



**META-SWITCH™**  
WEIGHT MANAGEMENT SYSTEM



### Propósito

Las Barras de fibra y proteína Be Manzana-Canela de Meta-Switch™ son una excelente fuente de fibra y promueven la salud digestiva. La Barra Be se ha formulado no sólo con fibra soluble, sino también insoluble, proporcionando beneficios que se sabe ayudan a promover una buena salud. \* La fibra insoluble ayuda a mantener la regularidad y salud digestiva, mientras que la fibra soluble ayuda a tener niveles saludables de azúcar en la sangre y el colesterol, ralentiza la digestión, y proporciona sensación de “llenura” para ayudar en el control de la dieta y el control de peso.

### Descripción general

#### Necesidad de fibra y beneficios de la proteína:

La fibra y la proteína en Barras Be, puede ayudar al cuerpo a sentirse satisfecho o disminuir el hambre. La fibra y la proteína en Barras Be, proporciona alivio cuando el cuerpo comienza a experimentar hambre y deseos de antojos, además de ayudar con el control de peso.

Los sabrosos ingredientes y las proteínas vegetales (bajo en grasa) pueden ayudar a calmar los antojos y controlar el hambre. La fibra se expande en el estómago, satisfaciéndolo, y puede crear una sensación de llenura. Esta sensación puede ayudar a disminuir el hambre. Además, la fibra puede ayudar a:

- Apoyar y promover la regularidad y la salud digestiva.
- Apoyar y promover niveles saludables de azúcar en la sangre. \*
- Apoyar y promover niveles saludables de colesterol.
- Apoyar y promover el metabolismo del cuerpo.

Se cree que la fibra contribuye a la buena salud, ya que es una de las maneras efectivas de mantener el corazón, el hígado y el sistema digestivo limpios, sanos y funcionando de manera óptima. La proteína de origen vegetal ayuda a suministrar combustible como una de las fuentes de energía del cuerpo.

#### Fibra Soluble e Insoluble

Hay dos tipos de fibra. Ambas son importantes para nuestra salud y bienestar.

**La fibra soluble es como una esponja.** Absorbe el agua y ayuda a atrapar las grasas, los azúcares y el colesterol. La fibra soluble también ralentiza la velocidad de la digestión de los alimentos consumidos.

**La fibra insoluble actúa como una escoba.** En lugar de absorber líquidos y componentes de alimentos, se mueve rápidamente a través de su sistema digestivo y ayuda a limpiar los intestinos. Ayuda a prevenir el estreñimiento ocasional, ayuda a mover los alimentos y acelera la eliminación de toxinas.

#### Be es fibra óptima \*

La Barra Be de Max es una alternativa de snack que incorpora fibra soluble e insoluble. Estas fibras son conocidas porque ayudan a frenar los antojos y pueden ayudar en el manejo del hambre. La proporción de la Barra Be Manzana-Canela es de 13 gramos de fibra a 10 gramos de proteína en 160 calorías por barra, ayuda a disminuir el hambre y frenar los antojos. La Barra Be es una sabrosa y saludable opción para reemplazar bocadillos altos en grasa, sodio y calorías. \*

Aunque Be se puede comer por sí solo, está diseñado para ser una parte integral del sistema de control de peso Meta-Switch™ de Max, un plan para la vida™.

Comer Barras Be como una alternativa de bocadillos y tomar las cápsulas Switch™ 30 minutos antes de cada comida ayuda a mantener un metabolismo saludable, mientras que proporciona sensación de llenura y ayuda a controlar el hambre.

