

**KETO
CATALOGUE
2022**

e s s e n s

¿Qué es ESSENS Keto?	3
Unos consejos para empezar	6
¿Cómo funciona ESSENS Keto?	8
Reducción de grasas: fases de ESSENS Keto	10
Verduras permitidas	15
Estudios realizados	16
Cómo empezar: paquetes ESSENS Keto	20
Productos	21
Experto ESSENS Keto	28



¿QUÉ ES ESSENS KETO?

La dieta de proteínas ESSENS Keto es un sistema de reducción que permite bajar de peso de forma rápida, efectiva y permanente y así eliminar el exceso de grasa. Con una dieta que funcione correctamente, se produce una pérdida de peso de aproximadamente 1,5 - 2 kg por semana, sin pasar hambre.

ESSENS Keto está diseñada para proteger al máximo la masa muscular y su composición reduce significativamente la influencia del llamado efecto de rebote que podemos encontrar en otros sistemas dietéticos.

Al mismo tiempo, su composición única le proporciona al cuerpo todas las sustancias, vitaminas y oligoelementos necesarios durante la reducción. Essens Keto funciona a base de un proceso completamente natural llamado cetosis durante el cual el tejido adiposo se quema muy rápido.



ESSENS KETO EN POCAS PALABRAS

Principales beneficios de ESSENS Keto:

- resultados rápidos en la reducción de grasas
- composición segura y equilibrada
- fácil de seguir
- sin sensación de hambre y sin pérdida de energía

ESSENS Keto es una forma rápida y eficaz de perder peso. Debido a su composición única, reduce la ingesta de azúcares y, al mismo tiempo, aumenta la ingesta de proteínas. Gracias a esto se produce un cambio metabólico en el organismo llamado **cetosis**, que es cuando el cuerpo comienza a quemar naturalmente el tejido adiposo almacenado, a la vez que garantiza la protección del tejido muscular y la pérdida se produce realmente solo del exceso de grasa.





UNOS CONSEJOS PARA EMPEZAR

Siga el régimen de bebida

La ingesta adecuada de líquidos asegura la eliminación de todas las sustancias indeseables que surgen en el cuerpo durante la reducción de peso. Beber 2 - 3 litros de líquidos al día es importante. Beba preferiblemente agua, té sin azúcar y evite las bebidas azucaradas y los zumos de frutas o zanahoria.

Coma verduras permitidas

La ingesta regular de verduras en pasos individuales tiene un efecto beneficioso sobre el sistema digestivo y, al mismo tiempo, suprime la sensación de hambre. Tenga cuidado qué verduras puede utilizar en cada fase.

Mídase y pésese

El ingrediente secreto de la dieta es la "motivación". Antes de comenzar la dieta, pésese y mida la circunferencia de zonas críticas (cintura, muslos, cadera) y también puede hacerse una foto. Estos datos de referencia ayudarán a monitorear el progreso de la pérdida de peso y si alguna vez pierde las ganas de continuar con la dieta (y es probable que eso ocurra), le recordarán lo que ya ha logrado y por qué lo está haciendo.

Planifique con antelación

Antes de comenzar la dieta, compre todo lo que va a necesitar en las próximas semanas, sobre todo, las reservas de verduras permitidas en cada paso. Si le apetece comer algo o tiene un poco de hambre, es conveniente tener a mano un trozo de pepino o una ensalada preparada en la nevera. Al mismo tiempo, piénsese bien si participará en eventos que podrían entorpecer su proceso de adelgazamiento. Ir a un banquete con mucha comida probablemente no sea la mejor idea en las primeras etapas. Uno debe estar preparado para todo.

Muévase

Incluya ejercicio en su rutina diaria: paseos rápidos, estiramientos ligeros del cuerpo o ir en bicicleta. Si su cuerpo no está acostumbrado a estar activo, comience poco a poco. Sin embargo, con una actividad deportiva más regular, espere hasta la tercera fase de reducción y después de ella.



TRES SENCILLAS FASES DE REDUCCIÓN

1

La primera fase, la de reducción, inicia el proceso de la dieta.

5 porciones de ESSENS Keto, cantidad ilimitada de verduras permitidas, 2,5 - 3 litros de líquidos. El cuerpo comienza a reducir rápidamente y se acostumbra a un régimen regular de la ingesta de alimentos.

Esta fase dura 4 semanas.

