

FAQ Healthwise:

Q. Cuanto peso bo ta perde pa siman?

A. Bo por perde peso lihe di un averahe di 3 a 6 liber pa siman.

Q. Mi ta un persona cu poco tempo ariba un dia. E dieet aki ta algo pa mi?

A. Bo por bay cu bo cumindanan tur caminda, pues e 4+1 plan ta pas hasta pa esunnan cu tin un schedule hopi druk.

Q. Con mi por mantene mi peso?

A. Healthwise tin programanan specifico pa fasenan di transicion y mantencion cu ta sostene abo y bo peso saludabel pa un termino largo. Tambe e guia profesional di RBV ta keda judabo den bo mantencion.

Q. Na unda e productonan di Healthwise ta wordo produci?

A. Tur e productonan di healthwise ta wordo traha y paketa na USA.

Q. E productonan di Healthwise ta contene aspartame?

A. 95% di e productonan no ta contene aspartame, sino Sucralose®.

Q. Tin productonan special?

A. Healthwise tin producto pa vegetariano, kosher, sin gluten, sin lactosa, sin soya y cu extra fibra.

Variedad di producto:

Breakfast Products: Pancakes, Omelet, Oatmeal, Cereal 100 cal.
Meal replacement Drinks (VLCD): .

Shakes or Puding: 80/90 cal.

Fruit Smoothies: 100 cal.

Fruit Drinks & Tea: 70 cal.

High Protein Bars: 140/180 cal.

Protein Soups: 80-95 cal.

Hot Chocolate: 80 cal.

Cappuccinos: 100 cal

15gram protein pasta meals: 200 cal

Shelf stable entrees: 200 cal

Protein Chips: 130 cal.

Gelatin, Salad dressing, Biscotti,

Pastry , Vitamins y

mucho mas.



www.beauty-vision.net
info@beauty-vision.net



Bo ta cla pa tuma
action tocante bo
sobre peso y




Richelle Beauty Vision

Santa Cruz 111-B

Tel: 5851073/5851074

www.beauty-vision.net

info@beauty-vision.net

H E A L T H  W I S E

Big Taste. Small Waist.™

Con Healthwise ta traha:

E cumindanan ta individualmente den porcion, caloria y carbohidrato ta controla y ta hopi abou mes den vet. Tambe ta provee proteina adecua y ta ser fortifica cu vitamina y mineralnan. E programa di dieta Healthwise ta clinicamente comproba di ta safe y efectivo pa perdida di peso y mantencion.

E parti atractivo di Healthwise Diet ta cu nos ta ofrece un plan individual pa tur hende abase di nan necesidad y deseonan.

Ora cu bo a yega bo peso ideal, nos ta giuabo den e transicion pa mantencion di bo peso. Nos ta dunabo tips pa come y biba saludabel.

Consulta cu bo dokter

Ta necesario ora cu bo coach conseha bo esaki y tambe si bo ta sufri di un malesa cronico, p.e. diabetes, presion halto, etc. of si bo ta tuma medicamento(nan) diario. E programa aki of cualquier di su material den ningun forma ta constitui conseho medico of ta sustitui tratamiento medico.

E Healthwise Diet Plan

Un plan pa cada necesidad.

H e a l t h w i s e 4 + 1

E plan basico di e dieta ta 4 producto di Healthwise + 1 cuminda saludabel pa dia. Nos ta ofrece un plan cu ta provee caloria cu ta specifico pa hende homber y hende muher.



Tambe bo por scohe pa tuma 2 of 3 producto di Healthwise banda di bo cumindanan saludabel diaramente.

Si bo kier hasi ehercicio mientras bo ta ariba dieta, bo curpa mester di extra caloria y proteina. Healthwise tin shakes special cu 35 gram di proteina.

E shake aki tambe ta bon pa deportista y hende cu mester subi di peso.

Pa hoben cu tin problema cu sobre peso tambe nos ta ofrece un plan special basa ariba nan edad y necesidad.

Alaves pa Diabetico, hende cu preshon halto of den mantencion nos tin un plan di dieta cu ta pas cu nan lifestyle.

Pa persona cu kier baha peso rapido, nos ta ofrece un **Very Low Calorie Diet Plan (vlcd)**

Guia ta completamente gratis.

1. Preparacion Mental.
2. Periodo di baha peso.
3. Transicion di dieta.
4. Mantencion.

Pakiko Proteina ta importante

Proteina ta e jabi pa baha peso efectivamente!

Cuminda ta provee caloria - esaki ta e fuel cu ta percura pa bo curpa keda funciona. Bo curpa ta usa e calorinan aki pa mantene bo metabolismo activo. Ora cu bo ta usa mas caloria cu bo ta consumi pa dia, bo ta baha peso!

Pero bo tabata sa cu ora bo reduce e cantidad di caloria pa logra baha peso, bo curpa ta exige mas proteina di calidad halto?

Lo cierto ta cu dependiendo di bo peso saludabel, bo tin mester di un minimo di 87 gram di proteina pa dia pa asina judabo perde e exceso di vet y NO musculo.

E palabra 'protein' ta deriva di e palabra Griego 'lo primordial'. Un dosis diario di proteina ta necesario pa sostene e curpa, promove y/of mantene function metabolico.

Adicionalmente, pa baha peso, proteina ta yuda bo:

- Crea y repara tehidonan corporal, incluyendo musculo, organonan principal y colageno
- Mantene cabey, cuero, weso y metabolismo saludabel
- Traha hormonas, enzym y antibodies pa asina e curpa traha optimalmente

