

TECHNICAL WHITE PAPER: THERMOGENIC PROPERTIES OF 4LIFETRANSFORM BURN® IN A 12-WEEK WEIGHT MANAGEMENT STUDY

Paula Brock, Brent Vaughan, and David Vollmer
4Life Research, Sandy, Utah

OBJECTIVE

The purpose of this study was to measure the thermogenic properties of 4LifeTransform Burn as part of a 12-week open-label, weight management study.*

BACKGROUND

Obesity and being overweight are defined as abnormal or excessive fat accumulation that may impair health. According to the World Health Organization, global obesity has nearly tripled since 1975, and in 2016, more than 1.9 billion adults were considered overweight. Of those, over 650 million were obese.

Obesity and being overweight are primarily caused by an imbalance between calories consumed and calories expended. In other words, the problem stems from eating energy-dense foods high in fat and sugars and a decrease in physical activity, which comes from sedentary labor, different modes of transportation, and increasing urbanization.

Successful weight management programs generally revolve around a healthy diet with consistent physical activity. In conjunction with these programs, 4Life® developed 4LifeTransform Burn, a thermogenic formula comprised of naturally derived exotic plant and fruit extracts. To determine the benefits of this formula, a first-of-its kind in-house study was performed to examine its thermogenic and weight management properties.*

EXPERIMENTAL METHODS

Thirty-six adult subjects with varying body-mass indexes, aged 25 to 71, consumed four capsules of 4LifeTransform Burn for five days a week for 12 weeks. Study participants were asked to maintain a consistent diet and exercise regimen throughout the study.

Visits were done on weeks 0, 4, 8, and 12. At each visit, researchers took thermographic and metabolic measurements. They also collected measurements for body composition, blood pressure, heart rate,

INFORME TÉCNICO: PROPIEDADES TERMOGÉNICAS DE 4LIFETRANSFORM BURN® EN UN ESTUDIO DE CONTROL DE PESO DE 12 SEMANAS

Paula Brock, Brent Vaughan y David Vollmer
4Life Research, Sandy, Utah

OBJETIVO

El objetivo de este estudio fue medir las propiedades termogénicas de 4LifeTransform Burn como parte de un estudio a etiqueta abierta de 12 semanas sobre el control de peso.*

ANTECEDENTES

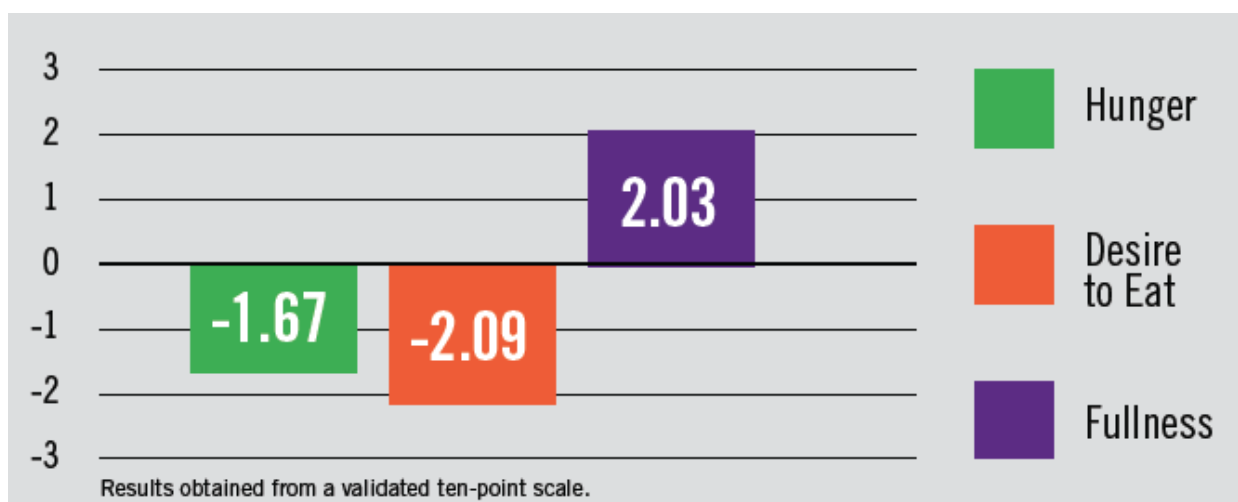
La obesidad y el exceso de peso se definen como la acumulación anormal o excesiva de grasa que puede perjudicar la salud. De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud, la obesidad global casi se ha triplicado desde 1975 y en el 2016, se consideró que más de 1,900 millones de personas adultas tenían sobrepeso, de las cuales, más de 650 millones eran obesas.

La obesidad y el exceso de peso se producen principalmente por un desequilibrio entre las calorías que se consumen y las calorías que se queman. En otras palabras, el problema se origina debido al consumo de comidas densas en energía, altas en grasa y azúcares, y la disminución de la actividad física que se deriva del trabajo sedentario, distintos medios de transporte y la creciente urbanización. Los programas de control de peso exitosos generalmente giran en torno a una dieta saludable con actividad física consistente. En conjunto con estos programas, 4Life® desarrolló 4LifeTransform Burn, una fórmula termogénica compuesta de extractos naturales derivados de frutas y plantas exóticas. Para determinar los beneficios de esta fórmula, se llevó a cabo un estudio interno, primero en su clase, para examinar sus propiedades termogénicas y de control de peso.*

