

# Boisson Frappée Life<sup>MC</sup>



## Comment la nouvelle Boisson Frappée Life diffère-t-elle de l'ancienne Boisson Frappée Life?

Shaklee s'engage à être à l'avant-garde de l'innovation et des tendances de consommation. Selon une recherche de consommation approfondie combinée à vos commentaires, nous avons lancé une boisson frappée plus riche, plus crémeuse et délicieuse. Ces deux nouvelles formules ont une texture riche et plus lisse, une saveur améliorée et un système de fibres amélioré. De plus, non seulement elle est dorénavant sans stévia, mais elle contient un mélange d'édulcorant non nutritif à base de Reb M et une petite quantité de sucre.

## Les fibres sont-elles changées?

Nous avons remplacé les fibres d'avoine par des fibres de maïs solubles sans OGM et nous avons réduit le mélange de grains anciens biologiques, pour un profil de saveur plus uniforme et un goût amélioré. La quantité de fibres reste inchangée: un total de 6 grammes de prébiotique santé, des fibres alimentaires qui aident au soutien de la santé digestive et sa riche teneur en protéines font en sorte que la Boisson Frappée Life a un faible indice glycémique.

## La Boisson Frappée Life est-elle sans stévia? Quel est son nouveau système d'édulcorant?

Oui, la nouvelle Boisson Frappée Life est sans stévia. Nous utilisons un nouveau système d'édulcorant: Reb M (rebaudioside M) plus 5 grammes de sucre de canne naturel. Le Reb M est un nouvel édulcorant naturel, sans OGM, à zéro calorie, qui a un goût savoureux et qui est tiré de la fermentation de sucre de canne durable. Son goût se rapproche plus de celui du sucre que du stévia et il ne laisse aucun arrière-goût.

## Les nouvelles formules ont-elles un faible indice glycémique?

Oui. Ces nouvelles formules de Boissons Frappées Life contiennent une petite quantité de sucre (5 grammes, ce qui correspond à 20 calories et l'équivalent à environ 1/4 de pomme moyenne) qui, combinée à 20 grammes de protéines et 6 grammes de fibres, donne un substitut de repas satisfaisant et à faible indice glycémique.

## Pourquoi un "faible indice glycémique" est-il si important?

Le maintien de niveaux stables de glycémie est un aspect important pour gérer la faim et se sentir énergique. Le sucre pure (dans un jus de pomme ou une boisson gazeuse, par exemple) crée une montée d'énergie, pour ensuite entraîner une chute d'énergie 45 minutes plus tard. Une option à faible indice glycémique permet de fournir la bonne quantité de protéines et de fibres et d'équilibrer les glucides (sucre), pour qu'il n'y ait pas de montée de glycémie, mais plutôt une légère augmentation maintenue au cours de quelques heures. Assurez-vous que la quantité de protéines et de fibres surpasse considérablement celle de sucre/sucre ajouté — ou recherchez la mention "faible indice glycémique" sur l'étiquette du produit.

## Puisque le Reb M est un édulcorant à zéro calorie qui goûte plus comme le sucre, pourquoi Shaklee y a ajouté du sucre de canne?

Nous avons fait un test approfondi auprès de groupes de consommateurs à la recherche d'une formule sans stévia avec un attrait plus vaste. La combinaison gagnante était celle du Reb M et d'une petite quantité de sucre de canne pure. L'ajout d'une petite quantité de sucre (5 grammes, qui correspond à 20 calories et l'équivalent d'environ 1/4 de pomme moyenne) a permis d'utiliser une plus petite quantité de Reb M, offrant ainsi un goût sucré et propre, sans arrière-goût. Cette combinaison fut de loin la préférée — et elle est parfaite pour ceux qui surveillent leur apport de sucre.

## Qu'est-ce que la leucine et pourquoi est-ce important?

La leucine est l'acide aminé en branche ramifiée le plus efficace pour préserver la masse musculaire. En bref, elle vous assure que le poids perdu est du gras et non du muscle.

## La Boisson Frappée Life contient-elle des prébiotiques?

Oui. La Boisson Frappée Life contient des prébiotiques tirés de fibres solubles de maïs et d'un mélange de grains anciens tels qu'amaranthe, sarrasin, millet, quinoa et chia.

## Comment les prébiotiques agissent-ils?

En voyageant dans l'appareil digestif, les prébiotiques nourrissent les bonnes bactéries et les aident ainsi à se développer et se multiplier. Le résultat? Il y a plus de bonnes bactéries dans les intestins, ce qui signifie une meilleure santé digestive.

## Quelles sont les sources de protéine dans la protéine végétale de la Boisson Frappée Life?

La Boisson Frappée Life Protéine Végétale contient un mélange exclusif à Shaklee renfermant protéine de pois, graines de chia biologiques et graines de citrouille biologiques.

## La Boisson Frappée Life peut-elle être utilisée comme substitut de repas?

Oui. La Boisson Frappée Life est conçue pour être un substitut de repas. Savourez une boisson frappée par jour comme repas santé ou remplacez deux repas par jour par la Boisson Frappée Life dans le cadre du Programme Shaklee 180<sup>MD</sup>. Pour vous assurer que la Boisson Frappée Life soit un substitut de repas efficace, nous vous recommandons de mélanger 2 mesures dans 8 onces (237 mL) de lait écrémé ou de lait de soja. Les autres options de rechange non laitières telles que le lait de pois ou d'amande non édulcoré sont aussi acceptables, bien qu'elles contiennent peu de protéines (1-2 grammes) comparativement au lait de soja (7 grammes) et au lait écrémé (9 grammes). Si vous voulez un substitut de repas à mélanger à de l'eau, nous suggérons 3 mesures de Boisson Frappée Life.

