

**KETO
CATALOGUE
2022**

e s s e n s

Čo je ESSENS Keto?	3
Niekoľko rád na úvod	6
Ako ESSENS Keto funguje	8
Redukcia tukov - balíčky ESSENS Keto	10
Povolená zelenina	15
Vykonané štúdie	16
Ako začať - balíčky ESSENS Keto	20
Produkty	21
Osobnosť ESSENS Keto	28



ČO JE ESSENS KETO?

Proteínová diéta ESSENS Keto je redukčný systém, ktorý umožňuje rýchlo, efektívne a trvalo redukovať hmotnosť a zbaviť sa tak prebytočných tukov. Pri správne fungujúcej diéte dochádza k úbytku hmotnosti o cca 1,5 - 2 kg za týždeň, a to bez pocitu hladu.

ESSENS Keto je navrhnutá tak, aby v maximálnej možnej miere ochránila svalovú hmotu a jej zloženie výrazne obmedzuje vplyv takzvaného jo-jo efektu, s ktorým sa môžeme stretnúť u iných diétnych systémov.

Jedinečné zloženie zároveň zabezpečí vášmu telu všetky potrebné látky, vitamíny a stopové prvky, ktoré bude telo v priebehu redukcie potrebovať. ESSENS Keto funguje na základe úplne prirodzeného procesu zvaného ketóza, pri ktorom dochádza k veľmi rýchlemu spaľovaniu tukového tkaniva.



ESSENS KETO V KOCKE

Hlavné výhody ESSENS Keto:

- rýchle výsledky redukcie tukov
- bezpečné a vyvážené zloženie
- jednoduché dodržiavanie v jednotlivých krokoch
- bez pocitu hladu a straty energie

ESSENS Keto ponúka efektívny a rýchly spôsob chudnutia. Svojím unikátnym zložením znižuje prísun cukrov a zároveň zvyšuje príjem bielkovín. Tým dochádza k metabolickej zmene v organizme zvanej **ketóza**, kedy telo začne úplne prirodzene spaľovať uložené tukové tkanivo. Zároveň je zabezpečená i ochrana svalového tkaniva a k úbytku dochádza skutočne len z nadbytočných tukov.





NIEKOĽKO RÁD NA ÚVOD

Dodržiujte pitný režim

Dostatočný prísun tekutín zabezpečí odvod všetkých nežiadúcich látok, ktoré pri redukcii váhy v organizme vznikajú. Je dôležité vypíť 2-3 litre tekutín denne. Dajte prednosť pitnej vode, nesladenému čaju a zásadne sa vyhýbajte sladeným nápojom a ovocným či mrkvovým džúsom.

Jedzte povolenú zeleninu

Pravidelný príjem zeleniny v jednotlivých krokoch má blahodarný vplyv na tráviaci systém a zároveň potlačí pocit hladu. Dajte pozor, akú zeleninu v jednotlivých fázach môžete použiť.

Zmerajte sa a odvážte sa

Tajnou ingredienciou diéty je "motivácia". Pred zahájením diéty sa odvážte a zmerajte obvod kritických miest (pás, stehná, boky), môžete sa aj odfotiť. Tieto základné údaje pomôžu sledovať priebeh chudnutia a keby ste niekedy stratili chuť v diéte pokračovať (a tá doba pravdepodobne v priebehu nastane), pripomenú vám, čo všetko ste dosiahli a prečo to robíte.

Plánujte dopredu

Pred zahájením diéty si vopred obstarajte, čo budete v nasledujúcich týždňoch potrebovať, hlavne zásobu povolenej zeleniny v jednotlivých krokoch. Ak na vás príde chuť či drobný hlad, je na nezaplatenie mať po ruke kúsok uhorky alebo v chladničke pripravený šalát. Zároveň si dobre premyslite, či sa zúčastníte akcií, ktoré by vás mohli od chudnutia zviezť. Raut s množstvom jedla nie je asi v prvých fázach ten najlepší nápad. Nenechajte sa zaskočiť.

