



APONTE SUA
CÂMERA PARA O
QR CODE E SAIBA
MAIS EM NOSSO SITE

FOTO: DIVULGAÇÃO HERBALIFE



CONHEÇA A COMPOSIÇÃO

A DISTRIBUIÇÃO DE NUTRIENTES
QUANDO O SHAKE É
PREPARADO CONFORME O
RÓTULO E COM NUTREV

- 19 G DE PROTEÍNAS
- 23 G DE CARBOIDRATOS
- 6 G DE FIBRAS
- 2,6 G DE GORDURAS TOTAIS
- 23 VITAMINAS E MINERAIS

CONHEÇA A CIÊNCIA POR TRÁS DOS SHAKES

Eles são uma opção saudável, segura e prática para quem precisa reduzir o peso ou, simplesmente, manter uma rotina de bem-estar

Perda de peso, queda no colesterol e na taxa de glicose, além de redução da circunferência da cintura e da massa gorda. Esses foram, na média, os resultados observados em 100 homens e mulheres que inseriram os shakes de alto teor de proteína em sua dieta e foram avaliados ao longo de 12 semanas.

O estudo publicado pelo periódico **British Journal of Nutrition** comprova que: adicionar shakes à rotina alimentar funciona para perder peso e ganhar composição corporal. “Quando substituímos uma refeição tradicional, com aproximadamente 600 calorias, por um shake, substituto parcial de refeição, com 200 calorias, deixamos de ingerir 400 calorias sem abrir mão da densidade nutricional”, explica Nataniel Viuniski, médico nutrólogo do Conselho para Assuntos Nutricionais da Herbalife Nutrition no Brasil.

Mas os shakes são refeições completas? Quando seguem as exigências da ANVISA, sim. Elas determinam que eles

devem ter entre 200 e 400 calorias, com quantidade de proteína entre 25% e 50% do valor energético total do produto preparado, gordura correspondente a, no máximo, 30% do valor energético total do produto preparado e cerca de 33% da quantidade de vitaminas e minerais recomendada pela legislação. Ou seja, atendendo às normas da ANVISA, o Shake Herbalife Nutrition contém os nutrientes necessários para uma refeição nutritiva e balanceada.

APOIO NA DIETA

Além de cumprirem as recomendações, os produtos desenvolvidos pela empresa contam com fornecedores parceiros comprometidos com um alto padrão de qualidade, além de serem rastreáveis desde o plantio. A Herbalife Nutrition conta, ainda, com uma equipe de pesquisa e desenvolvimento com mais de 300 cientistas, sendo 50 Ph.Ds. O resultado se expressa em 42 anos de atuação no mercado, com liderança no mercado mundial de controle de

peso e bem-estar*, segundo a Euromonitor, e mais de 5 milhões de copos de shake vendidos por dia no mundo.

O preparo é fácil e rápido, a bebida é saborosa e versátil, a bebida é saborosa e versátil. Ainda conta com mais de dez diferentes sabores, incluindo Cookies & cream, Chocolate sensation, Baunilha, Morango, Doce de leite e Mousse de maracujá, entre outros - além da nova linha vegetariana, sem glúten e zero lactose. A empresa também oferece o NutreV, um alimento à base de proteína isolada de soja, para ser usado como alternativa ao leite de origem animal.

“Vivemos uma verdadeira epidemia de sobrepeso, obesidade e maus hábitos nutricionais”, lembra Viuniski. “O shake é cientificamente comprovado como eficaz tanto na redução de peso corporal quanto na manutenção do peso reduzido.”

*Fonte: Euromonitor, Consumer Health 22ed, controle de peso e bem-estar; % valor varejo da cia. global, dados 2021.