



# PREGUNTAS FRECUENTES DE PRODUCTO

## 1. ¿QUÉ ES OGXFENIX™?

ogxFENIX™ es un batido exclusivo de ORGANO diseñado específicamente para una nutrición sana y el control del peso.

Combina un concentrado de proteína de suero junto con vitaminas, minerales, fibra prebiótica y hongo ganoderma. Utilice esta deliciosa mezcla de bebida sana a diario para ayudarlo a perder peso, mantenerlo u obtener una excelente nutrición.

## 2. ¿QUÉ CARACTERÍSTICAS ÚNICAS TIENE LA MEZCLA DE BATIDO NUTRICIONAL ORGANO OGXFENIX™?

- Incluye proteína de suero libre de rbGH: una proteína de suero orgánica que no contiene hormonas de crecimiento artificial.
- Incluye hongo ganoderma.
- Contiene electrolitos para favorecer un buen equilibrio celular.
- No contiene gluten.
- Contiene fibra prebiótica para una buena salud digestiva.
- Tiene muy buen sabor.

## 3. ¿CÓMO SE UTILIZA EL BATIDO OGXFENIX™?

Para perder peso, reemplace dos comidas al día con una cucharada de ogxFENIX™ mezclada con 8 a 10 onzas (300 ml) de leche sin grasa o leche descremada seguida por una 3ra. comida y aperitivos saludables.

Recomendamos que el desayuno sea una de las 2 comidas reemplazadas, ya que proporciona mejor nutrición que muchos desayunos estándar y los estudios demuestran que la proteína en el desayuno puede ayudar a que uno coma menos durante el día.

## ¿CUÁLES SON LOS BENEFICIOS DE LA UTILIZACIÓN DE OGXFENIX™?

- La mezcla de batido proporciona una nutrición completa de manera rápida y económica.
- Puede ahorrarle dinero en comida y proporcionarle una mejor nutrición.
- Le ahorra dinero.

- Proporciona una mejor nutrición a un mejor precio que muchas comidas/alimentos comunes.
- Usted puede obtener una comida completa por menos de \$2.00, aún cuando se mezcla con leche.
- Proporciona comidas rápidas. Solo se necesita un minuto para prepararla.
- Ayuda a controlar el apetito gracias a sus 13 gramos de proteína y 3 gramos de fibra.
- Proporciona calcio para huesos saludables.
- Proporciona proteína orgánica que se puede digerir y absorber fácilmente.
- Ayuda a promover y mantener masa muscular.
- Proporciona fibra prebiótica para la salud digestiva.
- La fibra prebiótica es el tipo de fibra que ayuda a promover el crecimiento de buenas bacterias en el intestino, llamados probióticos.
- Estas bacterias útiles refuerzan su sistema inmunológico, la regularidad, la absorción de la nutrición, y mucho más.
- Contiene Hongo Ganoderma.

## 5. ¿QUIÉN PUEDE USARLA?

El batido es ideal para adultos que desean obtener una buena nutrición para poder mantener, perder o ganar peso.

Sin embargo, las embarazadas o lactantes, pacientes con bypass gástrico, pacientes con úlceras y cualquiera que sepa que tiene un problema médico debe consultar a un médico antes de tomar este producto o cualquier suplemento nutricional.

## 6. ¿PUEDO UTILIZAR SOLAMENTE AGUA PARA EL BATIDO?

Para obtener suficientes calorías, grasa, calcio y nutrición el batido debe ser mezclado con leche sin grasa o leche de soya.

Siga el Plan de Alimentación donde encontrará sugerencias e ideas de menú para garantizar que está ingiriendo una dieta saludable y obteniendo suficientes calorías.

## 6. ¿PUEDO REEMPLAZAR EL TOTAL DE LAS TRES COMIDAS CON EL BATIDO?

No. Recomendamos 2 batidos al día para reemplazar 2 comidas, seguidos por una 3ra. comida saludable, junto con aperitivos sanos para perder peso.

Beber 3 batidos puede hacer que su ingesta de calorías diaria sea muy baja, lo que puede retrasar su progreso. Reducir a muy pocas calorías puede ralentizar su metabolismo.

## 7. ¿QUÉ TIPO DE ENDULZANTE CONTIENE EL BATIDO?

El Batido Nutricional contiene 7 gramos (aproximadamente 1  $\frac{3}{4}$  de cucharaditas) de jugo de caña evaporado por porción.

Se trata de azúcar compuesta de glucosa (su cuerpo la utiliza para obtener energía) y fructosa. Contiene menos azúcar que otras marcas y no solo emplea fructosa como las demás.

## 8. ¿PUEDO UTILIZARLA SI ESTOY CONTROLANDO MIS NIVELES DE AZÚCAR EN SANGRE?

Aquellos con diabetes Tipo I o Tipo II deben consultar con su doctor para garantizar que están tratando su azúcar en sangre de manera adecuada.

El batido contiene 7 g de jugo de caña evaporado y aproximadamente 19 g de azúcar al mezclarse con leche sin grasa o leche descremada. Esto se encuentra dentro del rango aceptable de carbohidratos (menos de 30 g de carbohidratos por comida).

## 9. ¿POR QUÉ UNA MEZCLA DE BATIDO EN POLVO Y NO UNA LATA LISTA PARA BEBER?

El polvo proporciona la mejor oportunidad para que lo mezcle con lo que desee: leche sin grasa, leche de soya saborizada o no, yogures con poca grasa y bajos en azúcar, requesón o agua.

