

THE WOW 
FACT®

**BIENVENIDO
A NUESTRO PROGRAMA
DE DESINTOXICACIÓN
DE UN DÍA**

A close-up photograph of a person's face, with their eyes covered by two slices of lemon. The person has dark hair and is wearing a white t-shirt. The background is a plain, light-colored wall. The overall tone is bright and fresh, with the yellow of the lemons and the white of the shirt contrasting against the person's skin and hair.

ESTE PROGRAMA ESTÁ DISEÑADO PARA AYUDARTE A HACER LO SIGUIENTE:

Perder algunos kilos y darle un respiro a tu cuerpo del exceso de alimentos procesados, grasas, azúcar y sal.

Incrementar tu consumo de vitaminas y minerales.

Incrementar tu energía.

Darle a tu cuerpo un respiro depurándolo.



TIPS ANTES DE COMENZAR

- ✔ Cuida mucho el día que comienzas, empieza un día que no se aproxime a alguna celebración o viaje, con el fin de tener la mejor oportunidad de un resultado exitoso.
- ✔ ¡Prepara todo antes de comenzar! Reúne tus jugos y botella de agua.
- ✔ Para aprovechar al máximo el programa, mantente hidratado durante el día y evita el consumo de alcohol o cafeína en exceso. Tomate un té de hierbas o incluso jugos adicionales, si deseas.
- ✔ El ejercicio debe de ser suave a moderado durante el programa. ¡Si te da hambre, está bien! Los mejores alimentos que recomendamos son crudos, frutas y verduras, la mitad de un aguacate, también una papa al horno o sopas a base de caldo.
- ✔ Este es un programa para promover la salud óptima. Si tienes una condición de salud de cualquier tipo, embarazos, amamantando, consulta a tu médico primero para asegurarte de que el Detox de The Wow Fact sea el adecuado para ti.
- ✔ Posteriormente al terminar el programa, evita consumir todo tipo de alimentos industrializados y consume una dieta rica en frutas, verduras, cereales integrales, productos de origen animal bajos en grasas, como pescado, pollo y carne magra, así como grasas saludables como las nueces y almendras.

¿POR QUÉ HACER ESTE CLEANSE?
PORQUE ES UNA MANERA SALUDABLE
DE DESINTOXICAR, LIMPIAR Y ACELERAR
TU METABOLISMO.



HORARIO

01. **08:00 am**

Limónada **300 ml**

SKINNY LEMON

Ingredientes: limón + coque
+ jengibre + agua de manantial.

02. **09:30 r 10:00 am**

Jugo **300 ml**

POWER BEET

Ingredientes: betabel + manzana
+ piña + naranja.

03. **10:30 am**

Refresco **70 ml**

IMMUNE BOOST

Ingredientes: jengibre + limón
+ coque.

04. **11:30 am**

Jugo **300 ml**

GREENTOX

Ingredientes: manzana + pepino + kale
+ espinaca + limón + espinaca + jengibre.

05. **01:00 pm**

Jugo **300 ml**

CARROT GOLD

Ingredientes: zanahoria + piña + naranja
+ limón + cúrcuma.

06. **03:00 pm**

Jugo **300 ml**

GREAT FRUIT

Ingredientes: toronja + menta.

07. **05:00 pm**

Jugo **300 ml**

GREENTOX

Ingredientes: manzana + pepino + kale
+ espinaca + limón + espinaca + jengibre.

08. **06:30 pm**

Refresco **70 ml**

GINGER AID

Ingredientes: manzana + jengibre
+ cúrcuma.

09. **08:00 pm**

Jugo **300 ml**

GREEN TONIC

Ingredientes: kale + limón + pepino
+ manzana + aplo + piña + lechuga
romana + jengibre.



01. SKINNY LEMON

INGREDIENTES

Cajón + limón + jengibre + agua de mar salada.

BENEFICIOS

Cajón ayuda a bajar de peso, contiene propiedades antiinflamatorias, ayuda a la digestión y es un gran desinfectante.

