

Flora pro.activ

La margarina que reduce eficazmente el colesterol en 3 semanas

Proyecto
trnd



Blog del proyecto: www.trnd.es/flora

Tu persona de contacto: neusi7@trnd.es

Los trndian@s damos a conocer la margarina Flora pro.activ

Junto con 1.000 trndian@s descubriremos Flora pro.activ, la margarina que ayuda a reducir el colesterol entre un 7 y un 10% en 2-3 semanas. Además, la probaremos y la daremos a conocer entre nuestros amigos, conocidos y familiares.

El colesterol elevado es uno de los problemas más comunes entre la población de nuestro país y puede afectar a cualquier persona. En nuestro entorno, seguro que conocemos a gente que también lo tiene.

Con este proyecto de marketing colaborativo entre trnd y Flora, tendremos la oportunidad de desayunar junto con la margarina que reduce el colesterol gracias a su composición con esteroles vegetales.

En este proyecto probaremos Flora pro.activ.



Durante las próximas 4 semanas, nos convertiremos en expertos sobre la margarina Flora pro.activ, así como del colesterol y las mejores prácticas para controlarlo. ¡Que empiece la batalla! ;)

En este **proyecto trnd**:

1

Probaremos, junto con 1.000 trndian@s, la margarina Flora pro.activ que ayuda a reducir el colesterol entre un 7 y 10% en 2-3 semanas.



2

Daremos a conocer Flora pro.activ entre nuestros amigos, conocidos, familiares y compañeros de trabajo con colesterol elevado o que conozcan personas que lo tengan. Les transmitiremos nuestras experiencias con la margarina y les daremos ideas de cómo integrarla en su desayuno.



3

Compartiremos nuestras opiniones y veredicto sobre el producto a través de **dos encuestas online**. Además, recogeremos todas las opiniones y experiencias de boca a boca con amigos, conocidos, compañeros de trabajo y familiares a través del blog y de los cuestionarios del Manual de investigación de marketing.



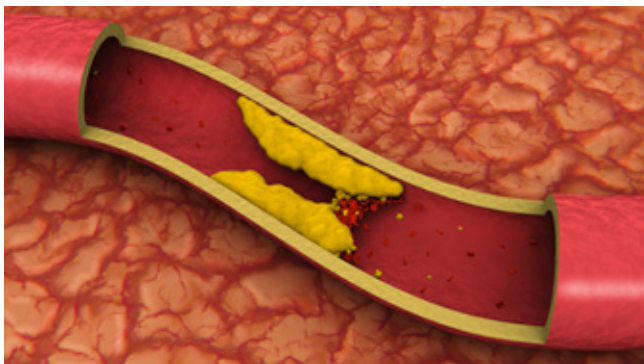
¿Qué sabemos...

Conocemos gente con colesterol y oímos hablar de él en muchas ocasiones. Pero, ¿sabemos realmente qué es, cómo se produce y por qué puede llegar a ser dañino? A continuación descubriremos sus principales características y los efectos en nuestra salud.

El colesterol es una sustancia que se encuentra de forma habitual en nuestro cuerpo ya que es necesario para el buen funcionamiento del organismo. Se produce en el hígado, pero también se ingiere a través de algunos alimentos. Una vez en el intestino, es absorbido y empieza su viaje desplazándose por el torrente sanguíneo. **Existen 2 tipos de colesterol según sus funciones:**

- El **“bueno” (HDL)**, se encarga de transportar la grasa de nuevo al hígado para que se elimine del cuerpo.
- El **“malo” (LDL)**, se filtra hacia los tejidos y se encarga de adherir la grasa a la pared de las venas.

Este último está presente, sobretodo, en la comida rica en grasas saturadas tales como las carnes, quesos grasos, productos procesados o la mantequilla, entre otros. Cuando su nivel es más alto de lo que nuestro organismo necesita, **se acumula en las paredes de las arterias, las tapona y afecta al flujo de sangre.**



... sobre el colesterol?

La ingesta continua y en grandes cantidades de este tipo de alimentos provoca que nuestro índice de colesterol se sitúe por encima de lo necesario.