2

La segunda fase, la de estabilización, garantizará una mayor reducción y mantenimiento de los resultados a largo plazo.

3 porciones de ESSENS Keto, 2 comidas saludables ricas en proteínas, cantidad ilimitada de verduras permitidas, 2,5 - 3 litros de líquidos. El cuerpo se acostumbra lentamente a una alimentación normal y, al mismo tiempo, reduce notablemente las grasas almacenadas.

Esta fase dura 4 semanas.

3

La tercera fase, la de transición, garantiza el regreso del organismo a su estado normal.

2 porciones de ESSENS Keto, 3 comidas saludables ricas en proteínas, cantidad ilimitada de verduras, 2,5 - 3 litros de líquidos. Recomendamos incluir una actividad deportiva ligera de 2 a 3 veces por semana.

Esta fase dura 4 semanas.

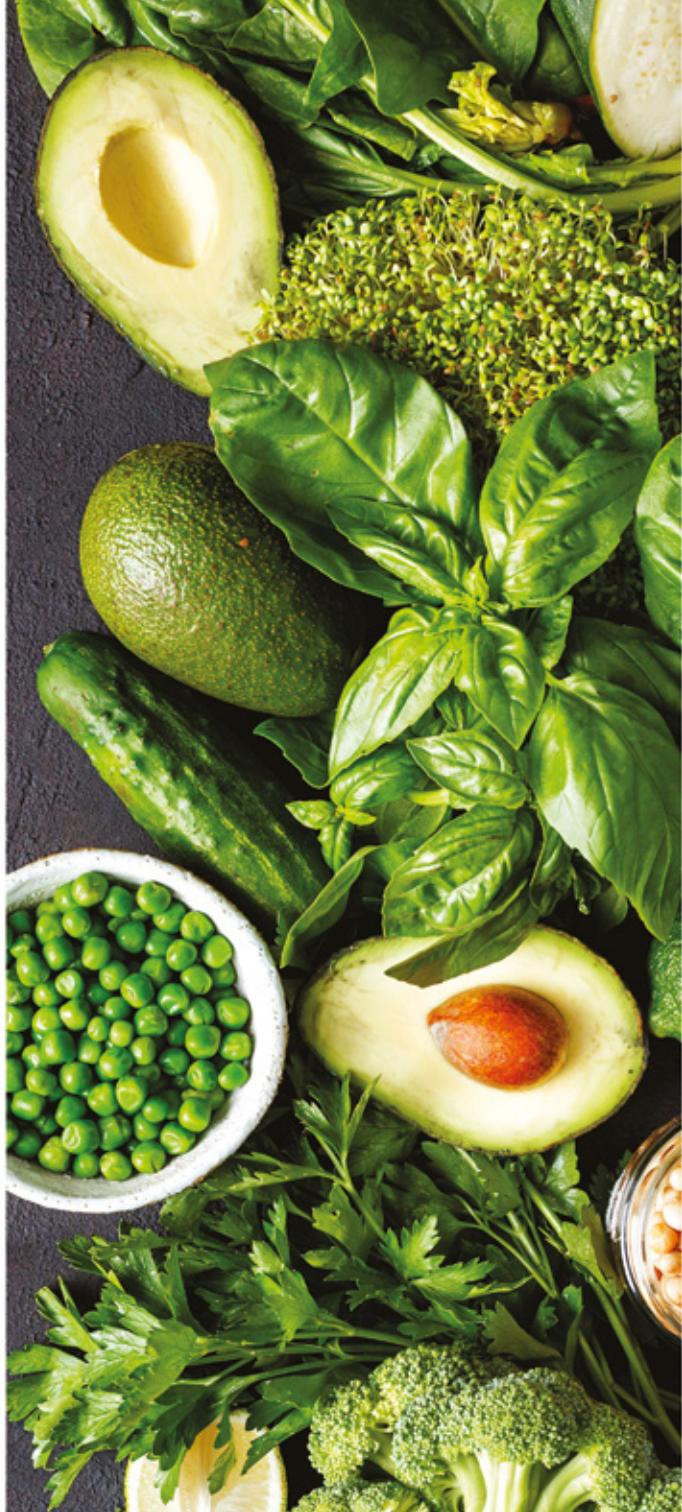
¿CÓMO FUNCIONA ESSENS KETO?

