

# E l i è t t e

“Durante más de 25 años me sentí muy frustrada por tener sobrepeso y de que a pesar de todos mis esfuerzos para perder peso, éste seguía aumentando”, cuenta Eliëtte de su difícil situación aparentemente desesperada. El estar insatisfecha con su imagen corporal la llevó a tener sentimientos de inferioridad. “La mayor parte del tiempo me sentía muy insegura. Mi autoestima y la confianza en mí misma eran bajas. Mi peso seguía siendo un problema”.

Pero Eliëtte no se rindió. Encontró motivaciones para continuar su búsqueda de un cuerpo más sano. “En mi familia tenemos muchos problemas relacionados con el sobrepeso, como problemas cardíacos y articulares”, dice Eliëtte con relación a sus problemas de salud y agrega que estar en WIN alimenta su deseo de reflejar bienestar. Por último, ella deseaba marcar una diferencia para aquéllos por quienes se preocupa. “Deseaba ser un ejemplo para nuestras hijas y para otras personas”.

En junio de 2008 Eliëtte comenzó un programa para perder peso con **Paul**, que tenía experiencia en entrenamiento personal, fisiculturismo y terapia física. Ella, con otras personas, establecieron sus objetivos sobre la pérdida de peso y un plan para alcanzarlos. Su objetivo era perder 20 kilos para octubre de 2008. Su plan constaba de tres elementos:

- **Ejercicio físico diario personal** — ejercicios básicos para fortalecer los músculos grandes y 45 minutos de caminata con una frecuencia de 120 latidos cardíacos por minuto
- **Hábitos de alimentación** — seis porciones pequeñas de alimento por día, cada porción del tamaño de una mano. Una dieta más sana, en especial con una cantidad reducida de hidratos de carbono en las comidas
- **Productos para el control de peso de WIN** — **BioLEAN Free**®, **LipoTrim**™, **ProXtreme**™ y **Mass Appeal**™ junto con el resto de los productos de WIN

Esta combinación probó ser un factor determinante para ayudar a Eliëtte a llevar a cabo lo que alguna vez pensó imposible. “Me asombró la rapidez de los resultados y no podía creer lo que mis ojos veían en la báscula. ¡Me sentía estupenda y tenía mucha más energía!. Fue una motivación para seguir”, explica Eliëtte con emoción. “¡El programa para perder peso es tan fácil de seguir!. Después de perder más de 23 kilos me veo y siento mejor. Me resulta más fácil moverme, la ropa me queda mejor y he hecho muchísimas compras”. No sólo superó su objetivo de pérdida de peso sino que también fue presentada para el Premio Wellness en octubre, en la Gala de 2008. “Mucha gente se ha dado cuenta de los cambios en mi autoestima, presentación, actitud y crecimiento personal. Mi imagen general es más formal y recibo muchos cumplidos”, comenta acerca de los muchos cambios positivos logrados en su vida. Se siente como una mujer nueva, transformada en alguien que ella siempre tuvo la esperanza de ser. ■



“me sentía muy frustrada  
con mi sobrepeso.”

“Deseaba ser un ejemplo para nuestras hijas y para otras personas.”

Eliëtte con sus hijas Nachalle y Michou



perdió **23**  
kilos