

Greens

TODO LO QUE TE ENCANTA DE LOS VEGETALES EN POLVO Y MÁS.

Esforzarte por incluir más frutas y vegetales en tu alimentación no debería hacerte sentir abrumado o preocupado por las deficiencias nutricionales potenciales. Plexus Greens® es una mezcla de suplemento dietético satisfactorio y apto para niños que te ayuda a ti y a tu familia a obtener más de los fitonutrientes de origen vegetal que necesitan para prosperar.



Tu vida no es mediocre — Tu mezcla de vegetales tampoco debería serlo

Plexus Greens es todo lo que te encanta de los vegetales en polvo, además de frutas y vegetales fermentados, fibra de avena insoluble y una combinación poderosa de té verde y kombucha:

- **Frutas y vegetales fermentados** – Aumenta el impacto positivo en la salud general y el apoyo intestinal con propiedades antioxidantes y nutricionales mejoradas*.
- **Fibra de avena insoluble** – Ayuda a limpiar tu tracto digestivo y eliminar desechos para apoyar una función digestiva saludable*.
- **Té verde y kombucha poderosos** – Esta combinación única contiene antioxidantes que ayudan a proteger tus células del daño de los radicales libres causado por el estilo de vida y los factores ambientales*.

Nútrete, siéntete saludable y apoya tu intestino*.

Sabemos que quieres brindarte a ti y a tu familia la mejor salud posible. Por eso, necesitas una marca de confianza que comprenda quién eres y que pueda ayudarte a sentirte lo mejor posible. Greens es una combinación dinámica de superalimentos que tú y tu familia pueden disfrutar en cualquier lugar, en cualquier momento. Al ofrecer una combinación exclusiva de fitonutrientes e ingredientes que apoyan un intestino equilibrado, Greens simplifica el bienestar de todo el cuerpo para que tú y tu familia puedan disfrutar de más momentos juntos*.

Beneficios principales

- Potenciador de vitalidad pura y vegetal*
- Apoya un sistema inmune saludable para hacer que te sientas lo mejor posible todos los días*
- Una manera práctica y deliciosa de incluir más vegetales en tu alimentación diaria

- Apoya una buena función digestiva*
- Apoya la salud intestinal*
- Proporciona antioxidantes*
- Combina bien con otras mezclas de Plexus® para apoyar una rutina de bienestar diaria y completa
- La fermentación ayuda a mantener y mejorar la capacidad antioxidante y nutricional de las frutas y vegetales

Características principales

- Suplemento de superalimentos de vegetales
- Repleto de fitonutrientes de vegetales de color verde oscuro y frutas coloridas
- Ofrece una combinación de té verde y kombucha además de ingredientes que apoyan el intestino como fibra de avena insoluble, jengibre, frutas y vegetales fermentados*
- Una buena fuente de fibra
- Sabor delicioso a bayas de jardín (Garden Berry)
- Solo 15 calorías por porción
- Sin azúcares añadidos
- Endulzado con extracto de hojas de estevia
- Solo 6 gramos de carbohidratos por porción
- Sin gluten, sin OGM y vegano
- Sin colorantes artificiales**, saborizantes, edulcorantes ni conservantes
- Para adultos y niños de 4+ años

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de medicamentos y alimentos (FDA). Este producto no tiene la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ningún tipo de enfermedad.

¿LO SABÍAS?

- Cada color de las frutas y vegetales indica una abundancia de fitonutrientes específicos¹.
- Consumir una variedad de alimentos coloridos de origen vegetal puede ser una manera efectiva de obtener una serie de nutrientes que tu cuerpo necesita¹.
- Las pautas alimentarias de los Estados Unidos recomiendan consumir 2.5 tazas de vegetales y 2 tazas de frutas por día².
- Se estima que solo el 9% de los adultos consume la cantidad recomendada de vegetales por día³.
- Se estima que solo el 12% de los adultos consume la cantidad recomendada de frutas por día³.
- Se estima que solo el 15% de los niños consume una gran variedad de frutas y vegetales⁴.
- La fermentación de las frutas y vegetales suele aumentar su contenido nutricional⁵.
- Los nutrientes producidos por las bacterias que fermentan los alimentos ayudan a apoyar una colonia saludable del microbioma intestinal⁶.