El exceso de tejido adiposo en nuestro cuerpo (esos "michelines" tan poco populares) es, en realidad, un depósito de nutrientes que desde siempre el cuerpo almacena para garantizar su nutrición en tiempos de escasez. Este proceso natural se denomina **cetosis**. Hoy en día, cuando una persona normal tiene más bien un exceso de nutrientes, estos tiempos de escasez no ocurren y esta grasa de reserva en nuestro cuerpo se queda allí de forma permanente.

¿**Sabía que** la grasa almacenada no solo es la grasa externa (subcutánea), sino también la grasa interna (visceral) que es mucho más peligrosa? La grasa visceral literalmente envuelve los órganos internos y puede impedir su correcto funcionamiento. Podrá deshacerse con éxito también de esta grasa durante ESSENS Keto y contribuir al funcionamiento saludable de su cuerpo.

La **cetosis** es un estado fisiológico natural del cuerpo en el que las grasas almacenadas se descomponen y se queman. Se induce reduciendo al mínimo la ingesta externa de hidratos de carbono y grasas en la dieta y, al mismo tiempo, aumentando la ingesta de proteínas. Esto lleva a la "activación" del tejido adiposo almacenado, durante la cual se forman los llamados cuerpos cetónicos. Al producirse los cuerpos cetónicos, estos reemplazan los hidratos de carbono en la dieta como nutriente y, por lo tanto, se convierten en la principal fuente de energía del cuerpo.

De esta manera, la grasa se pierde notablemente no solo en la superficie del cuerpo (la llamada grasa subcutánea), sino que también se reduce la peligrosa grasa interna (la llamada grasa visceral) que envuelve los órganos y obstaculiza su correcto funcionamiento.



SIMPLIFICANDO, PODEMOS IMAGINARNOS EL PRINCIPIO DE CETOSIS DE LA SIGUIENTE MANERA:

El cuerpo con sobrepeso deja de quemar hidratos de carbono (porque dejamos de suministrárselos en la dieta), hasta ahora los hidratos de carbono han sido la principal fuente de energía para el organismo.

El cuerpo "cambia" al modo de reserva y para generar energía utiliza las grasas almacenadas. Comienza a descomponer estas grasas y la principal fuente de energía del cuerpo serán los productos de descomposición de estas grasas.

Dada la gran exigencia del organismo en cuanto a la energía, incluso la grasa almacenada en el cuerpo empezará a desaparecer rápidamente y el cuerpo "perderá peso" notablemente. Un beneficio extra es que el cuerpo comienza a quemar otras sustancias almacenadas a largo plazo, incluidas las tóxicas, y así se produce una desintoxicación natural del cuerpo.

Este proceso de quemar las reservas del tejido adiposo es completamente natural para el cuerpo que está diseñado para ello. Por lo tanto, la cetosis no causa una sensación significativa de hambre porque el cuerpo tiene suficientes nutrientes debido a la descomposición de las grasas.

Un principio simple y natural, ¿verdad?

Sin embargo, es necesario equilibrar cuidadosamente la ingesta reducida de hidratos de carbono y grasas y, al mismo tiempo, el aumento de la ingesta de proteínas. También hace falta proteger la masa muscular y a la vez proporcionarle al cuerpo una cantidad suficiente de minerales, vitaminas y oligoelementos para su funcionamiento. Esto es casi imposible de conseguir con una dieta normal, por lo que hemos incluido todo lo necesario en ESSENS Keto de tal manera que el proceso de quema y pérdida de tejido adiposo sea lo más eficaz posible.



REDUCCIÓN DE GRASAS

La composición de la dieta de proteínas ESSENS Keto permite que el cuerpo active y utilice naturalmente las reservas de grasa, las convierta en energía y así elimine el exceso de grasa.

La compleja composición de ESSENS Keto le permite al cuerpo:

A: comenzar a quemar eficazmente este tejido adiposo almacenado, al reducir la ingesta de los hidratos de carbono y, al mismo tiempo,

B: al aumentar la ingesta de las proteínas, proteger la propia masa muscular del cuerpo de modo que la pérdida de peso se produce principalmente del tejido adiposo.

C: al aportar minerales, vitaminas, oligoelementos y otras sustancias, garantizar que el organismo reciba las sustancias necesarias durante la dieta tal como en la alimentación normal.

A + B + C = REDUCCIÓN EFICAZ DE GRASAS

Este principio que, en realidad, es muy simple, se conoce en medicina desde hace décadas, no obstante, es básicamente imposible llevarlo a cabo a largo plazo con una dieta normal.

