



vi presentiamo

BETA HEART®

A base di beta-glucano d'avena OatWell™, la cui capacità di abbassare il colesterolo nel sangue è stata clinicamente dimostrata*

Cos'è Beta heart®

- Il primo prodotto Herbalife per il colesterolo in EMEA
- Risponde a un'**esigenza** specifica e sempre più diffusa
- Formulato in base a **principi scientifici consolidati**, è **supportato da affermazioni autorizzate** ed è indicato per uomini e donne con più di 30 anni
- Perfetto supporto alla **Filosofia Herbalife della Nutrizione**



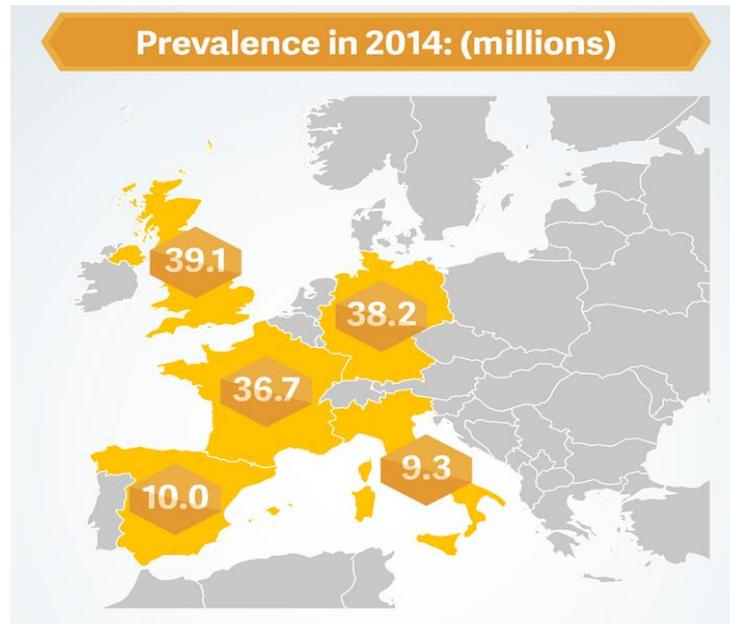
Colesterolo: i dati dell'OMS

133,3 milioni di abitanti dei cinque maggiori Paesi Ue (Germania, Francia, Italia, Spagna, UK) **hanno un tasso elevato di colesterolo nel sangue**

Una diminuzione del 10% del colesterolo nel sangue **riduce del 50%** le malattie cardiache negli uomini di 40 anni nei 5 anni successivi e del 20% il rischio per le donne di 70 anni

