

OGG **FENIX**™

PRODOTTO **DOMANDE**

1. COS'È FENIX?

FENIX è l'esclusivo frullato sostitutivo dei pasti, ideato specificatamente da ORGANO per il controllo del peso.

Unisce le proteine del siero del latte a vitamine, sali minerali, fibre e al fungo ganoderma. Usa quotidianamente questo squisito mix sostitutivo dei pasti per perdere peso o per mantenerlo dopo averlo perso.

2. PERCHÉ FENIX È UNICO?

- Include proteine del siero del latte non OGM
- Meno di 250 kcal per porzione
- Include il fungo ganoderma
- Non contiene glutine
- Ha un ottimo sapore

3. COME USARE FENIX?

Per perdere peso è necessario sostituire due pasti giornalieri di una dieta a basso valore energetico, con un cucchiaino di FENIX mescolato a 250 ml di latte parzialmente scremato, integrati da un terzo pasto sano e da degli spuntini.

Il nostro consiglio è quello di sostituire la colazione con il nostro prodotto perché FENIX fornisce una migliore nutrizione rispetto a molte colazioni normali e diversi studi hanno dimostrato che le proteine assunte a colazione aiutano a sentirsi sazi per un periodo più lungo.

4. QUALI SONO I BENEFICI DOVUTI ALL'UTILIZZO DI FENIX?

- Il preparato per frullati fornisce una nutrizione completa - in maniera veloce ed economica.
- Apporta una migliore nutrizione a un prezzo più conveniente rispetto a molti pasti o cibi comuni.
- È possibile godersi un pasto completo per poco più di 2 €, includendo il latte parzialmente scremato con cui lo si mescola.
- Pasti rapidi - solamente un minuto per la preparazione.
- Aiuta a controllare l'appetito con un'alta quantità di proteine.
- Fornisce proteine, che sono digeribili e assorbibili.
- Apporta proteine che contribuiscono alla crescita e al mantenimento della massa muscolare.
- Contiene il fungo ganoderma.

5. CHI PUÒ USARLO?

Il frullato è ottimo per gli adulti che vogliono avere una buona nutrizione per mantenere il peso dopo averlo perso oppure per perderlo. Consultare un medico in caso di gravidanza, allattamento al seno o altre esigenze particolari e specifiche.

6. POSSO USARE SOLAMENTE ACQUA CON IL FRULLATO?

No, il frullato sostitutivo dei pasti deve essere mescolato con latte parzialmente scremato. Assicurati di seguire queste istruzioni.

Segui il piano alimentare per avere consigli e idee sui menu e per essere sicuro di seguire una dieta sana e di assumere sufficienti calorie.

7. POSSO SOSTITUIRE 3 PASTI CON IL FRULLATO?

No. Questo prodotto non è pensato per essere la tua unica fonte di nutrizione. Per poter perdere peso consigliamo di sostituire solamente 2 pasti con 2 frullati, integrati da un terzo pasto e spuntini sani.

8. QUALE TIPO DI DOLCIFICANTE È PRESENTE NEL FRULLATO?

In FENIX è presente un dolcificante estratto dalla pianta della stevia.

9. POSSO UTILIZZARLO SE STO CONTROLLANDO I LIVELLI DI ZUCCHERO NEL SANGUE?

Consulta un medico prima di utilizzare FENIX.

10. POSSO UTILIZZARE QUESTO PRODOTTO CON IL MIO CAFFÈ O TÈ ORGANO?

Sì. Il preparato per frullato può essere mescolato nel caffè o nel tè per aggiungere sapore. Consigliamo di provarlo con OG Black Coffee. Una preparazione con caffè o tè potrebbe far perdere al preparato la sua caratteristica di sostituto del pasto per il controllo del peso.

11. QUANTI GRAMMI DI PROTEINE SONO PRESENTI NEL FRULLATO?

Se mescolato secondo le istruzioni contiene in media 22 g di proteine.