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Comida y Drogas de los Estados Unidos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

## Información Nutricional

8 porciones por contenedor

Tamaño de la porción: 1 bar (50g)

Cantidad por porción  
**Calorías 160**

%Valor diario\*

<b>Grasa Total</b>	4.5g	<b>6%</b>
Grasa saturada	1g	<b>5%</b>
Grasas trans	0g	
Grasa poli-insaturada	2.5g	
Grasa monosaturada	0.5g	
<b>Colesterol</b>	0mg	<b>0%</b>
<b>Sódico</b>	10mg	<b>0%</b>
<b>Carbohidratos Total</b>	28g	<b>10%</b>
Fibra Dietética	13g	<b>46%</b>
Fibra soluble	6.5g	
Fibra insoluble	6g	
<b>Azúcares Total</b>	10g	
Incluye 4.5g Azúcares añadidos		<b>9%</b>
<b>Proteína</b>	10g	<b>20%</b>
Vitamina D	0 mcg	0%
Calcio	52mg	4%
Hierro	2mg	8%
Potasio	88mg	2%

\* El % de valor diario (DV) le dice cuánto contribuye un nutriente en una porción de alimentos a una dieta diaria. 2,000 calorías por día se usan para un consejo general de nutrición.

\* Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



META-SWITCH™  
WEIGHT MANAGEMENT SYSTEM

## Beneficios del producto

- La Barra Be Vegana es una deliciosa merienda creada de la manera que debería ser - con fibra soluble e insoluble, proteína vegetal e ingredientes de alta calidad.
- La Barra Be Manzana-Canela proporciona 13 gramos de fibra y 10 gramos de proteína vegetal en 160 calorías por barra.
- Utiliza MoistureLok®, un ingrediente totalmente natural hecho de pectina y zumo de frutas utilizado para conservar los alimentos, manteniendo los alimentos más frescos y más duraderos. \*
- Bajo en sodio y grasa para ayudar a promover el control de peso saludable.
- Libre de gluten, soja, lácteos y cacahuets.
- Certificado Halal y Kosher.

## Ingredientes:

Proteína Pea Cirsip (concentrado de proteína de guisante, harina de arroz integral (harina de arroz y salvado de arroz)), fibra de raíz de achicoria, jarabe de tapioca, salvado de maíz, proteína de arroz integral, semillas de girasol, chía, manzana, pasta de dátiles, agua, MoistureLok (concentrado de jugo de uva, dextrina de arroz), canela, aceite de coco, sabor natural, pectina. Contiene: coco.

Producido en una fábrica que procesa huevo, puede contener vestigios de huevo.

**Sin gluten, sin soja, sin productos lácteos, libre de maní**

**Bajo en sodio**

**amigable con Veganos**

**No sabores artificiales**

**No Edulcorantes Artificiales**

**Certificado Halal y Kosher**

## Preguntas Frecuentes

### ¿Cuántas Barras puedo comer en un día?

Coma de una a dos Barras Be Meta ~ Switch™ de fibra y proteína como su merienda de la mañana o de la tarde para ayudar a controlar su hambre entre las comidas.

### ¿Ya tomo suplementos de fibra, debo comer Barras Be?

Aunque que las Barras Be Meta ~ Switch™ de fibra y proteína pueden consumirse con otros suplementos de fibra, le recomendamos que investigue la cantidad de fibra soluble e insoluble contenida en estos otros suplementos.

La Barra Be está diseñada para brindar una proporción equilibrada de fibra insoluble a soluble. Si esos otros productos son solamente fibra soluble o insoluble, entonces su balance de la fibra será sesgado.

Utilice las Barras Be como su fuente primaria de fibra aparte de los alimentos que come y use cantidades más bajas de otros suplementos para mantener su ingesta de fibra en equilibrio.

### ¿Qué pasa si tengo alergias a los alimentos, La Barra Be es segura para mí?

Todas las Barras Be son sin gluten, libres de lácteos, libre de soja y libres de cacahuete.

La Barra Be también está libre de edulcorantes artificiales. Debido a que las Barras Be se fabrican en una instalación que maneja productos de huevo, pueden contener vestigios de huevo.

### ¿Meta-Switch funciona con otros programas de pérdida de peso?

Meta-Switch está diseñado para ser lo suficientemente flexible como para trabajar con cualquier programa de control de peso.