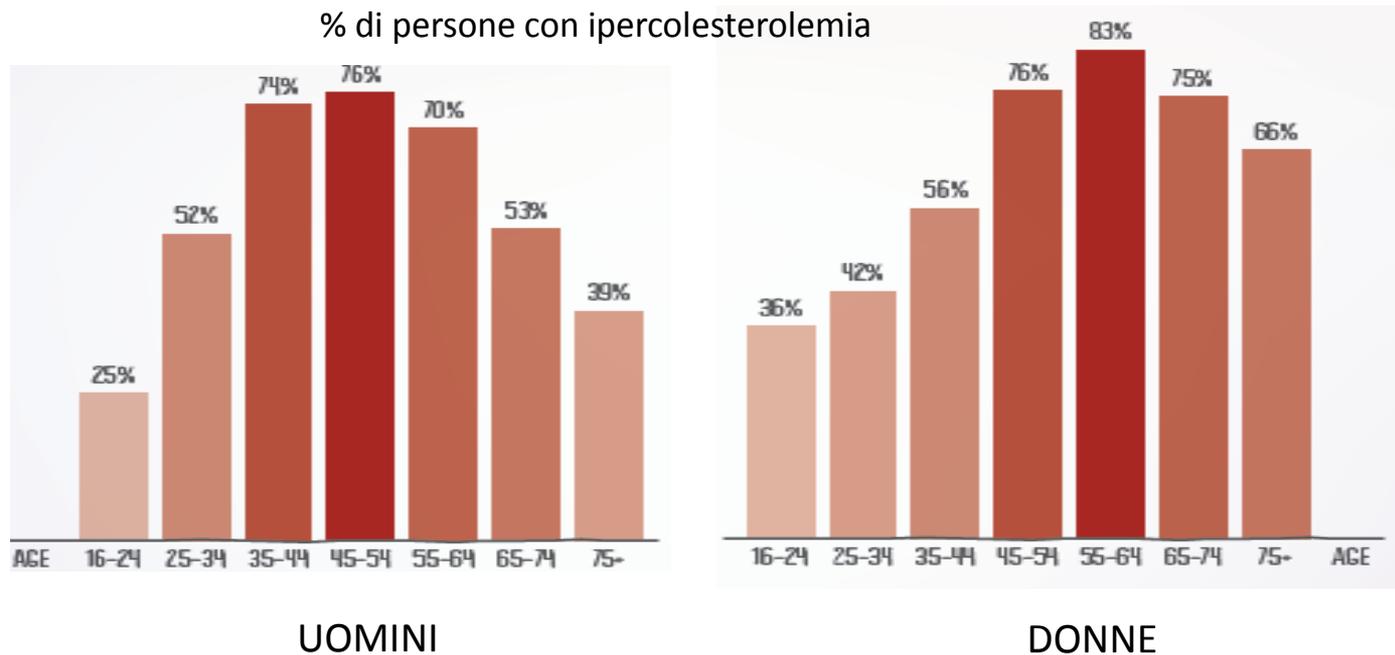
L'ipercolesterolemia non riguarda solo i soggetti anziani o **sovrappeso. Fumo, alcol, vita sedentaria** o una **alimentazione poco sana** possono essere fattori di rischio *

*Fonte: Organizzazione Mondiale della Sanità Rapporto mondiale sulle malattie non trasmissibili 2014.



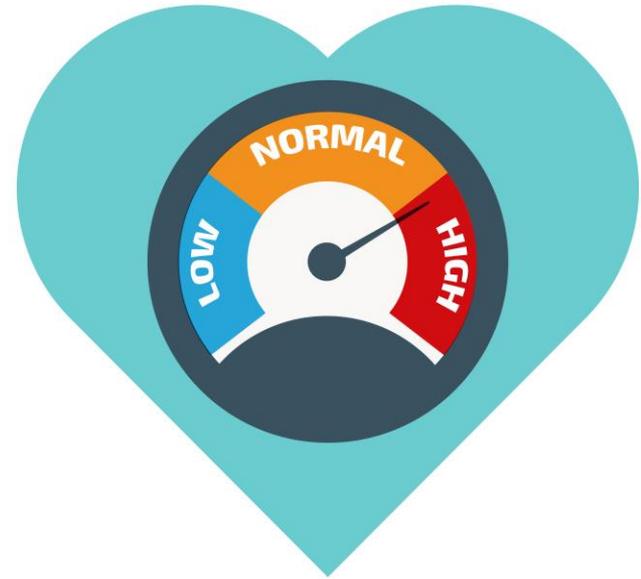
Lo dicono le statistiche...

Il colesterolo non è affatto un problema solo di età!*



Cos'è il COLESTEROLO?