Por esto desarrollamos ESSENS Keto.

¿SABÍA QUE ESSENS KETO TAMBIÉN FUNCIONA COMO UNA EXCELENTE HERRAMIENTA DESINTOXICANTE PARA LIMPIAR EL CUERPO? DURANTE LA QUEMA DE GRASA, EL CUERPO SE DESHACE DE TODAS LAS SUSTANCIAS TÓXICAS ACUMULADAS Y ELIMINA TODO LO INNECESARIO.



ESSENS KETO CONSTA DE TRES FASES, LA DURACIÓN ES APROXIMADAMENTE LA MISMA Y VARÍA EL NÚMERO DE SUSTITUTOS DE PROTEÍNAS AL DÍA.

PRIMERA FASE

En la primera fase de ESSENS Keto, la llamada "**de reducción**", usted comienza la dieta y sustituye todas las comidas diarias (es decir, desayuno, almuerzo, comida, merienda y cena) por productos del paquete básico ESSENS (más las verduras permitidas en la primera fase). Esto pondrá en marcha el proceso de quemar el tejido adiposo y se producirá una pérdida de peso considerable. En esta fase alcanzará entre un 60 % y un 70 % de la reducción total planificada. Por lo tanto, si tiene prevista una reducción de 10 kg, tras esta fase pesará entre aproximadamente 6 y 7 kg menos.

NUESTRO CONSEJO: DESDE EL COMIENZO DE LA DIETA, SE ACOSTUMBRARÁ A 5 COMIDAS AL DÍA. PARA MANTENER LOS RESULTADOS DE LA REDUCCIÓN, INCLUSO DESPUÉS DE TERMINAR CON LA REDUCCIÓN DE ESSENS KETO, DEBERÍA CONSUMIR 5 COMIDAS AL DÍA, NO 3 O INCLUSO MENOS.

