

LEANSHAKE



ASPECTOS DESTACADOS DE LEANSHAKE

Zinzino LeanShake es un delicioso y nutritivo sustitutivo alimenticio para la pérdida de peso¹. Se utiliza para perder grasa y aumentar el músculo³, al mismo tiempo que se equilibra el microbioma, para favorecer la salud intestinal.

LeanShake tiene un alto contenido en proteínas⁴ y fibras dietéticas⁵, y contiene vitaminas, minerales y una gran variedad de nutrientes. No contiene gluten ni soja, tiene un índice glucémico/carga glucémica ultrabajo y contiene solo sabores naturales.

Elija entre dos deliciosos sabores: **vainilla** y **frutos rojos**.

Contenido: 16 x 30 g (Portion Packs)

PRINCIPALES BENEFICIOS

- ▶ **Perder peso** ¹
- ▶ **Aumentar el músculo** ³
- ▶ **Equilibrar el intestino**
- ▶ **Vegetariano**
- ▶ **Índice glucémico/carga glucémica ultra bajos**
- ▶ **Alto contenido en proteínas** ⁴ con proteína de guisante aislada y proteína de avena
- ▶ **Alto contenido en fibra** ⁵ con la mezcla de fibras ZinoBiotic
- ▶ **Edulcorantes y aromas de origen natural**
- ▶ **Sin gluten**
- ▶ **Fuente de 25 vitaminas y minerales**

VAINILLA Y FRUTOS ROJOS

CALIDAD + SINERGIA = RESULTADOS

LeanShake está formulado con las mejores proteínas, fibras, ácidos grasos, vitaminas y minerales disponibles para proporcionar efectos óptimos durante la pérdida de peso y la práctica de deportes.

PÉRDIDA DE PESO

LeanShake es un sustitutivo alimenticio específicamente diseñado para sustituir una o más comidas al día para la pérdida¹ o mantenimiento² de peso. Es una comida nutritiva formulada con los mejores ingredientes disponibles; proteínas de alta calidad, cinco fibras dietéticas, diversos ácidos grasos y 25 vitaminas y minerales diferentes. Le proporciona toda la nutrición que su cuerpo necesita, a la vez que contiene menos calorías que su comida normal.

MASA MUSCULAR

Las proteínas contribuyen al aumento de la masa muscular durante el entrenamiento³. LeanShake se ha formulado con las mejores proteínas disponibles en el mercado. Varios de los minerales⁶ y también algunas de las vitaminas tienen propiedades beneficiosas para la salud relacionadas con una función muscular normal⁷. LeanShake puede consumirse como comida complementaria antes o después de realizar ejercicio físico.

EQUILIBRIO INTESTINAL

Las fibras dietéticas de LeanShake son las mismas que las de ZinoBiotic y estimulan el crecimiento de las bacterias saludables en todas las partes del colon. Las bacterias saludables necesitan fibras dietéticas como alimento para mantenerse sanas y superar en número a las bacterias menos deseadas. Las bacterias saludables contribuyen en muchas funciones importantes del organismo, como la fermentación de los alimentos no digeridos, la producción de vitaminas y la educación de nuestro sistema inmunológico. Un intestino sano es esencial para un cuerpo sano.

Indicaciones: Sacuda suavemente la caja unas cuantas veces antes de abrirla. Mezcle 60 g (2 cucharadas) de polvo con 2-2, 5 dl de agua o 30 g de polvo con 2,5 dl de leche o leche de almendras y agite en una botella agitadora durante unos segundos. Disfrútele.

Para pérdida de peso: Sustituya dos comidas diarias por LeanShake¹ e ingiera una comida nutritiva y equilibrada.

Para una nutrición equilibrada y mantenimiento de peso: Sustituya una comida diaria por LeanShake² e ingiera dos comidas nutritivas y equilibradas. Ello contribuye a mantener el peso tras una pérdida de peso.

Este producto debe formar parte de una dieta hipocalórica, junto con una dieta saludable y una actividad física regular. Es importante una ingesta de líquidos adecuada. Es importante seguir las indicaciones.

