



¿DESEÓ ALGUNA VEZ QUE SU CUERPO TUVIERA UN BOTÓN DE RESTAURACIÓN?

Ahora es posible reducir el eterno ciclo de las ansias por comer carbohidratos e iniciar una vida de hábitos saludables con RESET de USANA. RESET, un programa de reemplazo de comidas nutritivamente balanceado que la/lo ayudará en su meta de perder peso, es el primer paso hacia restaurar su cuerpo y su vida.*



“A diferencia de otros programas para bajar de peso, RESET realmente funciona. Con el plan de alimentación científicamente diseñado por USANA y ejercicio moderado, RESET es una maravillosa forma de llegar a una forma de vida saludable”.*

—Kathy Kaehler

Entrenadora de celebridades y vocera de USANA

Simple y conveniente

Con todas las comidas y bocadillos envueltos individualmente que necesitará, con RESET no tendrá que adivinar qué comer, en cualquier lado que esté.

Fórmulas con un bajo índice glicémico

La investigación ha demostrado que el consumo de alimentos con un bajo índice glicémico como parte de una dieta balanceada es una manera saludable de controlar el apetito y comenzar a perder peso.

Rápidos resultados

Un estudio de USANA reveló que la pérdida de peso promedio después de completar el programa RESET de cinco días es de alrededor dos kilos.



* Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Drogas de los Estados Unidos. El Sistema de Control de Peso de USANA no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar ni prevenir ninguna enfermedad.

Le sugerimos llevar estos productos a su médico y pedirle su consejo si está tratando de cambiar su dieta, comenzar un programa de ejercicio, si está embarazada, si está dando de lactar a su bebé, si tiene alergias, está tomando medicamentos o si está bajo cuidado médico. Los componentes del Sistema de Control de Peso de USANA, son ALIMENTOS, no MEDICAMENTOS.

Como ocurre con cualquier otro programa para mantener la buena salud o el buen estado físico, es necesario seguir un plan sensible de comidas y de ejercicio regular para poder perder peso a largo plazo. Los resultados pueden variar.

No es ningún secreto que la clave para perder peso eficazmente es hacer cambios positivos en la dieta y en el programa de ejercicios. Sin embargo, los cambios para una vida saludable a menudo puede ser algo invencible. Teniendo esto en cuenta, los científicos de USANA desarrollaron **RESET™**, un programa de reemplazo de comidas de cinco días para ayudarla(o) a liberarse de los alimentos con mucha grasa y con un alto índice glicémico, y comenzar a hacer mejores decisiones para su salud. **RESET** ofrece tres beneficios importantes:

Los beneficios de **RESET** van más allá de perder peso. Este programa, que consta de tres sencillas fases, no sólo le ayudará a perder kilos, también a hacer cambios positivos en su estilo de vida.*

La primera fase de cinco días de **RESET** implica romper de lleno con la comida grasosa y de índice glicémico alto. La fase de Limpieza le permitirá poner en acción a su organismo y reducir su ansiedad por ingerir carbohidratos. Los sustitutos de comidas de bajo índice glicémico de USANA, combinados con caminatas diarias de 30 minutos, podrían ayudarle a bajar hasta dos kilos en cinco días.*

No olvide que es importante tomar los **Essentials™** o el **HealthPak™**. Cuando se limita la ingestión de alimentos, es especialmente importante tomar suplementos para proporcionar al organismo todos los nutrientes que necesita para mantenerse saludable.*



RESET: Plan diario de comidas de 5 días para descubrir un nuevo usted

Desayuno	Bocadillo	Almuerzo	Bocadillo	Cena
Batido Nutrimeal™ AM HealthPak	Nutrition Bar de USANA®	Batido Nutrimeal	Nutrition Bar de USANA	Batido Nutrimeal PM HealthPak
Bocadillo extra: Una porción de fruta y una porción de vegetales al día				

La segunda fase de **RESET** es la fase de Transformación, y consiste en reemplazar un sustituto de alimento de bajo índice glicémico con una comida de bajo índice glicémico, además de incluir un programa de ejercicio moderado en la rutina diaria. Esta fase implica mejoras continuas, al mismo tiempo que lo acerca a su objetivo de pérdida de peso.*

La tercera y última fase de **RESET** es la fase de Mantenimiento. Una vez que usted llega a su peso ideal, reemplaza dos sustitutos de alimentos de bajo índice glicémico por dos comidas de bajo índice glicémico por día, y sigue con el ejercicio. Esta fase de mantenimiento le ayuda a no volver a subir de peso y a conservar una óptima salud.*

Nota: Para obtener los mejores resultados, no olvide tomar los **Essentials** o el **HealthPak** de USANA, hacer ejercicio e incluir sus sustitutos de comidas en el Autoenvío. El kit de Inicio de cinco días incluye un DVD informativo con un programa de ejercicio de 30 minutos.

Fase de Transformación-Programa para bajar de peso

Desayuno	Bocadillo	Almuerzo	Bocadillo	Cena
Batido Nutrimeal	Nutrition Bar de USANA	Batido Nutrimeal	Bocadillo con un bajo índice glicémico*	Comida con un bajo índice glicémico*

*Cantidad abundante de vegetales y frutas frescas

Fase de Mantenimiento-Programa saludable de mantenimiento

Batido Nutrimeal	Nutrition Bar de USANA	Comida con un bajo índice glicémico**	Bocadillo con un bajo índice glicémico	Comida con un bajo índice glicémico**
------------------	---------------------------	--	---	--

**Comience a volver a introducir granos con un bajo contenido glicémico, pan, cereales, arroz, pasta y papas, de forma lenta a moderada

El índice glicémico es un factor clave para tener éxito con **RESET**. Los alimentos con un bajo índice glicémico lo dejan más satisfecho y le dan energía por más tiempo, además de ayudarle a controlar el apetito y demorar las ansias de comer, lo cual hace que sea más fácil perder peso.* Todos los de USANA® Foods se han sometido a pruebas clínicas y se garantiza que tienen un bajo contenido glicémico.



Antes

Después



Los resultados no son típicos. La pérdida de peso promedio al seguir el programa **RESET** es de 4,5 a 5 libras en cinco días.

"El programa **RESET** de USANA fue el catalizador que necesitaba para iniciar mi esfuerzo para bajar más de 50 kilos. Después de ver resultados con **RESET**, adquirí confianza en mí mismo, y esto me llevó a tomar mejores decisiones sobre mi salud. Los productos USANA están cambiando mi vida".

-John Dey

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Drogas de los Estados Unidos. El Sistema de Control de Peso de USANA no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar ni prevenir ninguna enfermedad.

Le sugerimos llevar estos productos a su médico y pedirle su consejo si está tratando de cambiar su dieta, comenzar un programa de ejercicio, si está embarazada, si está dando de lactar a su bebé, si tiene alergias, está tomando medicamentos o si está bajo cuidado médico. Los componentes del Sistema de Control de Peso de USANA, son ALIMENTOS, no MEDICAMENTOS.

Como ocurre con cualquier otro programa para mantener la buena salud o el buen estado físico, es necesario seguir un plan sensible de comidas y de ejercicio regular para poder perder peso a largo plazo. Los resultados pueden variar.

