



COSA CONTENGONO I CHETONI ESOGENI DI PRUVIT E PERCHÉ SONO UNICI



ENHANCED
FAT LOSS[†]



ENHANCED
MENTAL FOCUS



ENHANCED
ENERGY[†]



COSA CONTENGONO I CHETONI ESOGENI DI PRUVIT?

ERITRITOLO:

È un poliolo naturale al 100%, usato come sostituto dello zucchero, prodotto naturalmente in alimenti fermentati e nella frutta.

ACIDO CITRICO:

acido tricarbossilico organico presente nella maggior parte degli agrumi (limone, pompelmo, arancia, ecc.).

REBAUDIOSIDO A:

estratto di stevia. Pianta originaria del Paraguay e del Brasile chiamata erba dolce.

CAFFEINA DEL TE VERDE:

proviene dalla pianta chiamata SINENSISTA DELLA CAMELLIA: Ha proprietà termogeniche. Alta percentuale di fibre e calorie basse.

VITAMINA B6:

produce emoglobina che trasporta l'ossigeno nei globuli rossi ai tessuti. Facilita la digestione. Si trova in carne, pollo, pesce, cereali integrali, frutta e verdura. È coinvolta nella produzione di energia dai nutrienti.

VITAMINA B12:

Nutriente che aiuta a mantenere sani i neuroni e le cellule del sangue.

ELABORAZIONE DEL DNA:

Materiale genetico delle cellule. Previene l'anemia megaloblastica che provoca affaticamento e debolezza nelle persone. La bassa B12 provoca anemia e deterioramento del sistema nervoso. Trovato in prodotti animali sardine, tuorlo d'uovo, pesce, salmone, fegato e noci.

ACIDO IDROSSIBUTIRRATO BHB:

il sito primario dei corpi chetonici è il fegato e con un grado di attecchimento inferiore IL RINONE. Il processo si svolge nella MATRICE MITOCONDRIALI.

I mitocondri sono ORGANI CELLULARI responsabili della fornitura della maggior parte dell'energia necessaria per attività cellulare RESPIRAZIONE CELLULARE. Agiscono come centrali elettriche della cellula e sintetizzano il trifosfato di adenosina a spese dei carburanti metabolici (glucosio, acidi grassi e aminoacidi).

È una sostanza chimica acida prodotta dall'organismo. Attiva la sintesi di nuove cellule.

Durante la chetosi i livelli di BHB aumentano molto di più rispetto agli altri due chetoni.

Migliore produzione di energia. I suoi derivati ossidati e polimerici si trovano ampiamente in natura.



COSA CONTENGONO I CHETONI ESOGENI DI PRUVIT?

L'acido BHB di qualità viene estratto da varie piante, frutti, erbe e minerali (calcio, potassio, sodio, magnesio) L'acido BHB è in grado di attraversare la barriera emato-encefalica al sistema nervoso centrale. I livelli di acido BHB aumentano nel fegato, cuore, muscoli, cervello e altri tessuti con esercizio fisico, restrizione calorica, digiuno e diete chetogeniche.

È stato scoperto che il composto agisce come un inibitore dell'istone deacetilasi (HDAC), = ENZIMI O PROTEINE CHE SONO TROVATI NEI CROMOSOMI 4

L'acido BHB ha aumentato i livelli di fattore neurotrofico derivato dal cervello (BDNF) e TrkB (recettore neurotrofico della tirosina chinasi) nell'ippocampo. Inoltre, è stato determinato che l'acido BHB media gli effetti dell'esercizio sui livelli di BDNF (LE PROTEINE CHE FANNO CRESCERE LE CONNESSIONI DEL CERVELLO E MIGLIORA LA CONNESSIONE DEL CERVELLO (neurotrasmettitore) nell'ippocampo.

Questi risultati possono avere rilevanza clinica nel trattamento della depressione, dell'ansia e del deterioramento cognitivo. Nei pazienti con epilessia nella dieta chetogenica, i livelli ematici di BHB sono meglio correlati con un grado di controllo delle crisi.

