

dōTERRA Smart & Sassy® TrimShake

Baunilha e Chocolate

DESCRIÇÃO DO PRODUTO

O dōTERRA Smart & Sassy TrimShake é um alimento com nutrientes balanceados, apropriado para substituir até duas refeições diárias e auxiliar em dietas de emagrecimento. É enriquecido com lipídeos, carboidratos e proteínas, além da fonte de 19 vitaminas e minerais na quantidade ideal e de alta qualidade para substituir, de maneira apropriada e pouco calórica uma refeição (oferece apenas 204 Kcal em 300 ml de leite semidesnatado) quando comparada a uma refeição convencional. Contém fibras capazes de adiar a sensação de saciedade e assim, diminuir o apetite.

CONCEITO

Uma composição corporal mais ideal pode estar frequentemente correlacionada a um estilo de vida saudável, que inclui comer corretamente e permanecer fisicamente ativo(a). Comer corretamente significa ingerir alimentos de qualidade e em quantidades adequadas, e que incluam uma proporção saudável de carboidratos, proteínas, gorduras, vitaminas e minerais. Uma dieta saudável de frutas e vegetais frescos, grãos integrais e proteínas saudáveis fornece ao corpo os recursos necessários para a produção de energia, crescimento, funções imunológicas e outras funções metabólicas.

A ingestão de alimentos em excesso pode não ser saudável. As células adiposas funcionam como unidades de armazenamento de energia do corpo. O excesso de calorias não convertidas em energia ou usadas como blocos de construção para crescimento e reparo pode ser convertido em lipídios e armazenado nas células adiposas. Quando o corpo utiliza outras reservas de energia mais prontamente disponíveis, as células adiposas liberam lipídios armazenados como combustível para o metabolismo energético. Manter uma composição corporal magra requer armazenar menos calorias em excesso nas células adiposas e aumentar a liberação das mesmas para serem usadas na produção de energia. Em outras palavras, para nos mantermos em forma e em bom estado, precisamos comer menos e nos exercitar mais. Também precisamos comer de maneira mais inteligente.

BENEFÍCIOS PRIMÁRIOS

- Possui em sua composição colágeno hidrolisado: é uma proteína estrutural que fornece sustentação para diversos tecidos, tais como a pele, músculos, tendão, ossos e articulações, cabelos e unhas.
- Contém proteína concentrada do soro do leite, que é uma ótima alternativa para quem procura definição muscular ao mesmo tempo em que reduz as taxas de gordura corporal.
- O TrimShake também contém aminoácidos essenciais: L- leucina e L-triptofano.
- Pode ser utilizado também para auxiliar no ganho de peso e de massa muscular, sendo adicionado as refeições realizadas no dia.
- Para potencializar o produto, você pode utilizar 3 gotas de dōTERRA Smart & Sassy Aromas Naturais. Crie, recria e saia do comum. Outros Aromas Naturais que podem ser adicionados, conforme o horário: Grapefruit, Lime, Lemongrass, Lavender, Clary Sage, Ginger, Lemon entre outros.

SUGESTÃO DE USO

Diluir em mixer, coqueteleira ou liquidificador 26 g (1 dosador) em 300 ml de leite semidesnatado.

PARA PERDA DE PESO: Substitua diariamente duas das três refeições principais.

PARA MANTER O PESO: Substitua diariamente apenas uma refeição principal.

PARA AUMENTO DE PESO: Acrescente até dois shakes ao cardápio diário.



Informação Nutricional

Porção de 26 g (1 dosador)

Quantidade por porção de 26 g (1 dosador)	%VD (*)	Quantidade por 26g de pó + 300 ml de leite semidesnatado	%VD (*)	Quantidade por 100 g	
Valor energético	77 kcal=323 kJ	4%	204 kcal=857 kJ	10%	291 kcal=1222 kJ
Carboidratos	14 g	5%	29 g	10%	52 g
Proteínas	4,8 g	6%	15 g	20%	19 g
Gorduras totais	0 g	0%	3,1 g	6%	0,8 g
Gorduras saturadas	0 g	1%	2,1 g	10%	0,6g
Gorduras Trans	0 g	**	0g	**	0 g
Fibra alimentar	4,8 g	19%	4,8 g	19%	18 g
Sódio	72 mg	3%	204 mg	9%	279 mg
Cálcio	165 mg	17%	530 mg	53%	635 mg
Vitamina A	200 mcg	33%	200 mcg	33%	769 mcg
Vitamina D	1,0 mcg	20%	1,0 mcg	20%	3,8 mcg
Vitamina C	10 mg	22%	10 mg	22%	38 mg
Vitamina E	3,3 mg	33%	3,3 mg	33%	13 mg
Tiamina	0,27 mg	23%	0,27 mg	23%	1,0 mg
Riboflavina	0,40 mg	31%	0,40 mg	31%	1,5 mg
Niacina	3,7 mg	23%	3,7 mg	23%	14 mg
Vitamina B6	0,70 mg	54%	0,70 mg	54%	2,7 mg
Ácido fólico	67 mcg	28%	67 mcg	28%	258 mcg
Vitamina B12	0,33 mcg	14%	0,33 mcg	14%	1,3 mcg
Biotina	5,0 mcg	17%	5,0 mcg	17%	19 mcg
Ácido Pantotênico	1,0 mg	20%	1,0 mg	20%	3,8 mg
Ferro	5,3 mg	38%	5,3 mg	38%	20 mg
Fósforo	165 mg	24%	165 mg	24%	635 mg
Magnésio	116 mg	45%	116 mg	45%	446 mg
Zinco	2,0 mg	29%	2,0 mg	29%	7,7 mg
Iodo	47 mcg	36%	47 mcg	36%	181 mcg
Cobre	500 mcg	56%	500 mcg	56%	1923 mcg
Selênio	18 mcg	53%	18 mcg	53%	69 mcg
Potássio	66 mg	**	528 mg	**	254 mg
Manganês	0,33 mg	14%	0,33 mg	14%	1,3 mg

(*) % Valores diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valores diários não estabelecidos.