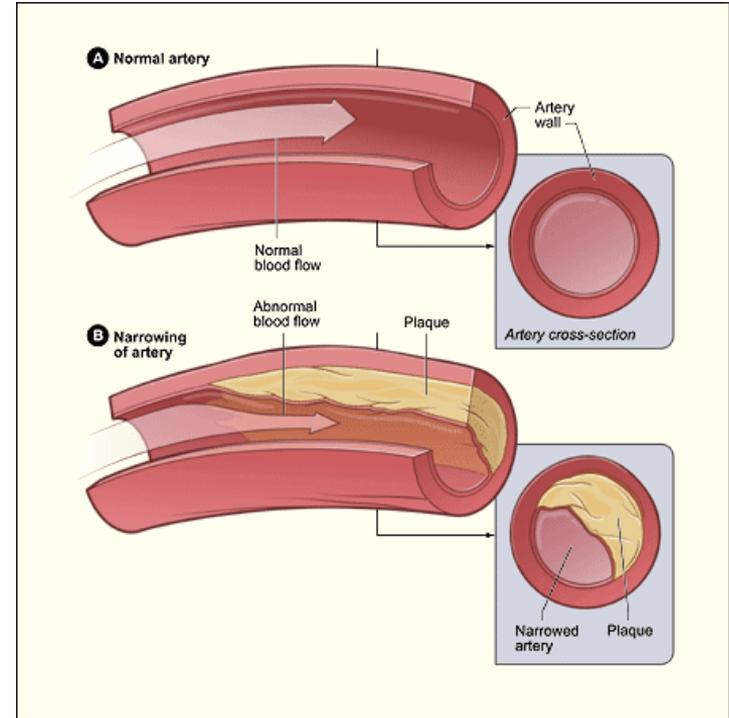
- È risaputo che **un livello alto di colesterolo può essere pericoloso** per la salute.
- Il colesterolo è una sostanza grassa naturale prodotta dal fegato.
- **Svolge un ruolo essenziale nella:**
 - Formazione delle cellule
 - Produzione della vitamina D
 - Produzione di ormoni
 - Produzione della bile e digestione
- **MA** può **aumentare il rischio** di:
 - Infarto
 - Ictus
 - Sviluppo di aterosclerosi
 - Altre malattie cardiache...



CHOLESTEROL

Malattia coronarica (CHD)

- Col tempo nelle arterie coronarie si accumulano depositi adiposi contenenti grassi ossidati e colesterolo
- I globuli bianchi penetrano in queste placche e assorbono colesterolo fino a esplodere, provocando l'allargamento della placca
- Alti livelli di colesterolo nel sangue dovuti all'alimentazione o a fattori ereditari accelerano la crescita della placca
- Se la placca esplode, interrompe l'apporto di ossigeno a una parte del cuore e questo può causare un infarto cardiaco



HDL – Colesterolo buono

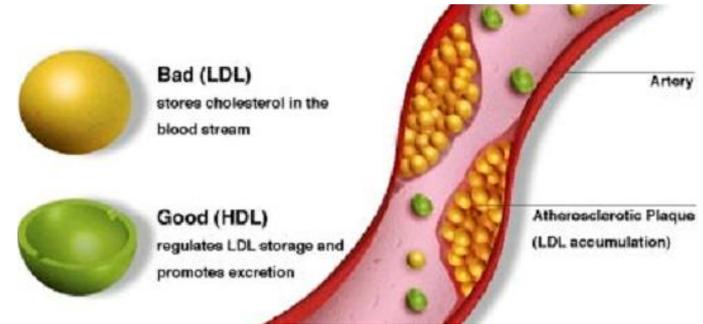
LDL – Colesterolo cattivo

Lipoproteine ad alta densità (HDL)

- HDL o “colesterolo buono”
- Rimuove il colesterolo in eccesso
- Lo trasporta nel fegato eliminandolo dal corpo

Lipoproteine a bassa densità (LDL)