ACIDO β -IDROSSIBUTIRRICO:

si trova in batteri, piante e centinaia di alimenti.

Polisaccaridi: composto da una sequenza di molecole di glucosio (zucchero) collegate tra loro. Stimola il sistema immunitario e aiuta a distruggere le cellule tumorali (avena, quinoa, grano, mais, riso, orzo, segale, lieviti come la birra).

L- TAURINA:

dopo la glutammina è l'amminoacido in forma libera, più abbondante nel tessuto muscolare ed è considerato essenziale in alcune fasi della vita come nel periodo di crescita, gravidanza o allenamenti intensi. È sintetizzato naturalmente nel corpo e anche ottenuto attraverso le proteine animali. Si trova negli organi del corpo in cui vi è attività elettrica come: occhi, cervello, muscoli, cuore, piastrine e sistema nervoso.

Favorisce l'assorbimento dei nutrienti, l'idratazione cellulare, supporto cognitivo, stimola il sistema immunitario, supporta la funzione cardiovascolare, regola la pressione sanguigna.

Migliora la funzione cerebrale e il sistema oculare. Sistema ormonale femminile (donne in terapia estrogenica o sostitutiva con estrogeni in eccesso.)

L- TAURINA COMBINATA CON CAFFEINA:

Indietro nel piano cognitivo e fisico. Disturbi muscolari.



LUCIN FERMENTATO:

È un aminoacido essenziale che non può essere prodotto dall'organismo, È ottenuto da alimenti e integratori. Efficace nel mantenimento dei livelli di zucchero.





1,2,3, KETO//OS!

La forza della NATura

I CHETONI UGUALI AI TUOI,
DA FERMENTAZIONE NATURALE.



**ENHANCED
FAT LOSS[†]**



**ENHANCED
MENTAL FOCUS**



**ENHANCED
ENERGY[†]**



CHE COS'È KETO//OS?

KETO//OS è una fonte naturale di energia bioidentica e biodisponibile che fa raggiungere al tuo corpo uno stato di chetosi entro 60 minuti generando un miglioramento della funzionalità dell'organismo.

BENEFICI DI KETO//OS?

Lucidità mentale, energia, concentrazione, riduzione del senso di fame, miglioramento del tono dell'umore, maggior resistenza durante l'attività fisica, miglior definizione della massa muscolare magra, riduzione del gonfiore e della ritenzione idrica, migliore qualità del sonno.

COME POSSO PRENDERE KETO//OS?

I PRIMI GIORNI: si consiglia di iniziare gradualmente, con metà bustina al mattino e metà bustina al pomeriggio, oppure metà bustina prima dell'attività fisica, diluita con 300 ml d'acqua.

IN SEGUITO: quando il corpo si adatta, prendi 1 o 2 bustine di KETO//OS al giorno, alla mattina e al pomeriggio, oppure prima dell'attività fisica, diluita in 400-500 ml d'acqua fresca.

BEVI LENTAMENTE (ENTRO 30-40 MINUTI) PER DARE IL TEMPO AL TUO CORPO DI ASSORBIRE I CHETONI.

IDRATATI : bevi un bicchiere colmo d'acqua quando ti svegli al mattino, prima del tuo primo KETO//OS della giornata. Idratati durante il giorno: 2 litri e mezzo d'acqua al giorno (circa 12-16 bicchieri in corrispettivo).



3 SEMPLICI PASSI

1. SCEGLI IL TUO OBIETTIVO

DIMAGRIMENTO E SAZIETA'

MATTINA



PRANZO LIBERO



POMERIGGIO



CENA SHAPE O CRUNCH



È possibile invertire il pranzo con la cena

OPPURE

MATTINA



PRANZO LIBERO



POMERIGGIO



CENA LOW CARB



SPORTIVI

COLAZIONE VI



METÀ MAT.



PRANZO LIBERO



METÀ POM.



