

inspire

ESPAÑA, NÚMERO 149

Today



imagina

que estás en tu mejor momento...

bien alimentado, más saludable, **preparado para todo** ... y viviendo la vida por la vía rápida.



¡siente la diferencia!



Cómo llevar un estilo de vida acelerado, de una manera saludable

¿Tú cuerpo recibe todos los nutrientes que necesita? Una dieta típica de hoy en día se basa en comida rápida para ahorrar tiempo, con alto contenido en grasa, azúcar y sal y carente de los nutrientes esenciales que nuestro organismo necesita. Si nutres el organismo con comidas con alto contenido en nutrientes podrás evitar los ataques de hambre y mantendrás tu energía en niveles adecuados.

¿A veces te saltas comidas? Saltarse comidas puede causar bajones de energía y cambios de los niveles de azúcar en sangre. Asegúrate de que controlas cuidadosamente tus niveles de energía con comidas equilibradas y regulares.

¿En ocasiones tienes que enfrentarte a situaciones tensas o estresantes? Las circunstancias estresantes suponen una tensión añadida sobre el cuerpo, por ello, es necesario que nutramos el organismo con los niveles recomendados de vitaminas y minerales.



“He seguido probando nuevas cosas y vivo mi vida de una forma mucho más apasionante que antes”

Retha Fourie – Sudáfrica

Fórmula 1 – La elección de una comida saludable

Creada por expertos en nutrición, Fórmula 1, Sustitutivo de una Comida y Alimento Completo, está formado por ingredientes equilibrados para obtener una comida saludable. Disponible en seis deliciosos sabores, es una manera sencilla, fácil y rapidísima de preparar una comida saludable creada especialmente para aquellos que aspiran a estar en su mejor momento.

Comenzar el día de la manera adecuada (con un desayuno saludable) puede ser difícil si intentamos organizar todo lo necesario para pasar el día; un batido Fórmula 1 se prepara en unos minutos y puede evitar que piques o tomes comida poco saludable y no conveniente a media mañana. ¡Es la elección perfecta para el desayuno!



Mucha gente lleva vidas muy estresantes repletas de actividades desde por la mañana hasta la noche. Por ello, no resulta sorprendente que a veces, el estrés asociado a las presiones conlleve que no se preparen comidas saludables. Fórmula 1 es una manera excepcionalmente sencilla y fácil de preparar una comida alternativa y saludable que te deje tiempo libre para continuar con tu estilo de vida repleto de acción.

Implicaciones para la salud

Estar sano consiste en tener equilibrio en todos los aspectos de tu vida. No sólo tenemos que tener un equilibrio nutricional, sino también en cuanto a ejercicio y estilo de vida. Al no esforzarnos por conseguir el equilibrio en

todo lo que hacemos, y aunque puede que nos sintamos completamente saludables ahora mismo, es posible contraer enfermedades; por eso, ahora es el momento de elegir un estilo de vida saludable.

Esta rueda de nutrición inteligente muestra los principales productos de Herbalife®: Fórmula 1, Fórmula 2 y Salvado y Hierbas, productos complementarios que te ayudan en tu bienestar constante cuando se combinan con una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable y activo. Los programas se pueden personalizar añadiendo productos de la gama de Nutrición Objetiva, como se muestra fuera del núcleo de la rueda.



Fórmula 1: hechos probados

- Contiene proteína de soja muy saludable para:
 - Ayudarte a sentirte lleno por más tiempo
 - Ayudarte a mantener tus niveles de energía
 - Alto contenido en vitaminas y minerales esenciales para ayudarte a consumir tu Cantidad Diaria Recomendada [CDR].
 - Menos de 220 calorías* para ayudarte a controlar tu ingesta de calorías
 - Alto contenido natural en fibra para ayudarte a realizar una digestión saludable.
- * Cuando se prepara con 250ml de leche semidesnatada.



Fórmula 1, Bebida Sustitutiva de una Comida para el Control de Peso y Alimento Completo, Complemento Multivitamínico Fórmula 2, Salvado y Hierbas

Un batido Fórmula 1 es una comida saludable en un vaso, con alto contenido en vitaminas y minerales fundamentales, así como un alto contenido en fibra que ayuda a un proceso digestivo saludable y saludables proteínas de soja para sentirte satisfecho y lleno de

energía durante más tiempo. Fórmula 1 se complementa con el Complemento Multivitamínico Fórmula 2 y Salvado y Hierbas. Juntos, estos productos crean un programa único y son la base de la "nutrición inteligente", es decir, nutrición equilibrada y saludable.