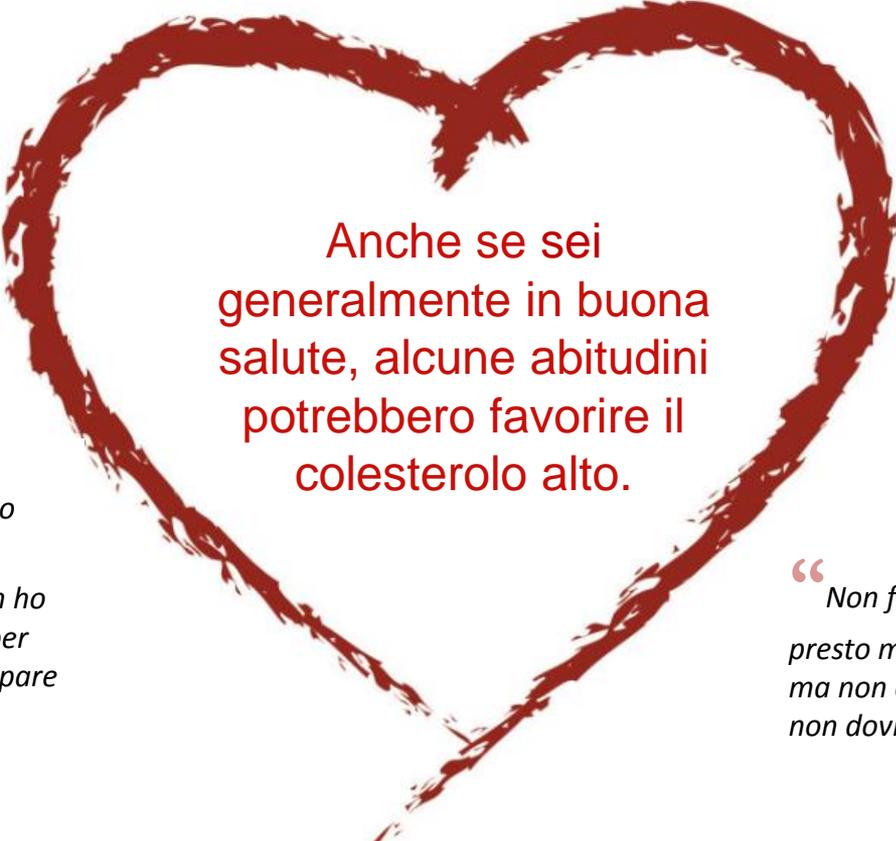
- LDL o “colesterolo cattivo”
- Prodotto dal fegato
- Si accumula sulle pareti dei vasi sanguigni, dando inizio alla formazione della placca
- Restringe i vasi sanguigni
- È importante tenere sotto controllo il colesterolo “cattivo”.



Come faccio a sapere se sono a rischio?

“
Ho il vizio del fumo, ma sono una donna di 30 anni attiva e attenta all'alimentazione. Non immaginavo che potessi avere il colesterolo alto...”

“
Sono sovrappeso, ma non sono obeso e in famiglia nessuno ha mai sofferto di ipercolesterolemia o cardiopatie. Potrei essere a rischio?”



Anche se sei generalmente in buona salute, alcune abitudini potrebbero favorire il colesterolo alto.

“NON DOVREI ESSERE A RISCHIO DI IPERCOLESTEROLEMIA... O NO?”

“
Mio padre soffriva di colesterolo alto, ma io mangio in modo sano, faccio regolare attività fisica e non ho ancora compiuto 40 anni, quindi per ora non penso di dovermi preoccupare del colesterolo!”

“
Non faccio spesso attività fisica e non presto molta attenzione a quello che mangio, ma non essendo sovrappeso, il colesterolo non dovrebbe essere un problema per me.”

Come faccio a sapere se sono a rischio?

Adulto sano		Adulto a rischio	
	Fa esercizio 4 x a settimana		Alimentazione ricca di grassi/zuccheri
	Fa pasti equilibrati		Sovrappeso o obeso
	Dorme 8 ore		Inattività/vita sedentaria
<p>Body Mass Index</p> 	Grasso corporeo nella normalità		Fumo



Quale dovrebbe essere il valore del colesterolo?