Fuentes:

1. "Consumir una variedad de frutas y vegetales coloridos puede ayudar a los clientes del economato a obtener una gama completa de vitaminas y minerales que son necesarios". Indian eGov Newswire, 3 de abril de 2020, p. NA. Gale OneFile: News, link.gale.com/apps/doc/A619309483/STND?u=uphoenix&sid=ebSCO&xid=a0bb8be4. Accedido el 23 de julio de 2021.
2. <https://www.health.harvard.edu/blog/phytonutrients-paint-your-plate-with-the-colors-of-the-rainbow-2019042516501>
3. <https://www.cdc.gov/nccddp/dnpao/division-information/mediatools/adults-fruits-vegetables.html>
4. Hoy MK, Clemens J, Martin C, Moshfegh A. Ingesta de frutas y vegetales entre los niños según el nivel de variedad. ¿Qué comemos en Estados Unidos, NHANES 2013–2016. Curr Dev Nutr. 2020;4: 206–206. doi:10.1093/cdn/nzaa043_057.
5. Marco ML, Sanders ME, Gänzle M, Arrieta MC, Cotter PD, De Vuyst L, Hill C, Holzapfel W, Lebeer S, Merenstein D, Reid G. Declaración de consenso de la Asociación Científica Internacional para Probióticos y prebióticos (ISAPP, por sus siglas en inglés) sobre los alimentos fermentados. Nature Reviews Gastroenterology & Hepatology. Marzo de 2021;18(3):196–208.
6. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7925329/>

Preguntas frecuentes

¿Qué distingue a Plexus Greens®?

La popularidad de los vegetales en polvo sigue aumentando, pero algunos productos del mercado perjudican sus ingredientes beneficiosos con azúcares innecesarios y un exceso de calorías. Plexus Greens aumenta sus beneficios con ingredientes que apoyan la salud intestinal como frutas y vegetales fermentados y fibra de avena insoluble, además de una potente combinación de té verde y kombucha para ayudar a promover un intestino equilibrado y un bienestar óptimo para tu familia. Greens pone en primer lugar las necesidades de todo el cuerpo de tu familia con una combinación de fitonutrientes de vegetales de color verde oscuro y frutas coloridas, 3 gramos de fibra dietética, sin azúcar añadida y solo 15 calorías por porción*.

¿Podré sentir una diferencia después de beber Greens?

Los estudios sugieren que las personas con ingestas regulares y mayores de frutas y vegetales se sienten mejor, tanto mental como emocionalmente, y no sienten el decaimiento posterior al consumo de azúcar de los típicos jugos de frutas y vegetales que están repletos de azúcares añadidos. ¡Refréscate y nútrete diariamente con los fitonutrientes de frutas y vegetales de Greens*!

¿Greens reemplaza mis porciones diarias de frutas y vegetales?

Greens no reemplaza el consumo de frutas y vegetales enteros, sino que es una manera práctica y deliciosa de obtener más fitonutrientes de vegetales de color verde oscuro y frutas coloridas en tu alimentación. Solo 1 de cada 10 adultos estadounidenses consumen las porciones mínimas diarias recomendadas de frutas y vegetales, ¡y Greens es un impulso delicioso y beneficioso!

¿Greens es seguro para la familia?

¡Sí! Greens es seguro para compartir con la familia. Los niños de 4 años en adelante pueden beber una porción al día.

¿Puedo usar Greens junto con otros productos y con otras mezclas para bebida de suplementos de Plexus®?