DÔTERRA SMART & SASSY® TRIMSHAKE BAUNILHA

CERCA DE 21 PORÇÕES POR
EMBALAGEM.

COD. 60216398

Ingredientes: Maltodextrina, polidextrose (glicose, dextrose e edulcorante sorbitol), proteína isolada de soja, proteína concentrada do soro do leite, amido de milho ceroso (waxy maize), mix de vitaminas e minerais (maltodextrina, fosfato monocálcico, fosfato bipotássico, óxido de magnésio, carbonato de cálcio, ácido ascórbico, bisglicinato ferroso, nicotinamida, acetato de DL-alfa-tocopherol, bisglicinato de zinco, pantotenato de cálcio, cloridrato de piridoxina, riboflavina, bisglicinato de manganês, mononitrato de tiamina, bisglicinato cúprico, acetato de retinol, ácido fólico, iodeto de potássio, selenito de sódio, biotina, colecalciferol, cianocobalamina), L-leucina, colágeno hidrolisado, triglicérides de cadeia média, L-triptofano, inulina, espessante goma xantana, aroma natural e edulcorante glicosídeos de esteviol.

NÃO CONTÉM GLÚTEN. CONTÉM LACTOSE. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E DE SOJA.

2

Informação Nutricional

Porção de 26 g (1 dosador)

Quantidade por porção de 26 g (1 dosador)	%VD (*)	Quantidade por 26g de pó + 300 ml de leite semidesnatado	%VD (*)	Quantidade por 100 g	
Valor energético	76 kcal=319 kJ	4%	203 kcal=853 kJ	10%	294 kcal=1235 kJ
Carboidratos	13 g	4%	28 g	9%	51 g
Proteínas	4,8 g	6%	15 g	20%	18 g
Gorduras totais	0,5 g	1%	3,4 g	6%	2,0g
Gorduras saturadas	0,3 g	1%	2,2 g	10%	1,2 g
Gorduras Trans	0 g	**	0 g	**	0 g
Fibra alimentar	5,7 g	23%	5,7 g	23%	22 g
Sódio	63 mg	3%	195 mg	8%	242 mg
Cálcio	165 mg	17%	530 mg	53%	635 mg
Vitamina A	200 mcg	33%	200 mcg	33%	769 mcg
Vitamina D	1 mcg	20%	1 mcg	20%	3,8 mcg
Vitamina C	10 mg	22%	10 mg	22%	38 mg
Vitamina E	3,3 mg	33%	3,3 mg	33%	13 mg
Tiamina	0,27 mg	23%	0,27 mg	23%	1,0 mg
Riboflavina	0,40 mg	31%	0,40 mg	31%	1,5 mg
Niacina	3,7 mg	23%	3,7 mg	23%	14 mg
Vitamina B6	0,70 mg	54%	0,70 mg	54%	2,7 mg
Ácido fólico	67 mcg	28%	67 mcg	28%	258 mcg
Vitamina B12	0,33 mcg	14%	0,33 mcg	14%	1,3 mcg
Biotina	5,0 mcg	17%	5,0 mcg	17%	19 mcg
Ácido Pantotênico	1,0 mg	20%	1,0 mg	20%	3,8 mg
Ferro	5,3 mg	38%	5,3 mg	38%	20 mg
Fósforo	165 mg	24%	165 mg	24%	635 mg
Magnésio	116 mg	45%	116 mg	45%	446 mg
Zinco	2,0 mg	29%	2,0 mg	29%	7,7 mg
Iodo	47 mcg	36%	47 mcg	36%	181 mcg
Cobre	500 mcg	56%	500 mcg	56%	1923 mcg
Selênio	18 mcg	53%	18 mcg	53%	69 mcg
Potássio	66 mg	**	528 mg	**	254 mg
Manganês	0,33 mg	14%	0,33 mg	14%	1,3 mg

(*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

** Valores diários não estabelecidos.

DÔTERRA SMART & SASSY® TRIMSHAKE CHOCOLATE

CERCA DE 21 PORÇÕES POR
EMBALAGEM.

COD. 60216397

Ingredientes: Maltodextrina, polidextrose (glicose, dextrose e edulcorante sorbitol), proteína isolada de soja, prepararo de cacau (cacau em pó, regulador de acidez carbonato de potássio, emulsificante lecitina de girassol), amido de milho ceroso (waxy maize), proteína concentrada do soro do leite, mix de vitaminas e minerais (maltodextrina, fosfato monocálcico, fosfato bipotássico, óxido de magnésio, carbonato de cálcio, ácido ascórbico, bisglicinato ferroso, nicotinamida, acetato de DL-alfa-tocopherol, bisglicinato de zinco, pantotenato de cálcio, cloridrato de piridoxina, riboflavina, bisglicinato de manganês, mononitrato de tiamina, bisglicinato cúprico, acetato de retinol, ácido fólico, iodeto de potássio, selenito de sódio, biotina, colecalciferol, cianocobalamina), L-leucina, colágeno hidrolisado, triglicérides de cadeia média, L-triptofano, inulina, espessante goma xantana, aromas naturais e edulcorante glicosídeos de esteviol.

NÃO CONTÉM GLÚTEN. CONTÉM LACTOSE. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E DE SOJA.