Aviso: Antes de utilizar este producto o de seguir cualquier programa de control de peso, es recomendable consultar con un médico. Este producto no debe ser utilizado por niños menores de cuatro años, mujeres embarazadas o lactantes, o personas con trastornos de alimentación. Las personas con problemas médicos no deben utilizar este producto sin antes consultar a un médico.

INGREDIENTES PARA SABOR VAINILLA

Proteína aislada de guisante orgánico, proteína de avena, savia de palma de coco en polvo, aceite de cártamo, almidón resistente a la digestión, aroma natural (vainilla), aceite de semilla de lino, espinaca en polvo, col rizada en polvo, citrato de potasio, fosfato de calcio, fosfato de potasio, citrato de sodio, citrato de magnesio, pirofosfato férrico, sulfato de manganeso, sulfato de zinc, sulfato de cobre, yoduro de potasio, selenito de sodio, cloruro de cromo, molibdato de sodio, aceite de triglicérido de cadena media (MCT), polvo de cáscara de psyllium, beta glucanos de salvado de avena, inulina, maltodextrina, quinoa en polvo, miel en polvo, goma xantana, extracto de piña en polvo (bromelina), extracto de papaya en polvo (papaína), ácido ascórbico, nicotinamida, tocoferol, pantotenato de calcio, riboflavina, tiamina, clorhidrato de piridoxina, acetato de retinol, ácido fólico, biotina, colesteciferol, cianocobalamina, fosfato tricálcico, edulcorante (glicósido de esteviol).

INGREDIENTES PARA SABOR FRUTOS ROJOS

Proteína aislada de guisante orgánico, proteína de avena, savia de palma de coco en polvo, aceite de cártamo, almidón resistente a la digestión, aroma natural (fresa y frambuesa), aceite de semilla de lino, espinaca en polvo, col rizada en polvo, citrato de potasio, fosfato de calcio, fosfato de potasio, citrato de sodio, citrato de magnesio, pirofosfato férrico, sulfato de manganeso, sulfato de zinc, sulfato de cobre, yoduro de potasio, selenito de sodio, cloruro de cromo, molibdato de sodio, aceite de triglicérido de cadena media (MCT), polvo de cáscara de psyllium, beta glucanos de salvado de avena, inulina, maltodextrina, quinoa en polvo, miel en polvo, goma xantana, polvo de remolacha roja (color), extracto de piña en polvo (bromelina), extracto de papaya en polvo (papaína), ácido ascórbico, nicotinamida, tocoferol, pantotenato de calcio, riboflavina, tiamina, clorhidrato de piridoxina, acetato de retinol, ácido fólico, biotina, colesteciferol, cianocobalamina, fosfato tricálcico, edulcorante (glicósido de esteviol).

Declaración de nutrientes por 100 g		Por 60 g (2 x 30 g)	
Energía	371 kcal (1623 kJ)	223 kcal	(974 kJ)
Proteína	27 g	16 g	
Hidratos de carbono	39 g	23 g	
de los cuales azúcares	12 g	7 g	
Grasas	10 g	6 g	
de las cuales son grasa saturada	3 g	2 g	
de los cuales es el ácido linoleico	3 g	1,5 g	
de los cuales es el ácido alfa-linolénico	1 g	0,5 g	
Fibra	12 g	7 g	
Sal	1,3 g	0,8 g	
Vitaminas			
		(*)	(*)
La vitamina A	587 µg	84	352 µg
Vitamina D	4 µg	73	2,2 µg
Vitamina C	51 mg	114	30,8 mg
Vitamina E	9 mg	88	5,3 mg
Tiamina	1 mg	73	0,5 mg
Riboflavina	1 mg	64	0,6 mg
Niacina	12 mg	65	7 mg
Ácido pantoténico	3 mg	98	1,8 mg
Vitamina B6	1 mg	68	0,6 mg
Biotina	15 µg	98	8,8 µg
Ácido fólico	147 µg	73	88 µg
Vitamina B12	1 µg	105	0,9 µg
Minerales			
Calcio	587 mg	84	352 mg
Phosphorus	513 mg	93	308 mg
Magnesio	147 mg	98	88 mg
Hierro	10 mg	64	6,2 mg
Cinc	7 mg	77	4,4 mg
Cobre	1 mg	67	0,4 mg
Yodo	110 µg	85	66 µg
Manganeso	1 mg	88	0,5 mg
Cromo	29 µg	-	18 µg
Selenio	40 µg	73	24 µg
Potasio	1540 mg	50	924 mg
Molibdeno	37 µg	-	22 µg