CENA LIBERA
PRIMA DI DORMIRE



45' prima e 45' dopo l'allenamento Vi shape; al bisogno, utilizzare Vi Snacks.



3 SEMPLICI PASSI

MANTENIMENTO ED ENERGIA

COLAZIONE VI



METÀ MAT.



PRANZO LIBERO



METÀ POM.



CENA LOW CARB



Snack, pranzo e cena sono intercambiabili

Al bisogno, utilizzare Vi

OPPURE

COLAZIONE
EQUILIBRATA



METÀ MAT.



PRANZO LIBERO



METÀ POM.



CENA LOW CARB



3 SEMPLICI PASSI

2. SCEGLI IL TUO NAT



SWISS CACAO



LIME TIME



RASPBERRY
/LEMONADE

E' NECESSARIO CAMBIARE DIETA DURANTE L'UTILIZZO DI KETO//OS?

No, non e' necessario. Se mantieni una bilanciata dieta mediterranea, il tuo corpo sceglie naturalmente i chetoni come fonte di energia primaria.

DOPO AVER RAGGIUNTO I MIEI OBIETTIVI, POSSO CONTINUARE AD ASSUMERE CHETONI?

Sì, i KETO//OS presi per un lungo periodo di tempo aiutano a ridurre le infiammazioni, ad aumentare l'energia e la concentrazione.

E' POSSIBILE ASSUMERE CHETONI IN ECCESSO?

No, se si dovesse presentare un eccesso verrebbero semplicemente eliminati attraverso le urine.

COME POSSO VERIFICARE SE SONO IN CHETOSI?

KETO//OS ti porta in chetosi entro 60 minuti dall'assunzione. Puoi testare le tue urine attraverso un comune test per i chetoni (le striscioline per misurare l'urina sono le più facili da reperire in farmacia), oppure per una maggior accuratezza si verifica lo stato di chetosi tramite un test del sangue.



3 SEMPLICI PASSI

PER QUANTO TEMPO RIMANGO IN CHETOSI?

Per circa 6/8 ore.

ACCORGIMENTI UTILI

Mangia molta verdura e limita carboidrati raffinati e dolci.
Condisci i tuoi pasti con sale marino integrale per ripristinare i sali minerali.

POSSIBILI EFFETTI

Mal di testa, nausea, crampi muscolari, dissenteria (in tal caso si consiglia di proseguire con metà bustina alla mattina e metà bustina al pomeriggio fino a che il corpo si abitua).

QUANDO CONSULTARE IL MEDICO

Le presenti indicazioni non possono in alcun modo ritenersi sostitutive ad alcuna terapia medica. Per eventuali quadri clinici medicalmente riconducibili si consiglia di consultare il proprio medico di riferimento.



3 SEMPLICI PASSI

3. GODITI LA LUCIDITÀ MENTALE E PRATICA ATTIVITÀ FISICA

ESERCIZI FISICI CONSIGLIATI

Fai esercizio fisico ogni giorno, promuovi il movimento: vai a fare la spesa a piedi o in bici, fai una passeggiata e preferisci le scale per recarsi nei luoghi di interesse.

ALLENAMENTO

1. DIMAGRIMENTO

Fai 3 allenamenti a settimana:

- 2 volte fai una camminata/ corsa/ bicicletta
- 1 volta circuito HIIT

2. MANTENIMENTO

Fai 4 allenamenti a settimana:

- 1 volte corsa
- 3 volte circuito HIIT

3. SPORTIVI

Fai 3/4 allenamenti a settimana con i pesi:

- giorno 1: petto e tricipiti
- giorno 2: dorso e bicipiti
- giorno 3: spalle e gambe

Esempio di circuiti HIT

5 giri:

1. SQUAT
2. PUSH UP
3. SIT UP
4. BURPEES O CORSA SUL POSTO



3 SEMPLICI PASSI

Svolgi ogni esercizio per 40" e recupera 20" prima passare al successivo, una volta finito il circuito recupera 2' e poi riparti per 5 giri!