Gli adulti più a rischio devono mantenere un tasso di colesterolo più basso rispetto agli adulti sani

	Adulto sano e in forma	Adulto a rischio
Colesterolo totale	5 mmol/L = 200 mg/dl = 2 g/L	4 mmol/L = 155 mg/dl = 1.5 g/L
Lipoproteine a bassa densità (LDL)	3 mmol/L = 115mg/dl = 1.2g/L	2 mmol/L = 80mg/dl = 0.8 g/L
Lipoproteine ad alta densità (HDL)	1 mmol/L = 40 mg/dl = 0.4 g/L	

I valori massimi di colesterolo e di Lipoproteine a bassa densità (LDL) (“colesterolo cattivo”) differiscono all'interno della popolazione e questo dipende dalle probabilità che un individuo ha di sviluppare un problema cardiaco. Gli individui a rischio o che hanno un infarto (dovuto a uno stato di eccitazione cardiaca, perché fumano, sono sovrappeso, hanno la pressione alta, ecc.) devono mantenere i valori del colesterolo più bassi rispetto ai soggetti non a rischio. Questo perché avere l'LDL alto è un rischio di per sé e, se associato ad altri fattori di rischio, ha un maggiore impatto sul benessere generale. Se sei in salute e in forma ma hai comunque l'LDL alto, le probabilità di incorrere in un infarto o in una cardiopatia sono minori, quindi non devi mantenere i livelli bassi come un soggetto a rischio. Tuttavia, la differenza fra i due gruppi è minima e l'obiettivo dovrebbe sempre essere di tenere sotto controllo il colesterolo. Per quanto riguarda il Colesterolo ad alta densità (HDL) (“colesterolo buono”), la raccomandazione generale è che sia almeno 1 mmol/L (40 mg/dl; 0.4 g/L) al di là dello stato di salute, perché questo tipo di colesterolo protegge il cuore.

Il tuo stile di vita è “amico del cuore”?

Il cuore svolge un ruolo vitale nel nostro corpo. È **IMPORTANTE** averne cura

- Nessun chiaro sintomo di colesterolo alto
- L'unico modo per sapere con certezza se abbiamo il colesterolo “alto” è andare dal medico.
- **TUTTAVIA**, un semplice esame del tuo stile di vita può fornire qualche indizio.
 - **Segui un'alimentazione poco sana?**
 - **Sei inattivo?**
 - **Fumi?**
 - **Mangi molti cibi ricchi di zuccheri o di grassi?**
- Tutti questi aspetti dello stile di vita sono indiscutibilmente correlati a malattie cardiovascolari **E A COLESTEROLO ALTO**



È possibile ridurre il colesterolo?

Certo. Ed è facile come contare fino a 3

1

Mangia sano

Educazione sulla sana nutrizione

Pochi grassi

Pochi zuccheri

Ricca di macro/micronutrienti

2

Integra la dieta

Consigli sull'assunzione giornaliera di proteine, grassi, carboidrati e nutrienti essenziali e su cosa integrare

Beta Heart

Bevanda Multi Fibre

Altri prodotti Herbalife

3

Muoviti

Consigli su una vita sana e attiva

Esercizio di moderata intensità

Camminata, corsa, nuoto

Attività sportive

Beta Heart® – Il prodotto in una pagina



CATEGORIA DEL PRODOTTO

- Nutrizione per esigenze specifiche

DESCRIZIONE DEL PRODOTTO

- Un preparato per bevanda in polvere al gusto di vaniglia, a base di Oatwell™, fonte di beta-glucano d'avena

PUBBLICO DI RIFERIMENTO

- Benessere, giovani e attivi, gruppi ristretti

PRESENTAZIONE

Per ridurre o a mantenere i livelli di colesterolo, usa Beta Heart, prodotto a base di Oatwell™ (beta-glucani d'avena), la cui capacità di ridurre o mantenere il colesterolo è stata dimostrata.