NIVELES DE COLESTEROL RECOMENDADOS

- Colesterol total: **por debajo** de los 200 mg/dl*
- Colesterol “malo” o LDL: **por debajo** de los 130 mg/dl*
- Colesterol “bueno” o HDL: **por encima** de los 40 mg/dl*

Podemos saber cuál es nuestro nivel de colesterol realizando un análisis de sangre, ya sea en nuestro médico de cabecera o mediante un pinchacito en el dedo en la farmacia.

Es importante conocer y mantener bajo control los niveles de colesterol en nuestro cuerpo. Si éstos son más elevados de lo necesario, podrían ayudar a desarrollar ciertas enfermedades cardiovasculares que deriven en infartos.

¿Qué podemos hacer para reducir los niveles de colesterol? La combinación de un **modo de vida saludable y Flora pro.activ** ayudará a disminuir el colesterol “malo” de nuestro organismo y evitará problemas de salud.

Para saber más, ¡sigamos leyendo! :)



* Miligramos por decilitro de sangre

Flora pro.activ...

Muchos de nosotros habremos probado algún que otro método para intentar reducir el colesterol. La margarina Flora pro.activ es el aliado que nos ayudará a reducirlo entre un 7 y 10% en 2-3 semanas con tan sólo integrarla en el desayuno de nuestro día a día.

Flora pro.activ está pensada para todas aquellas personas que necesitamos una ayuda para reducir los niveles de colesterol en nuestro organismo.

La margarina, a diferencia de la mantequilla, no contiene las grasas saturadas causantes del aumento de colesterol en las arterias. Además de eso, **Flora pro.activ añade a su receta los esteroides vegetales**, un componente que ayuda a la expulsión del llamado colesterol "malo".



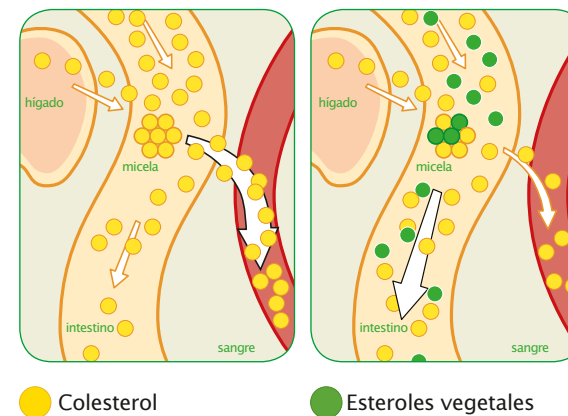
Los esteroides vegetales son unos extractos que se encuentran en las plantas y en algunos alimentos como las frutas, verduras o cereales.

Normalmente, se presentan en pequeñas cantidades, por lo que suele ser difícil ingerir la cantidad diaria recomendada. Por eso, la margarina Flora pro.activ proporciona la cantidad necesaria de esteroides para empezar a disminuir la tasa de colesterol.

... y sus beneficios

La composición de los esteroides vegetales es muy parecida a la del colesterol. Sin embargo, nuestro organismo no es capaz de absorber esos esteroides, y la función que desempeñan es la de evitar que el colesterol se filtre por las paredes del intestino hacia el flujo sanguíneo.

De esa manera, el colesterol "malo" que queda bloqueado y que nuestro cuerpo no puede asimilar, se expulsa del organismo.



Como las cantidades de colesterol absorbidas son cada vez menores, los niveles de esta sustancia en nuestra sangre disminuyen.

Es importante tomar Flora pro.activ cada día durante el desayuno, ya que sólo comiéndola regularmente proporciona a nuestro cuerpo la dosis necesaria de esteroides que nos ayudará a combatir nuestro colesterol.

¡Un método sencillo, saludable y sabroso de cuidar nuestra salud!



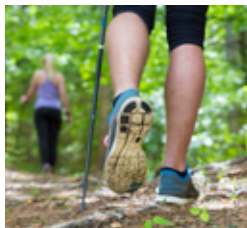
Los consejos...

Tomar Flora pro.activ cada día nos ayuda a disminuir el colesterol en nuestra sangre, pero introducir otras prácticas saludables a nuestra rutina también es necesario para controlar sus niveles.

