo assim, uma refeição do dia.

MIX ALBUMINA é um complexo protéico formulado especialmente para corrigir deficiências protéicas específicas que podem ocorrer durante regimes dietéticos severos ou perda abundante de sangue. O seu uso, orientado por profissionais especializados em dietas, pode ajudar a corrigir edemas carênciais (celulites/edemas) em diversas partes do corpo.

Modo de usar: Colocar no liquidificador 1 copo de 350 ml de água gelada, duas colheres de sopa de leite em pó, 1 - 3 cubos de gelo, 2 colheres de sopa de **MIX ALBUMINA** e adoçante a gosto. Se desejar, poderá usar o leite natural ao invés do leite em pó, ou o suco de frutas de sua preferência.

RESVERA-VITIS contém Resveratrol, um componente Fenólico, encontrado na casca da uva vermelha na forma de Trans-Resveratrol

Estudos demonstram que Resveratrol pode:

- Ajudar a reduzir os níveis de amyloid-beta peptídeos na doença de Alzheimer.
- Auxiliar no tratamento de alguns tipos de câncer, induzindo as células cancerígenas à apoptose.
- Auxiliar na prevenção da aterosclerose e na ocorrência de distúrbios cardiovasculares.
- Auxiliar na prevenção de doenças degenerativas.
- Melhorar as defesas imunológicas.
- Ajudar a prolongar a vida, retardando o início da degeneração de órgãos e tecidos relacionados com a idade, memória e desempenho muscular.
- Inibir a ação da Heliobacter Pylori.
- Inibir a replicação do herpes simplex.

Modo de usar: Tomar 1 cápsula de 585mg ao dia.

Guaraná 100% puro desenvolvidos em 4 formulações diferentes, para atuar nos regimes de emagrecimento, funcionando como inibidor de apetite, estimulante suave, diurético e laxante natural. Paralelamente, o guaraná age como ativador do metabolismo orgânico, fazendo seu corpo queimar mais gordura em menor espaço de tempo.

Posologias recomendadas: GUARANÁ EM CÁPSULA 2 - 3 unidades após o café da manhã; repetindo a mesma dosagem no meio da tarde, ou comer 2 - 3 TOFFEEES DE GUARANÁ também nos mesmos horários, acompanhados por 1-2 copos (300 ml) de água gelada.

GUARAMEL (Guaraná com Mel de Abelhas): tomar uma colher de chá, ou **GUARAMEL COM CEREAIS (Guaraná com Mel de Abelhas, Fibras de Frutas e Cereais Liofilizados)** tomar uma colher de sobremesa também nos mesmos horários acima.