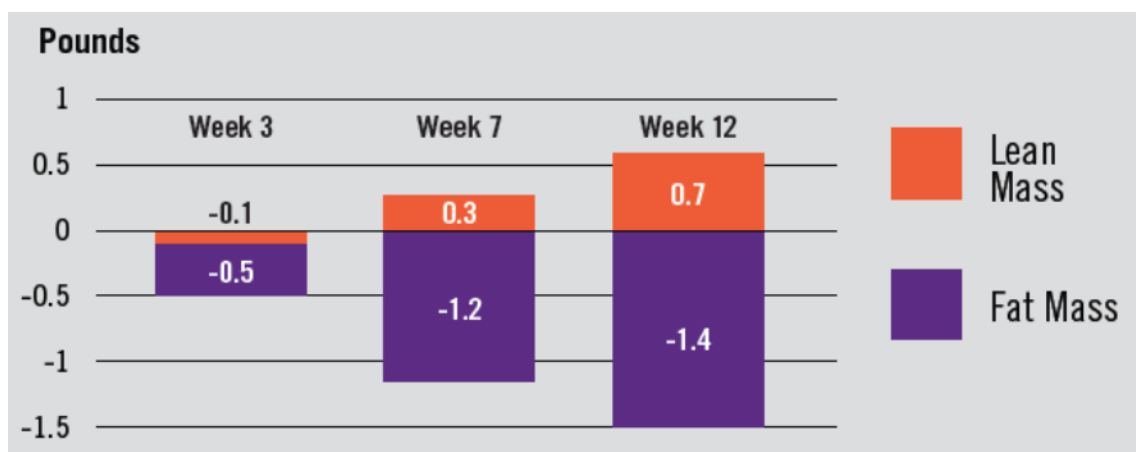
MÉTODOS EXPERIMENTALES

Treinta y seis sujetos adultos con índices de masa corporal variados, entre los 25 y 71 años, consumieron cuatro cápsulas de 4LifeTransform Burn cinco días a la semana durante 12 semanas. Se pidió a los participantes del estudio que mantuvieran una dieta y un régimen de ejercicios consistentes a lo largo del estudio.

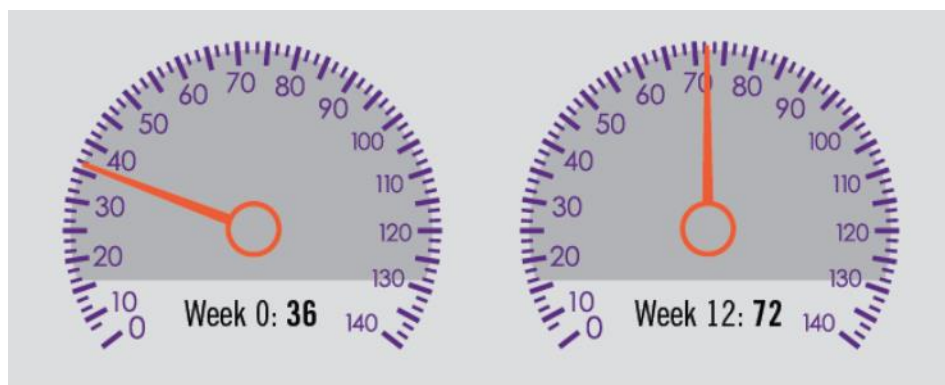
cholesterol, glucose, and hip-to-waist ratio. Participants also answered a validated 10-point hunger questionnaire.	Se realizaron visitas en las semanas 0, 4, 8 y 12. En cada visita, los investigadores tomaron mediciones termográficas y metabólicas; además recolectaron mediciones de la composición corporal, la presión arterial, el ritmo cardíaco, el colesterol, la glucosa y el índice de proporción entre la cadera y la cintura. Los participantes también respondieron un cuestionario relacionado con el hambre, con una escala de evaluación de 10 puntos.
RESULTS Satiety: Hunger cravings and desire to eat decreased and feelings of fullness improved over a 12-week period.*	RESULTADOS Saciedad: los antojos de comida y el deseo de comer disminuyeron y la sensación de saciedad mejoró en el transcurso del período de 12 semanas.*
Results obtained from a validated ten-point scale. Hunger Desire to Eat Fullness	Resultados obtenidos de una escala de evaluación validada de 10 puntos. Hambre Deseo de comer Saciedad



Body composition: A decrease in fat mass in the abdominal region was observed over 12 weeks with no loss of lean-muscle mass.*	Composición corporal: se observó una disminución de la grasa corporal en la región abdominal en el transcurso de las 12 semanas sin pérdida de masa muscular magra.*
Pounds Week 3 Week 7 Week 12 Lean Mass Fat Mass	Libras Semana 3 Semana 7 Semana 12 Masa magra Grasa corporal



Acceleration of fat burning: Resting metabolic rate, in conjunction with fat loss, increased by week 12.*	Aceleración de la quema de grasa: el índice metabólico en reposo, en combinación con la pérdida de grasa, incrementó al final de las 12 semanas.*
Week 0: 36 Week 12: 72	Semana 0: 36 Semana 12: 72



Safety: The product was well-tolerated throughout the study and did not negatively impact physical health parameters such as heart rate, blood pressure, cholesterol, and glucose.* CONCLUSIONS 4LifeTransform Burn impacts thermogenic properties related to fat-burning, metabolic rate, and fat loss over the course of a 12-week weight management study. Signals related to hunger cravings also improved.* *These statements have not been evaluated by the Food and Drug Administration. This product is not intended to diagnose, treat, cure, or prevent any disease.	Seguridad: el producto se toleró bien a lo largo del estudio y no tuvo un impacto negativo en los parámetros de la salud física, tales como, el ritmo cardíaco, la presión arterial, el colesterol y la glucosa.* CONCLUSIONES 4LifeTransform Burn tuvo un impacto en las propiedades termogénicas relacionadas con la quema de grasa, el índice metabólico y la pérdida de peso en el curso de un estudio de control del peso de 12 semanas. Las indicaciones respecto a los antojos de comida también mejoraron.* *Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). Este producto no tiene la intención de diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.
--	---

PICTURES

