



# MEJORES RESULTADOS CON RESET

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.\*



Querida  
Dieta:  
No soy yo, eres tú. Sencil-  
lamente no creo que esto en-  
tre tú y yo vaya a funcionar.  
Eres aburrida, desabrida y no  
puedo evitar engañarte.



“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.

Para obtener más información póngase en contacto con su Distribuidor USANA local.



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.\*



## Lista de verificación RESET

Comida	Día 1	Día 2	Día 3	Día 4	Día 5
<b>Malteada de desayuno</b>					
<b>Essentials</b>					
<b>Colación</b>					
<b>Malteada de almuerzo</b>					
<b>Colación</b>					
<b>Malteada de cena</b>					
<b>Essentials</b>					
<b>1 Porción de fruta</b>					
<b>1 Porción de vegetales</b>					

**Una vez que haya completado esta Fase de Arranque del programa RESET, mantenga el ritmo que ya logró pasando a la Fase de Transformación y luego a la de Mantenimiento.**

### Fase de Transformación

**Para ayudarlo a llegar a su peso ideal:**

- Sustituya dos comidas con malteadas Nutrimeal™ al día
- Consuma una comida de bajo índice glicémico al día
- Consuma una barra USANA a base de proteínas y una colación de bajo índice glicémico al día
- Siga un programa de ejercicio moderado
- Tome sus USANA® Essentials™ todos los días

**Esto es lo que necesitará para 28 días:**

- 6 bolsas de Nutrimeal™
- 2 cajas de nuestras barras a base de proteínas
- 1 caja de Essentials de USANA

### Fase de Mantenimiento

**Siga las instrucciones de la Fase de Mantenimiento para mantener su peso ideal y sustituya solo una de sus comidas con una malteada Nutrimeal.**

Recuerde, RESET es para usted solo el inicio de un nuevo yo, un yo más saludable. En los recursos que proporcionamos a continuación podrá encontrar el apoyo que necesita:

- USANA.com
- Facebook.com/RESETUSANA
- YouTube.com/USANAHealthSciences
- Twitter.com/USANAinc
- USANAtoday.com (solo para Distribuidores USANA y Clientes Preferenciales)
- #RESETNATION

**USTED ES ASÍ,**  
 ES UNA PERSONA FUERTE, CON DETERMINACIÓN.  
**NACÍO PARA VIVIR UNA VIDA FELIZ Y SALUDABLE**  
 Y HA DADO LOS PRIMEROS PASOS PARA IR POR ESE CAMINO.  
 SABEMOS LAS MEJORES COSAS PERO USTED YA FIJO SUS OBJETIVOS Y SABE QUE QUE NO LO APOYAMOS EN CADA PASO DEL CAMINO. ES FÁCIL NUNCA LO SON.  
 LO FELICITAMOS POR DECIDIRSE A REINICIAR SU VIDA Y UNIRSE A **#RESETNATION.** AHORA VAYA TRAS SU OBJETIVO!

## VANUBIA SILLER



ANTES

DESPUES

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.

\* 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.