

NaturaSi

El Supermercado Natural

LOS TESOROS DE LA NATURALEZA

INFORMACIONES Y CONSEJOS SOBRE HERBOLARIO

TRIESTOP ^{suplementos} Control de Peso

● CHITOSAN VEGETAL

Potente secuestra grasas. Atrae, atrapa y aísla las grasas en el interior del tubo digestivo, impidiendo su absorción y digestión.

Chitosan Vegetal, efecto saciante, es una fibra de origen vegetal que absorbe entre 600-800 veces su peso en grasa evitando su absorción en el tracto digestivo.

Debido a su origen vegetal y no de crustáceos, es un producto muy bien tolerado y no da lugar a alergias ni intolerancias.



● CLA CLARINOL

Es un complemento alimenticio, derivado del aceite de cártamo, a base de Ácido Linoleico conjugado al 80%, que ayuda a *reducir los depósitos de grasa corporal y favorece el incremento de la masa muscular*. Es ideal para las personas que quieran reafirmar la silueta sin perder flacidez. En caso de combinarlo con actividad física aumenta su eficacia.



● ANSI

Es un complemento alimenticio que combina elementos funcionales para ayudar a paliar el apetito y controlar la ansiedad por "picar entre horas". Además es un aliado perfecto para las personas que al seguir una dieta hipocalórica se sienten angustiadas.





ELADIET®

presenta

www.eladiet.com
Tel. 93 673 05 85
eladiet@eladiet.com

- **Ingredientes activos destacados:**
Actilight, es una fibra soluble prebiótica que ayuda a bloquear la absorción de grasas y tiene efecto "vientre plano".

Suntheanine, es un extracto de té verde que ha demostrado su eficacia como equilibrador de los estados de ansiedad por comer y como regulador del apetito.

OatWell, es un extracto de avena que ayuda a regular los picos de insulina (cofactor de la sensación de apetito) y como fibra indigerible, presenta también un efecto saciante.

Extracto de Azahar, favorece la relajación.

Cromo, forma parte del factor de tolerancia de glucosa y contribuye a regular los picos de insulina, reduciendo así la sensación de apetito.



- **Consejos útiles para una dieta equilibrada:**

Beber diariamente 2 litros de agua.

Realizar 5 comidas diarias (desayuno, media mañana, almuerzo, merienda y cena).

Comer más por la mañana que por la noche ya que las calorías serán más fáciles de quemar.

Comer lo más despacio posible, saboreando los alimentos y masticando bien.

Optar por una dieta mediterránea, equilibrada y variada, rica en hortalizas, legumbres, verduras, cereales y frutas.

Hacer ejercicio físico cada día.

Buscar ideas sugerentes en los menús diarios ecológicos.



NaturaSi

El Supermercado Natural

NaturaSi - España S.L.

c/ El Cid 3, 3º 28001 Madrid Tel. 91 781 37 46

e-mail: info@naturasi.es - www.naturasi.es