

CATÁLOGO DE PRODUCTOS 2019

# LLEVAMOS NUTRICIÓN A TU VIDA



IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.

 **HERBALIFE  
NUTRITION**

## NUESTRA FILOSOFÍA



# NUTRIR TU VIDA

QUEREMOS QUE VIVAS UNA VIDA  
LO MÁS SALUDABLE POSIBLE.

¿Cuántas veces has pensado: "Me gustaría tener más energía", o "quiero alimentarme mejor y vivir una vida más saludable"? Todos hemos pasado por eso; en algún momento hemos querido vernos mejor, sentirnos con más energía para realizar cualquier tipo de actividad.

Es por eso que ofrecemos productos **BASADOS EN LA CIENCIA** y de una **ALTA CALIDAD**, que proporcionan los nutrientes que tu cuerpo necesita para prosperar día tras día.

Una buena nutrición tiene el poder de ayudar a las personas a hacer grandes cosas.

Por supuesto, no todo depende de nuestros productos. Ellos van de la mano con una **ALIMENTACIÓN SALUDABLE** y actividad física regular. También cuentan con el respaldo de los Distribuidores Independientes Herbalife Nutrition; ellos te ayudarán a empezar con mejores opciones nutricionales y te guiarán en el camino para lograr tus objetivos.

**NOS ENCANTA AYUDAR A MEJORAR LA VIDA DE LAS PERSONAS** y ya hemos ayudado a millones de personas en todo el mundo a incorporarse a un plan de **NUTRICIÓN CONVENIENTE Y PERSONALIZADO**, de acuerdo a la rutina de cada uno. Ahora es tu turno.

A medida que vayas leyendo las páginas que siguen, irás reflexionando sobre lo que significa vivir una vida saludable y lo que eso significa para ti. **OLVIDA** el pasado o los **OBSTÁCULOS** que hayas podido tener antes. ¡El viaje a la mejor versión de ti mismo empieza ahora!

# LA RUTA AL ÉXITO: Todo es cuestión de equilibrio.

**Nuestra filosofía de nutrición es simple:** es la combinación de una alimentación equilibrada, actividad saludable y un programa personalizado con el apoyo de un Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition.

**Entremos a detalle.** Ya sabes que necesitas alimentarte bien, pero ¿qué significa realmente alimentarse "bien"? Para un bienestar óptimo, hay que asegurarse de estar cubriendo las siguientes áreas:



Así como tu cuerpo necesita una buena nutrición para un óptimo rendimiento, tu piel y cabello requieren la atención adecuada para lucir un gran aspecto. Herbalife Nutrition ofrece Herbalife Skin® y Herbal Aloe, líneas de productos especializados.

**¿ SABÍAS ?  
QUE... ?**

\*Estos porcentajes se encuentran dentro de los rangos aceptables de distribución de macronutrientes (AMDR) recomendados por la Junta de Alimentos y Nutrición del Instituto de Medicina de las Academias Nacionales de Ciencias de los Estados Unidos.

## PROTEÍNA

---

**Qué es:** El elemento esencial de los bloques que forman el cuerpo, incluyendo los músculos.

**Por qué:** Ayuda a satisfacer el hambre, a mantener la masa muscular y proporcionar energía.

**Dónde:** Se encuentra en la carne de res magra, pollo, pescado, productos lácteos, huevos, frijoles, Batido Nutricional Fórmula 1 y Proteína en Polvo de Herbalife Nutrition.

## CARBOHIDRATOS

---

**Qué es:** La fuente preferida de energía para tu cuerpo.

**Por qué:** Los carbohidratos son una fuente primaria de energía para el cerebro y proporcionan combustible para el cuerpo.

**Dónde:** Se encuentran en frutas, verduras, semillas, frijoles, panes de grano entero, cereales, pastas y Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition.

## FIBRA

---

**Qué es:** Un grupo de sustancias de origen vegetal que apoyan la salud digestiva.

**Por qué:** La fibra ayuda a la regularidad intestinal, proporciona saciedad, y algunos tipos de fibra promueven el crecimiento de bacterias beneficiosas en el tracto digestivo.

**Dónde:** Se encuentra en frutas, verduras, frijoles, guisantes, lentejas, nueces, semillas, granos enteros, Batido Nutricional Fórmula 1 y en la Fibra Activa de Herbalife Nutrition.

## GRASAS

---

**Qué es:** Fuentes de energía.

**Por qué:** Son elementos esenciales para la formación de membranas celulares, ciertas hormonas y tejido cerebral

**Dónde:** Las grasas saludables se encuentran en aceites, semillas, frutos secos, palta, peces de aguas profundas y suplementos que contienen ácidos grasos omega-3, como Herbalifeline®.

## FITONUTRIENTES

---

**Qué es:** Sustancias de origen vegetal que proporcionan beneficios en la salud.

**Por qué:** Algunos ayudan al cuerpo a defenderse contra el estrés oxidativo.

**Dónde:** Se encuentran en alimentos de origen vegetal, incluidas las frutas y verduras de colores, cereales integrales, legumbres y frutos secos.

## VITAMINAS & MINERALES

---

**Qué es:** Las sustancias orgánicas e inorgánicas utilizadas por el cuerpo para el funcionamiento y crecimiento saludable.

**Por qué:** Juegan un papel importante en la función de las células, ayudan a convertir en energía los macronutrientes (vitaminas del grupo B), a apoyar el sistema inmunológico (hierro, cobre, selenio, vitaminas A, D, B12, B6, folato) y las defensas antioxidantes (zinc, cobre, manganeso, selenio, vitamina A- como betacaroteno- y las vitaminas C y E).

**Dónde:** Se encuentran en frutas, verduras, productos lácteos, huevos, carnes, cereales, legumbres, Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition, y en suplementos nutricionales como el Complejo Multivitamínico Fórmula 2 de Herbalife Nutrition.

## HIDRATACIÓN

---

**Qué es:** Es el consumo adecuado de líquidos. Aunque las necesidades individuales varían, se recomienda tomar ocho vasos de agua al día para una salud óptima.

**Por qué:** La falta de agua puede causar fatiga, estreñimiento, sequedad de la piel, migrañas y calambres musculares.

**Dónde:** Varios productos Herbalife Nutrition, cuando se mezclan con agua, pueden ayudar a satisfacer las necesidades de líquidos, incluyendo el Herbal Aloe Concentrado y Té Concentrado de Hierbas.

## EJERCICIO

---

**Qué es:** Movimiento que hace que tu cuerpo y corazón se mantengan activos.

**Por qué:** Al menos 30 minutos de ejercicio al día pueden hacer una gran diferencia en tu bienestar y felicidad.

**Dónde:** En interiores o al aire libre. ¡No necesitas un gimnasio de lujo para empezar a moverte!

## DESCANSO

---

**Qué es:** Darle a tu cuerpo un necesario descanso.

**Por qué:** Dormir no es un lujo; es una pieza fundamental para sentirse y lucir bien.

**Dónde:** Un ambiente fresco y cómodo para dormir.

Los productos Herbalife Nutrition no están destinados para diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

# NUTRICIÓN DISEÑADA PARA TI

Nos encanta mejorar la vida de las personas, y cuando amas lo que haces, lo quieres compartir.