¡Sí! Greens complementa cualquier producto de Plexus y se adapta fácilmente a tu rutina de bienestar—ya sea que estés apoyando tu salud intestinal, control de peso o un estilo de vida activo*. El sabor refrescante a bayas de jardín es delicioso por sí solo o combinado con otras mezclas para bebida de Plexus como Hydrate, Active, Slim o incluso añadido a tu batido de Lean.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de medicamentos y alimentos (FDA). Este producto no tiene la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ningún tipo de enfermedad.

plexus

Preguntas frecuentes

¿Hay un límite en la cantidad de porciones de Greens que puedo tomar al día?

Los niños de 4 a 18 años no deberían excederse de una porción por día. Los adultos pueden disfrutar de Plexus Greens según sea necesario.

¿Es seguro tomar Greens durante el embarazo o la lactancia?

Si estás embarazada o eres una madre lactante, debes consultar con tu médico antes de usarlo.

¿Greens no contiene gluten ni OGM y es vegano?

¡Sí! Greens no contiene gluten ni OGM y es vegano.

¿Greens contiene cafeína?

Greens no contiene cafeína.



GLOSARIO DE INGREDIENTES

Greens

INSTRUCCIONES: Mezcla 1 cucharada con 16 oz (475 mL) de agua fría o bebida a elección.

Información del suplemento		
Tamaño de la porción 1 cucharada (aprox. 7 g ^o)		
Porciones por envase 30		
	Cantidad por porción	% VD
Calorías	15	
Carbohidratos totales	6 g	2% [‡]
Fibra dietética	3 g	11%
Fibra insoluble	3 g	
Azúcares totales	menos de 1 g	†
Incluye 0 g de azúcares añadidos		0% [‡]
Proteína	menos de 1 g	
Vitamina C (ácido ascórbico)	7 mg	8%
Sodio	10 mg	<1%
Potasio	40 mg	<1%
Fibra de avena	3 g	†
Combinación de vegetales	1 g	†
Hojas de col rizada orgánica, tallo y flor de brócoli orgánico, raíz de zanahoria orgánica, hojas de espinaca orgánica, remolacha orgánica, hojas de repollo verde orgánico, hojas de perejil orgánico		
Combinación de frutas y vegetales fermentados	500 mg	†
Manzana orgánica, arándanos orgánicos, raíz de zanahoria orgánica, arándanos rojos orgánicos, tallo y flor de brócoli orgánico, hojas de col orgánica, hojas de perejil orgánico, hojas de espinaca orgánica		
Rizoma de jengibre fermentado orgánico en polvo	250 mg	†
Combinación de té de kombucha	250 mg	†
Vinagre de sidra de manzana, rizoma de jengibre en polvo, kombucha en polvo, extracto de hojas de té verde		
Planta entera de espirulina en polvo	15 mg	†
†Los valores del porcentaje diario se basan en una dieta de 2,000 calorías.		
‡Valor Diario (VD) no establecido.		

Otros ingredientes: Saborizantes naturales, ácido cítrico, extracto de espirulina (colorante), cúrcuma (colorante) y estevia.

Sin gluten, sin OGM y vegano
Sin colorantes artificiales**, saborizantes, edulcorantes ni conservantes

NOTA: No exceder una porción por día por niño entre 4 y 18 años de edad. Al igual que con cualquier suplemento dietético, consulta con tu médico antes de usarlo durante el embarazo, la lactancia o si tienes o sospechas de una enfermedad o tomas medicación. No usar si el sello de seguridad interno debajo de la tapa está roto o no se encuentra. **Mantener fuera del alcance de los niños. Usar solo según las instrucciones.** Guardar en un lugar fresco y seco.

^o7 gramos por cucharada es un promedio. La técnica de cucharadas individuales puede proporcionar un poco más o un poco menos de 7 gramos. Este producto es llenado por peso, no por volumen. Parte del contenido puede asentarse durante el transporte y esto no se puede evitar.

**Color agregado de fuentes naturales.

*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de medicamentos y alimentos (FDA). Este producto no tiene la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ningún tipo de enfermedad.