Esempio:

- fai squat per 40" e recupera 20"
- fai push up per 40" e recupera 20"
- fai sit up per 40" e recupera 20"
- fai burpees o corsa sul posto per 40" e recupera 20"
- recupera 2' e riparti dagli squat

Se sei neofita parti facendo 30" di lavoro e 30" di recupero, poi gradualmente aumenti il tempo di lavoro, abbassando quello di recupero.

#FAI UNA FOTO ALL'INIZIO

Fai una foto del tuo corpo e prendi le tue misure. Confronta le foto "prima e dopo" e noterai un cambiamento complessivo del tuo aspetto.

#CONDIVIDI LA TUA SFIDA CON GLI AMICI !!!





KETO//OS ED ALIMENTAZIONE
KETO FRIENDLY
PER GLI SPORTIVI



**ENHANCED
FAT LOSS†**



**ENHANCED
MENTAL FOCUS**



**ENHANCED
ENERGY†**



CHE COS'È KETO//OS?

KETO//OS è una fonte naturale di energia bioidentica e biodisponibile che fa raggiungere al tuo corpo uno stato di chetosi entro 60 minuti generando un miglioramento della funzionalità dell'organismo.

BENEFICI DI KETO//OS?

I chetoni per gli sportivi promuovono la sintesi proteica e proteggono la guaina muscolare dagli strappi e favoriscono lo smaltimento dell'acido lattico evitando i crampi, riducono la sensazione di fame durante l'esercizio fisico. Compensano l'esaurimento del glicogeno muscolare. Aumentano la resistenza allo sforzo. Altri benefici, lucidità mentale, energia, concentrazione, miglioramento del tono dell'umore, miglior definizione della massa muscolare, riduzione del gonfiore e della ritenzione idrica, migliore qualità del sonno.

COME POSSO PRENDERE KETO//OS?

I PRIMI GIORNI: iniziare gradualmente, con metà bustina al mattino e metà bustina al pomeriggio, oppure metà bustina prima dell'attività fisica, diluita con 300 ml d'acqua.

IN SEGUITO: quando il corpo si adatta, prendi 1 o 2 bustine di KETO//OS al giorno, alla mattina e al pomeriggio, oppure prima dell'attività fisica, diluita in 400-500 ml d'acqua fresca.

BEVI LENTAMENTE (ENTRO 30-40 MINUTI) PER DARE IL TEMPO AL TUO CORPO DI ASSORBIRE I CHETONI.

IDRATATI : bevi un bicchiere colmo d'acqua quando ti svegli al mattino, prima del tuo primo KETO//OS della giornata. Idratati durante il giorno: 2 litri e mezzo d'acqua al giorno (circa 12-16 bicchieri in corrispettivo).

COLAZIONE



METÀ MAT.



PRANZO LIBERO



METÀ POM.



CENA LIBERA
PRIMA DI DORMIRE



Snack

45' prima dell'allenamento prendere una bustina di NAT.

45' dopo l'allenamento prendere Vi shape.

Nelle giornate senza allenamento, prendere Vi shape prima di coricarsi.

Consigliati snack Vi a metà mattina e a metà pomeriggio.





**KETO//OS ED ALIMENTAZIONE
KETO FRIENDLY PER TERZA ETÀ
ED ANZIANI**



BENEFICI DI KETO//OS PER LA TERZA ETÀ

Nella terza età, i chetoni favoriscono il miglioramento del microcircolo a livello cerebrale ed aiutano la ricostruzione dei mitocondri e delle interconnessioni sinaptiche.

I chetoni sono antiossidanti e diminuiscono la degenerazione cellulare.

I chetoni contrastano l'effetto neurotossico degli zuccheri migliorando l'insulino resistenza.

I chetoni aiutano ad inibire la ricerca del gusto eccessivamente dolce.

COME POSSO PRENDERE KETO//OS?