Mejorar es más fácil cuando se inicia con una base sólida. Cada ingrediente está respaldado por la ciencia y **ELEGIDO CON EL PROPÓSITO** de que esté alineado con nuestra filosofía nutricional. Creemos que la alimentación saludable, actividad física regular y los suplementos para llenar los vacíos nutricionales es por donde debemos **EMPEZAR LA CONSTRUCCIÓN**. Estamos invirtiendo en desarrollo científico, en agricultura responsable, y en producción de alta tecnología para elaborar los mejores productos con ingredientes de la **MEJOR CALIDAD** para ti. Viajamos por todo el mundo para encontrar las mejores fuentes de ingredientes y combinarlas con las mentes más brillantes de la ciencia nutricional, con agricultores responsables y apasionados, junto con proveedores de clase mundial.

**LE BRINDAMOS A TU CUERPO LO QUE NECESITA** y te ayudamos a sentirte lo mejor posible. Batido Nutricional Fórmula 1, Té Concentrado de Hierbas, y Herbal Aloe Concentrado son las bases. Pero todo el mundo es diferente y es posible que tú necesites más que eso, por lo que hemos desarrollado una gama de **PRODUCTOS ADICIONALES** para ayudarte en temas de energía, bienestar cardiovascular, sistema inmunológico y otras necesidades.

Herbalife Nutrition cuenta con más de 100 doctores en su equipo de Investigación & Desarrollo y en el Consejo Consultor de Nutrición. Estos líderes expertos provienen de todo el mundo y están especializados en nutrición, ciencia y salud. Su experiencia es parte integral de la fabricación de nuevos productos Herbalife Nutrition y sirve para entrenar a los Distribuidores Independientes Herbalife Nutrition sobre ellos.

**¿ SABÍAS ?  
QUE... ?**



# DE LA SEMILLA A LA MESA

De la Semilla a la Mesa es algo más que una frase pegajosa. Es nuestro compromiso para asegurar la más alta calidad, seguridad y eficacia de todos los productos Herbalife Nutrition. Si bien el proceso es mucho más extenso, De la Semilla a la Mesa se basa en tres principales estándares:



## INGREDIENTES CON PROPÓSITO

Dirigimos nuestra inversión en nuevos descubrimientos, la agricultura responsable y métodos avanzados de producción para elaborar los mejores productos posibles. Nuestro equipo está formado por los principales expertos en nutrición y salud de todo el mundo.

## CUIDADO EN CADA ETAPA

Ponemos todos nuestros esfuerzos en asegurar que los productos Herbalife Nutrition cumplan o excedan una variedad de estándares de calidad de la industria. Puedes estar seguro de la pureza y eficacia de cada uno de nuestros ingredientes, así como en la integridad de nuestros procesos.

## NUTRICIÓN EN LA QUE PUEDES CONFIAR

Al usar tecnología avanzada, controlamos cuidadosamente el entorno donde se almacenan nuestros productos, asegurándonos de que su pureza y eficacia al recibirlos sea la misma de cuando fueron desarrollados por primera vez.

# CAMBIA TUS HÁBITOS ALIMENTICIOS, CAMBIA TU VIDA

Todos queremos lucir y sentirnos lo mejor posible.

El Batido Nutricional Fórmula 1, ofrece **UNA COMIDA SALUDABLE Y BALANCEADA** en cuestión de minutos – provisto de un excelente perfil de vitaminas y minerales, **PROTEÍNAS DE ALTA CALIDAD** y otros **NUTRIENTES ESENCIALES** para ayudar a brindarte la sensación de estar satisfecho.

Disponible en una gran variedad de **DELICIOSOS SABORES**, el Batido Nutricional Fórmula 1 es todo lo que necesitas en un vaso. Es **CONVENIENTE**, personalizable y el producto perfecto para poner en marcha tus hábitos alimenticios saludables.







# EL SABOR QUE AMAS CON UNA NUTRICIÓN ADECUADA

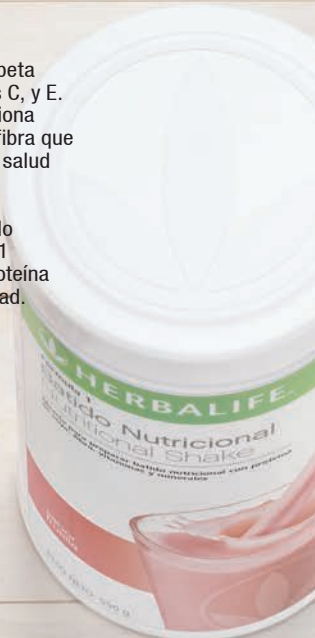
El Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition se trata de una opción saludable, rica en nutrientes, y puede ayudar a controlar el peso.

## ¿Qué es lo que hace?

- La combinación de proteínas, carbohidratos y fibra, te ayudan a sentirte pleno, satisfecho y con energía.
- Los variados y deliciosos sabores te permiten un gran número de combinaciones.
- La proteína de soya de alta calidad ayuda a construir y mantener la masa muscular.
- Cuando se consumen 25 gramos de proteína de soya al día, como parte de una dieta de bajo contenido en grasas saturadas y colesterol, se puede reducir el riesgo de enfermedades del corazón.
- Es fácil de adaptar a tu gusto y necesidades.
- Ayuda a satisfacer tu apetito.

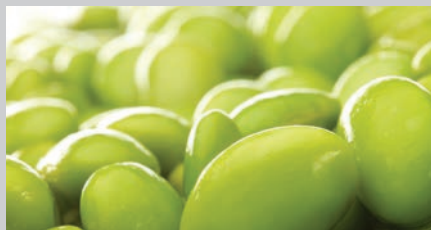
## ¿Qué hay en él?

- Vitaminas y minerales para ayudar a llenar los vacíos nutricionales.
- Aporta aproximadamente 90 calorías cuando se prepara con agua, y 172 calorías cuando se prepara con 240 ml de leche descremada.
- Excelente fuente de antioxidantes como beta caroteno y vitaminas C, y E. Una porción proporciona alrededor de 3 g de fibra que ayuda a promover la salud digestiva.
- Una porción de Batido Nutricional Fórmula 1 suministra 9 g de proteína de soya de alta calidad.





## SÚPER SOYA



### Saludable para ti

La mayoría de nuestros batidos son basados en soya. La soya provee una proteína segura y de alto valor nutricional que contiene los nueve aminoácidos esenciales que el cuerpo necesita. La soya no contiene colesterol, que se encuentra en la proteína animal, debido a que es una planta.

### ¿De dónde viene la proteína de soya del Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition?

Viene de un grupo de agricultores con una pasión por la cosecha y un corazón dedicado a los cultivos de soya.

Para mayor información, visita [Herbalifesoyprotein.com/es](http://Herbalifesoyprotein.com/es)

## DALE UN VISTAZO A TODAS LAS OPCIONES

### Nuestros sabores

Vainilla  
SKU#0141

Chocolate  
SKU#0142

Naranja Crema  
SKU#1134

Cookies & Cream  
SKU#0146

Frutilla  
SKU#0143

Canela y Especias  
SKU#2638

### ¿QUIERES MÁS...?

#### ¿PROTEÍNA?

Ve la página 16.

#### ¿VITAMINAS Y MINERALES?

Ve la página 40.

#### ¿FIBRA?

Ve la página 42.

Los productos Herbalife nutrition no son medicamentos y no tienen por objeto tratar, prevenir o curar enfermedades. IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



HERBALIFE  
NUTRITION

[herbalife.com.bo](http://herbalife.com.bo)

# LA MEZCLA PERFECTA:

## PROTEÍNA

El principio del Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition es la proteína completa de alta calidad que proporciona todos los aminoácidos esenciales para construir el músculo y células. Elegimos aislar una proteína de soya porque es una de las únicas proteínas de origen vegetal que tiene todos los aminoácidos esenciales -tantos como el huevo o suero de leche. El consumo de proteínas, como la proteína de soya, ayuda a brindar una mayor sensación de saciedad.