Los consejos que debemos seguir son:

- **Mantener una dieta saludable:** reducir la sal y las grasas saturadas, comer fruta, verdura, pescado azul, carnes blancas y alimentos de origen vegetal.
- **Estar en forma:** basta con controlar nuestro peso y practicar ejercicio durante media hora cada día, ya sea caminando, bailando, corriendo, etc.
- **Relajarnos:** debemos aprender a controlar las tensiones y desconectar de la rutina. Practicar yoga, dedicar tiempo a nuestras aficiones o tomar un baño relajante puede ser de gran ayuda.
- **Limitar el alcohol y el tabaco:** es mejor evitar un consumo excesivo de estas dos sustancias que afectan a la salud en general.

La combinación de Flora pro.activ y las prácticas que se aconsejan en esta página, producirán un mayor efecto contra el colesterol. ¡Todo suma!



... de Flora pro.activ

Incluir la margarina Flora pro.activ en nuestro menú diario es muy fácil y versátil. Podemos usarla para sustituir algún ingrediente en nuestros desayunos o como complemento en la preparación de las recetas.

La cantidad recomendada de Flora pro.activ es de 20 gramos al día, o lo que es lo mismo, 2 rebanadas de pan untadas durante el desayuno.



Para que disfrutemos comiendo y, además, lo hagamos de una forma sana, la marca propone apetitosas opciones para complementar nuestro desayuno con la margarina Flora pro.activ:



Montaditos de galletas, mermelada y queso fresco

Untar Flora pro.activ sobre galletas con fibra, añadir una capa de nuestra mermelada favorita, y culminar el plato con un triángulo de queso fresco.



Sándwich de pavo

Tostar dos rebanadas de pan, untarlas con la margarina Flora pro.activ, y colocar algunas láminas de pavo cocido y hojas de lechuga.

¿Qué tal si compartimos nuestras propias recetas con Flora pro.activ en el blog del proyecto?

Tu pack de inicio en trnd

Al comienzo del proyecto, todos los participantes reciben el pack de inicio.

Para ti:

- 2 envases de margarina Flora pro.activ (250 g).
- 1 Guía de proyecto con información exclusiva.

Para compartir con familiares, amigos, conocidos y compañeros de trabajo:

- 14 envases de margarina Flora pro.activ (250 g).
- 10 folletos informativos con cupón descuento de 1 € por la compra de Flora pro.activ o Flora pro.activ Sabor Mantequilla.
- 1 Manual de investigación de marketing.



Las margarinas tienen que conservarse en frío, así que piensa en ponerlas en la nevera cuanto antes.

Fases del proyecto de trnd

1 Abrir el pack y tomar fotos

Abrir el pack

Para empezar, tómate el tiempo necesario para abrir tu pack de inicio y descubrir su contenido: 16 envases de margarina Flora pro.activ para reducir el colesterol y toda la información exclusiva del proyecto.

Tomar fotos

Sería genial verte mientras abres tu pack. ¿Te animas a tomarte una foto mientras lo abres? ¿Qué te parece immortalizar los momentos en los que des a conocer el producto? Puedes subir las imágenes a la **galería de fotos del blog del proyecto**. Recuerda que se trata de un producto refrigerado y no podrá permanecer más de 12 h fuera de la nevera.

2 Tus opiniones

Prueba

Ahora, por supuesto, se trata de incorporar en nuestro desayuno Flora pro.activ y darla a conocer entre las personas de nuestro entorno que también quieran bajar su nivel de colesterol.

Durante la fase de pruebas queremos recoger todas las experiencias. ¿Has conseguido reducir los niveles de colesterol? ¿Cómo has integrado la margarina en tu dieta? Puedes compartir tu opinión en las **dos encuestas online** que tendremos a lo largo del proyecto.

Comienzo del proyecto: encuesta de inicio

Fin del proyecto: encuesta final

Te avisaremos por e-mail cuando estén activas en tu área de miembro "mi trnd".



3

Dar a conocer Flora pro.activ

Si la margarina Flora pro.activ te ha convencido, nos alegraremos de que nos ayudes, junto a otros participantes, a darla a conocer. **Éstas son algunas ideas:**

- Comparte los envases de margarina de tu pack de inicio con la gente de tu entorno que desee controlar su colesterol.
- Reparte los folletos explicativos con descuento a las personas con las que hables sobre Flora pro.activ.