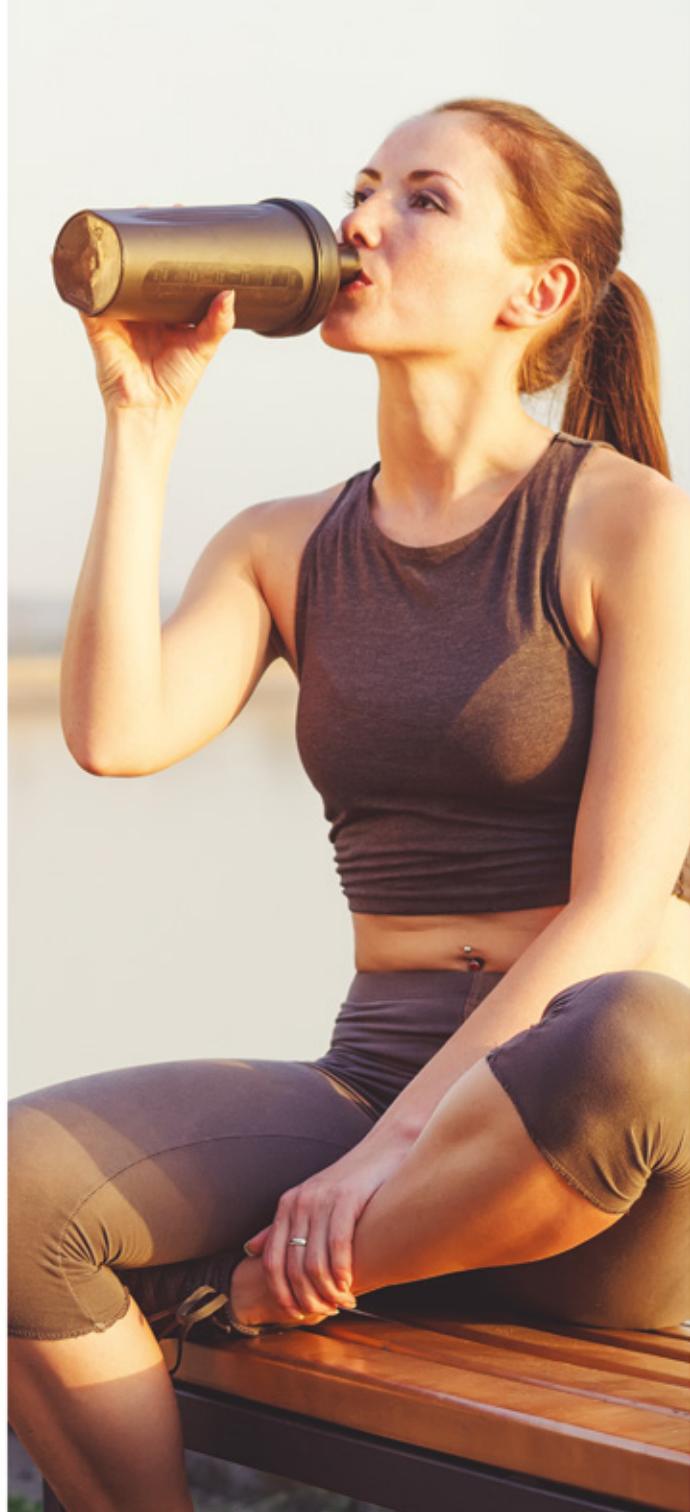


ESSENS KETO CONSTA DE TRES FASES, LA DURACIÓN ES APROXIMADAMENTE LA MISMA Y VARÍA EL NÚMERO DE SUSTITUTOS DE PROTEÍNAS AL DÍA.

SEGUNDA FASE

En la segunda fase, la llamada "**de estabilización**", se lleva a cabo la inclusión de dos comidas normales ricas en proteínas, las tres comidas restantes siguen siendo ESSENS Keto (más cualquier verdura de las permitidas en la segunda fase). Esta fase de la transición gradual es muy importante para evitar el llamado efecto de rebote. Si termináramos la dieta inmediatamente después de la primera fase, el cuerpo no estaría preparado para un suministro inesperado de hidratos de carbono, habría un aumento en la producción de insulina y se volvería a almacenar rápidamente el tejido adiposo. En esta fase reducirá entre un 20 % y un 30 % de la pérdida de peso total planificada.

NUESTRO CONSEJO: LAS MEJORES COMIDAS DEL DÍA PARA SUSTITUIR ESSENS KETO POR UNA ALIMENTACIÓN NORMAL SON LA DEL MEDIODÍA Y LA CENA.



ESSENS KETO CONSTA DE TRES FASES, LA DURACIÓN ES APROXIMADAMENTE LA MISMA Y VARÍA EL NÚMERO DE SUSTITUTOS DE PROTEÍNAS AL DÍA.

TERCERA FASE

En la tercera fase de la dieta de proteínas ESSENS Keto, la llamada "**de transición**", se sustituyen tres comidas de ESSENS Keto por una alimentación normal y rica en proteínas. Las dos comidas restantes siguen siendo de la gama de ESSENS Keto. En esta fase el cuerpo se prepara para la transición a la futura alimentación "normal". Poco a poco se van introduciendo cada vez más hidratos de carbono. Una vez finalizada la tercera fase de la dieta, el cuerpo ya no tiene problemas para procesar una alimentación normal, está acostumbrado a ingerir nutrientes 5 veces al día, quemándolos gradualmente y no tiende a almacenar el exceso de grasa.

NUESTRO CONSEJO: DENTRO DE LA ALIMENTACIÓN NORMAL, INTENTE SUSTITUIR UNA DE LAS COMIDAS POR UN PRODUCTO ESSENS KETO DE VEZ EN CUANDO. DE ESTA MANERA, CONTRIBUIRÁ A MANTENER LOS RESULTADOS A LARGO PLAZO.





OTROS PRINCIPIOS A SEGUIR DURANTE ESSENS KETO:

- Beba agua de forma regular. Es necesario consumir 2 - 3 litros de agua o té verde o negro. Las bebidas azucaradas están estrictamente prohibidas en todas las fases de la dieta.
-
-

- Consuma 500 g - 800 g al día de las verduras permitidas, la fibra que contienen ayuda al funcionamiento adecuado del intestino.
-
-

- No omita ninguna de las comidas proteicas incluso si no tiene hambre. El consumo de alimentos 5 veces al día es una condición fundamental para el buen funcionamiento de la dieta.