## FIBRA

El Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition también contiene una buena cantidad de fibra que, como quizás ya sabes, es esencial para tu dieta. Apoya la salud digestiva, proporciona una sensación de saciedad que ayuda a frenar el apetito, y ayuda a que las bacterias digestivas amigables prosperen. La mayoría de nosotros sólo come alrededor de 10 gramos al día, lo que significa que podríamos estar perdiendo algunos beneficios para nuestra salud.

Si tú sientes que no estás recibiendo suficiente fibra, prueba el Batido Nutricional Fórmula 1 junto con la Fibra Activa de Herbalife Nutrition.

El Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition contiene alrededor de 3 g de fibra por porción.



# Cada caloría cuenta

## VITAMINAS & MINERALES

Si bien lo ideal es mantener una alimentación variada y equilibrada, no siempre es fácil asegurar que estás recibiendo el 100% de la recomendación diaria de cada vitamina y mineral. Por lo tanto, el Batido Nutricional Formula 1 está diseñado de manera tal que aporta un excelente perfil de vitaminas y minerales para asegurar que estés más cerca del 100% todos los días.

## CARBOHIDRATOS

Nuestros cuerpos dependen principalmente de carbohidratos para obtener energía. Evitar azúcares e hidratos de carbono complejos por completo es probable que nos deje con hambre, irritables y con poca energía. El truco es conseguir el tipo y las cantidades correctas y así evitar los alimentos como las bebidas azucaradas con azúcares de rápida digestión y absorción.

Entonces, ¿qué hace que el Batido Nutricional Fórmula 1 de Herbalife Nutrition sea diferente?

Por un lado, nuestro producto contiene fructosa como principal hidrato de carbono. La fructosa es un hidrato de carbono de bajo índice glucémico, es decir, no genera un pico marcado de azúcar en la sangre. Cuando la concentración de azúcar en la sangre llega a un pico en forma aguda y luego cae en forma abrupta, este descenso puede hacer que uno se sienta más cansado o hambriento.



PROTEÍNA

# PROTEÍNA PARA TUS MÚSCULOS





**REFUERZA TU NUTRICIÓN** con la Proteína en Polvo. Un consumo adecuado de proteínas, acompañando un plan para control de peso, **AYUDA A REDUCIR LA MASA GRASA, MANTENIENDO LA MASA MUSCULAR.**

## PROTEÍNA EN POLVO

SKU#0242

### BENEFICIOS:

- Combinación de proteína de soya y suero de leche.
- Ayuda a fortalecer la masa muscular.
- Ideal para mezclar con tu batido o comida favorita.
- Una porción provee 5 gramos de proteína y 20 kcal.

### IDEAL SI QUIERES:

- Una fuente de proteína baja en calorías, y libre de grasa y carbohidratos.



## ¿SABÍAS QUE...?

El grano de soya es una de las pocas fuentes vegetales de proteína completa. Sus aminoácidos esenciales son los componentes básicos que el organismo necesita para realizar funciones vitales, ya que no puede fabricarlos por sí mismo.

Los productos Herbalife nutrition no son medicamentos y no tienen por objeto tratar, prevenir o curar enfermedades.  
IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.

BARRA DE PROTEÍNA

# PROTEÍNA QUE TE ACOMPaña SIEMPRE

HERBALIFE  
NUTRITION

HERBALIFE  
NUTRITION

Protein Bar

sabor vainilla y almendras



¡NUEVO!

**DELICIOSA BARRA SNACK CON PROTEÍNA** y recubierta de chocolate con leche para llevar **SIEMPRE CONTIGO.**

**BARRA CON PROTEÍNA DELUXE**

SKU#1119

- Ayuda a satisfacer el apetito
- Llévala contigo en todo momento y a todo lugar

140

.....  
CALORÍAS

10g

.....  
PROTEÍNA

**¡CONSÚMELA DE 1 A 2 VECES  
POR DÍA COMO UN BOCADILLO  
NUTRITIVO!**

Los productos Herbalife Nutrition no son medicamentos y no tienen por objeto tratar, prevenir o curar enfermedades.

IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



[herbalife.com.bo](http://herbalife.com.bo)

BEBIDA DE PROTEÍNA EN POLVO

# UN IMPULSO DE PROTEÍNA



Una deliciosa manera de **COMPLEMENTAR TU BATIDO F1** y reforzar tu consumo de **PROTEÍNA, VITAMINAS Y MINERALES.**

## BEBIDA DE PROTEÍNA EN POLVO

SKU#1122BL

- Contiene 18 g de proteína, que ayuda a satisfacer tu apetito y mantener la masa muscular
- Solo 5 gramos de carbohidratos
- 13 vitaminas y 13 minerales
- Delicioso sabor a vainilla
- Vitaminas antioxidantes C y E
- Libre de gluten

**¡NUEVO PRODUCTO!**

**¡AÑÁDELO A TU  
BATIDO FÓRMULA 1  
Y OBTÉN UN BATIDO MÁS  
CREMOSO Y SABROSO!**

**18g**

PROTEÍNA

**5g**

CARBOHIDRATOS

**26**

VITAMINAS Y  
MINERALES

Antes de consumir este producto, lee detenidamente la etiqueta.  
IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



**HERBALIFE  
NUTRITION**

[herbalife.com.bo](http://herbalife.com.bo)

# PROTEÍNA: ¿QUÉ ES Y POR QUÉ LA NECESITAS?


## ¿QUÉ ES PROTEÍNA?

La proteína es uno de los componentes vitales de una alimentación saludable. La mayoría de nosotros hemos sabido esto desde que éramos niños, probablemente desde que nos dijeron que un consumo adecuado de proteínas nos ayudaría a ser “grandes y fuertes”.

## ¿EN QUÉ PARTE DE TU ALIMENTACIÓN ENCUENTRAS PROTEÍNA?

Cuando se piensa en proteínas, la carne o el pescado pueden venir a la mente. Pero hay todo un mundo de proteínas de origen vegetal (como la soya, el arroz y quinua) que pueden proporcionar la nutrición y la versatilidad que estás buscando. La **proteína de soya** es otro gran ejemplo. Es una de las pocas proteínas de origen vegetal que contiene los **20 aminoácidos** que el cuerpo necesita para prosperar. Y, al igual que las proteínas de carne, la soya puede ayudar a promover el **desarrollo de masa muscular**, un cuerpo en forma, y una serie de otros beneficios.





## ¿POR QUÉ NECESITAS PROTEÍNAS?

Las proteínas del cuerpo se componen de 20 aminoácidos, conocidos como "**bloques de construcción**". Debido a que tu cuerpo no puede producir todos ellos, 9 de estos aminoácidos, denominados **aminoácidos esenciales**, deben ser incorporados por medio de la alimentación. Las fuentes que contienen los 9 aminoácidos esenciales, en las proporciones adecuadas, se denominan proteínas completas.

## ¿CUÁNTA PROTEÍNA NECESITAS?

La cantidad de proteína que necesitas cada día, se basa en varios factores, entre ellos: **el género, la edad, la masa corporal magra, y tu nivel de actividad.**

# ACTÍVATE

Cómo preparar un gran batido

Sigue estos simples pasos al momento de preparar tu Batido Nutricional Fórmula 1:

1. Vierte 240 ml de leche descremada\* o leche de soya en la licuadora.
2. Añade 2 cucharadas de Batido Nutricional Fórmula 1.
3. Licúa por 30 segundos o más dependiendo de la consistencia que desees.

