

Todo el mundo está de acuerdo en que comer bien es crucial para tener una buena salud. Pero con la comida rápida en cada esquina y el señuelo siempre presente de las calorías rápidas y vacías, la elección de refrigerios naturales y nutritivos es un reto cada vez mayor, como lo sugieren los índices casi epidémicos de obesidad y problemas de salud asociados.

PureNourish es un suplemento alimenticio diseñado para compensar esta deficiencia nutricional de una manera deliciosa y simple. Cada porción combina 14 vitaminas y minerales esenciales con proteína de alta calidad, enzimas naturales y 28% de las necesidades diarias de fibra de un adulto en una satisfactoria malteada con suplementos. PureNourish también contiene probióticos y prebióticos para acelerar la asimilación de los nutrientes, promover la salud intestinal y fortalecer el sistema inmunológico.\*<sup>1</sup>

La proteína de alta calidad es una parte importante de la fórmula de PureNourish ya que promueve la saciedad, esa sensación de quedar "lleno" después de una comida. Los científicos asocian la saciedad con la liberación de péptidos gastrointestinales que les indican a nuestros sistemas nerviosos que soltemos los cubiertos y dejemos de comer. Además están de acuerdo en que los alimentos con alto contenido de proteínas pueden estimular de forma efectiva dicha sensación.<sup>2</sup> La proteína también fomenta el crecimiento muscular y una función cardiopulmonar adecuada.\*<sup>3</sup>

Los nutrientes en la fórmula de PureNourish provienen de fuentes respetuosas con el medio ambiente y que no contienen OGM, como chícharos y arándanos. Estas proteínas se absorben fácilmente con ayuda de enzimas provenientes de la papaya y la piña,<sup>4</sup> sin desencadenar los problemas digestivos que muchas personas experimentan con las proteínas animales, como el suero de la leche, que es un ingrediente muy común en muchos suplementos.

Los estudios sugieren que las dietas con alto contenido de fibra no solo promueven la salud intestinal, sino también el mantenimiento del peso y niveles de azúcar en la sangre ya saludables.<sup>5</sup> La fórmula de PureNourish incluye VitaFiber™, una fibra natural y soluble que contiene probióticos y prebióticos de fácil digestión; microflora que juega papeles significativos en un sistema digestivo saludable. Los científicos están descubriendo que una flora intestinal saludable juega un papel importante en el desarrollo de un sistema inmunitario fuerte, así como en la producción de varias vitaminas, como K, B12, B5 y biotina.\*<sup>6</sup>

Lo que no agregamos a PureNourish es tan importante como lo que sí agregamos. PureNourish está libre de gluten, lácteos, soya y OGM. No contiene grasas trans, saborizantes artificiales o colorantes artificiales. En lugar de la sacarosa comúnmente utilizada, PureNourish está endulzado con xilitol y extracto de luohan guo, edulcorantes naturales con pocas calorías que son una mejor opción para las dietas de bajo índice glicémico.

El sabor suave y dulce de PureNourish es maravilloso por sí solo y se mezcla fácilmente con otros sabores. Disfrútelo con fruta, agréguelo a un licuado o mézclelo con Power Boost para obtener una deliciosa variedad.



**Instrucciones de uso:** *Almacene PureNourish en un lugar fresco y seco hasta que se prepare para beber. Para preparar, mezcle 2 cucharadas con su elección de Power Boost y un vaso de agua fría. Agite energícamente para mezclar. Para obtener un batido más cremoso, use leche de almendra o de coco.*

*Se siguen buenas prácticas de fabricación para separar ingredientes en una instalación que procesa otros productos que pueden contener cacahuates, nueces, trigo (gluten), leche, soya o huevos. Si está embarazada, lactando o tiene alguna condición médica, consulte a un profesional de la salud antes de usar este producto.*

**\*Esta información aún no ha sido evaluada por la Administración de Alimentos y Medicamentos de EE. UU. Este producto no pretende diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.**

<sup>1</sup> Collins, M. David et al, "Probiotics, prebiotics, and symbiotics: approaches for modulating the microbial ecology of the gut," *Adv Biochem Eng Biotechnol.* 2008;111:1-66. doi: 10.1007/10\_2008\_097

<sup>2</sup> M.S. Westerterp-Plantenga et al, "Dietary Protein – its role in satiety, energetics, weight loss and health," *British Journal of Nutrition* (2012) doi:10.1017/S0007114512002589

<sup>3</sup> The Nutritional Source – What Should you Eat: Protein, Harvard School of Public Health Web: <http://www.hsph.harvard.edu/nutritionsource/what-should-you-eat/protein/>

<sup>4</sup> Proteolytic Enzymes, Principal Proposed Uses NYU Langone Medical Center Web: <http://www.med.nyu.edu/content?ChunkID=21671>

<sup>5</sup> "Dietary Fiber: Essential for a healthy diet" Mayo Clinic Healthy Lifestyle: Nutrition and Healthy Eating Web: <http://www.mayoclinic.org/healthy-living/nutrition-and-healthy-eating/in-depth/fiber/art-20043983>

<sup>6</sup> Lau, A. et al, "Human nutrition, the gut microbiome, and immune system: envisioning the future," *Nature.* Jun 15, 2011; 474(7351): 327–336

### Información Nutricional por 1 porción

Porciones Por Envase: 28

Medida por porción: Dos cucharadas (32.4 g)

Contenido Energético	110 Kcal / 460.2 kJ
Proteínas	15 g
Grasas (Lípidos)	2 g
De las cuales: Grasasaturada	.5 g
Grasa poliinsaturada	1 g
Grasas monoinsaturada	.5 g
Colesterol	0 mg
Carbohidratos (Hidratos de carbono)	10 g
De las cuales: Azúcares	<1 g
Fibra dietética	7 g
Sodio	220 mg
Vitamina A (como betacaroteno)	400 µg
Vitamina C (como ascorbato de calcio)	30 mg
Vitamina D (como colecalciferol)	10 µg
Vitamina E (como acetato de D-alfa tocoferilo)	20 mg
Tiamina (como tiamina HCl)	1 mg
Riboflavina	1 mg
Niacina (como niacinamida)	10 mg
Vitamina B6 (como piridoxina HCl)	1 mg
Biotina	150 µg
Ácido pantoténico (como pantonetato de D calcio)	5 mg
Calcio (como ascorbato de calcio, fosfato tricálcico, pantonetato de D calcio)	40 mg
Yodo (como yoduro de potasio)	38 µg
Magnesio (como quelato aminoácido de magnesio)	40 mg
Zinc (como gluconato de zinc)	3.8 mg
Cromo (como picolinato de cromo)	31 µg
Potasio (como yoduro de potasio)	5 mg

### Ingredientes:

Proteína de chícharo (*Pisum sativum*), isomalto-oligosacáridos, saborizantes naturales, lecitina de girasol (*Helianthus annuus*), quelato aminoácido de magnesio, fosfato tricálcico, goma xantana, goma guar, extracto de hoja de estevia (*Rebaudiósido A*) (0.2 g por 100 g), cacao holandés en polvo (0.4%), ascorbato de calcio, acetato de D-alfa tocoferilo, aceite de coco en polvo (*Cocos nucifera*), celulasa, proteína de arándano en polvo (*Vaccinium oxycoccus*), biotina, *Bacillus coagulans*, gluconato de zinc, niacinamida, lipasa, pantonetato de D calcio, colecalciferol, papaína, betacaroteno, proteasa, tiamina HCL, piridoxina HCL, amilasa, invertasa, bromelina, riboflavina, picolinato de cromo, yoduro de potasio