

## Fresh Drink Bullet Day®

### 1. Introdução

O Bullet Day® tem inúmeros benefícios à saúde, sendo eles: na melhoria da fadiga muscular, raciocínio e foco, fornecimento de energia, diminuição do risco de doenças cardiovasculares e aterosclerose; por ter em sua composição gorduras boas e fibras, é anti-inflamatório, auxilia na melhora da imunidade e auxilia também no controle do apetite e saciedade.

O Bullet Day® é uma opção para ser acrescentada quando associada à prática de atividade física e possui um efeito imediato. Pode ser inserido no café da manhã, em intervalos entre as refeições principais, e como pré-treino.

O Bullet Day® é solúvel e de fácil preparação, pode-se utilizar nas formas mais comuns como: misturar com água, leite, iogurtes, sopas, vitaminas, shakes, etc., pois já contém todos os ingredientes nas quantidades ideais para ser utilizado diariamente, é apresentado no sabor Baunilha.

### 2. Propriedades

Bullet Day® é um produto composto com ingredientes de origem vegetal, tais como: Mate Torrado, Óleo de Abacate, Cacau e TCM (ácidos graxos de cadeia média) de coco. Os ácidos graxos de cadeia média são facilmente absorvidos, sem a necessidade de enzimas biliares ou pancreáticas, e transformados em energia no fígado, o que os torna uma fonte de energia rápida e uma boa fonte de calorias em casos de problemas de má absorção por doenças, como insuficiência pancreática ou biliar.

Mate Torrado - Diminui o quociente respiratório, indicando maior oxidação de gordura e aumenta o gasto energético.

Óleo de Abacate – destaca-se o  $\beta$ -sitosterol, apresenta propriedades anti-inflamatórias e antimicrobianas, com capacidade de exercer efeitos benéficos sobre a imunidade. Na dieta, auxilia a reduzir a absorção de colesterol no intestino delgado através de mecanismos de competição.

Cacau –reduz a pressão arterial, antioxidantes, anti-inflamatórios e hipolipidêmicos, além de redução da hiperglicemia, resistência à insulina e diabetes

TCM de Coco – ácidos graxos de cadeia média de Coco fonte de energia rápida, efeitos antioxidantes, auxilia na redução da peroxidação lipídica e aumento da atividade anti-inflamatória.

### 3. Indicações

Indicado para ação termogênica e pré-treino, abaixam os níveis de citocinas inflamatórias, aumentam diretamente o gasto calórico e ainda melhoram o rendimento dos treinos, é

indicado tomar esse produto pela manhã e tarde sendo preferencialmente uma dose antes do treino. Por conter cafeína não é aconselhado tomar a noite.

#### 4. Vantagens e benefícios

- ✓ Ativação da termogênese.
- ✓ Ação anti-inflamatória.
- ✓ Efeitos antioxidantes.
- ✓ Efeitos anti-carcinogênicos.
- ✓ Redução de riscos de doenças crônicas, como doenças cardiovasculares, pulmonares, quando associado à prática de atividade física e alimentação saudável.
- ✓ Propicia a redução da Diabetes.
- ✓ Fonte de energia.
- ✓ Estimulante do sistema nervoso.
- ✓ Auxilia na redução do Colesterol.
- ✓ Colabora para a redução da gordura abdominal.

#### 5. Composição e informações nutricionais

Mate Torrado, Óleo de Abacate, Cacau e TCM de coco (Triglicerídeos de cadeia Média), com sabor de baunilha.

**NÃO CONTÉM GLÚTEN, AÇÚCAR, LACTOSE, CORANTES ARTIFICIAIS E NÃO TRANSGÊNICO.**

→ **PRODUTO VEGANO.**

Porção de 30g		
Quantidade por porção		%VD (*)
Valor Energético	116,1 kcal = 476,4,6Kj	6
Carboidratos	24,3 g	8
Proteínas	0,18 g	0
Gorduras totais	1,0 g	2
Gorduras saturadas	0,3 g	1
Gorduras Trans	0,0 g	0
Fibras alimentares	0,6 g	**2
Sódio	13,5g	1
Ferro	0,2 g	1
Cálcio	10,5 g	1

(\*\*) Seus Valores diários podem ser maiores ou menores, dependendo de suas necessidades.

(\*) % Valores Diários de referência com base em uma dieta de 2.000 kcal ou 8.400 kJ. Seus valores diários podem ser maiores ou menores dependendo de suas necessidades energéticas.

## 6. Modo de preparo

Adicionar 30,0 g do pó em 200 mL de água.

Misturar até que todo o pó esteja completamente dissolvido.

Pode ser consumido quente e/ou gelado.

## 7. Contraindicações

Gestantes, idosos e crianças devem efetuar o consumo através do acompanhamento de um profissional da saúde.

Não pode ser utilizado para pacientes que possuam alergia a algum dos componentes da fórmula.

Bullet Day® deve ser consumido nos intervalos das refeições para evitar interações com os nutrientes das principais refeições.

Deve ser evitado o consumo no período noturno para não comprometer a qualidade do sono.

## 8. Referências Bibliográficas

Material do fabricante.

Revisão 00 – Data 27/02/2020.