Hýbte sa

Zaradte do svojho denného režimu pohyb - svižné prechádzky, ľahké pretiahnutie tela či jazdu na bicykli. Ak vaše telo nie je na aktivitu zvyknuté, začnite pozvoľna. S väčšou pravidelnou športovou aktivitou však počkajte až do 3. fázy redukcie a po nej.



TRI JEDNODUCHÉ FÁZY REDUKCIE

1

Prvá, štartovacia alebo redukčná fáza zaháji proces diéty.

5x porcia ESSENS Keto, neobmedzené množstvo povolenej zeleniny, 2,5 - 3 litre tekutín. Organizmus začne rýchlo redukovať a zvykne si na pravidelný režim príjmu potravy.

Fáza trvá 4 týždne.

2

Druhá, stabilizačná fáza dlhodobo zabezpečí ďalšiu redukciu a udržanie výsledkov.

3x porcia ESSENS Keto, 2x zdravé a na proteíny bohaté jedlo, neobmedzené množstvo povolenej zeleniny, 2,5 - 3 litre tekutín. Telo si pomaly zvyká na bežnú stravu a zároveň výrazne redukuje uložené tuky.

Fáza trvá 4 týždne.

3

Tretia, prechodová fáza zabezpečí návrat organizmu do bežného stavu.

2x porcia ESSENS Keto, 3x zdravé a na proteíny bohaté jedlo, neobmedzené množstvo zeleniny, 2,5 - 3 litre tekutín. Odporúčame zaradiť ľahkú športovú aktivitu 2 až 3 krát týždenne.

Fáza trvá 4 týždne.

AKO ESSENS KETO FUNKUJE?

Nadbytočné tukové tkanivo v našom tele (tie neoblúbené "tukové vankúšiky") sú vlastne zásobáreň živín, ktoré si telo od nepamäti ukladá na horšie časy, aby malo z čoho zabezpečiť výživu organizmu v období nedostatku. Tento prirodzený proces sa nazýva **ketóza**. V dnešnej dobe, kedy má bežný človek živín skôr nadbytok, k takým obdobiam nedostatku nedochádza a tento zásobný tuk v našom tele zostáva uložený trvalo.

Viete, že: v prípade uložených tukov sa nejedná len o vonkajší "viditeľný" tuk, ale i oveľa nebezpečnejší vnútorný (viscerálny) tuk? Ten doslova obaluje orgány a môže brániť ich správnej funkcii. I tohto tuku sa počas ESSENS Keto s úspechom zbavíte a prispějete k zdravej funkcii vášho organizmu.

Ketóza je prirodzený fyziologický stav organizmu, pri ktorom dochádza k štiepeniu uložených tukov v tele. Navodzuje sa znížením externého prísunu sacharidov a tukov v strave na minimum a zároveň zvýšením prísunu bielkovín. Tým dochádza k "aktivácii" uloženého tukového tkaniva, pri ktorej sa tvoria tzv. ketolátky. Vzniknuté ketolátky nahradia sacharidy v strave ako živinu a stanú sa tak prvotným zdrojom energie organizmu.

Dochádza tak k výraznému úbytku tukov nielen na povrchu tela (tzv. podkožný tuk), ale ubúda aj nebezpečný vnútorný tuk (tzv. viscerálny tuk), ktorý obaluje orgány a tvorí prekážku ich správnej funkcii.



ZJEDNODUŠENE SI PRINCÍP KETÓZY MÔŽEME PREDSTAVIŤ NASLEDOVNE:

Telo s nadváhou prestane spaľovať sacharidy (pretože mu ich v strave prestaneme dodávať), sacharidy doteraz tvorili hlavný zdroj energie organizmu.

Telo "prepne" na rezervný režim a na tvorbu energie využije uložené tukové zásoby. Začne tieto tuky rozkladať a hlavným zdrojom energie organizmu sa stanú produkty rozpadu týchto tukov.

Vzhľadom na to, že potreba organizmu na energiu je pomerne značná, začnú i tukové zásoby uložené po tele rýchlo miznúť a telo výrazne "chudne". Ako príjemný bonus začne telo spaľovať aj ostatné dlhodobo uložené látky vrátane tých toxických, a tým dochádza i k prirodzenej detoxikácii organizmu.