VERDURAS PERMITIDAS



PRIMERA FASE

- lechuga, coliflor, pepino, brócoli, calabacín, rábanos, espárragos, espinacas, vainas de judías verdes, apionabo, apio, setas, berenjena
- las verduras se pueden consumir frescas o cocidas

SEGUNDA FASE

- todas las verduras de la primera fase + puerro, calabaza patisson, colinabo (1 pieza al día), pimiento (1 pieza al día), tomate (1 pieza al día)
- las verduras se pueden consumir frescas o cocidas

TERCERA FASE

- todas las verduras de la primera y segunda fase + aguacate (1 pieza al día), zanahoria (1 pieza al día), guisantes (30 g al día), maíz (30 g al día), remolacha
- las verduras se pueden consumir frescas o cocidas



LO QUE HAN REVELADO LOS ESTUDIOS SOBRE LA DIETA CETOGÉNICA

Pérdida de grasa en la dieta cetogénica

Diversas investigaciones han demostrado que durante la dieta cetogénica no solo se produce una pérdida significativa de grasa subcutánea acumulada en la superficie corporal en zonas problemáticas, sino también de la grasa interna del cuerpo. Esta grasa envuelve los órganos internos y es un gran obstáculo para su correcto funcionamiento. (1,2,3,4).

Dieta cetogénica y colesterol HDL

Durante la dieta cetogénica, aumentan los niveles de colesterol HDL que tiene un efecto beneficioso en la prevención de enfermedades cardiovasculares. Disminuye la producción de la hormona que descompone las grasas y causa la sensación de tener que comer algo dulce. La sensibilidad del cuerpo a esta hormona también mejora de forma significativa, lo que ayuda a prevenir la diabetes. (5,6).



Sin sensación de hambre

Se ha demostrado que la dieta cetogénica no va acompañada de hambre ni ansiedad de alimentos dulces, al contrario, uno se siente lleno de energía durante la dieta y se produce una mejora significativa en el estado de ánimo. El organismo entra en estado de cetosis en 2 - 3 días. (1).

Prevención del efecto de rebote en la pérdida de peso

Se ha demostrado que durante una dieta de reducción "normal", hasta el 45 % del peso corporal que se pierde es del tejido muscular. Los músculos son un quemador importante de tejido adiposo y después de terminar una dieta "normal", el cuerpo no puede lidiar con el suministro de la misma energía que antes de la dieta, por lo que la grasa se vuelve a almacenar y esto es el efecto de rebote. Durante una dieta proteica, la pérdida de peso se produce principalmente de la grasa, la masa muscular se conserva. Una vez finalizada la dieta proteica y la transición a una alimentación normal, el tejido muscular actúa como un quemagrasas eficaz y no existe riesgo del efecto de rebote. (2).

1. JOHNSTONE, A. et al. (2008). *Effects of a high-protein ketogenic diet on hunger, appetite, and weight loss in obese men feeding ad libitum. The American journal of clinical nutrition*, 87 (1), 44 - 55.

2. WESTMAN, E. et al. (2003). *Review of low-carbohydrate ketogenic diets. Current Atherosclerosis Report*, 5, 476 - 483.

3. VOLEK J. et al. (2002). *Body composition and hormonal responses to a carbohydrate-restricted diet. Metabolism: clinical and experimental*, 51 (7), 864 -870.

4. BREHM, B. et al. (2003). *A randomized trial comparing a very low carbohydrate diet and a calorie-restricted low fat diet on body weight and cardiovascular risk factors in healthy women. The Journal of clinical endocrinology and metabolism*, 88 (4), 1617 - 1623.

5. SANTOS, F. et al. (2012). *Systematic review and meta-analysis of clinical trials of the effects of low carbohydrate diets on cardiovascular risk factors. Obesity Reviews*, 13 (11), 1048 -1066.

6. BODEN, G. et al. (2005). *Effect of a low-carbohydrate diet on appetite, blood glucose levels, and insulin resistance in obese patients with type 2 diabetes. Annals of internal medicine*, 142 (6), 403 - 411.

NO SE PREOCUPE, CON ESSENS KETO AL CUERPO NO LE FALTA NADA

Alimentos proteicos

Preparar una dieta a partir de alimentos comúnmente disponibles requiere mucho tiempo e inicialmente no es adecuado. Por eso, hemos preparado una selección de platos de proteínas que ayudarán a preparar y mantener el proceso. Nuestras comidas proteicas se preparan como una combinación de sabores dulces y salados con una composición definida y precisa para ayudar al organismo a empezar y mantener el proceso de quema del tejido adiposo a largo plazo y sin posibilidad de cometer errores. Están enriquecidas con las vitaminas, los minerales y los oligoelementos necesarios en la ingesta de una alimentación normal.