L'Autorità Europea per la Sicurezza Alimentare (EFSA) ha pubblicato gli apporti di proteine di riferimento della popolazione. Per gli adulti l'EFSA indica 0,83 g per kg di massa corporea al giorno.

12. NON SAREBBE MEGLIO UN CONTENUTO MAGGIORE DI PROTEINE?

No. Ci sono studi che mostrano che, sul lungo periodo, consumare troppe proteine può portare a un rischio maggiore di osteoporosi e può anche peggiorare problemi preesistenti ai reni.

13. COS'È LA POLVERE PROTEICA AL SIERO DEL LATTE?

La polvere proteica al siero del latte è un derivato del latte.

La polvere proteica al siero del latte è composta per l'80% di proteine ed è utilizzata dagli atleti e dai culturisti per lo sviluppo e il mantenimento della massa muscolare.

14. COSA SIGNIFICA MASSA MUSCOLARE MAGRA?

Nel nostro corpo ci sono più di 600 muscoli che hanno la funzione principale di proteggere la nostra salute. Invecchiando perdiamo la massa muscolare magra (circa il 3-5% ogni dieci anni dal compimento dei 30 anni), perché tendiamo ad essere meno attivi e la nostra dieta non ci aiuta. Pur mantenendo un buon livello d'attività si verifica comunque una perdita muscolare.

Proteine di qualità nella propria dieta, oltre a un esercizio moderato, contribuiscono al mantenimento della massa muscolare.

15. POSSO UTILIZZARLO SE SONO INTOLLERANTE AL LATTOSIO?

Se sei intollerante al lattosio dovresti parlare con il tuo medico prima di utilizzare FENIX.

16. PUÒ CREARE FLATULENZA?

I cambiamenti alimentari possono causare flatulenza temporanea in alcune persone. La maggior parte delle persone non ha problemi nell'utilizzo di FENIX.

Alcune persone trovano che la flatulenza sia più intensa quando si utilizza latte di mandorla, quindi si può provare l'utilizzo di latte senza lattosio o di latte di soia e vedere se questo aiuta. La preparazione con latte diverso dal parzialmente scremato potrebbe far perdere al preparato la sua caratteristica di sostitutivo del pasto per il controllo del peso.

17. IN QUANTO TEMPO SI PERDE PESO?

Ogni persona è unica e quindi dipende dall'età, dalla quantità di peso che si deve perdere, da come si segue il piano e da quanto esercizio si fa.

18. COSA POSSO MANGIARE DURANTE IL PROGRAMMA?

Dovresti continuare a mangiare sano e in maniera bilanciata. Il nostro piano alimentare può darti un'idea di come preparare pasti sani e saporiti.

19. ASSUMERÒ TUTTI I NUTRIENTI NECESSARI PER UN PASTO SOLO CON UN FRULLATO?

Sì. FENIX è un pasto completo con proteine, fibre, vitamine e minerali che ti aiutano a calmare la fame e ad avere una nutrizione corretta.

20. CONTIENE GLUTINE E PRODOTTI CASEARI?

Il frullato non contiene glutine. Contiene proteine del siero del latte, che sono derivate dal latte. Contiene anche altri allergeni come la soia.

21. È BIOLOGICO?

Il frullato non è biologico, tuttavia contiene ganoderma lucidum biologico.

22. CONTIENE CAFFEINA?

Il frullato non contiene né caffeina né altri stimolanti. Se ti piace la caffeina puoi mescolarlo con OG Black Coffee.

23. DOVE LO DEVO CONSERVARE?

Conservarlo in un luogo fresco e asciutto, lontano dalla portata dei bambini.

24. COSA MI DEVO ASPETTARE DOPO LE PRIME SETTIMANE DI UTILIZZO DI FENIX?

La maggior parte delle persone si sente più sana, piena di energie, dorme meglio e inizia a perdere peso!

Questo è dovuto al fatto che 2 frullati al giorno forniscono al proprio corpo un pasto bilanciato e completo con un contenuto più basso di sodio, grassi e zucchero rispetto ai pasti comuni.