Toto rezervné spaľovanie tukového tkaniva je pre telo úplne prirodzený proces, pre ktorý bolo vytvorené. Pri ketóze teda nedochádza k výrazným pocitom hladu, pretože živín má organizmus vďaka rozkladu tukov dostatok.

Jednoduchý a prirodzený princíp, však?

Napriek tomu je potrebný znížený prísun sacharidov a tukov, a zároveň zvýšený prísun bielkovín starostlivo vybalancovať, ochrániť svalovú hmotu, a tiež zabezpečiť i dostatočné množstvo minerálov, vitamínov a stopových prvkov pre správne fungovanie organizmu. Dosiagnúť to bežnou stravou je takmer nemožné, a preto sme všetko potrebné zahrnuli do ESSENS Keto tak, aby bol proces spaľovania tukového tkaniva čo najúčinnnejší a úbytok tukového tkaniva čo najväčší.



REDUKCIA TUKOV

Proteínová diéta ESSENS Keto svojím zložením umožní telu úplne prirodzene aktivovať a zužitkovať tukové zásoby, premeniť ich na energiu a tým pádom sa prebytočného tuku zbaviť.

Komplexné zloženie ESSENS Keto umožní telu:

A: znížením príjmu sacharidov začať efektívne spaľovať toto uložené tukové tkanivo a zároveň

B: zvýšením príjmu proteínov ochrániť telu vlastnú svalovú hmotu tak, aby k úbytku hmotnosti dochádzalo primárne z tukového tkaniva

C: prísunom minerálov, vitamínov, stopových prvkov a ďalších látok zabezpečiť, aby organizmus dostal v priebehu diéty nevyhnutné látky tak, ako pri bežnej strave

A + B + C = EFEKTÍVNA REDUKCIA TUKOV

Tento vo svojej podstate jednoduchý princíp je v medicíne známy už desiatky rokov, zabezpečiť ho však dlhodobo pomocou bežnej stravy je v podstate nemožné.

A práve preto sme vyvinuli ESSENS Keto.

VIETE, ŽE: ESSENS KETO FUNGUJE AJ AKO VYNIKAJÚCI DETOXIKAČNÝ PROSTRIEDOK NA VYČISTENIE ORGANIZMU? TELO SA V PRIEBEHU SPAĽOVANIA TUKOV ZBAVÍ VŠETKÝCH AJ USADENÝCH TOXICKÝCH LÁTOK A VŠETKO NEPOTREBNÉ VYLÚČI.



ESSENS KETO SA SKLADÁ Z TROCH FÁZ, ICH DĹŽKA JE PRIBLIŽNE ROVNAKÁ A LÍŠI SA POČTOM PROTEÍNOVÝCH NÁHRAD ZA DEŇ.

PRVÁ FÁZA

V prvej fáze ESSENS Keto, tzv. **“redukčnej”**, naštartujete diétu, nahradíte všetky denné jedlá (teda raňajky, desiatu, obed, olovrant i večeru) výrobkami zo základného balíčka ESSENS Keto (plus ľubovoľnú zeleninu z povolených v prvej fáze). Tým dôjde k naštartovaniu procesu spaľovania tukového tkaniva a k výraznému úbytku hmotnosti. V tejto fáze zredukujete 60 - 70 % z celkovej plánovanej redukcie. Ak plánujete teda redukciu 10 kg, už po tejto fáze budete o cca 6 - 7 kilogramov ľahší.

NÁŠ TIP: V DIÉTE SI ZVYKNETE UŽ OD ZAČIATKU NA 5 JEDÁL ZA DEŇ. PRE UDRŽANIE VÝSLEDKU REDUKCIE BY STE MALI I PO UKONČENÍ REDUKCIE S ESSENS KETO KONZUMOVAŤ 5 BEŽNÝCH JEDÁL ZA DEŇ, NIE 3 ALEBO DOKONCA MENEJ.

