



¿QUÉ BENEFICIOS TIENEN LOS POSTRES DE SUGAR FIT?

El mayor beneficio será gozar de tu postre o antojo favorito en una versión sana y deliciosa, sabiendo que cuidamos todos y cada uno de los ingredientes que lo componen.

¿LOS PRODUCTOS DE SUGAR FIT SON VEGANOS?

Sí, todos nuestros productos son veganos ya que ninguno contiene lácteos ni huevo excepto los productos keto.

¿CÓMO SE CONSERVAN MEJOR?

En el caso de los cheesecakes al no tener conservadores deben de conservarse en el congelador, en el caso del pastel keto y la línea de los healthy snacks deben de conservarse en el refrigerador.

¿CÓMO SE DEBEN DE COMER LOS CHEESECAKES DE SUGAR FIT?

Es importante comerlos bien descongelados, aproximadamente sacarlos del congelador unos 90 minutos antes para comerlos, el cheesecake tiene que tener una consistencia suave.

¿CON QUÉ ENDULZAN LOS POSTRES SUGAR FIT?

Todos nuestros postres están endulzados con una mezcla de stevia y fruto del monje. Es un endulzante libre de calorías, el cual no aumenta el azúcar en la sangre.

¿QUÉ TIPO DE HARINAS USAN PARA LAS CREACIONES SUGAR FIT?

Utilizamos harina de avena, almendra, coco, dependiendo el producto que se requiera.

¿POR QUÉ LOS POSTRES DE SUGAR FIT SON LIBRES DE CULPA?

Porque todos y cada uno de los ingredientes que utilizamos para hacer nuestras creaciones son naturales y de la más alta calidad. Hemos hecho todo lo posible para que nuestros productos cumplan con varios requisitos al mismo tiempo como libres de azúcar, libres de lácteos, libres de gluten y bajos en carbohidratos.

¿ME PUEDO COMER MUCHAS PORCIONES DE MI POSTRE FAVORITO DE SUGAR FIT SIN SUBIR DE PESO?

Al ser un producto sano no significa que te puedas comer todo lo que quieras, ya que al ser base de nueces cuenta con un alto contenido energético de grasas buenas. Sin embargo, con una porción pequeña quedarás satisfecho. Lo mejor de todo es que tu cuerpo podrá beneficiarse y nutrirse de los ingredientes que componen cada producto, repleto de nutrientes y beneficios.

¿QUÉ ES LA DIETA KETO?

Es una dieta que se basa en adquirir la energía que requiere nuestro cuerpo a través de las grasas o cetonas. Para lograr esto, debemos consumir muy pocos carbohidratos para que el cuerpo utilice las grasas como fuente de energía principal.

Por esto mismo las personas en cetosis deben consumir aproximadamente 70% de grasas (idealmente grasas buenas o nutritivas), 20% de proteínas (idealmente de buena calidad) y 10% máximo de carbohidratos totales.

Si quieres saber más, te recomendamos acudir con un especialista en nutrición, ya que esto que mencionamos arriba es muy genérico y varía mucho para cada persona.

¿QUÉ BENEFICIOS OBTENGO DE LA DIETA KETO?

La dieta cetogénica es muy baja en carbohidratos y más alta en grasa

Lejos de ser peligrosa, está estableciéndose como una poderosa arma contra la obesidad, diabetes, enfermedades cardiovasculares y neurodegenerativas

Algunos de los beneficios principales podrían ser:

- Control del apetito
- Mayor pérdida de peso
- Mayor pérdida de grasa, y menos grasa visceral
- Menos riesgo de enfermedades cardiovasculares
- Mejora de la sensibilidad a la insulina y reversión de la diabetes
- Mejora de enfermedades mentales

Si quieres saber más te recomendamos consultarlo con un especialista en nutrición, lo que mencionamos arriba sólo son guías.

¿CUÁNTO TARDAN LOS ENVÍOS?

En la Ciudad de México tardan 24 hrs