\* Solo si eres tolerante. La leche puede sustituirse por agua y **Proteína en Polvo** de Herbalife Nutrition.



# TIPS:

## PARA UN BATIDO LIGERO

Usa un vaso mezclador en lugar de una licuadora.

## PARA UN BATIDO MÁS ESPESO Y FRÍO

Usa una licuadora. Si lo deseas, agrega unos cubitos de hielo. Después batir a velocidad alta hasta que se alcance la consistencia deseada.

## PARA UN BATIDO CALIENTE

Agrega 2 cucharadas de batido en una taza. Aparte sirve 1 taza de leche (descremada\* o de soya), y retira dos cucharadas de esta medida para añadirlas a la taza con el batido. Remueve con un tenedor hasta formar una pasta ligera. Calienta el resto de la leche a 65°C. Añade la leche poco a poco a la mezcla y remueve constantemente hasta que quede suave.

### PRUEBA ESTA RECETA

## Batido de de yogur y chocolate

### Ingredientes:

- 2 cucharas medidoras de **Batido Nutricional Fórmula 1** sabor chocolate
- 1 taza de agua
- 3 cucharadas de yogur natural bajo en grasa
- 1 cucharada de avena en hojuelas
- 8 pasas
- 1 cucharadita de cáscara de naranja
- 3-5 cubos de hielo

### Preparación:

Colocar todos los ingredientes en la licuadora. Licuar hasta que estén bien mezclados y servir.

<b>190</b>	<b>14 g</b>	<b>30 g</b>	<b>2,5 g</b>
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS	GRASA



IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.

BATIDO F1 Y COMPLEMENTOS

¿YA  
TOMASTE  
TU BATIDO  
HOY?



# PERSONALIZA TU BATIDO FÓRMULA 1

Una de las mejores cosas del Batido Nutricional Fórmula 1 es poder personalizarlo según tus objetivos individuales y gustos. Las opciones son muy variadas y pueden ayudarte a tener una alimentación balanceada.

Usa la tabla para ayudarte a preparar tu batido ideal.

ENERGÍA (KCAL)	172	212	170	90	130
PROTEÍNA (G)	17	17,5	19,5	9	9,5
<b>BASE</b>	2 cucharadas de Fórmula 1	2 cucharadas de Fórmula 1	2 cucharadas de Fórmula 1	2 cucharadas de Fórmula 1	2 cucharadas de Fórmula 1
<b>LÍQUIDO</b> 240 ml	Leche descremada <sup>^</sup> o leche de soya	Leche descremada <sup>^</sup> o leche de soya	Agua	Agua <sup>†</sup>	Agua <sup>†</sup>
<b>REFUERZO DE PROTEÍNA</b>			2 cucharadas de PPP		
<b>ADICIONALES*</b>		1/2 taza de fruta	1/2 taza de fruta		1/2 taza de fruta

\*Opciones: 1/2 taza de manzana, banana, durazno o fresas.

† El contenido de proteína del batido siguiendo esta forma de preparación es bajo respecto a una comida principal.

<sup>^</sup> Solo si eres tolerante. La leche puede sustituirse por agua y Proteína en Polvo de Herbalife Nutrition.

## COMPLEMENTOS ADICIONALES:

Herbalife Nutrition cuenta con una variedad de productos adicionales que están formulados con ingredientes de alta calidad, para responder a esas necesidades específicas y ayudarte a alcanzar tu bienestar general.



Fibra Activa



Proteína en Polvo



Té Concentrado de Hierbas



Herbal Aloe Concentrado



Herbalifeline®

IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.

# MEJORES HÁBITOS PARA TU VIDA

## DEFINE TU META HOY

Ya sabes lo fácil que es personalizar sabores con el Batido Nutricional Fórmula 1, pero, ¿sabías que también puede ayudarte a cumplir con una amplia variedad de objetivos? Utiliza el Batido Nutricional Fórmula 1 todos los días para:

<b>OBTENCIÓN DE RESULTADOS</b>	 <b>DESAYUNO</b>	<b>merienda*</b>  <b>Barra con Proteína</b>	 <b>ALMUERZO</b>	<b>merienda*</b>  <b>Queso bajo en grasa</b>	 <b>CENA</b>
<b>NUTRICIÓN DIARIA</b>	 <b>DESAYUNO</b>	 <b>Yogur bajo en grasa</b>	 <b>ALMUERZO</b>	 <b>Barra con Proteína</b>	 <b>CENA</b>
<b>COMPLEMENTO ADICIONAL</b>	 <b>DESAYUNO</b>	 <b>Barra con Proteína</b>	 <b>ALMUERZO</b>	 <b>almendras</b>	 <b>CENA</b>

\*Todos son válidos para cualquier momento.  
Para más detalles revisar el contenido de las etiquetas de los productos.

Según la Directora Sénior Global de Entrenamiento y Educación Nutricional, Susan Bowerman, los batidos de proteínas pueden hacer más que proporcionar una nutrición equilibrada. Entrar en el hábito del batido puede ayudarte a:

1. Mantener mayor control de tu consumo de calorías.
2. Agregar más frutas y verduras a tu dieta.
3. Establecer un horario regular de comidas.
4. Controlar el tamaño de las porciones.
5. Hacer que el comer sea saludable y conveniente.
6. Evitar que comas en restaurantes que ofrecen platos altos en calorías, o comidas rápidas.

# TIP

**Susan Bowerman,**  
M.S., R.D., C.S.S.D.,  
C.S.O.W.M., F.A.N.D.



# COMPROMÉTETE A PONERTE EN FORMA

Con **Samantha Clayton**,  
Vicepresidenta Global de  
Rendimiento y Educación Física

## ACERCA DE SAMANTHA

Antes de unirse a Herbalife Nutrition, Samantha era una atleta profesional. Ella representó a Gran Bretaña en los Juegos Olímpicos de Sydney 2000, tanto en los 200 metros como en las pruebas de relevos 4x100m. Antes de los Juegos Olímpicos, ganó dos medallas en las pruebas olímpicas AAA - una medalla de plata de los 200 metros y una de bronce de los 100 metros -, así como una medalla de plata en el relevo 4x100 metros durante el Campeonato de Europa Junior en 1997. Sus registros personales incluyen 11.40 segundos en los 100 metros y 23.02 segundos en los 200 metros.

Samantha es entrenadora personal y grupal de la American Fitness and Aerobic Association (AFAA) y la Asociación Internacional de Ciencias del Deporte (ISSA). Ella es madre de cuatro hijos y vive en el sur de California.

Conoce más sobre cómo ponerte en forma con Samantha, visitando [es.discovergoodnutrition.com](http://es.discovergoodnutrition.com)

# PEQUEÑOS PASOS HACEN UNA GRAN DIFERENCIA

La rutina diaria puede traer consigo reuniones familiares, celebraciones y otros eventos, pero eso no significa que tu bienestar personal deba quedarse en segundo plano.

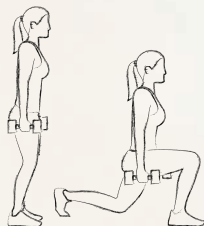
Con un poco de compromiso, es fácil incorporar un poco de ejercicio en tu vida diaria para mantenerte en el camino correcto. Puedes comenzar con las siguientes sugerencias.