(*) % de la ingesta de referencia (IR), Directiva 96/8/CE

LeanShake

Declaraciones nutricionales (EFSA)

1. Sustituir dos comidas diarias de una dieta baja en calorías por sustitutivos alimenticios contribuye a la pérdida de peso. Para que pueda llevar esta afirmación, un alimento debe cumplir las especificaciones que se establecen en la Directiva 96/8/CE en relación con los productos alimenticios bajo el artículo 1(2)(b) de dicha Directiva. Para lograr el efecto indicado, dos comidas deben reemplazarse por sustitutivos alimenticios diarios.

2. Sustituir una comida diaria de una dieta baja en calorías por un sustitutivo alimenticio contribuye al mantenimiento del peso. Para que pueda llevar esta afirmación, un alimento debe cumplir las especificaciones que se establecen en la Directiva 96/8/CE en relación con los productos alimenticios bajo el artículo 1(2)(b) de dicha Directiva. Para lograr el efecto indicado, una comida debe reemplazarse por sustitutivos alimenticios diarios.

3. Las proteínas contribuyen a un crecimiento de la masa muscular. Las proteínas contribuyen al mantenimiento de la masa muscular. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de proteínas, como se indica en la afirmación FUENTE DE PROTEÍNAS que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

4. Solo se puede afirmar que un alimento tiene un alto contenido en proteínas o realizar cualquier afirmación que tenga el mismo significado para el consumidor, cuando al menos el 20% del valor energético del alimento proceda de las proteínas.

5. Solo se puede afirmar que un alimento tiene un alto contenido en fibra, o realizar una afirmación que tenga el mismo significado para el consumidor, cuando el producto contenga al menos 6 g de fibra por cada 100 g o por lo menos 3 g de fibra por cada 100 kcal.

6. El magnesio contribuye a una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de magnesio, como se indica en la afirmación FUENTE DE MAGNESIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

7. La vitamina D contribuye al mantenimiento de una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina D, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA D que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

8. El magnesio contribuye al mantenimiento de unos huesos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de magnesio, como se indica en la afirmación FUENTE DE MAGNESIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006. El manganeso contribuye al mantenimiento de unos huesos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de manganeso, como se indica en la afirmación FUENTE DE MANGANESO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

9. Las proteínas contribuyen al mantenimiento de unos huesos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de proteínas, como se indica en la afirmación FUENTE DE PROTEÍNAS que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

10. El ALA contribuye al mantenimiento de unos niveles normales de colesterol en sangre. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de ALA, como se indica en la afirmación FUENTE DE ÁCIDOS GRASOS OMEGA 3 que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006. Se facilitará al consumidor información acerca de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 2 g de ALA.

11. Sustituir las grasas saturadas por grasas insaturadas en la dieta contribuye al mantenimiento de unos niveles normales de colesterol en sangre [MUFA y PUFA son grasas insaturadas]. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que tengan un alto contenido en ácidos grasos insaturados, como se indica en la afirmación ALTO CONTENIDO EN GRASA INSATURADA que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

12. Los beta glucanos contribuyen al mantenimiento de unos niveles normales de colesterol en sangre. La afirmación solo puede utilizarse para alimentos que contengan al menos 1 g de beta glucanos de avena, salvado de avena, cebada, salvado de cebada o mezclas de estas fuentes por ración cuantificada. Para poder utilizar la afirmación, hay que informar al consumidor de que el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de beta glucanos de avena, salvado de avena, cebada, salvado de cebada o mezclas de estos beta glucanos.