I PRIMI GIORNI: iniziare gradualmente l'assunzione del NAT, caffeina free, suddividendo la bustina nell'arco della giornata, fino a raggiungere la dose completa dopo almeno una settimana.

Iniziare con metà bustina al mattino per i primi due giorni, poi aggiungere l'altra metà bustina al pomeriggio per altri due giorni, diluite in 300 ml d'acqua fresca.

IN SEGUITO: quando il corpo si adatta, prendi 1 bustina al mattino di KETO//OS al giorno, ed eventualmente una al pomeriggio, diluita in 400-500 ml d'acqua fresca.

BEVI LENTAMENTE (ENTRO 30-40 MINUTI) PER DARE IL TEMPO AL TUO CORPO DI ASSORBIRE I CHETONI.

IDRATATI : bevi un bicchiere colmo d'acqua quando ti svegli al mattino, prima del tuo primo KETO//OS della giornata. Idratati durante il giorno: 2 litri e mezzo d'acqua al giorno (circa 12-16 bicchieri in corrispettivo).

COLAZIONE



METÀ MAT.



PRANZO LIBERO



METÀ POM.



CENA LOW CARB





REPORT DI
TRASFORMAZIONE



ENHANCED
FAT LOSS[†]



ENHANCED
MENTAL FOCUS

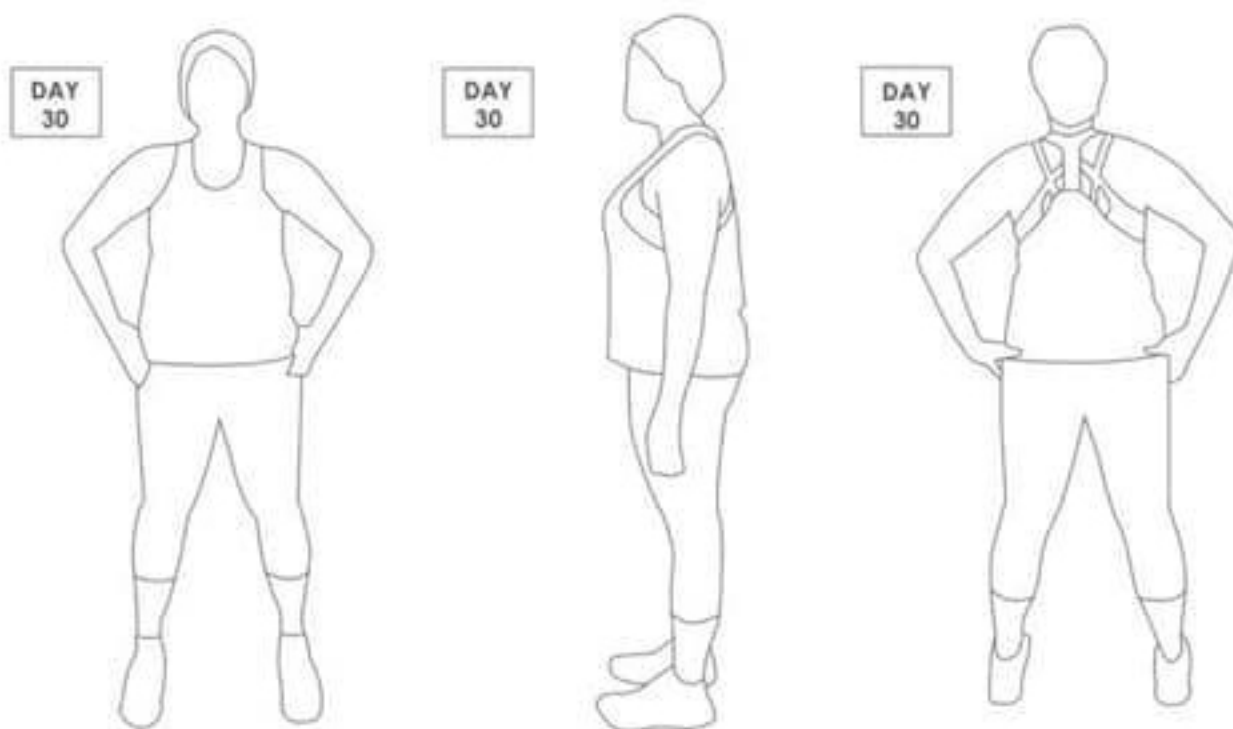
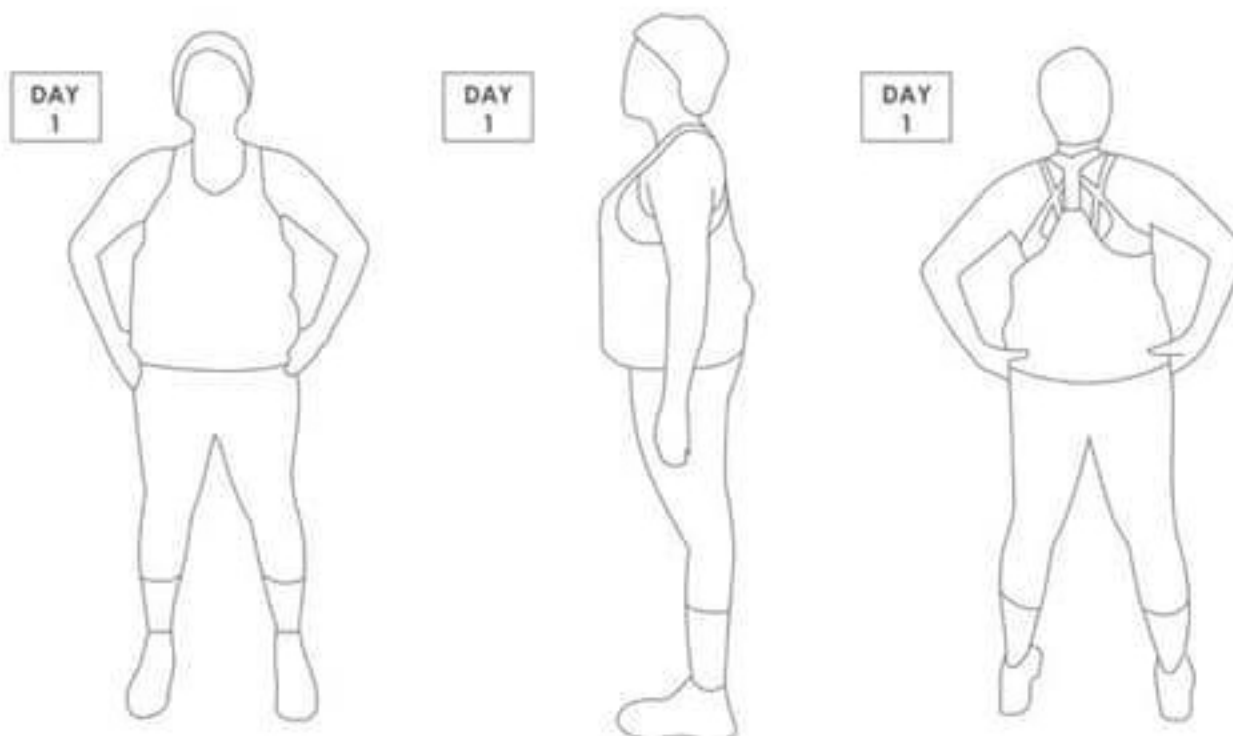


ENHANCED
ENERGY[†]



REPORT DI TRASFORMAZIONE

FARE UN REPORT TRASFORMAZIONE APPROPRIATO



Segui questi semplici passi per avere un report adeguato e serio:

1. Scrivi una storia coinvolgente che risponda a queste tre domande:

Chi ringrazi per averti coinvolto? Perché hai iniziato?

Cosa ti ha portato al risultato? Come hai utilizzato i chetoni?