**Realiza estos ejercicios tres veces por semana con pesas ligeras para mantener la fuerza y la resistencia.**

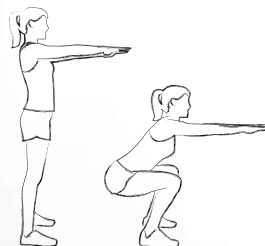
**BICICLETA**  
(16 A CADA LADO)



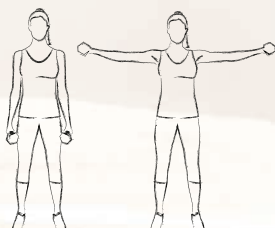
**ZANCADAS**  
(16 A CADA LADO)



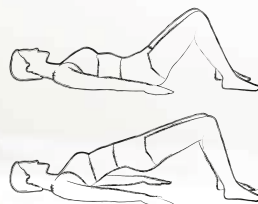
**SENTADILLAS**  
(16 VECES)



**LEVANTAMIENTO LATERAL**  
(16 VECES)



**PUENTE**  
(16 VECES)



## TIP

**Samantha Clayton,**  
Vicepresidenta Global  
de Rendimiento y  
Educación Física

**No te olvides de tu merienda después de cada entrenamiento.**

"Haz que tu merienda proteínica pos-ejercicio esté lista para justo después de tu entrenamiento. Añade un poco de Proteína Personalizada en Polvo de Herbalife Nutrition a tu batido. Si vas a comer una ensalada, asegurate de que tenga suficiente proteína como pollo, atún o frijoles".



**"La persona promedio pierde 2-3 litros de líquido al día; el agua y el té ayudan a reemplazarlo "** - Susan Bowerman, Directora Sénior Global de Entrenamiento y Educación Nutricional

**¿ SABÍAS ?  
QUE... ?**



# SIEMPRE HAY TIEMPO PARA EL TÉ

Después del agua, el té es una de las bebidas más populares del planeta.

Además de ser una alternativa **BAJA EN CALORÍAS** a las bebidas gaseosas y zumos, el té contiene **ANTIOXIDANTES BENEFICIOSOS**. Si estás tratando de consumir la cantidad recomendada de ocho vasos de agua al día, el té es también una gran manera de mantenerse hidratado disfrutando - con el beneficio añadido de sabor extra.

Los tés que contienen cafeína, también pueden poner en marcha tu metabolismo, ayudando a que te **SIENTAS REVITALIZADO**.

Durante los meses calurosos, **PRUÉBALO CON HIELO PARA REFRESCARTE**.

NUESTROS TÉS

# ELIGE EL TÉ QUE SEA ADECUADO PARA TI



5  
CALORÍAS

IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



## N-R-G

SKU#0102

### Recárgate

- Proporciona un impulso suave de energía.
- Por su contenido en cafeína, esta bebida apoya el estado de alerta mental y la concentración.
- Mezcla de té instantáneo bajo en calorías.

## Té Concentrado de Hierbas

### Impulsa tu día a día

- Contiene cafeína, que pone temporalmente en marcha tu metabolismo y proporciona un impulso para ayudarte a sentirte revitalizado.
- Antioxidantes beneficiosos.
- Bajo en calorías.
- Mezcla de té verde y té orange pekoe, con malva, hibisco y cardamomo.
- Deliciosa bebida que hidrata tu cuerpo, ya sea fría o caliente.

Los productos Herbalife nutrition no son medicamentos y no tienen por objeto tratar, prevenir o curar enfermedades.



## LA CALIDAD DE NUESTROS TÉS

Los grandes productos comienzan con buenos ingredientes. Esto se realiza a través de la asociación con uno de los mejores proveedores de hojas de té del mundo, y de la adquisición y procesamiento interno de muchos ingredientes botánicos. Nuestro equipo de expertos está comprometido con la integridad de nuestros ingredientes. Llevan a cabo las pruebas de pureza y evaluación de los aspectos sensoriales tales como el color, sabor y aroma para asegurar que nuestros extractos cumplan con los rigurosos estándares de calidad.

## NUESTROS SABORES

Original  
SKU#0106

Durazno  
SKU#0190

Limón  
SKU#0188

Chai (51 g)  
SKU#1638

Frambuesa  
SKU#0189



# LA FRESCURA DEL ALOE VERA

Quizás estés familiarizado con el gel de aloe vera y su variedad de usos en forma tópica, pero el aloe tiene otra forma con conocidas propiedades **REFRESCANTES**. Los productos de Herbal Aloe concentrado de Herbalife Nutrition están formulados con jugo purificado de la **HOJA DEL ALOE VERA**, y se pueden utilizar **DIARIAMENTE**.



BEBIDA CONCENTRADA DE SÁBILA

# TU BEBIDA IDEAL, BAJA EN CALORÍAS



Siempre buscamos formas de cuidarnos y qué mejor si podemos hacerlo de una manera deliciosa y que **IMPULSE NUESTRO BIENESTAR.** Con la Bebida Concentrada de Sábila, puedes disfrutar los **BENEFICIOS REFRESCANTES DEL ALOE VERA** en cualquier momento de tu día.

## LAS PROPIEDADES DE HERBAL ALOE CONCENTRADO

- Contiene las conocidas propiedades refrescantes del aloe vera.
- Puedes consumirlo como complemento de tu alimentación diaria.
- Disfrútalo con agua o mézclalo con tu bebida favorita.
- Ayuda a la función digestiva de manera natural.

## Nuestros sabores

Original  
SKU#0006

Mango  
SKU#1065

Mandarina  
SKU#2631

**AGITA EL ENVASE Y  
MEZCLA 3 TAPAS  
LLENAS (15 ML)  
EN 1/2 TAZA  
DE AGUA  
(120ML) O  
EN TU BEBIDA  
FAVORITA.**



## ¿SABÍAS QUE...?

**LA DIGESTIÓN** es un proceso por medio del cual los alimentos y las bebidas se descomponen en moléculas pequeñas que el cuerpo utiliza para construir y nutrir células y obtener energía. Una digestión saludable es cuando se obtiene la mayoría de los beneficios nutricionales de los alimentos sin experimentar molestias durante o después de una comida.

**TOMÁ UNA O DOS PORCIONES AL DÍA, ANTES O DESPUÉS DE LAS COMIDAS, Y SIÉNTETE FRESCO HAGAS LO QUE HAGAS.**



# UN PRESENTE SALUDABLE PARA UN MAÑANA SALUDABLE

Nunca se es demasiado joven o demasiado viejo para cuidarse, por lo que el momento de comenzar es ahora. Manten todos tus sistemas en forma. Toma decisiones inteligentes hoy y éstas te recompensarán por el resto de tu vida.



## A. XTRA-CAL ADVANCED

SKU#0020

### Tabletas con calcio, vitamina D y minerales.

- El calcio ayuda en el desarrollo de huesos y dientes fuertes.
- El magnesio promueve la absorción y retención de calcio.
- La vitamina D ayuda al organismo a utilizar el calcio y el fósforo.

## B. HERBALIFELINE®

SKU#0065

### Con aceites grasos esenciales de tomillo, menta y clavo.

- Herbalifeline es una fórmula exclusiva que contiene ácidos grasos omega 3 de origen natural y que contribuyen a apoyar la salud cardiovascular y la función normal del cerebro.
- Contiene aceites esenciales de tomillo, menta y clavo que minimizan el sabor a pescado.
- Cápsulas blandas fáciles de digerir.
- El ácido graso DHA contribuye al mantenimiento de la visión normal.