También puedes compartir las fotos de tus experiencias con Flora pro.activ en la **galería de fotos** del proyecto.

Encontrarás más ideas para tu boca a boca en las páginas siguientes.



4

Ayudar con la investigación de marketing

¡Te convertimos en un auténtico investigador de marketing para Flora! Con el Manual de investigación de marketing de tu pack de inicio puedes preguntar a varias personas sobre Flora pro.activ, aprovechar para compartir tus conocimientos sobre el colesterol y cómo combatirlo, así como para contestar sus respectivas preguntas. Puedes enviarnos tantos cuestionarios como personas hayas preguntado, incluso más de los 16 que incluye el Manual. Es tan sencillo como iniciar sesión en tu área "mi trnd", ir al apartado "Enviar cuestionario" y copiar las respuestas que te han dado.

Encontrarás información más específica en tu **Manual de investigación de marketing**.

5

Ayudar con la investigación de marketing

Todos somos protagonistas

Seguramente tienes una historia particular sobre cómo has dado a conocer Flora pro.activ. Tal vez aprovechaste la salida del cole para hablar con las otras mamás o repartiste los folletos entre tus compañeros de trabajo. Toma fotos, haz vídeos, escribe comentarios... ¡Todas las formas de comunicación son bienvenidas! Y si tienes un blog o participas activamente en foros, redes sociales o comparadores de productos, puedes publicar tus reseñas allí.

Comparte todas estas formas de comunicación con el resto de la comunidad a través del blog del proyecto.

Puedes enviar tus preguntas y sugerencias sobre el proyecto directamente a: **flora@trnd.es**

Puedes subir fotos de tus acciones y experiencias de boca a boca en el blog del proyecto: **www.trnd.es/flora**



Las reglas del juego en trnd



Para que se pueda generar un boca a boca sincero, transparente y con éxito, hemos definido una serie de pautas. Como miembro de trnd es importante que las respetes.

Ser transparente

La participación en proyectos de trnd debe ser algo transparente. Cada vez que se hable con amigos o conocidos sobre el proyecto, cuando se transmita el producto a alguien externo al mismo, etc., es muy importante comunicar que estamos participando en un proyecto de marketing colaborativo de trnd.

Se trata de ser claro con tus amigos, familiares y conocidos. No eres un comercial de la marca que va puerta por puerta vendiendo un producto. El boca a boca debe ser abierto, sincero y, en definitiva, reflejar tu opinión.



Ser sincero

Sólo un boca a boca honesto funciona y éste es el que utilizamos en trnd.

Deberías hablar con tus propias palabras, sin exagerar ni inventarte nada acerca del producto. Simplemente, tienes que expresar y compartir tu opinión.

Escuchar

Debes escuchar y respetar la opinión de tu entorno, sin intentar imponer la tuya.

Cada persona debe formarse su propia opinión acerca del producto del proyecto y expresar su punto de vista libremente.

La idea a comunicar

Flora pro.activ

**La margarina que
reduce eficazmente
el colesterol en
3 semanas**



Ideas para tu boca a boca



Ahora que conocemos los beneficios de tomar Flora pro.activ durante el desayuno para reducir el colesterol, ha llegado el momento de dar a conocer el producto entre amigos, familiares, conocidos y compañeros de trabajo. Aquí tenemos algunas ideas:

Si en tu familia hay varias personas que tienen el colesterol alto, invítalas a desayunar unas tostadas untadas con Flora pro.activ. Aprovecha para compartir tus conocimientos y repartir algunos envases de margarina.

Si vamos a recoger los peques al cole, es un buen momento para hablar sobre el producto con las demás mamás. ¡Seguro que a más de una le interesará probarlo! Si es así, podrás entregarle un envase de margarina para que la descubra ella misma.

Si dispones de nevera en el trabajo, lleva algunas tarrinas de Flora pro.activ para que los compañeros que quieran reducir su colesterol puedan probarla. Piensa en explicarles cómo actúa el producto.

Aprovechemos los folletos con información y repartámoslos junto con cada tarrina que entreguemos. ¡Ahora todos seremos más expertos en el tema!

Existen miles de ideas divertidas para dar a conocer la margarina Flora pro.activ. ¿Por qué no compartes las tuyas con el resto de la comunidad?