13. Otras vitaminas y minerales
La vitamina A contribuye a la función normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina A, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA A que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina C contribuye a la formación del colágeno normal para la función normal de los huesos. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina C, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA C que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina C contribuye a la función normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina C, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA C que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina D contribuye al mantenimiento de unos huesos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina D, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA D que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina D contribuye al mantenimiento de una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina D, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA D que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina D contribuye a la función normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina D, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA D que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina D contribuye a la función normal del sistema inmunológico en niños. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina D, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA D que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina E contribuye a la protección de las células frente al estrés oxidativo. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina E, como se indica en la afirmación FUENTE DE [NOMBRE DE LAS VITAMINAS] Y/O [NOMBRE DE LOS MINERALES] que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La tiamina contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de tiamina, como se indica en la afirmación FUENTE DE TIAMINA que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La riboflavina contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de riboflavina, como se indica en la afirmación FUENTE DE RIBOFLAVINA que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La niacina contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de niacina, como se indica en la afirmación FUENTE DE NIACINA que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El ácido pantoténico contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de ácido pantoténico, como se indica en la afirmación FUENTE DE ÁCIDO PANTOTÉNICO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006. La vitamina B6 contribuye a la función normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina B6, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA B6 que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La biotina contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de biotina, como se indica en la afirmación FUENTE DE BIOTINA que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El ácido fólico contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de ácido fólico, como se indica en la afirmación FUENTE DE ÁCIDO FÓLICO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

La vitamina B12 contribuye a la función normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de vitamina B12, como se indica en la afirmación FUENTE DE VITAMINA B12 que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El calcio contribuye a una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de calcio, como se indica en la afirmación FUENTE DE CALCIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El fósforo contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de fósforo, como se indica en la afirmación FUENTE DE FÓSFORO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El magnesio contribuyen a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de magnesio, como se indica en la afirmación FUENTE DE MAGNESIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El magnesio contribuye a una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de magnesio, como se indica en la afirmación FUENTE DE MAGNESIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El hierro contribuyen a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de hierro, como se indica en la afirmación FUENTE DE HIERRO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El hierro contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de hierro, como se indica en la afirmación FUENTE DE HIERRO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El zinc contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de zinc, como se indica en la afirmación FUENTE DE ZINC que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El zinc contribuye al mantenimiento de unos huesos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de zinc, como se indica en la afirmación FUENTE DE ZINC que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El cobre contribuyen a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de cobre, como se indica en la afirmación FUENTE DE [NOMBRE DE LAS VITAMINAS] Y/O [NOMBRE DE LOS MINERALES] que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El cobre contribuye al mantenimiento de unos tejidos conectivos normales. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de cobre, como se indica en la afirmación FUENTE DE COBRE que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El yodo contribuyen a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de yodo, como se indica en la afirmación FUENTE DE YODO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El manganeso contribuyen a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de manganeso, como se indica en la afirmación FUENTE DE MANGANESO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El manganeso contribuye a la formación normal del tejido conectivo. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de manganeso, como se indica en la afirmación FUENTE DE MANGANESO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El cromo contribuye al mantenimiento de unos niveles normales de glucosa en sangre. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de cromo, como se indica en la afirmación FUENTE DE CROMO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El selenio contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunológico. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de selenio, como se indica en la afirmación FUENTE DE SELENIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El potasio contribuye a una función muscular normal. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de potasio, como se indica en la afirmación FUENTE DE POTASIO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.

El molibdeno contribuye a un metabolismo normal de producción de energía. La afirmación únicamente se puede utilizar para alimentos que sean al menos una fuente de molibdeno, como se indica en la afirmación FUENTE DE MOLIBDENO que se enumera en el Anexo del Reglamento (CE) n.º 1924/2006.