## Puis-je mélanger la Boisson Frappée Life avec de l'eau?

Oui. Pour vous assurer que la Boisson Frappée Life soit un substitut de repas efficace, nous vous suggérons d'utiliser 3 mesures de Boisson Frappée Life si vous la mélangez à de l'eau.

## Pourquoi la Boisson Frappée Life fait-elle partie du Programme Shaklee 180?

La Boisson Frappée Life est la fondation du Programme Shaklee 180 cliniquement éprouvé, qui est conçu pour vous aider à perdre du gras et préserver votre masse musculaire. La préservation de la masse musculaire aide à protéger le métabolisme pour avoir plus de facilité à conserver votre nouveau poids!

Dans une étude clinique de perte de poids publiée, un groupe de participants a remplacé deux repas par jour par la Boisson Frappée Life, suivi les cibles de calories et un entraînement de 45 minutes deux fois par semaine. Ils ont perdu plus de gras, de poids et de pouces tout en retenant leur masse musculaire maigre que les participants du groupe qui n'ont fait que des exercices\*.

Il a été cliniquement prouvé que les personnes prenant la Boisson Frappée Life dans le cadre du Programme Shaklee 180<sup>MD</sup> perdent du poids et ne le reprennent pas\*.

- Cliniquement éprouvée pour aider à retenir la masse musculaire maigre
- Cliniquement éprouvée pour soutenir des niveaux sains de glycémie

Veuillez visiter le Programme Shaklee 180 pour de plus amples informations.

## Qui devrait prendre ce produit et pourquoi?

La Boisson Frappée Life est excellente comme repas ou collation pour adultes. Elle est conçue pour aider à former des muscles forts et des anticorps protecteurs, préserver la masse musculaire maigre, atteindre un poids plus santé et soutenir la santé cardiovasculaire, cérébrale, osseuse, immunitaire, digestive et générale.

## Puis-je donner de la Boisson Frappée Life à mes enfants?

Non. Ce produit est conçu pour les adultes de plus de 18 ans. Toutefois, les adolescents en surpoids (13 à 17 ans) peuvent la prendre dans le cadre du Programme Shaklee 180<sup>MD</sup> avec la permission et la supervision de leur professionnel de santé pour s'assurer de suivre le programme de la façon qu'il a été conçu.

## Puis-je consommer la Boisson Frappée Life comme collation?

Oui. Prenez 1 mesure de Boisson Frappée Life mélangée avec 120–175 mL (4–6 oz) de boisson de votre choix pour une collation santé pour adultes.

## Puis-je consommer la Boisson Frappée Life si je suis enceinte ou j'allaité?

Oui. La Boisson Frappée Life peut faire partie d'un régime santé pendant la grossesse ou l'allaitement, mais nous suggérons de discuter de votre routine de nutrition et de supplémentation avec votre médecin. La Boisson Frappée Life est une source de protéines santé et de fibres plus l'acide gras oméga-3 essentiel AAL (acide alpha-linolénique), des vitamines, des minéraux et de la leucine ajoutée. Consultez le Programme Shaklee 180 si vous êtes intéressée à perdre du poids après une grossesse.

## Existe-il des problèmes de santé qui excluraient ou limiteraient la consommation de la Boisson Frappée Life?

En général, les personnes sous les soins d'un médecin pour tout problème de santé chronique devraient toujours consulter leur médecin pour savoir quels aliments et suppléments consommer ou si elles désirent apporter de grands changements à leur régime. Les personnes souffrant de diabète de type 1 ou de type 2, maladie rénale ou hépatique grave ou maladie intestinale inflammatoire telle que Crohn devraient discuter de la consommation de la Boisson Frappée Life avec leur médecin.

## Puis-je consommer la Boisson Frappée Life si je suis diabétique?

Tous les diabétiques devraient être suivis par un médecin et discuter de tout programme de perte de poids avec leur médecin. Si vous souffrez de diabète de type 2, le contrôle des calories et la perte de poids sont d'importants aspects de la maîtrise de la glycémie et ont tendance à être déterminants dans la prévention des complications de santé potentielles à long terme. En remplaçant deux repas par jour avec la Boisson Frappée Life, vous pourriez atteindre vos objectifs de perte de poids. Consultez le Programme Shaklee 180 pour plus de détails. Votre médecin devrait vous évaluer à mesure que vous maigrissez pour évaluer si votre médication doit être ajustée.

## La Boisson Frappée Life est-elle kascher?

Oui.

## La Boisson Frappée Life est-elle végétalienne?

Oui.

## La Boisson Frappée Life est-elle sans gluten?

Oui.

## La Boisson Frappée Life est-elle sans lactose ni produits laitiers?

Oui.

## La Boisson Frappée Life est-elle compatible au régime cétogène?

Oui. Il est à noter que cette compatibilité ne représente pas notre appui pour le régime cétogène.

## La Boisson Frappée Life renferme-t-elle arômes, édulcorants, colorants artificiels et agents de conservation?

Non.

## La Boisson Frappée Life est-elle sans OGM?

Oui.

\*Fait partie du Programme Shaklee 180<sup>MD</sup>. Les participants de l'étude clinique ont remplacé deux repas quotidiens avec la Boisson Frappée Life et ont suivi un programme d'exercices de 45 minutes deux fois par semaine. Voir les détails des études cliniques sur la Boisson Frappée Life à [healthresource.shaklee.com](http://healthresource.shaklee.com).