Complementos alimenticios únicos

Junto con una serie de comidas proteicas, también recibirá complementos alimenticios desarrollados por nosotros que actúan de manera positiva durante la dieta: una mezcla de ácidos omega insaturados que tienen un efecto positivo en la función y estado de sus órganos y el KetoFerm único que actúa en la flora intestinal y ayuda a desarrollar y mantener las condiciones ideales en el intestino y crear una transición fácil de la dieta a una alimentación normal y saludable.





¿NO SABE CÓMO EMPEZAR? SIN DUDA, CON PAQUETES ESSENS KETO

Los paquetes para las fases individuales de pérdida de peso con ESSENS Keto contienen todo lo necesario para reducir el peso. En un paquete completo y práctico recibirá la cantidad suficiente de comidas para todo el periodo. No tiene que preocuparse por la composición del menú y degustará todo el espectro de la dieta proteica, cuya preparación es fácil, rápida y apta tanto para mujeres como para hombres.

El paquete n° 1 para la primera fase de la dieta cetogénica contiene:

- cantidad equilibrada de comidas proteicas para todo el periodo
- shaker de diseño
- catálogo de ESSENS Keto
- complementos alimenticios adecuados para una dieta cetogénica

426 €

El paquete n° 2 para la segunda y tercera fase de la dieta cetogénica contiene:

- cantidad equilibrada de comidas proteicas para los dos periodos completos
- complementos alimenticios adecuados para una dieta cetogénica

409 €

Conozca el portafolio básico de los productos ESSENS Keto:

- **Batidos** - en varios sabores para la rápida preparación de una bebida proteica
- **Tortillas** - su delicioso sabor enriquecerá, por ejemplo, su cena
- **Gachas** - desayuno elegante e ideal para poner en marcha su día de reducción



ESSENS KETO SHAKE

Mezcla de proteína de leche en polvo para la preparación de una deliciosa bebida edulcorada, disponible en cuatro sabores. Su alto contenido en proteínas y, al mismo tiempo, su bajo contenido en hidratos de carbono y grasas garantizarán que se saciará durante mucho tiempo.

¿No le da tiempo a desayunar por las mañanas? El batido es, sin duda, la solución más rápida. Un snack proteico ideal, dulce y delicioso. También es excelente como almuerzo, merienda o comida ligera.

- más del 60 % de proteínas
- la gama completa de vitaminas y minerales que son necesarios para la pérdida de peso
- sin colorantes, sin gluten ni materias primas modificadas genéticamente

Usando el práctico shaker, la preparación es increíblemente fácil y rápida.

Cuatro deliciosos sabores garantizan variedad y diversidad

- Plátano - fresa
- Cereza - vainilla
- Chocolate
- Nueces



ESSENS KETO PORRIDGE

Proteína de leche en polvo para la preparación de gachas con alto contenido en proteínas y bajo contenido en azúcares. Para una mayor variedad de sabores, se prepara en una variante salada y otra edulcorada. Preparación fácil y rápida siempre que le apetezca algo caliente.

Empiece la mañana con un delicioso desayuno de proteínas. Su preparación en tan solo unos minutos le saciará durante mucho tiempo. Se mezcla con agua, se calienta y ya tiene una deliciosa comida proteica.

- más del 55 % de proteínas
- sin colorantes, sin gluten ni materias primas modificadas genéticamente

Dos deliciosos sabores garantizan variedad y diversidad

- Vainilla
- Bacon



ESSENS KETO OMELETTE

Proteína en polvo para la preparación de tortilla con dos sabores salados. Con alto contenido en proteínas y bajo contenido en azúcares.

Comida o cena hecha literalmente en unos minutos. Preparación rápida y, al mismo tiempo, comida abundante. Añada huevos, puede decorar al gusto con las verduras permitidas y una comida proteica increíble estará sobre la mesa en unos minutos. Se ve muy bien y sabe aún mejor.

- más del 60 % de proteínas
- el mínimo de azúcares y todos los minerales y vitaminas necesarios
- sin colorantes, sin gluten ni materias primas modificadas genéticamente

Dos sabores salados equilibrados

- Bacon
- Setas



ESSENS KETOFORM

El complemento alimenticio ESSENS KetoFerm es adecuado durante la dieta cetogénica para la protección de la microflora intestinal donde favorece el mantenimiento de las condiciones ideales para el buen estado y diversidad del microbioma intestinal. ESSENS KetoFerm no contiene gluten ni lactosa y es apto también para veganos.

