

A close-up photograph of a woman with brown hair, her eyes closed and a gentle smile, as she smells a bouquet of small purple flowers. The background is a soft, out-of-focus white.

RESET³⁵ **TU RENACER** **COMIENZA HOY**

Programa de **Transformación Integral**
para Mujeres de 25 a 55 años

Creador: Dr. Carlos López

**¿ESTÁS CANSADA
DE PROBAR DIETAS
QUE NO FUNCIONAN?**

RESET35
no es una dieta

Es una transformación real, diseñada científicamente para mujeres que han intentado de todo... y están listas para lograr un cambio verdadero y sostenible.

Un programa sin fármacos, sin contar calorías y sin prohibiciones. Sí, es posible perder peso y recuperar tu energía sin destruir tu vida social ni renunciar a lo que amas.



¿Qué es **RESET35**?

Es un programa online de 12 semanas, dividido en **3 fases evolutivas**, que guía a mujeres entre 25 y 55 años con sobrepeso hacia una reconexión completa con su cuerpo, su mente y sus hábitos.

Se basa en ciencia, experiencias reales y un enfoque respetuoso con tu salud física y emocional. El objetivo no es sólo bajar de peso, sino no volver jamás al punto de partida.

Resultados reales. Cambio real.

**Pierde entre 6 y 10 kg (o más)
de forma sostenible.**

**Mejora tu energía, autoestima,
digestión y salud hormonal.**

**Aprende a comer
sin culpa ni ansiedad.**

**Recupera tu cuerpo
sin aislarte socialmente.**

**Transforma tu mentalidad
y deja atrás el efecto
rebote para siempre.**





RESULTADOS REALES CAMBIO REAL

- ▶ **Pierde entre 6 y 10 kg** (o más) de forma sostenible.
- ▶ **Mejora** tu energía, autoestima, digestión y salud hormonal.
- ▶ **Aprende** a comer sin culpa ni ansiedad.
- ▶ **Recupera tu cuerpo** sin aislarte socialmente.
- ▶ **Transforma tu mentalidad** y deja atrás el efecto rebote para siempre.



RESET35

las 3 fases

Cada fase tiene un propósito claro y acciones específicas que transforman tu cuerpo y tu mentalidad **paso a paso**:

Transforma Hábitos para Siempre

Aprende a incorporar **cambios** duraderos en tu rutina diaria. **RESET35** te acompaña en ese proceso de crecimiento, ayudándote a descubrir tu mejor versión ahora mismo.

FASE 1:

Limpieza y activación

Reinicia tu cuerpo y tu mente.
(Semanas 1-4)

▶ Reduce la inflamación

Acciones clave: alimentación antiinflamatoria, movimiento diario, conexión cuerpo-emoción.

Semanas

1

2

3

4



FASE 2:

Reeducación Metabólica

(Semanas 5-8)

Un Enfoque Más Allá de las Dietas

Olvídate de las soluciones rápidas.

RESET35 te invita a adoptar una alimentación consciente que respeta tu ritmo, fomentando una relación positiva con la comida y promoviendo el bienestar a largo plazo.



Estabiliza tu glucosa y gana energía.

Aprende a comer de forma natural, sin pensar, sin pesar.



Acciones clave: alimentación equilibrada, ejercicio funcional, hábitos atómicos y mentalidad positiva.

Semanas

5

6

7

8



FASE 3:

Empoderamiento Sostenible

(Semanas 9-12)

Equilibra tu Cuerpo y Mente

Nuestro programa está diseñado para ayudarte a regular tus hormonas y fortalecer tu conexión emocional con la alimentación, creando un equilibrio integral para una vida más saludable.

- ▶ **Consolida lo que has logrado.**
- ▶ **Aprende a disfrutar comidas libres sin culpa.**

Semanas

9

10

11

12



RESET35

¿Qué incluye?

- ▶ Menú semanal flexible con recetas rápidas y fáciles.
- ▶ Rutinas exprés (15–25 minutos diarios, sin necesidad de gimnasio).
- ▶ Audios de motivación y visualización guiada.
- ▶ Grupo privado de soporte para compartir, motivarte y no estar sola.
- ▶ Check-ins semanales para medir tu avance real.
- ▶ Bonus exclusivos: retos semanales + guía emocional + recursos para detectar el hambre real.