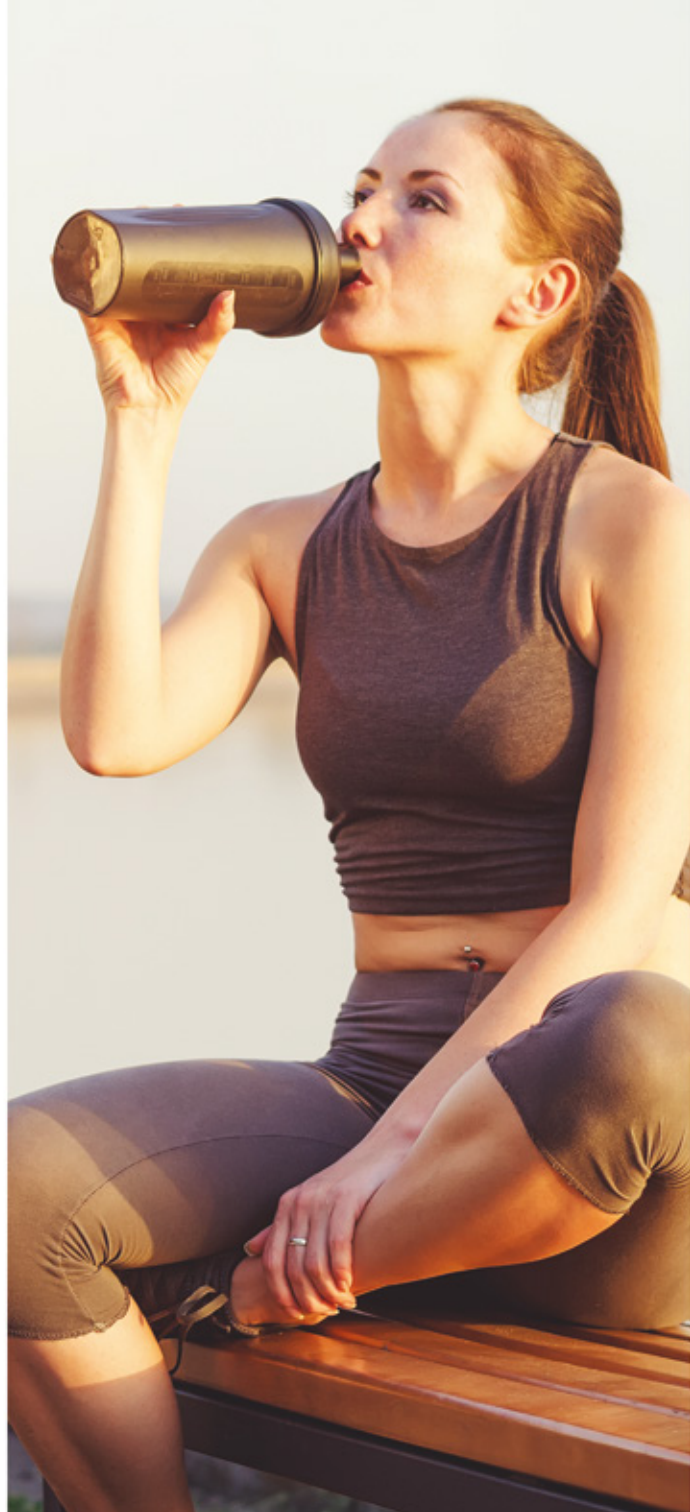


ESSENS KETO SA SKLADÁ Z TROCH FÁZ, ICH DĹŽKA JE PRIBLIŽNE ROVNAKÁ A LÍŠI SA POČTOM PROTEÍNOVÝCH NÁHRAD ZA DEŇ.

DRUHÁ FÁZA

V druhej fáze, tzv. **“stabilizačnej”**, dochádza k zaradeniu dvoch bežných, na proteíny bohatých jedál, ostatné 3 jedlá zostávajú ESSENS Keto (plus ľubovľná zelenina z povolených v druhej fáze). Táto fáza postupného prechodu je veľmi dôležitá na zabránenie tzv. jo-jo efektu. Keby sme totiž ukončili diétu hneď po prvej fáze, telo by nebolo pripravené na nečakaný prísun sacharidov, došlo by k zvýšeniu produkcie inzulínu a rýchlemu opätovnému ukladaniu tukového tkaniva. V tejto fáze zredukujete 20 - 30 % plánovaného celkového úbytku hmotnosti.