CLAIM PRINCIPALI

- 1,5 g di beta-glucani d'avena contribuiscono a mantenere livelli normali di colesterolo nel sangue (1 cucchiaino dosatore)*
- 3 g di beta-glucani d'avena contribuiscono ad abbassare i livelli di colesterolo nel sangue (2 cucchiaini dosatori)**
- Alto apporto di fibre
- 25 kcal per cucchiaino dosatore per una bevanda ipocalorica
- Senza zuccheri
- Fonti di proteine, che contribuiscono alla crescita e al mantenimento della massa muscolare

USO

- **2 cucchiaini dosatori (3 g di beta-glucani d'avena) con 250 ml d'acqua per ottenere una bevanda "senza zuccheri" che grazie al contenuto di beta-glucani d'avena contribuisce all'abbassamento del colesterolo nel sangue.**
- Puoi anche miscelarli in 250 ml di succo di frutta o aggiungerli al tuo frullato Formula 1 preferito
- **1 cucchiaino dosatore (1,5 g di beta-glucani d'avena) in 250 ml d'acqua una volta al giorno per mantenere i livelli normali di colesterolo nel sangue**

PORZIONE

- Una porzione: 1 cucchiaino dosatore 7,625 g
– 2 cucchiaini dosatori 15,25g.
- 30 cucchiaini dosatori per barattolo.

P. VOLUME / PREZZO

- 25,95 PV
- 40,21 €

Cos'è Beta heart®?

- Un preparato per bevanda in polvere al gusto di vaniglia, a base di **OatWell™**, fonte di **beta-glucano d'avena**
- * È stato dimostrato che il beta-glucano d'avena **abbassa il colesterolo nel sangue***
- Altre proprietà
 - **3 g di beta-glucani d'avena*** (2 cucchiaini dosatori):
 - Alto contenuto di fibre (6 g)
 - 51 kcal (2 cucchiaini dosatori)
 - Fonte di proteine
 - Senza zuccheri

*È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.



Cosa sono i beta-glucani dell'avena?

L'organismo va rifornito adeguatamente con l'apporto raccomandato di proteine, grassi e... hai mai sentito parlare dei beta-glucani?

Cosa sono i beta-glucani?

- **Fibre solubili** presenti nella crusca d'avena.
- Aiutano ad **abbassare o mantenere livelli normali di colesterolo**.*
- L'effetto benefico si ottiene con l'**assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena**.

Cosa fanno?

- Quando viene digerita, la crusca d'avena rilascia molecole di beta-glucano.
- Queste molecole creano un gel che lega il colesterolo.
- Il colesterolo diventa meno facilmente assorbibile dall'organismo.
- Questo processo utilizza il colesterolo libero, che quindi sarà meno presente nella circolazione sanguigna.

Ci sono le prove?

- **Più di 55 studi internazionali hanno confermato le proprietà profilattiche dei beta-glucani dell'avena sul tasso di colesterolo nel sangue.****



*I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'affermazione può essere usata solo con cibi che contengono almeno 1 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di queste fonti per porzione quantificata. Per potere usare l'affermazione, il consumatore deve essere informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di questi beta-glucani.

** È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.

Quanti sono 3 g di beta-glucani d'avena?

2 scodelle di cereali da colazione a base di avena



281 kcal
Preparazione con latte parzialmente scremato

6 fette di pane integrale



300 kcal
Fatto al 50% con farina d'avena, fette da 50 g

9 biscotti di farina d'avena



400 kcal
Biscotti di 15 g ognuno

2 cucchiai dosatori di Beta heart®



51 kcal
Preparato con acqua

Herbalife, in collaborazione con OatWell™, ha sviluppato Beta heart®, che aiuta a ridurre il colesterolo o a mantenerlo a livelli normali in modo semplice*!

I prodotti OatWell™ hanno una concentrazione di beta-glucani 4-5 volte superiore rispetto alle normali crusche d'avena e una combinazione naturale di beta-glucani d'avena, fibre insolubili e proteine.



*I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'affermazione può essere usata solo con cibi che contengono almeno 1 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di queste fonti per porzione quantificata. Per potere usare l'affermazione, il consumatore deve essere informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di questi beta-glucani.