## 10. ¿PUEDO UTILIZARLO CON MI TÉ O CAFÉ ORGANO?

Sí. La mezcla de batido puede mezclarse con té o café para obtener un mayor sabor. Recomendamos probar el Café Negro OG.

## 11. ¿CUÁNTOS GRAMOS DE PROTEÍNA CONTIENE EL BATIDO?

Contiene 13 g de concentrado de proteína de suero en el batido y aproximadamente 21-23 g de proteína cuando se mezcla como se indica.

Los nutricionistas recomiendan ingerir 20-25 g por comida así que esta cantidad nos da lo necesario.

## 12. ¿NO ES MEJOR MÁS GRAMOS DE PROTEÍNA?

No. Los estudios demuestran que si consumimos demasiada proteína esta se puede almacenar como grasa o ser excretada del organismo.

## 13. ¿QUÉ ES EL CONCENTRADO DE PROTEÍNA DE SUERO?

El concentrado de proteína de suero se deriva de la leche. Es una forma de proteína más concentrada que la leche o la leche en polvo ya que se trata de la parte de proteína de la leche separada de los azúcares, la grasa y el agua.

El concentrado de proteína de suero es aproximadamente 80% de proteína y es utilizado por atletas y fisicoculturistas para fomentar la masa muscular magra.

## 14. ¿QUÉ ES MASA MUSCULAR MAGRA?

Su cuerpo tiene más de 600 músculos y estos son la clave para proteger su salud. A medida que envejecemos perdemos masa muscular magra (aproximadamente 10 onzas al año a partir de los 30 años) porque tendemos a estar menos activos y nuestra dieta puede no ayudar.

La proteína de calidad en su dieta, junto con el ejercicio moderado pueden ayudar a proteger su masa muscular magra y su salud.

## 15. ¿PUEDO USARLO SI SOY SENSIBLE A LA LACTOSA?

La proteína de suero tiende a tener bajos niveles de lactosa (un azúcar encontrado en la leche), por lo que normalmente puede ser utilizado por aquellos sensibles al azúcar de la leche.

Sin embargo, si padece de intolerancia a la lactosa debe hablar con su doctor antes de utilizar ogxFENIX™.

## 16. ¿ME CAUSARÁ GASES?

Cambiar una dieta puede provocar gases de manera temporal en algunas personas. La mayoría de personas no tendrán problema con la mezcla de batido ogxFENIX™.

Si tiene gases que duran más que unos cuantos días, podría tratarse de aquello con lo que está mezclando el batido. Algunas personas consideran que la leche de almendras puede estimular los gases así que pruebe una leche sin lactosa (como Lactaid) o leche de soya en su lugar y vea si le ayuda.

## 17. ¿QUÉ TAN RÁPIDO PERDERÉ PESO?

Cada uno de nosotros es único y esto dependerá de su edad, cuánto peso debe perder, lo bien que sigue el plan y la cantidad de ejercicio que haga.

El programa fue diseñado para ayudarle a perder entre 1 y 2 libras por semana de manera saludable. No recomendamos tratar de perder más que esa cantidad por semana.

## 18. ¿QUÉ PUEDO COMER COMO PARTE DEL PROGRAMA?

Debe seguir consumiendo una dieta saludable y balanceada. Nuestro Plan de Alimentación presenta ideas sobre cómo ingerir comidas y batidos saludables y sabrosos.

## 19. ¿VOY A OBTENER TODOS LOS NUTRIENTES NECESARIOS PARA UNA COMIDA EN UN SOLO BATIDO?

El OG Shake es una comida completa con proteínas, fibra, vitaminas y minerales para ayudar a satisfacer su hambre y obtener una nutrición adecuada.

## 20. ¿ES LIBRE DE GLUTEN Y SIN LÁCTEOS?

El batido OG es libre de gluten. Contiene proteína de suero, que es un derivado de los productos lácteos.

El suero de leche es libre de rBGH, lo que significa que se obtiene a partir de leche que no tiene hormonas de crecimiento artificiales.

## 21. ¿ES ORGÁNICA?

El batido no se etiqueta como Orgánico, ya que incluimos vitaminas y minerales que se pueden obtener a partir de la fermentación, mientras que orgánico en su sentido más estricto significa alimentos que se han cultivado con una cantidad reducida o sin pesticidas

## 21. IS IT GLUTEN AND DAIRY FREE?

The shake is not labeled Organic, as we include vitamins and minerals that can be made from fermentation, whereas organic in its stricter sense means foods have been grown with reduced or no pesticides

## 22. ¿CONTIENE CAFÉINA?

No hay cafeína ni ningún estimulante en el batido. Si le gusta la cafeína puede añadir una bolsita de Café Negro OG.

## 24. ¿DÓNDE DEBERÍA ALMACENARSE?

Almacénelo como lo haría con cualquier alimento, normalmente a temperatura ambiente, en un armario, evitando la luz solar directa.

## 25. ¿QUÉ DEBERÍA ESPERAR DE LAS PRIMERAS SEMANAS DE USO DEL BATIDO DE REEMPLAZO DE COMIDA?

La mayoría tendrá una sensación saludable, buena energía y un sueño tranquilo, ¡y perderá algo de peso!

Esto se debe a que al tener 2 batidos al día estamos alimentando al cuerpo con una comida equilibrada y completa que es más baja en sodio, grasa y azúcar que muchas de las comidas comunes.



ORGANO