NÁŠ TIP: NAJLEPŠÍM JEDLOM NA NAHRADENIE ESSENS KETO BEŽNOU STRAVOU JE OBED A VEČERA.



ESSENS KETO SE SKLADÁ Z TROCH FÁZ, ICH DĹŽKA JE PRIBLIŽNE ROVNAKÁ A LÍŠI SA POČTOM PROTEÍNOVÝCH NÁHRAD ZA DEŇ.

TRETIA FÁZA

V tretej fáze proteínovej diéty ESSENS Keto, tzv. **“prechodovej”**, dôjde k nahradeniu troch jedál z ESSENS Keto bežnou, na proteíny bohatou stravou. Zvyšné 2 jedlá zostávajú z ponuky ESSENS Keto. V tejto fáze sa telo už pripravuje na prechod na budúcu “bežnú” stravu. Dochádza tu k postupnému pomalému zavádzaniu sacharidov do jedálneho. Po skončení 3. fázy diéty už telo nemá problém spracovávať bežnú stravu, je zvyknuté prijímať živiny 5x denne, postupne ich spaľovať a nemá tendenciu ukladať nadbytočné tuky.

NÁŠ TIP: SKÚSTE I POČAS BEŽNÉHO STRAVOVANIA OBČAS NAHRADIŤ JEDNO Z JEDÁL NIEKTORÝM PRODUKTOM ESSENS KETO, PRISPEJETE TAK K DLHODOBÉMU UDRŽANIU SVOJICH VÝSLEDKOV.

3.





ĎALŠIE ZÁSADY, KTORÉ JE NUTNÉ DODRŽAŤ V PRIEBEHU ESSENS KETO:

- Pravidelne pite. Nevyhnutná je konzumácia 2 - 3 litrov čistej vody, prípadne zeleného alebo čierneho čaju. Sladené nápoje sú vo všetkých fázach diéty prísne zakázané.
-
-

- Konzumujte povolenú zeleninu v množstve 500 - 800 g za deň, vláknina v nej obsiahnutá pomáha k správnej funkcii čreva.
-
-

- Nevynechávajte žiadne z proteínových jedál i keď nebudete mať pocit hladu. Konzumácia stravy 5x za deň je zásadná podmienka pre správnu funkciu diéty.



POVOLENÁ ZELENINA



PRVÁ FÁZA

- listové šaláty, karfiol, uhorka, brokolica, cuketa, redkovky, špargľa, špenát, zelené fazuľové lusky, zeler, stonkový zeler, huby, baklažán
- zeleninu je možné konzumovať čerstvú i tepelne upravenú

DRUHÁ FÁZA

- všetka zelenina z prvej fázy + pór, patizón, kaleráb (1 ks / deň), paprika (1 ks / deň), rajčina (1 ks / deň)
- zeleninu je možné konzumovať čerstvú i tepelne upravenú

TRETIA FÁZA

- všetka zelenina z prvej a druhej fázy + avokádo (1 ks / deň), mrkva (1 ks / deň), hrášok (30 g / deň), kukurica (30 g / deň), červená repa
- zeleninu je možné konzumovať čerstvú i tepelne upravenú



ČO PREZRADILI ŠTÚDIE O KETOGENEJ DIÉTĚ

Úbytok tukov pri ketodiéte

Opakované výskumy preukázali, že počas ketogénnej diéty dochádza nielen k výraznému úbytku podkožného tuku nahromadeného na povrchu tela v problémových partiách, ale aj vnútorného tuku v organizme užívateľa. Tento tuk obaľuje vnútorné orgány a je zásadnou prekážkou ich správneho fungovania. (1,2,3,4).

Ketogénna diéta a HDL cholesterol

Počas ketogénnej diéty dochádza k zvýšeniu podielu telu prospešného cholesterolu HDL, ktorý má priaznivý vplyv na prevenciu kardiovaskulárnych ochorení. Klesá produkcia hormónu štiepiaceho tuky a vyvolávajúceho chuť na sladké. Výrazne sa tiež zlepšuje citlivosť tela na tento hormón, čo pomáha k prevencii ochorenia cukrovkou. (5,6).



