

Préparation à base de Protéines en poudre

Pour plus de force et de persévérance !

Les protéines sont une composante essentielle présente dans quasiment chaque cellule du corps.

Plusieurs personnes réduisent trop souvent leur apport en protéines pour contrôler leur poids. Cela peut induire des carences nutritionnelles.

Une à trois cuillères à soupe rases par jour (selon les besoins) peut vous fournir 15 grammes supplémentaires de protéines de haute qualité, permettant ainsi d'assurer une consommation quotidienne adéquate en protéines.

Pourquoi une Préparation à base de Protéines en poudre?

Les protéines, plus précisément ces briques de construction appelées 'acides aminés', sont une composante essentielle de notre corps. Les cellules du système immunitaire, de la peau, des cheveux et des muscles dépendent toutes des protéines pour fonctionner correctement et pour leur croissance.

Trop souvent, plusieurs personnes réduisent leur apport en protéines pour limiter leur consommation en calories et contrôler leur poids. Cela peut induire des carences qui sont non seulement néfastes, mais qui peuvent également induire un déséquilibre nutritionnel dans votre corps.

Pour éviter cela, vous devez apporter à votre corps un bon équilibre en éléments nutritionnels, l'un des plus importants étant les protéines.

La consommation quotidienne idéale de protéines varie entre 50 et 60 grammes pour les femmes et au moins 70 grammes pour les hommes. Une façon simple de déterminer la quantité maximale de protéines nécessaires chaque jour est de calculer 1 gramme de protéines pour 1 kilo de masse corporelle. Si vous pesez 60 kgs, vous avez besoin d'environ 60 grammes de protéines par jour.



Réf. 0242 Préparation à base de Protéines en poudre

Points Importants

- Excellentes nouvelles pour ceux et celles qui essaient de contrôler leur poids : en ajoutant une Préparation à base de Protéines en poudre à votre Préparation pour Boisson Nutritionnelle Instantanée aux Protéines, vous augmentez votre consommation quotidienne de protéines sans ajout trop de graisse ou de calories glucidiques.
- Favorisez votre contrôle de poids: Une à trois cuillères à soupe rase de poudre par jour (selon les besoins) peut vous fournir 15 grammes supplémentaires de protéines de haute qualité, ce qui accroît la sensation de satiété tout en permettant d'assurer une consommation quotidienne adéquate en protéines.
- Personnalisez votre Préparation pour Boisson Nutritionnelle Instantanée aux Protéines : en utilisant une Préparation à base de Protéines en poudre, les clients peuvent composer leurs Préparation pour Boisson Nutritionnelle Instantanée aux Protéines pour répondre à leurs besoins spécifiques en protéines sans ajout inutile trop de graisse ou de calories glucidiques.
- Avantages pour tous les sportifs : pour les sportifs, la Préparation à base de Protéines en poudre est une excellente façon d'augmenter leur taux de protéines. Ceux-ci peuvent prendre la Préparation pour Boisson Nutritionnelle Instantanée aux Protéines, ajoutez du lait, des fruits et deux cuillères à soupe rases de Préparation à base de Protéines en poudre et ainsi arriver facilement aux 25 grammes de protéines recommandés pour un Shake après l'exercice.
- Utilisations diverses : la Préparation à base de Protéines en poudre est idéale pour les Shakes, boissons diverses, soupes et sauce pour les pâtes. Elle se dissout parfaitement dans les boissons chaudes ou froides.

En bref

- Permet d'assurer les apports en protéines recommandés chaque jour.
- Contient environ 5 grammes de protéines par cuillère à soupe rase.
- Contient des protéines de soja, comprenant des isoflavones.
- Contient des protéines lactosériques, riches en cystine et méthionine, essentielles au développement musculaire.
- Sans sucre, levure, sel, lactose, édulcorants ou colorants artificiels et seulement peu de graisse et de glucides.
- Se dissout parfaitement dans les boissons chaudes ou froides.

Demandez à votre Distributeur d'autres fiches produits et collectionnez la série !

Distributeur Indépendant Herbalife

