



Forever Fiber™

Το Forever Fiber παρέχει 5 γραμμάρια υδατοδιαλυτών φυτικών ινών σε ένα εύρηστο φακελάκι για να υποστηρίξει την υγιεινή διατροφή. Οι ειδικοί προτείνουν να καταναλώνουμε έως 30 γραμμάρια φυτικών ινών καθημερινά για βέλτιστη υγεία και πεπτική λειτουργία, ωστόσο δυστυχώς οι περισσότεροι άνθρωποι καταναλώνουν σχεδόν τη μισή από αυτή την ποσότητα. Η αναζήτηση της ευκολίας στις τροφές που τρώμε σημαίνει ότι δεν λαμβάνουμε τις επαρκείς ποσότητες φυτικών ινών που χρειαζόμαστε για να υποστηρίξουμε την υγεία μας. Το Forever Fiber είναι ένα αποκλειστικό μείγμα από τέσσερα είδη φυτικών ινών και προσφέρει έναν εύκολο τρόπο να τις προσθέσετε στη διατροφή σας. Μπορείτε να το αναμείξετε με το Forever Aloe Vera Gel ή άλλο ρόφημα, να το προσθέσετε στο φαγητό σας ή σε ένα μπουκάλι με νερό όταν είστε στον δρόμο!

Ενώ συχνά συνδέουμε τις φυτικές ίνες με την υποστήριξη του πεπτικού συστήματος, κάτι που είναι σωστό, οι φυτικές ίνες παρέχουν σημαντικά οφέλη στον οργανισμό γενικότερα. Το Forever Fiber, όταν λαμβάνεται ανάμεσα στα γεύματα, μπορεί να βοηθήσει στο αίσθημα πληρότητας, ελέγχοντας με αυτόν τον τρόπο το αίσθημα της πείνας και τις θερμίδες που λαμβάνετε. Αυτό είναι πολύ σημαντικό για όσους βρίσκονται σε πρόγραμμα ελέγχου βάρους, όταν συνδυάζεται με μια υγιεινή διατροφή και τακτική άσκηση. Υποστηρίζοντας τα φυσιολογικά επίπεδα του σακχάρου στο αίμα, για εκείνους που βρίσκονται, ήδη, εντός των φυσιολογικών ορίων και μειώνοντας την απορρόφηση των μακροθρεπτικών συστατικών από τις τροφές, οι φυτικές ίνες μπορούν επίσης να βοηθήσουν στον περιορισμό του αισθήματος θωρότητας ή της μειωμένης ενέργειας μετά το φαγητό.

Οι φυτικές ίνες έχει αποδειχθεί ότι υποστηρίζουν την καρδιαγγειακή λειτουργία και φυσικά, επειδή οι επιστήμονες πλέον

αναγνωρίζουν ότι πάνω από το 70 ή 80% της ανοσοποιητικής λειτουργίας του οργανισμού σχετίζεται με το γαστρεντερικό σύστημα, οι φυτικές ίνες μπορεί να υποστηρίξουν το ανοσοποιητικό σύστημα μέσω των οφελών που προσφέρουν στο πεπτικό σύστημα. Η επαρκής πρόσληψη υδατοδιαλυτών φυτικών ινών μπορεί να διευκολύνει την αποβολή των περιττών από τον οργανισμό και να βοηθήσει στην ανακούφιση από κάποιο περιστασιακό πρόβλημα δυσκοιλιότητας.

Το Forever Fiber προσθέτει περισσότερες φυτικές ίνες στη διατροφή σας παρέχοντας 5 γραμμάρια υδατοδιαλυτών φυτικών ινών σε κάθε φακελάκι. Αυτό ισοδυναμεί με σχεδόν 1 ½ κούπα καστανό ρύζι ή 2 φέτες ψωμί του τοστ – χωρίς όμως τους υδατάνθρακες και τις θερμίδες! Το Forever Fiber είναι ένας εύκολος τρόπος να αυξήσετε τη συνολική καθημερινή λήψη φυτικών ινών και να αποκτήσετε βέλτιστη υγεία.

Διατροφικές Πληροφορίες

	Ανά 100 g	% τιμές αναφοράς διαιτητικής πρόσληψης	Ανά ημερήσια δόση (1 φακελάκι =6,1 g)
Ενέργεια	718 kJ 169 kcal	8,5%	41,8 kJ 10 kcal
Υδατάνθρακες, εκ των οποίων :	11 g	4,2%	0,7 g
• σάκχαρα	1,5 g	1,6%	0,1 g
Εδώδιμες ίνες	82 g	**	5 g
Αλάτι	0,5 g	8,5 %	0,03 g

*Πρόσληψη αναφοράς για ένα μέσο ενήλικα (8400 kJ / 2000kcal)
** Τιμές αναφοράς διαιτητικής πρόσληψης δεν έχουν θεσπιστεί

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΟ
30 φακελάκια

ΟΔΗΓΙΕΣ

Αναμείξτε καθημερινά ένα φακελάκι από το Forever Fiber με νερό, Forever Aloe Vera Gel ή κάποιο άλλο ρόφημα. Για καλύτερα αποτελέσματα, τοποθετήστε το περιεχόμενο από ένα φακελάκι σε ένα ποτήρι, προσθέστε το ρόφημα της επιλογής σας και ανακατέψτε καλά. Μπορείτε επίσης να το πασπαλίσετε στο φαγητό σας. Είναι προτιμότερο να λαμβάνετε το Forever Fiber τουλάχιστον 30 λεπτά πριν από τα υπόλοιπα συμπληρώματα διατροφής, καθώς οι φυτικές ίνες μπορεί να επηρεάσουν την απορρόφησή τους από τον οργανισμό.



- 5 γραμμάρια φυτικών ινών ανά φακελάκι
- Σχεδιασμένο για να σας προσφέρει έναν εύκολο τρόπο να υποστηρίξετε τη βέλτιστη λήψη φυτικών ινών
- Διαλύεται άμεσα στο νερό, στο Forever Aloe Vera Gel ή σε άλλο ρόφημα
- Διαλύεται γρήγορα, έχει ήπια γεύση, χωρίς κόκκους, χωρίς γλουτένη

ΚΩΔΙΚΟΣ # 464

Τα προϊόντα που αναφέρονται δεν προορίζονται να διαγνώσουν, κατευνάσουν, θεραπεύσουν ή αναστείλουν μία συγκεκριμένη ασθένεια ή κατηγορία ασθενειών. Θα πρέπει να συμβουλευέστε τον οικογενειακό σας γιατρό, εάν αντιμετωπίζετε κάποιο ιατρικό πρόβλημα.