Bez pocitu hladu

Bolo preukázané, že ketodiétu nesprevádza hlad ani chute na sladké jedlá, naopak človek sa cíti počas diéty plný energie a dochádza k výraznému zlepšeniu nálady. Do stavu ketogénneho spaľovania sa organizmus dostane počas 2 - 3 dní. (1).

Prevenia jo-jo efektu pri chudnutí

Preukázalo sa, že počas "bežnej" redukčnej diéty dochádza k úbytku až 45 % telesnej hmoty zo svalového tkaniva. Svaly sú dôležitým spaľovačom tukového tkaniva a po ukončení "bežnej" diéty sa telo nedokáže vysporiadať s prísunom rovnakej energie ako pred diétou - dochádza teda k opätovnému ukladaniu tukov - jo-jo efektu. Počas proteínovej diéty dochádza k znižovaniu hmotnosti primárne z tukov, svalová hmota je zachovaná. Po ukončení proteínovej diéty a prechode na bežnú stravu pôsobí teda svalové tkanivo ako účinný spaľovač tukov a riziko vzniku jo-jo efektu nehrozí. (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. In The American journal of clinical nutrition. roč. 87, 2008, č.1, s. 44 - 55.*

2. WESTMAN, E. et al. 2003. *Review of low-carbohydrate ketogenic diets. In Current Atherosclerosis Report. roč. 5, 2003, s. 476 – 483.*

3. VOLEK J. et al. 2002. *Body composition and hormonal responses to a carbohydrate-restricted diet. In Metabolism: clinical and experimental. roč. 51, 2002, č. 7, s 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. In The Journal of clinical endocrinology and metabolism. roč. 88, 2003, č. 4. s. 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. In Obesity Reviews. roč. 13, 2012, č.11, s. 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. In Annals of internal medicine. roč. 142, 2005, č. 6, s. 403 – 411.*

NIE JE SA ČOHO OBÁVAŤ, ORGANIZMUS PRI ESSENS KETO NETRPÍ

Proteínové jedlá

Pripraviť diétu z bežne dostupných potravín je veľmi časovo náročné a spočiatku i nevhodné. Preto sme pripravili výber proteínových jedál, ktoré pomôžu proces nastaviť a udržať. Naše proteínové jedlá sú pripravené ako kombinácia sladkých a slaných chutí s presne definovaným zložením tak, aby organizmu pomohli naštartovať a udržať proces spaľovania tukového tkaniva dlhodobo a bez možnosti dopustiť sa chyby. Sú už obohatené o nevyhnutné vitamíny, minerály a stopové prvky, ktoré sú prijímané z bežnej stravy.

Unikátne výživové doplnky

Súčasne s radom proteínových jedál dostanete i nami vyvinuté výživové doplnky, ktoré priaznivo pôsobia v priebehu diéty - ide o zmes nenasýtených Omega kyselín, ktoré majú priaznivý vplyv na funkciu a stav vašich orgánov a ďalej unikátny KetoFerm, ktorý pôsobí v oblasti črevnej mikroflóry a pomáha k vybudovaniu a udržaniu ideálnych podmienok v čreve a ľahkému prechodu od diéty k bežnej zdravej strave.





NEVIETE, AKO ZAČAŤ? PREDSA S BALÍČKAMI ESSENS KETO.

Balíčky pre jednotlivé fázy chudnutia s ESSENS Keto obsahujú všetko, čo budete na redukcii hmotnosti potrebovať. V kompletom a praktickom balení obdržíte dostatočný počet jedál na celé obdobie. Nemusíte si robiť starosti so skladbou jedálnička, ochutnáte celé spektrum proteínovej stravy, ktorej príprava je jednoduchá a rýchla, a vhodná pre ženy i pre mužov.