## C. COMPLEJO MULTIVITAMÍNICO FÓRMULA 2

SKU#3122

### Una forma práctica de complementar tu nutrición.

- Provee 12 vitaminas y 9 minerales esenciales.
- Contiene vitaminas del complejo B y además contiene las vitaminas antioxidantes C, E y betacaroteno.
- Ayuda a cubrir las necesidades diarias de nutrientes.

ESTE PRODUCTO ES UN SUPLEMENTO DIETARIO, NO ES UN MEDICAMENTO Y NO SUPLE UNA ALIMENTACIÓN EQUILIBRADA. NO CONSUMIR EN ESTADO DE EMBARAZO Y LACTANCIA.  
IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



# BUENA PARA TI

¿Sabes lo que la fibra puede hacer por ti? Si estás buscando un suplemento dietario

**RICO EN FIBRA y BAJO EN CALORÍAS**, Fibra Activa es una fórmula

balanceada que apoya la regularidad y la función intestinal.

## FIBRA ACTIVA SABOR MANZANA

SKU#2864

**El aporte de fibra ayuda a complementar tu nutrición diaria.**

- Suplemento alimenticio con delicioso sabor a manzana.
- Favorece el tránsito intestinal.
- Una porción otorga 5 g de los 25 g de fibra soluble e insoluble recomendada a diario.
- El consumo de fibra ayuda a proporcionar sensación de saciedad y contribuye de este modo a controlar la ingesta de calorías.



## ¿CÓMO USAR FIBRA ACTIVA?



**UN DELICIOSO APOORTE DE FIBRA AL INSTANTE. TÓMALA 1 - 2 VECES AL DÍA.**

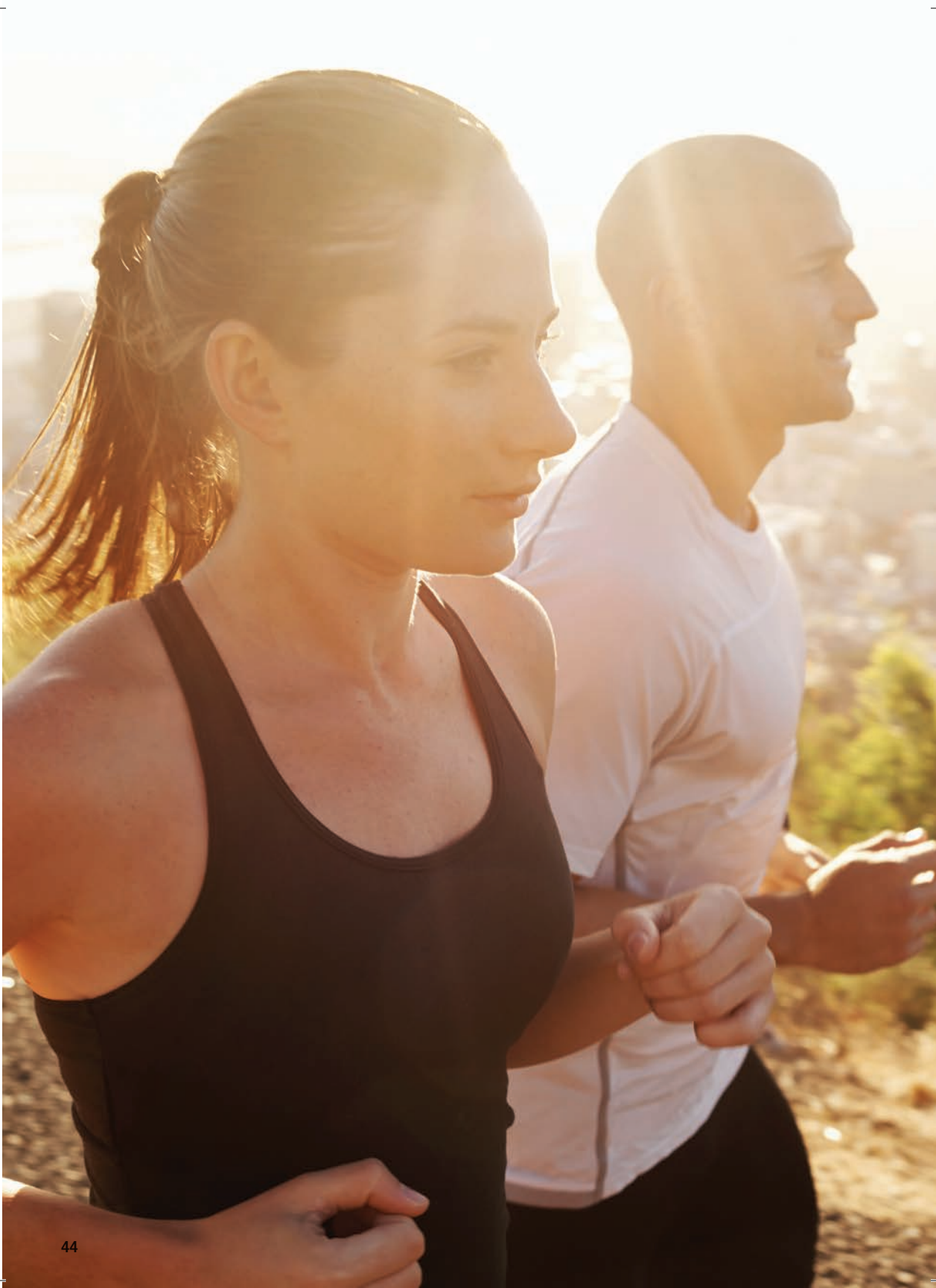
Los productos Herbalife nutrition no son medicamentos y no tienen por objeto tratar, prevenir o curar enfermedades. IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.



## CONÓCELA UN POCO MÁS...

Existen dos tipos de fibra que aportan diferentes beneficios al cuerpo: la fibra soluble y la fibra insoluble. Las fibras solubles (avena, frijoles, cebada, manzana) pueden incrementar la sensación de saciedad al atrapar el agua y expandirse, aumentando el tiempo que toma al alimento pasar por el tracto digestivo; mientras que las fibras insolubles (verduras y granos enteros) son particularmente útiles para promover la regularidad digestiva.





# POTENCIA TU PROPÓSITO

Entendemos que mantenerte activo es un **ESTILO DE VIDA**.  
Los productos de Deportes y Vida Activa de Herbalife Nutrition, te ayudarán a  
**MANTENERTE SIEMPRE ACTIVO** cuando lo necesites.

# NUTRICIÓN PARA LOS DEPORTISTAS

Herbalife24 es una línea de nutrición para el rendimiento que potencia a los deportistas 24 horas al día, diseñada para ayudarte a entrenar, recuperar y desempeñar tu rutina con todo el apoyo nutricional que necesitas como deportista.

## HERBALIFE 24 DRIVE

SKU# 1478

**Impulsa tu entrenamiento  
y mejora tu hidratación.**

- Brinda energía rápida para recargarse durante el ejercicio.
- Contiene carbohidratos y electrolitos para ayudar a mantener el rendimiento durante la práctica deportiva.
- Con 260 mg de electrolitos vitales que refuerzan y ayudan a mantener la hidratación.
- Formulado con vitaminas B1 y B12 que apoyan el normal funcionamiento del metabolismo energético.