Che risultato hai raggiunto e quanto ti fa piacere? DI LA VERITÀ!



REPORT DI TRASFORMAZIONE

2. **Utilizza i disclaimer alla fine del tuo post** (trovi il documento da copiare e incollare nella sezione FILE del gruppo CYE)
3. **Stesso abbigliamento tra prima e dopo**, senza loghi preferibilmente: metti in mostra braccia, spalle stomaco, schiena e gambe. I vestiti dovrebbero essere aderenti e comodi, e allo stesso tempo adatti alla visione pubblica. Non coprire troppo i vestiti.
Più aderenti sono i vestiti più si nota il miglioramento
4. **Stai eretto con i piedi alla stessa distanza**. Puoi misurare la distanza mettendo due libri tra i piedi. Cerca una buona illuminazione, questa fa tutta la differenza del mondo e tieni la stessa distanza dalla telecamera in entrambe le foto
5. **Scatta le foto in tutte e 3 le posizioni con le mani sui fianchi**.
Sarai ben felice di averlo fatto per acquisire consapevolezza del tuo progresso personale.
 - **Corpo intero fronte**
 - **Corpo intero lato destro**
 - **Corpo intero retro**
6. **Posiziona la data o la quantità di giorni trascorsi dall'inizio** del tuo percorso nell'angolo in alto dello scatto.
7. **Assicurati che lo sfondo sia vuoto se possibile e fai un bel sorriso!!**





DOMANDE FREQUENTI

Dr.ssa Andra Campitelli



DOMANDE FREQUENTI

1. QUALI SONO I BENEFICI NELL'ASSUMERE CHETONI?

Sono diversi e ognuno ha benefici diversi. Studi suggeriscono che ci sono miglioramenti nelle aree seguenti: neuroprotettive, funzioni cognitive, trauma cranici, composizione corporea, bilanciamento della glicemia, energia concentrata e focalizzata, funzione degli ormoni e della tiroide, miglioramento della massa muscolare.

2. COSA PUOI ASPETTARTI DI VEDERE NEL LUNGO TERMINE?

Cambiamento in energia e maggiore concentrazione in un primo momento. Nel lungo termine si può notare una diminuzione delle infiammazioni del corpo e della composizione corporea.

3. COME POSSO TESTARE I CHETONI?

Possono essere utilizzati campioni di sangue o urine. Quest'ultimo è un test più comune e facile da fare. Usando i chetoni il tuo corpo si abituerà a questi e li userai in maniera più efficiente e non li espellerai attraverso le urine. A questo punto, vorrai magari considerare di fare un test usando campioni di sangue per analizzare il livello di chetoni.

4. QUALE È LA DIFFERENZA TRA CHETONI ESOGENI E CHETOSI NUTRIZIONALE?

La chetosi nutrizionale è quello stato in cui bruci solo grassi come fonte di energia e questo può accadere in alcune settimane per alcune persone. Chetoni esogeni sono assunti per vie orali e elevano il livello di chetoni nel sangue senza alterare la tua dieta e rimangono nel sistema per 3-6 ore.

5. QUALE È LA DIFFERENZA TRA CHETOSI NUTRIZIONALE, PRENDERE CHETONI ESOGENI E CHETOACIDOSI DIABETICA?

La chetosi nutrizionale è il processo in cui il grasso viene rotto e utilizzato come fonte di energia solo tramite la nutrizione. I chetoni esogeni sono assunti per vie orali e fanno andare il corpo in stato di chetosi senza alterare la propria dieta. Chetoacidosi diabetica è uno stato molto pericoloso che si presenta quando non c'è insulina nel corpo. I livelli di zucchero nel sangue si alzano e non è possibile spostare lo zucchero dal sangue alle cellule per la mancanza di insulina. Il corpo crede che ci sia una carenza di energia e comincia a produrre chetoni. A questo punto non c'è modo di gestire il livello di produzione di chetoni e livelli di zucchero e chetoni nel sangue continuano ad aumentare. Questo occorre SOLO quando non c'è presente insulina. Per coloro che sono diabetici, consultate il vostro dottore prima ma sappiate che i chetoni aiutano a regolare il livello di zucchero nel sangue in maniera efficace. Livelli di glucosio e livelli di chetoni nel sangue dovranno essere monitorati in concomitanza.