Balíček č 1. pre prvú fázu ketogénnej diéty obsahuje:

- vyvážený počet proteínových jedál na celé obdobie
- dizajnový shaker
- katalóg ESSENS Keto
- výživové doplnky vhodné pri ketogénnej diéte

396 €

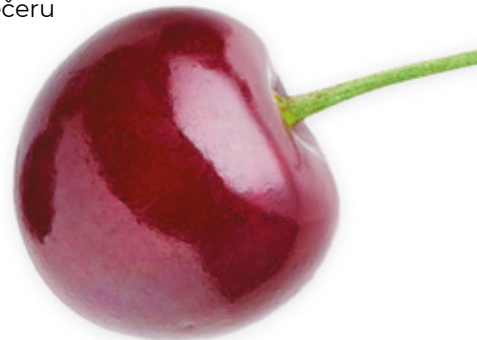
Balíček č 2. pre druhú a tretiu fázu ketogénnej diéty obsahuje:

- vyvážený počet proteínových jedál na celé dve obdobia
- výživové doplnky vhodné pri ketogénnej diéte

378 €

Zoznámte sa so základným portfóliom produktov ESSENS Keto:

- **Shaky** - v niekoľkých príchutiach pre rýchlu prípravu proteínového nápoja
- **Omelety** - delikátna chuť skutočného jedla obohatí napríklad vašu večeru
- **Kaše** - štýlové a ideálne raňajky naštartujú váš redukčný deň



ESSENS KETO SHAKE

Proteínová mliečna prášková zmes na prípravu lahodného nápoja v štyroch príchuťach so sladidlom. Vysoký obsah bielkovín a zároveň nízky obsah sacharidov a tukov zabezpečí, že budete nasýtení na veľmi dlhú dobu.

Nestíhate ráno raňajky? Shake je najrýchlejšie riešenie bez kompromisov. Vynikajúce tiež ako proteínová desiata či ľahký obed so sladkou a lahodnou chuťou.

- viac ako 60 % bielkovín
- plné spektrum vitamínov a minerálov, ktoré sú na redukciu nevyhnutné
- bez farbív, bez lepku a GMO surovín

Spolu s praktickým shakerom je príprava neuveriteľne jednoduchá a rýchla.

Štyri vyladené príchute zabezpečujú pestrosť a rozmanitosť:

- banánovo-jahodová
- čerešňovo-vanilková
- čokoládová
- oriešková



ESSENS KETO PORRIDGE

Proteínový mliečny prášok na prípravu chutnej kaše s vysokým obsahom bielkovín a nízkym obsahom cukrov. Pre čo najväčšiu pestrosť chutí je pripravená v slanom i sladkom variante so sladidlom. Jednoduchá a rýchla príprava vždy, keď máte chuť na niečo teplé.

Naštartujte svoje ráno chutnými proteínovými raňajkami. Ich príprava zaberie len pár minút, zasýti však na dlhú dobu. Rozmiešajte s vodou, zohrejte a chutné proteínové jedlo je na svete.

- viac ako 55 % bielkovín
- bez farbív, bez lepku a GMO surovín

Dve lahodné príchute zabezpečujú pestrosť a rozmanitosť:

- vanilková
- slaninová



ESSENS KETO OMELETTE

Proteínový prášok na prípravu omelety v dvoch slaných príchuťach. S vysokým obsahom bielkovín a nízkym obsahom cukrov.

Obed alebo večera doslova za pár minút. Rýchla príprava a zároveň výdatné jedlo. Pridáte vajce, môžete ozdobiť podľa chuti povolenou zeleninou a úžasné proteínové jedlo je za pár minút na stole. Vyzerá skvelo, chutí ešte lepšie.

- viac ako 60 % proteínov
- minimum cukrov a všetky potrebné minerály a vitamíny
- bez farbív, bez lepku a GMO surovín

Dve chuťovo vyvážené slané príchute:

- slaninová
- hubová



ESSENS KETOFORM

Výživový doplnok ESSENS KetoForm je vhodný pri ketodiéte na ochranu črevnej mikroflóry, kde podporuje udržanie ideálnych podmienok pre správnu kondíciu a rozmanitosť mikrobiómu čreva. ESSENS KetoForm je bez lepku i bez laktózy a je vhodný aj pre vegánov.

Pri ketodiéte môže byť vedľajším účinkom zmena mikrobiómu prejavujúca sa zníženou peristaltikou čriev vedúcou k zápche. Tá je spôsobená obmedzeným príjmom vlákniny, ktorá sa bežne vyskytuje v pečive, strukovinách apod.