Nuestra App **RESET35**

Tu cambio, siempre contigo

Con RESET35 tendrás acceso **exclusivo** a nuestra app propia, diseñada **para** acompañarte en cada paso de tu **transformación**.

▶ Desde tu móvil podrás:

Seguir tu plan alimenticio **semana a semana**.

Acceder a tus rutinas exprés **desde** cualquier lugar.

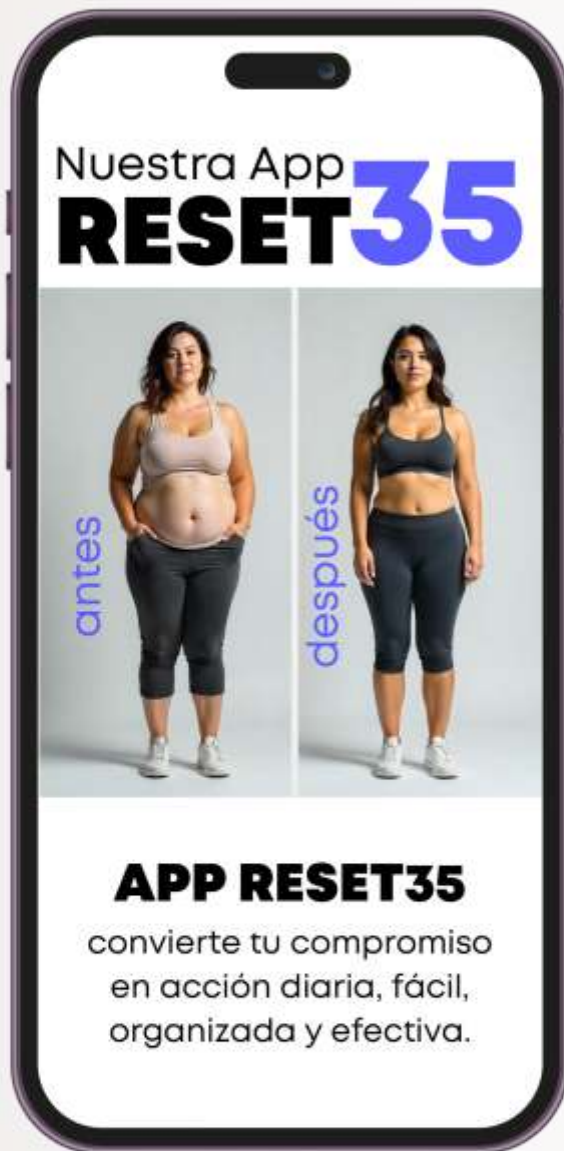
Escuchar audios de motivación y **visualización** diaria.



Registrar tu progreso y check-ins semanales.

Conectarte al grupo de soporte y **resolver** dudas en tiempo real.

Todo lo que necesitas para **transformar tu** cuerpo y tu mentalidad, siempre **en tu** bolsillo.





¿Es para ti? **RESET35**

Es perfecto si:

1

Tienes entre 25 y 55 años.

2

Has hecho muchas dietas sin lograr mantener los resultados.

3

No quieres soluciones mágicas ni extremas, sino un cambio profundo y consciente.

4

Estás lista para comprometerte contigo misma, no con una dieta.

**Empieza a equilibrar
tu vida hoy.**

RESET35

¿Qué necesitas
para empezar?

- 1 **Compromiso contigo.**
- 2 **Un espacio para moverte
(¡basta con el salón de tu casa!).**
- 3 **Mente abierta para aprender algo
nuevo.**
- 4 **Ganas de cambiar, no de sufrir.**



RESET35 es más que un programa. Es una experiencia de autotransformación, diseñada para ayudarte a reconectar contigo, con tu salud y con una manera de vivir en equilibrio. Miles de mujeres ya lo han logrado. ¿Por qué tú no?

RESET35 es el puente entre lo que deseas y lo que mereces. No necesitas ser perfecta, solo necesitas empezar. Este programa está aquí para guiarte paso a paso, con ciencia, empatía y resultados reales.

RESET35 **TU RENACER** **COMIENZA HOY**

<https://reset35.es/pagina-de-ventas/>

Contacta directamente con nosotros



+34 622851277