### ¿Puedo tomar solamente el suplemento Switch para el programa?

#### ¿Necesito comer la Barra Be de fibra y proteína?

La Barra Be y Switch están diseñados para trabajar juntos con el fin de ayudar a su metabolismo y promover el control de peso saludable. La Barra Be desempeña un papel esencial en el sistema Meta-Switch, incluyendo disminuir el hambre, proporcionando ingredientes saludables y opciones sabrosas que pueden ayudar a combatir los antojos, promover la salud digestiva, aumentar la energía, proporcionándole un suplemento de fibra. \*

### ¿Puedo perder todo el peso que quiero sólo tomando los productos Meta-Switch?

Aunque tomar las cápsulas Switch y la Barra Be se sabe que ayuda a su cuerpo en el mantenimiento de un metabolismo saludable, los sistemas más eficaces para el control del peso incluyen control de porciones, una dieta saludable y ejercicio regular. Para apoyar sus esfuerzos y éxito, Max creó un **Plan para la vida™**. \*

**Un plan para la vida**, es un enfoque sano, holístico y guía para ayudar a mantener un peso saludable. Consiste en:

- Productos Meta-Switch de Max
- Guía Flexible Alimentaria
- Guía Flex Fitness.

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Comida y Drogas de los Estados Unidos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

\* Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



**FIBER & PROTEIN BAR  
MANZANA CANELA**

**La Barra Be pesa contra la competencia**

Las Barras Be Meta ~ Switch™ de fibra y proteína están formuladas para que usted se sienta y este lo mejor que pueda. La Barra Be es el equilibrio perfecto entre los mejores ingredientes de la naturaleza: deliciosamente saborizado y lo suficientemente conveniente para ayudar a mantener un peso saludable. \*

Las Barras Be proporcionan nutrientes saludables y deliciosos sabores con ingredientes de calidad que usted desea y libre Formulado con una combinación única de fibra soluble e insoluble, proteínas e ingredientes más saludables, las Barras Be tienen todas las cosas buenas que el cuerpo necesita para ayudar a alcanzar el éxito y ninguna de las cosas malas para no alcanzarlo.

Las Barras Be están libres de edulcorantes artificiales, gluten, soja, cacahuete y productos lácteos, y son bajos en sodio. Cada deliciosa barra Be Meta ~ Switch™ de fibra y proteína ayuda a fomentar un estilo de vida saludable para que pueda sentirse mejor. Elija la Barra Be. Es la única opción para usted.

Ser más feliz, más saludable.

\* Ser equilibrado para toda la vida

	Be Bar	Nutra-Cookie Raisin	Isagenix Fiber Snacks	Galletas Herbalife n'cream
Calorías	160	150	150	200
Calorías de Grasa	10	45	60	45
Gramos de Grasa	4.5g	5g	6g	5g
Sodio	10mg	140mg	95mg	330mg
Carbohidratos	28g	20g	19g	28g
<b>Fibra Total</b>	<b>13g</b>	<b>5g</b>	<b>6g</b>	<b>5g</b>
Fibra Soluble	6.5g			
Fibra Insoluble	6g		2g	
<b>Proteína</b>	<b>10g</b>	<b>9g</b>	<b>6g</b>	<b>0g</b>
Azúcares	10g	13g	6g	11g

	Kashi - GoLean Crisp Canela Crumble	Jenny Craig Anytime Bar	FiberOne Chewy Bares	Atkins Chocolate Barra de Fibra	de Aveo Met-amucil
Calorías	190	110	140	130	45
Calorías de grasa	35		35	45	
Grasa	4g	4g	4g	5g	
Sódico	130mg	115mg	90mg	110mg	5g
Carbohidratos	34g	12g	29g	24g	12g
<b>Fibra Total</b>	<b>9g</b>	<b>4g</b>	<b>9mg</b>	<b>10g</b>	<b>3g</b>
Fibra Soluble	5g				2g
Fibra Insoluble	4g				1g
Proteína	11g	8g	6g	6g	0g
Azúcares	10g	7g	10g	1g	

**Sin gluten • Sin productos lácteos • Sin conservantes • Sin edulcorantes artificiales • bajo en Sodio**

\* Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Drogas y Alimentos de los Estados Unidos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.