## HERBALIFE 24 REBUILD STRENGTH


SKU#1417

**Nutrición específica para  
la recuperación muscular.**

- APOYO: La glutamina y los aminoácidos incluidos naturalmente en la proteína láctea ayudan a la recuperación muscular, después del ejercicio.
- NUTRICIÓN: Promueve la formación de proteína, gracias a sus 25 g (por porción) de proteínas de suero de leche y de caseína, que proveen aminoácidos en forma rápida y sostenida.
- PROTECCIÓN: Contiene hierro como elemento esencial para la producción de glóbulos rojos.
- RESTITUCIÓN: Ayuda a reponer el glucógeno muscular.

IMAGEN REFERENCIAL. LAS ETIQUETAS PUEDEN VARIAR POR PAÍS.





Durante el verano, asegúrate de aplicar protector solar 30 minutos antes de la exposición al sol y volver a aplicar cada 90 minutos para una máxima protección.

**TIP**



# MUÉSTRALE A TU PIEL UN POCO DE AMOR

Lo creas o no, las personas con piel en **BUEN ESTADO** tienden a tener los mismos hábitos saludables diariamente. La piel es el órgano más extenso y necesita y merece mucha **ATENCIÓN Y CARIÑO**. Cuidar de la piel adecuadamente debe ser parte de tu **ROUTINA DIARIA**, siete días a la semana, 52 semanas al año. De esa manera, no importa lo que la naturaleza te depare - sol, viento o contaminación - **TU PIEL ESTARÁ PROTEGIDA**.

# RESULTADOS EN 7 DÍAS

Los productos de Herbalife SKIN® han sido probados clínicamente para proporcionar resultados en tan solo 7 días.\*

Tu piel es delicada y debe ser tratada con cuidado, pero también necesita productos lo suficientemente fuertes como para ofrecer resultados. Con Herbalife SKIN®, se obtiene lo mejor de ambos mundos. Ingredientes de calidad, productos botánicos y extractos se combinan con la ciencia para promover una piel hermosa y saludable. Nos gusta resumir nuestro enfoque en tres palabras sencillas: Fórmula, Sensación y Resultados. Nuestra fórmula se prueba, la sensación es de lujo, y los resultados son reales. Como un beneficio adicional, los productos Herbalife Nutrition para la piel no contienen parabenos o sulfatos adicionados, y son dermatológicamente testeados.



## A. LIMPIADOR CÍTRICO ☀️🌙

SKU#0766

- Limpiador con toques de naranja y pomelo, con semillas de jojoba. Perfecto para la piel normal a grasosa.
- Probado clínicamente para mostrar una reducción en el sebo de la piel después de un solo uso.¥
- Fórmula con microperlas revitalizantes.
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos.

## C. TONIFICADOR ENERGIZANTE DE HIERBAS ☀️🌙

SKU#0767

- El uso por la mañana y por la noche ayuda a preparar tu piel para recibir mejor el sérum, y el hidratante refresca la piel con aspecto cansado.
- Tu piel se sentirá fresca y limpia sin sequedad ni picazón.
- Para todo tipo de piel.
- Sin adición de parabenos.

## E. SÉRUM REDUCTOR DE LÍNEAS ☀️🌙

SKU#0768

- El uso de día y de noche ayuda a maximizar sus resultados.
- Reduce la aparición de líneas finas y ayuda a reducir los indicios visibles de la edad.
- Probado clínicamente para mostrar una mejora extraordinaria en la suavidad, tersura, resplandor, fulgor y luminosidad de la piel en solo siete días.†
- Para todo tipo de piel.
- Sin adición de parabenos.

## B. LIMPIADOR RELAJANTE DE SÁBILA ☀️🌙

SKU#0765

- Limpiador a base de sábila con fragancia fresca y suave. Perfecto para la piel normal o seca.
- Espuma sedosa y suave que elimina el exceso de grasa, suciedad y quita el maquillaje ligero de la piel, sin irritarla.
- El aloe vera suaviza e hidrata la piel.
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos.

## D. CREMA HIDRATANTE PARA CONTORNO DE OJOS 🌙

SKU#0771

- Probada clínicamente por su intenso efecto hidratante en la piel después de ocho horas.§
- Para todo tipo de piel.
- Probado oftalmológicamente.
- Sin adición de parabenos.

## F. GEL REAFIRMANTE PARA CONTORNO DE OJOS ☀️

SKU#0770

- Ayuda a mejorar la apariencia de firmeza de la piel alrededor de los ojos.‡‡
- Contiene extracto revitalizante de pepino.
- Para todo tipo de piel.
- Probado oftalmológicamente.

\*Resultados aplicables para los siguientes productos: Sérum Reductor de Líneas, Crema Renovadora de Noche, Crema Humectante Protectora de Día de Amplio Espectro SPF 30, Crema Hidratante para Contorno de Ojos.

¥ Probado en personas midiendo los niveles de sebo inmediatamente después de la aplicación. El 100% de las personas mostró una disminución de sebo en la superficie de la piel después de un solo uso.

† Probado en personas para evaluar suavidad, tersura, resplandor, fulgor y luminosidad mediante clasificación experta en intervalos de dos, cuatro y siete días. El 100% de personas mostró una mejora en las cinco áreas en siete días.

§ Probado en personas, midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. El 100% de las personas mostró niveles más altos de hidratación en la piel por encima del nivel base después de ocho horas.



## F. EXFOLIANTE INSTANTÁNEO CON ARÁNDANOS

SKU#0772

- Revela una piel de aspecto más saludable.
- Fragancia fresca y frutal que aviva los sentidos.
- Para todo tipo de piel.
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos.

## H. MÁSCARA PURIFICADORA DE ARCILLA CON MENTA

SKU#0773

- Probada clínicamente para mejorar el aspecto de los poros en un solo uso. ‡
- Un toque de menta verde y romero estimula tus sentidos mientras deja tu piel más suave y tersa.
- Para todo tipo de piel.
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos.

## G. CREMA RENOVADORA DE NOCHE ☾

SKU#0774

- Probada clínicamente para mostrar que la piel se ve más tersa y se siente más suave en solo siete días.
- Brinda una mejora notable del aspecto de la piel en siete días. †
- Probada clínicamente para mostrar que la hidratación de la piel se duplica por ocho horas. ††
- Sin adición de parabenos.

## I. CREMA HUMECTANTE PROTECTORA DE DÍA DE AMPLIO ESPECTRO SPF 30 ☀

SKU#0899

- Probado para duplicar la humedad de la piel por ocho horas.\*
- Demuestra que la piel luce más radiante y se siente más suave y tersa en sólo siete días.\*\*
- Reduce la aparición de líneas finas y ayuda a reducir los indicios visibles de la edad.
- Proporciona protección de amplio espectro UVA/UVB.
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos.

\*Probado en personas para comprobar suavidad, tersura, resplandor, fulgor y luminosidad mediante clasificación experta en intervalos de dos, cuatro y siete días. El 100% de las personas mostró una mejora en suavidad, tersura y fulgor. El 97% de las personas mostró una mejora en resplandor y luminosidad.

†† Probado en personas midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. La piel del 100% de las personas mostró una duplicación de los niveles de hidratación por encima del nivel base después de ocho horas.

‡ Probado en personas midiendo la apariencia visual de los poros con una clasificación experta después de una sola aplicación. El 100% mostró una mejora en la apariencia de los poros inmediatamente después del uso.

\*Probado en personas midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. El 100% de las personas mostró niveles más altos de hidratación en la piel por encima del nivel base después de ocho horas.

\*\*Probado en personas mediante clasificación visual experta en intervalos de 2, 4 y 7 días. El 100% de las personas mostró una mejora durante 7 días en tersura, suavidad y fulgor, además de resplandor y luminosidad.



