Una Guía de Inicio Rápido a Feel Great

Muchos caminos que conducen a un estilo de vida más saludable incluyen la dieta, el ejercicio y el control del estrés. Pero estos hábitos saludables pueden ser difíciles de mantener a largo plazo. A pesar de nuestros mejores esfuerzos, la fuerza de voluntad simplemente no es suficiente.

Feel Great está diseñado para cerrar la brecha entre donde estás y donde quieres estar. Feel Great hace que un estilo de vida saludable sea totalmente factible y agradable. No más rutinas de ejercicio extremas, no más estrés y no más preparación excesiva de comidas.

Ayuno Intermitente 101

Aquí hay un vistazo a cómo sería tu programa de ayuno intermitente Feel Great.

Paso 1
Comienza tu día con Unimate. Unimate aumenta el enfoque y la energía de la mañana sin interrumpir el ayuno.

Paso 2
Toma Balance antes de tu comida más grande del día para disminuir el impacto de los carbohidratos que consumes.

Paso 3
Vuelve a tomar Balance antes de la cena para reducir el impacto de los carbohidratos que consumes y ayudarte durante el período de ayuno.

Paso 4
Comienza tu ayuno después de la cena y espera 16 horas antes de tu próxima comida.

Lo más importante que debes recordar es ayunar al menos 16 horas entre la última comida del día y la primera comida del día siguiente (es decir, desde las 8 p. m. hasta el mediodía). Tus horas de comida fuera de tu ventana de ayuno se pueden ajustar según sea necesario para adaptarse a tu estilo de vida.

Una Guía de Inicio Rápido a Feel Great

Apoya sentimientos de bienestar y relajación*

Apoya los procesos cognitivos saludables*

Promueve la saciedad*

Apoya los esfuerzos de control de peso*

Promueve una digestión saludable*

Promueve la producción de cetonas del cuerpo*

Ayuda a mantener la resistencia y la estámina*

Apoya la salud metabólica general*

Apoya niveles saludables de colesterol*

Uso Recomendado
Mezcla un paquete con 17–24 oz. (500–700 mL) de agua (agrega más o menos al gusto). Utiliza una vez al día o según se desee. Bebe con agua fría o caliente.

Consejo Profesional: Para una preparación fácil, usa un espumador de leche.

Una Guía de Inicio Rápido a Feel Great

Ayuda a controlar el apetito entre comidas*

Ayuda a reducir la cantidad de colesterol que se absorbe en el torrente sanguíneo*

Ayuda a reducir la absorción de carbohidratos en el cuerpo*

Apoya los niveles normales y saludables de glucosa en la sangre*

Apoya el control de peso saludable*

Admite el patrón de alimentación 4-4-12 y otros métodos de ayuno intermitente

Uso Recomendado
Para obtener los mejores resultados, toma dos veces al día, de 10 a 15 minutos antes de tus dos comidas principales. Mezcla cada paquete con 8–10 oz. (240–300 ml) de agua. Mezcla enérgicamente en un vaso mezclador. Bebe inmediatamente.

Consejo Profesional: Agrega polvo al agua, no al revés.