Greens

Vinagre de sidra de manzana: El vinagre de sidra de manzana contiene ácido acético y varios componentes bioactivos, incluyendo polifenoles y antioxidantes. Los vinagres se han usado como remedios tradicionales en muchas culturas, y cuando se consumen regularmente, se informó que proporcionan beneficios positivos para la salud, como el apoyo a la digestión*.

Raíz de remolacha (*Beta vulgaris*): La remolacha es un vegetal de raíz púrpura o rojo. La raíz de remolacha es una fuente natural de nitratos, que pueden ser beneficiosos ya que el cuerpo puede convertirlos en óxido nítrico. El óxido nítrico desempeña un rol al mantener la salud cardiovascular*.

Arándano (*Vaccinium spp.*): Una fruta azul que contiene pigmentos de antocianina. Las antocianinas transmiten colores rojos, azules y púrpuras a las frutas y a algunos vegetales y tienen propiedades antioxidantes. Las fuentes dietéticas de antocianinas, como las bayas, se asocian con la salud cardiovascular*.

Raíz de zanahoria (*Daucus carota*): La raíz de zanahoria es naturalmente rica en una selección impresionante de fitoquímicos bioactivos, incluyendo carotenoides, antocianinas y otros compuestos fenólicos que tienen propiedades antioxidantes y otros beneficios para la salud*.

Frutas y vegetales fermentados: La fermentación ayuda a mantener y mejorar la capacidad antioxidante y nutricional de las frutas y los vegetales. Los alimentos fermentados influyen en el bienestar humano gracias a una serie de propiedades, incluyendo hacer que la comida se digiera con más facilidad — apoyando la salud intestinal y la asimilación de nutrientes*.

Rizoma de jengibre en polvo (*Zingiber officinale*): El jengibre se ha utilizado ampliamente en remedios caseros/ tradicionales chinos, ayurvédicos y unanés desde la antigüedad. El jengibre se usa comúnmente para ayudar a calmar las molestias leves de estómago y se ha relacionado con otros beneficios para la salud*.

Hoja de col verde (*Brassica oleracea l. var. capitata*): La col es un vegetal crucífero de la misma familia del col, brocoli, coliflor y coles de Bruselas. Los vegetales crucíferos contienen antioxidantes de fitonutrientes llamados glucosinolatos, que se convierten a su forma bioactiva, isotiocianatos.

Col (*Brassica oleracea var. acephala*): El col es un vegetal crucífero popular en las ensaladas, cocido o salteado u horneado como “chips.” Los vegetales crucíferos contienen antioxidantes de fitonutrientes llamados glucosinolatos, que se convierten a su forma bioactiva, isotiocianatos.

Kombucha en polvo: La kombucha es una bebida fermentada tradicionalmente obtenida mediante la fermentación del té azucarado con bacterias simbióticas y flora osmofílica. La documentación sugiere que los beneficios de la kombucha que promueven la salud se derivan de los productos de la fermentación, incluyendo el ácido glucurónico, el ácido acético y los antioxidantes polifenoles*.

Fibra de avena: La fibra de avena es una fuente de fibra dietética que ayuda a apoyar y mantener un sistema digestivo saludable*.

Hoja de perejil (*Petroselinum crispum*): El perejil contiene compuestos polifenoles, incluyendo luteolina, apigenina, crisina y baicaleína. Estos compuestos antioxidantes se asocian con múltiples beneficios para la salud*.

Espinaca (*Spinacia oleracea*): Además de su excepcional contenido de micronutrientes, la espinaca contiene carotenoides y polifenoles antioxidantes, que proporcionan beneficios adicionales para la salud*.

Vitamina C (ácido ascórbico): La vitamina C es una vitamina hidrosoluble esencial que ayuda con una variedad de funciones en el cuerpo. Greens proporciona vitamina C para ayudar a apoyar un sistema inmune saludable para que así te sientas lo mejor posible todos los días. La vitamina C también proporciona antioxidantes, apoya la síntesis de colágeno y contribuye a la reducción del cansancio y la fatiga*.



*Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de medicamentos y alimentos (FDA). Este producto no tiene la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ningún tipo de enfermedad.

plexus