¿Sabías que...

... el colesterol afecta a un gran porcentaje de la población?

En España, un 50% de los mayores de 18 años tiene el colesterol por encima de los niveles recomendados, y la mitad de ellos ni siquiera lo sabe.

... Flora pro.activ condensa gran cantidad de esteroides vegetales?

Para igualar la cantidad de esteroides que ingerimos en 2 tostadas untadas con esta margarina, deberíamos comer 425 tomates, 150 manzanas, 210 zanahorias o 55 tazas de cacahuetes.



... existe un programa de seguimiento para ayudar a la reducción del colesterol?

Se llama "Reto pro.activ" y consta de un plan organizado con hábitos saludables para seguir durante 3 semanas. Para más información, podemos visitar la web www.retoproactiv.es.

... la margarina Flora pro.activ fue pionera en el mercado español?

Se lanzó en 2001 siendo el primer alimento funcional en nuestro país que reduce el colesterol.

... existe el Día Nacional contra el Colesterol (DNC)?

Se celebra el 19 de septiembre y nació en 2013 como iniciativa del Instituto Flora para concienciar a la población sobre la importancia de mantener el colesterol bajo control. Durante ese día se realizan exámenes gratuitos para conocer los niveles de colesterol y actividades dirigidas.



Flora responde

¿Con qué frecuencia debemos consumir Flora pro.activ?

Para que nuestro colesterol disminuya, es necesario comer margarina Flora pro.activ cada día. Basta con ingerir la cantidad equivalente a dos rebanadas de pan untadas.

Si tomamos más cantidad de la recomendada, ¿el colesterol se reducirá más?

No, por más que superemos la ingesta recomendada de esteroles vegetales, la reducción de colesterol será la misma. Es importante no sobrepasar el máximo de esteroles, ya que se podría llegar a experimentar déficit de algunas vitaminas.



Para reducir el colesterol, ¿es suficiente con sólo tomar Flora pro.activ?

Es importante combinar Flora pro.activ con unos hábitos de vida saludables tales como una buena alimentación o ejercicio físico. Si el médico nos receta medicamentos para el colesterol, Flora pro.activ también se sumará a sus efectos.

¿Qué puede pasar si olvidamos tomar Flora pro.activ?

Los efectos de Flora pro.activ actúan continuamente aunque no recordemos tomarla en 1 o 2 días. Pero si dejamos de tomarla durante más tiempo, los efectos contra el colesterol irán disminuyendo. Se recomienda un consumo regular del producto.

¿Qué ocurre si los niveles de colesterol disminuyen demasiado?

La margarina Flora pro.activ reduce sólo el nivel de colesterol "malo", por lo que supone un beneficio para nuestra salud. De todos modos, es importante consultar con un médico los niveles óptimos de colesterol para cada persona.

¿Existen otros productos de la gama Flora pro.activ?

Para los amantes de la mantequilla, Flora pro.activ ofrece una margarina con sabor a mantequilla que cumple la misma función que la variedad normal.



Si tenemos alguna otra duda, podemos compartirla en el blog del proyecto o escribir a neusi7@trnd.es, la persona de contacto en este proyecto.

Datos del producto

Flora pro.activ: la margarina que reduce eficazmente el colesterol en 3 semanas

Con esteroles vegetales añadidos.

Rica en ácidos grasos insaturados.

Reduce el colesterol entre un 7 y un 10% en el plazo de 2 a 3 semanas.

Sin gluten.

Combinar con una dieta equilibrada y ejercicio físico.

Presentación: envase de 250 g.

Precio de venta recomendado*: 2,99 €.



Flora pro.activ no es adecuado para los que no necesitan controlar su colesterol. Consumir dentro de una dieta equilibrada y variada rica en frutas y hortalizas. Nutricionalmente no apropiado en embarazo y lactancia ni en menores de 5 años. Consulte con su médico si toma medicamentos hipocolesterolemiantes. Evite consumir más de 3 g esteroles/día.

**Susceptible de modificación según el libre criterio del distribuidor.*



trnd

Blog del proyecto: www.trnd.es/flora – Contacto: neusi7@trnd.es

© 2015 trnd – Morales, 21-27, 3º M – 08029 Barcelona