** È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.

Come agisce Beta Heart® sul colesterolo?

Dosaggio giornaliero	Proprietà benefiche	Altre proprietà
1 cucchiaino dosatore	Contribuisce al mantenimento di normali livelli di colesterolo nel sangue*	<ul style="list-style-type: none">• 1,5 g di beta-glucani d'avena*• Alto contenuto di fibre (3 g)• Fonte di proteine• 25 kcal• Senza zuccheri• Senza edulcoranti artificiali
2 cucchiaini dosatori	Contribuisce all'abbassamento del colesterolo nel sangue**	<ul style="list-style-type: none">• 3 g di beta-glucani d'avena**• Alto contenuto di fibre (6 g)• Fonte di proteine• 51 kcal• Senza zuccheri• Senza edulcoranti artificiali

* I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'affermazione può essere usata solo con cibi che contengono almeno 1 g di beta-glucani da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di queste fonti per porzione quantificata. Per potere usare l'affermazione, il consumatore deve essere informato che l'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano da avena, crusca d'avena, orzo, crusca d'orzo o miscele di questi beta-glucani.

** È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.



COME LO PREFERISCI?

In qualunque modo decida di goderne i benefici*, Beta heart® è delizioso, veloce da preparare e perfetto per quando sei fuori casa!

RINFRESCANTE CON ACQUA

Per una bevanda fresca e al delizioso gusto di vaniglia, sciogli 2 cucchiaini dosatori di Beta heart® in acqua una volta al giorno o 1 cucchiaino dosatore due volte al giorno!



OTTIMO CON SUCCO DI FRUTTA

Desideri qualcosa di più sostanzioso? Aggiungi 2 cucchiaini dosatori a un bicchiere di succo di frutta! In alternativa puoi aggiungere 1 cucchiaino dosatore di Beta heart® a succo di frutta due volte al giorno.



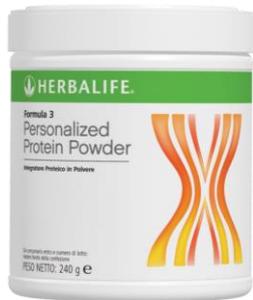
PERFETTO CON IL TUO SHAKE

Quando prepari un frullato Formula 1, prova ad aggiungere 2 cucchiaini dosatori di Beta heart®. Avrai un apporto di circa 272 kcal, 20 g di proteine, 8,5 g di fibre e 3 g di beta-glucani d'avena! Prendi 2 frullati al giorno? Aggiungi 1 cucchiaino dosatore di Beta heart® ad ogni shake!



* È stato dimostrato che il beta-glucano dell'avena abbassa il colesterolo nel sangue. L'ipercolesterolemia costituisce un fattore di rischio per lo sviluppo di cardiopatie coronariche. I beta-glucani contribuiscono al mantenimento di livelli normali di colesterolo nel sangue. L'effetto benefico si ottiene con l'assunzione giornaliera di 3 g di beta-glucano dell'avena. La malattia coronarica ha molteplici fattori di rischio e l'intervento su uno di questi fattori può avere o meno un effetto benefico.

MANGIA SANO: Aggiungi **Beta Heart®** alla tua soluzione Herbalife



Dieta sana

- Oli vegetali (es. olio d'oliva) invece di grassi di origine animale (es. burro)
- Pesci grassi o pollame magro invece di carni rosse o lavorate
- Frutta a guscio, semi o noccioline di soia invece di snack confezionati, come le patatine

La filosofia Herbalife della nutrizione

- Nutrizione equilibrata non significa contare le calorie / rinunciare ai cibi preferiti
- Qualunque sia il tuo obiettivo, ti aiutiamo a diventare una versione più soddisfatta e in forma di te stesso

Soluzione personalizzata

- Il tuo Coach del Benessere (*il tuo Membro Herbalife*) può aiutarti a intraprendere una vita sana e attiva