Durante la dieta cetogénica, uno de los efectos secundarios puede ser un cambio en el microbioma que se manifiesta en una reducción de la peristalsis intestinal, lo que conduce al estreñimiento. Este se debe a la ingesta limitada de fibra que se encuentra comúnmente en el pan, las legumbres, etc.

KetoFerm contiene una combinación de fibra de manzana, fructooligosacáridos y una mezcla única de extractos fermentados de 35 tipos de frutas y verduras.

La fermentación de 35 tipos de frutas y verduras se realiza mediante una tecnología única a través de bacterias del ácido láctico, lactobacilos, bifidobacterias y levaduras. Crea una amplia gama de microfibras solubles que es el principal nutriente y regenerador de la mucosa intestinal y, además, regula el sistema inmunitario.

Beneficios de los extractos fermentados de frutas y verduras:

- casi no contienen azúcares
- importante fuente de fibra
- contienen hasta un 90 % de microfibras que es una ideal alimentación variada para las bacterias intestinales
- contribuye a la mejora de la peristalsis intestinal
- contribuye al funcionamiento adecuado del sistema inmunitario



ESSENS KETO OMEGA 3-6

El complemento alimenticio ESSENS Omega 3-6 es apto durante la dieta cetogénica para complementar los ácidos grasos en el organismo, ya que las grasas juegan un papel importante en muchos procesos corporales y su restricción en la dieta puede suponer un riesgo para la salud. ESSENS Omega 3-6 no contiene azúcar, gluten ni lactosa.

No se utilizan materias primas preparadas químicamente ni conservadores, estabilizantes o colorantes. El producto no contiene azúcar, gluten ni lactosa.

¡ESSENS Keto Omega 3-6 es un producto vegano!

El alto contenido de ácidos grasos es de origen vegetal. Se trata de un componente patentado AHIFLOWER® OIL, aceite refinado de semillas de Mijo del sol (semillas de *Buglossoides arvensis*). Este aceite es muy rico en omega con excelente calidad y, a su vez, contiene una mayor cantidad de omega que cualquier otro aceite natural vegetal o de semillas. Aporta beneficios para la salud asociados hasta ahora solo con el aceite de pescado.

Beneficios de los ácidos grasos omega de Mijo del sol:

- una fuente inigualable de ácidos omega biológicamente complejos (como el ácido estearidónico, SDA)
- contiene GLA, un ácido graso esencial omega-6 relacionado con la salud de la piel, el equilibrio hormonal y el apoyo antiinflamatorio
- ayuda a reducir los niveles de colesterol
- favorece el funcionamiento correcto del corazón
- tiene un efecto positivo sobre la vista y la actividad cerebral





ESSENS KETO SHAKER

Prepare su batido favorito en cualquier momento del día.

El shaker de 500 ml con dos depósitos será una ayuda indispensable en su camino con ESSENS Keto porque siempre tendrá su dosis de proteína a mano.





Estoy convencido de que gracias a la combinación de las tecnologías de máxima calidad del portafolio de ESSENS, los conocimientos de los expertos y, al mismo tiempo, la presencia a nivel mundial, llevaremos el concepto de dieta proteica de reducción a un nivel mucho más alto de lo que ha sido posible hasta ahora.

Jiří Šusta



Jiří Šusta es uno de los principales expertos en el campo de la dieta cetogénica en la Unión Europea. En el pasado trabajó en la alta dirección de empresas líderes europeas dedicadas al desarrollo y a la producción de dietas reductoras y complementos alimenticios. Definió los principios modernos de composición, funcionamiento y uso de las dietas proteicas dentro de varios programas de reducción y, en la actualidad, decenas de empresas se basan en el programa de la dieta cetogénica que creó.

Está muy enfocado en la promoción y en la comunicación práctica de los principios de la dieta reductora hacia el cliente, participa en actividades editoriales y se dedica al coaching de pérdida de peso. Por este programa han pasado varias personas famosas de la República Checa.

En ESSENS participa, de acuerdo con los estándares más altos, en el desarrollo, producción y también comunicación de una línea de productos completamente nueva e innovadora ESSENS Keto.



www.essenstv.com

WWW.ESENSWORLD.COM

2022



www.essensworld.com