KetoForm obsahuje kombináciu jablčnej vlákniny, fruktooligosacharidy a unikátnu zmes fermentovaných extraktov z 35 druhov ovocia a zeleniny.

Fermentácia 35 druhov ovocia a zeleniny prebieha unikátnou technológiou prostredníctvom baktérií mliečneho kvasenia, laktobacilov, bifidobaktérií a kvasiniek. Vytvára široké spektrum rozpustnej mikrovlákniny, ktorá je hlavnou výživou a regenerátorom črevnej sliznice, navyše reguluje imunitný systém.

Benefity fermentovaných ovocných zeleninových extraktov:

- neobsahujú takmer žiadne cukry
- dôležitý zdroj vlákniny
- obsahujú až 90 % mikrovlákniny, ktorá je ideálnou pestrou výživou pre črevné baktérie
- prispievajú k zlepšeniu peristaltiky čriev
- prispievajú k normálnej funkcii imunitného systému



ESSENS KETO OMEGA 3-6

Výživový doplnok ESSENS Omega 3-6 je vhodný pri ketodiéte na doplnenie mastných kyselín do organizmu, pretože tuky majú v mnohých telesných procesoch dôležitú rolu a ich obmedzenie v potrave môže znamenať zdravotné riziko. ESSENS Omega 3-6 je bez cukru, bez lepku i bez laktózy.

Nie sú použité suroviny pripravené chemickou cestou ani konzervačné látky, stabilizátory či farbivá. Výrobok neobsahuje cukor, lepok ani laktózu.

ESSENS Keto Omega 3-6 je vegánsky!

Vysoký obsah mastných kyselín je rastlinného pôvodu. Ide o patentovanú zložku AHIFLOWER® OIL, rafinovaný olej zo semien kamienky roľnej (zo semien *Buglossoides arvensis*). Tento olej je veľmi bohatý na omega s excelentnou kvalitou a vyšším množstvom omega ako akýkoľvek iný prírodný rastlinný alebo semenný olej a prináša zdravotné výhody doteraz spájané len s rybím olejom.

Benefity mastných kyselín omega z kamienky roľnej:

- bezkonkurenčný zdroj biologicky komplexných omega kyselín (ako je napríklad kyselina stearidonová, SDA)
- obsahuje GLA, esenciálnu omega-6 mastnú kyselinu spojenú so zdravím pokožky, hormonálnou rovnováhou a protizápalovou podporou
- pomáha znižovať hladinu cholesterolu
- podporuje správnu činnosť srdca
- má pozitívny vplyv na zrak a činnosť mozgu





ESSENS KETO SHAKER

Pripravte si obľúbený shake kedykoľvek počas dňa.

Shaker s objemom 500 ml s dvoma zásobníkmi sa stane nepostrádateľným pomocníkom pri vašej ceste ESSENS Keto, pretože svoju dávku proteínu budete mať vždy po ruke.





Som presvedčený, že vďaka spojeniu špičkových technológií z portfólia ESSENS s odbornými znalosťami a súčasne vďaka celosvetovému pôsobeniu, ponúsieme koncept proteínovej redukčnej diéty na oveľa vyššiu úroveň, ako bolo doteraz možné.

Jiří Šusta



Jiří Šusta je jeden z popredných odborníkov na koncept ketodiéty v rámci Európskej únie. V minulosti pôsobil v top manažmente popredných európskych spoločností zaoberajúcich sa vývojom a výrobou redukčných diét a výživových doplnkov. Definoval moderné princípy zloženia, fungovania a použitia proteínových diét v rámci rôznych redukčných programov a zo základu ním vytvoreného programu ketodiéty dnes čerpajú desiatky firiem.

Výrazne sa orientuje na propagáciu a praktickú komunikáciu princípov redukčnej diéty smerom k zákazníkovi, podieľa sa na publikačnej činnosti a venuje sa redukčnému koučingu, pričom jeho programom prešlo mnoho známych osobností z Českej republiky.

V spoločnosti ESSENS sa v súlade s najvyššími štandardmi podieľa na vývoji, produkcii i komunikácii úplne nového, inovatívneho radu produktov ESSENS Keto.



www.essenstv.com

WWW.ESENSWORLD.COM

2022



www.essensworld.com