Jengibre mejora la digestión, antiinflamatorio natural, ayuda al metabolismo.

Limón, grande diurético, gran digestivo, fuente de energía, mejora estado de ánimo.



02. POWER BEET

INGREDIENTES

Betabel + papa + manzana + naranja.

BENEFICIOS

Betabel ayuda a mantener niveles de azúcar bajos, ayuda a la detoxificación de tu cuerpo, mejora el flujo sanguíneo.

Papa: gran diurético, combate antiinflamatorio, reduce inflamación intestinal.

Manzana: regula el tránsito, la peristalsis y los antiácidos que ayudan a mantener en la piel ayuda a la eliminación de toxinas.

Naranja: combate el colesterol y contiene un gran aporte de fibra.



03. IMMUNE BOOST

WELLNESS SHOT

¿EN QUÉ AYUDA ESTE SHOT?

Es una combinación de cítricos y jengibre que por su efecto del sistema inmunológico y optimiza la detoxificación.

Además al combinar jengibre, limón y cayena ayudan a combatir enfermedades como gripa, por una gran fuente de energía para tu cuerpo, tiene propiedades antiinflamatorias de tal manera que ayudan a nuestra digestión.



04. GREENTOX

INGREDIENTES

Morcotea + papaya + kiwi + espinaca + limón

+ espinaca + jengibre.

BENEFICIOS

La espinaca es un suplemento dietético ideal antiinflamatorio, combate gripas y su sabor "dulce" concentrado, a que es fácil de digerir y a que contiene antioxidantes como el beta caroteno, que es bueno para la salud de los ojos y la visión.

Es todo en granos naturales y es especialmente eficaz en casos de anemia, síndrome alérgico y apendicitis. Ayuda a recuperar la forma física, la energía y la vitalidad y a disminuir el colesterol.



05. CARROT GOLD

INGREDIENTES

Zanahoria + naranja + papa + limón + cúrcuma.

La zanahoria es una planta prodigiosa que se comporta como un bálsamo general sobre nuestra salud, tiene virtudes antiinflamatorias, antioxidantes, calmantes, digestivas y desinfectantes.

Es una planta digestiva, ayuda a digerir bien los alimentos y mejora y estimula la producción de bilis por lo que favorece la metabolización de los grasos.



06. GREAT FRUIT

INGREDIENTES

Taraxaco + menta.

¿POR QUÉ ESTE JAGO AYUDA A TU METABOLISMO?

La taraxaco facilita el proceso de digestión, además ayuda la hidratación gracias a su alto porcentaje de agua y fibra, promueve metabólicamente desde los grasos de nuestro organismo con los transformados y reduce necesidades energéticas.



07. GINGER AID

WELLNESS SHOT

¿EN QUÉ AYUDA ESTE SHOT?

Combate propiedades antioxidantes y ayuda a la detoxificación.

El jengibre nos ayuda a mejorar el metabolismo. Es un complemento ideal para bajar peso.



08. GREEN TONIC

INGREDIENTES

Kiwi + limón + papaya + manzana + agua + papa + berroque + naranja + jengibre.

¡Cíerrete día de descanso con nuestro JAGO GREEN TONIC!

¿POR QUÉ ES LA MEJOR MANERA DE CERRAR CON BRUJAS DE DIO TU DETOX?

Brucas a sus ingredientes, este JAGO simplifica la digestión, es un gran antioxidante, gracias a su gran contenido de vitamina C se activa el sistema inmunológico por lo que ayuda a la hidratación y al metabolismo.

Además, gracias a su gran contenido de potasio, combate la retención de líquidos y elimina toxinas.

Pide tu Detox por *Rappi*

<https://www.rappi.com.mx/>

Comparte una foto con tu Detox,
usando el hashtag #TWFDetox



@the.wowfact



@twowfact

**GET YOUR
FACTS STRAIGHT**