DOMANDE FREQUENTI

6. E' POSSIBILE ASSUMERE TROPPI CHETONI?

No, i chetoni esogeni sono solubili nell'acqua. Non sono immagazzinati nel corpo come grassi. Se si dovesse presentare un eccesso, sono semplicemente eliminati attraverso le urine.

7. COME BEVO I CHETONI ESOGENI?

Mischia un sacchetto di chetoni os con 0.5 litri di acqua in un miscelatore e goditi la sensazione da supereroe!

8. DEVO CAMBIARE LA MIA DIETA PER VEDERE RISULTATI?

No. Non e' necessario. Se continui a prendere zucchero da carboidrati, il tuo corpo sceglie naturalmente i chetoni come fonte di energia prima che siano consumati.

9. POSSO PRENDERE MEDICAZIONI PRIMA DI PRENDERE CHETONI?

Consulta la tua assistenza sanitaria per ulteriori informazioni. Una volta approvato dal tuo dottore, cerca di avere uno spazio temporale di un'ora tra le tue medicazioni e i chetoni.

10. CI SONO EFFETTI COLLATERALI CON L'USO DI CHETONI ESOGENI?

I chetoni posso avere un effetto di disidratazione per la loro efficacia diuretica. Questo può causare una perdita in minerali, nausea, mal di testa e costipazione, etc. Usa brodo d'osso o zuppa di miso per recuperare i minerali. Anche succo di sottaceti e' ottimo. Alcune persone possono provare un certo disagio digestivo a causa dei chetoni o della catena media dei trigliceridi (MCT). Se dovesse succedere e si verifica diarrea o costipazione, riduci l'assunzione dei chetoni a metà' fino a che il corpo si abitua.

11. I CHETONI ESOGENI SONO SICURI? ARE EXOGENOUS KETONES SAFE?

Yes. Sono una nuova tecnologia e più' le persone li assumeranno più' saremo in grado di imparare. Calcoli renali possono preoccupare alcune persone ma l'integrazione di potassio riduce sostanzialmente questo rischio.

12. DOPO AVER RAGGIUNTO I MIEI OBIETTIVI, PERCHÉ' DOVREI CONTINUARE AD ASSUMERE CHETONI?

I chetoni assunti per un lungo periodo di tempo aiutano con ridurre infiammazioni, aumentare l'energia e la concentrazione.



APPENA
SVEGLI



Bevi 1
KETO//OS® NAT™

PRANZO



Non mangiare finché
non senti il bisogno
+ pranzo a basso
regime carb

METÀ
POMERIGGIO



Bevi 1
KETO//OS® NAT™

CENA



Non mangiare
finché non senti il
bisogno + cena a
basso regime carb

NO-STOP



Bevi ketones
giornalmente, reboot
mensile.

Drink > Diet™

prüvit



Versa



Shakera



Bevi!

Berrai i chetoni e sperimentarai
come ci si sente nel tuo paese
originale.
Non è una dieta cheto!



Scansionami



KETOSIS



FOCUS



ENERGY



FAT BURN

Marco Egidi

Promoter Prüvit

cellulare : 3490888149

Se non dovesse bastare...PUOI AVERLO GRATIS!



+



=



GRATIS

TU
in SmartShip

TROVA 2 Clienti
in SmartShip

Prodotto GRATIS
il mese dopo

The average of the 2 largest orders are awarded as Prüvit Bucks, which will be automatically applied to your SmartShip order. *Orders placed by Customers within 30 days of joining (Customer NV) and SmartShip orders are valid.

prüvit

E ogni mese
quando mantieni
2 Clienti SmartShip