Una nutrición inteligente y equilibrada empieza con Fórmula 1, Fórmula 2 y Salvado y Hierbas.

- **Fórmula 1**, bebida sustitutiva de una comida para obtener control de peso y una nutrición saludable.
- **Fórmula 2** te ayudará a alcanzar el 100% de las CDRs de vitaminas y minerales claves si la utilizas junto con la Fórmula 1 y Salvado y Hierbas.
- **Salvado y Hierbas** mejora la salud de tu sistema digestivo si se utiliza junto con Fórmula 1 y Fórmula 2.
- FÓRMULA 2 #3122
- SALVADO Y HIERBAS #3114



¡siente la diferencia!

Selecciona los productos que están fuera del núcleo de la rueda de la nutrición inteligente de soluciones objetivas. Los productos están diseñados para satisfacer tus necesidades específicas de bienestar.



Bebida energética Liftoff™

Revive tu cuerpo agotado con la bebida energética efervescente Liftoff™. Liftoff™ contiene taurina, guaraná y cafeína y por eso te ayuda a estar alerta y concentrado, ¡la bebida perfecta para quien quiera estar siempre preparado!

Liftoff™ sabor Naranja #3151

Liftoff™ sabor Lima-limón #3152

Suplementos antioxidantes

Un estilo de vida acelerado y estresante junto con la exposición diaria a la contaminación, pueden producir que tu sistema inmunológico se debilite. Los antioxidantes son agentes protectores que te defienden de los daños causados por los "radicales libres" que atacan las células del cuerpo. Los radicales libres se crean cada día debido a factores negativos como la contaminación, los pesticidas o el estrés. Mantén en forma las defensas de tu cuerpo con estos suplementos antioxidantes:

- RoseOx* – fórmula antioxidante que contiene romero, hortalizas crucíferas y hierbas. #0139



Nutrición externa inteligente para todo el mundo

NouriFusion®

Un estilo de vida acelerado hace difícil llevar una rutina de cuidado de piel complicada, no cabe duda, pero debes encontrar tiempo para los cuidados básicos: limpiar, tonificar e hidratar todos los días para mantener tu piel limpia y con buen aspecto. La gama NouriFusion® ofrece los beneficios de las vitaminas A, C y E para nutrir la piel y dejarla radiante: ¡Vitaminas A, C, E para tu rostro!

- Limpiadora Tratamiento Multivitamínico NouriFusion™ Normal a Seca #2510, Normal a Grasa #2511
- Tónico Tratamiento Multivitamínico NouriFusion™ Normal a Seca #2512, Normal a Grasa #2513
- Hidratante FPS 15 Tratamiento Multivitamínico NouriFusion™ Normal a Seca #2514, Normal a Grasa #2515
- Crema de Noche Tratamiento Multivitamínico NouriFusion® #2516



Radiant C™

Desplazarse por una ciudad o pueblo lleno de ajetreo y en un entorno medioambiental con factores negativos, como la contaminación, puede hacer que la piel presente un aspecto fatigado y estropeado, lo que hace necesario un tratamiento especial para refrescarla. Limpia y refresca la piel con la gama de cuidado de piel Radiant C™; para obtener un aspecto más saludable y radiante utiliza el Revitalizante Diario para la Piel y obtendrás una piel realmente radiante, no cansada y estropeada.

- Limpiadora Exfoliante Facial Diaria Radiant C™ #0444
- Revitalizante Diario para la Piel Radiant C™ #2890
- Refrescante Facial Radiant C™ #2997



Herbal Aloe

Limpia, alivia y refresca la piel cansada gracias a las propiedades hidratantes del aloe vera que podrás encontrar en toda la gama de productos Herbalife® Herbal Aloe.

- Jabón Corporal y de Baño Herbal Aloe #0452
- Loción Suavizante para Manos y Cuerpo Herbal Aloe para Uso Diario #0378
- Champú y Acondicionador de uso Diario Herbal Aloe #0489, Acondicionador #0490



* El nombre RoseOx es propiedad de Zuellig Botanicals Inc.

¡Tu plan de bienestar duradero empieza HOY!

La magnífica gama de productos Herbalife de nutrición científicamente avanzada, de control de peso y de cuidado personal está respaldada por un servicio personalizado y por una garantía de devolución del dinero de 30 días a partir de la compra. Pide un Folleto de Productos.

Tu Distribuidor Independiente de Herbalife es:

Edición 149 – Encarte
Spanish
#5921-SP-49