# NUESTROS PROGRAMAS

## Básico para Piel Seca

SKU#3293

- SKIN Limpiador Relajante de Sábila.
- SKIN Tonicador Energizante de Hierbas.
- SKIN Crema Humectante Protectora de Día de Amplio Espectro con FPS 30.



## Básico para Piel Grasa

SKU#3294

- SKIN Limpiador Cítrico para la Piel.
- SKIN Tonicador Energizante de Hierbas.
- SKIN Crema Humectante Protectora de Día de Amplio Espectro con FPS 30.



## Avanzado

SKU#3295

- SKIN Limpiador Relajante de Sábila.
- SKIN Tonicador Energizante de Hierbas.
- SKIN Crema Humectante Protectora de Día de Amplio Espectro con FPS 30.
- SKIN Sérum Reductor de Líneas.



# UN CUIDADO FRESCO Y NATURAL PARA TU CABELLO Y CUERPO

¿Te imaginas llenarte de una sensación refrescante al mismo tiempo que le das un excelente cuidado a tu piel y cabello? Los productos Herbal Aloe, enriquecidos con los beneficios del aloe vera y otros selectos ingredientes botánicos, te brindarán una fresca experiencia que querrás disfrutar todos los días. ¡Tu rutina nunca más volverá a ser la misma!

A.



B.



C.



## A. SHAMPOO FORTIFICANTE

SKU#2564

- Protege, repara y fortalece el cabello.
- Ayuda a conservar el color del cabello teñido.
- Sin sulfatos ni parabenos adicionados.

## C. JABÓN DE TOCADOR

SKU#2566

- Limpia suavemente sin eliminar los aceites naturales de la piel.
- Nutre la piel con su fórmula de aloe vera, aceite de oliva y vitaminas A, C y E.
- Fragancia fresca y suave.

## E. CREMA PARA MANOS Y CUERPO

SKU#2563

- Crema ligera a base de aloe vera y manteca de karité que deja tu piel suave y tersa.
- Con humectantes de triple acción y rápida absorción.
- Sin parabenos adicionados. Con ingredientes botánicos.

## B. ACONDICIONADOR FORTIFICANTE

SKU#2565

- Deja el cabello suave y sedoso.
- Ideal para cabello seco, dañado o teñido.
- Fragancia fresca y suave.

## D. JABÓN LÍQUIDO PARA MANOS Y CUERPO

SKU#2561

- Su fórmula a base de aloe vera y aceite de oliva es ideal para una limpieza suave.
- Limpia, humecta y suaviza la piel.
- Sin sulfatos ni parabenos adicionados.

## F. GEL REFRESCANTE CORPORAL

SKU#2562

- Hidrata, suaviza y refresca la piel.
- Contiene aloe vera y extractos botánicos acondicionadores de la piel.
- Brinda humectación prolongada.

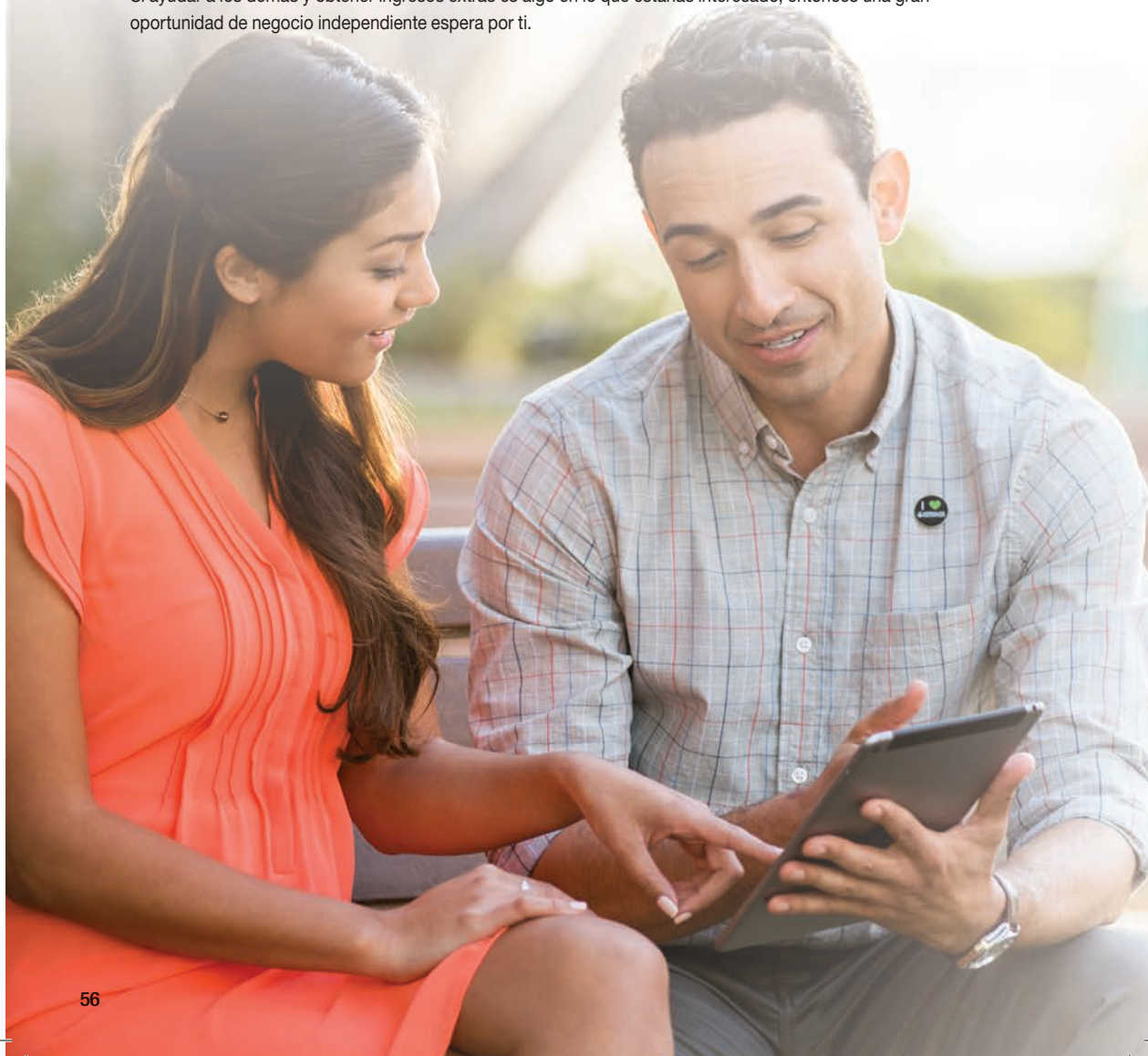


OPORTUNIDAD DE NEGOCIO INDEPENDIENTE

# ÁBRETE PASO A UN MUNDO DE OPORTUNIDADES

## Conviértete en Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition

Si ayudar a los demás y obtener ingresos extras es algo en lo que estarías interesado, entonces una gran oportunidad de negocio independiente espera por ti.





## INSPIRA A OTROS. VIVE CON UN PROPÓSITO

Uno de los valores clave de Herbalife Nutrition es la asesoría uno a uno y el apoyo que los Distribuidores Independientes pueden brindar. Tú puedes ser uno de los que ayuda a alguien a dar el primer paso hacia una vida activa y saludable.

## HOGAR DULCE HOGAR

Como Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition, puedes desarrollar tu negocio independiente desde tu casa y programar tus horarios según tus necesidades.

## LA FILOSOFÍA HERBALIFE NUTRITION

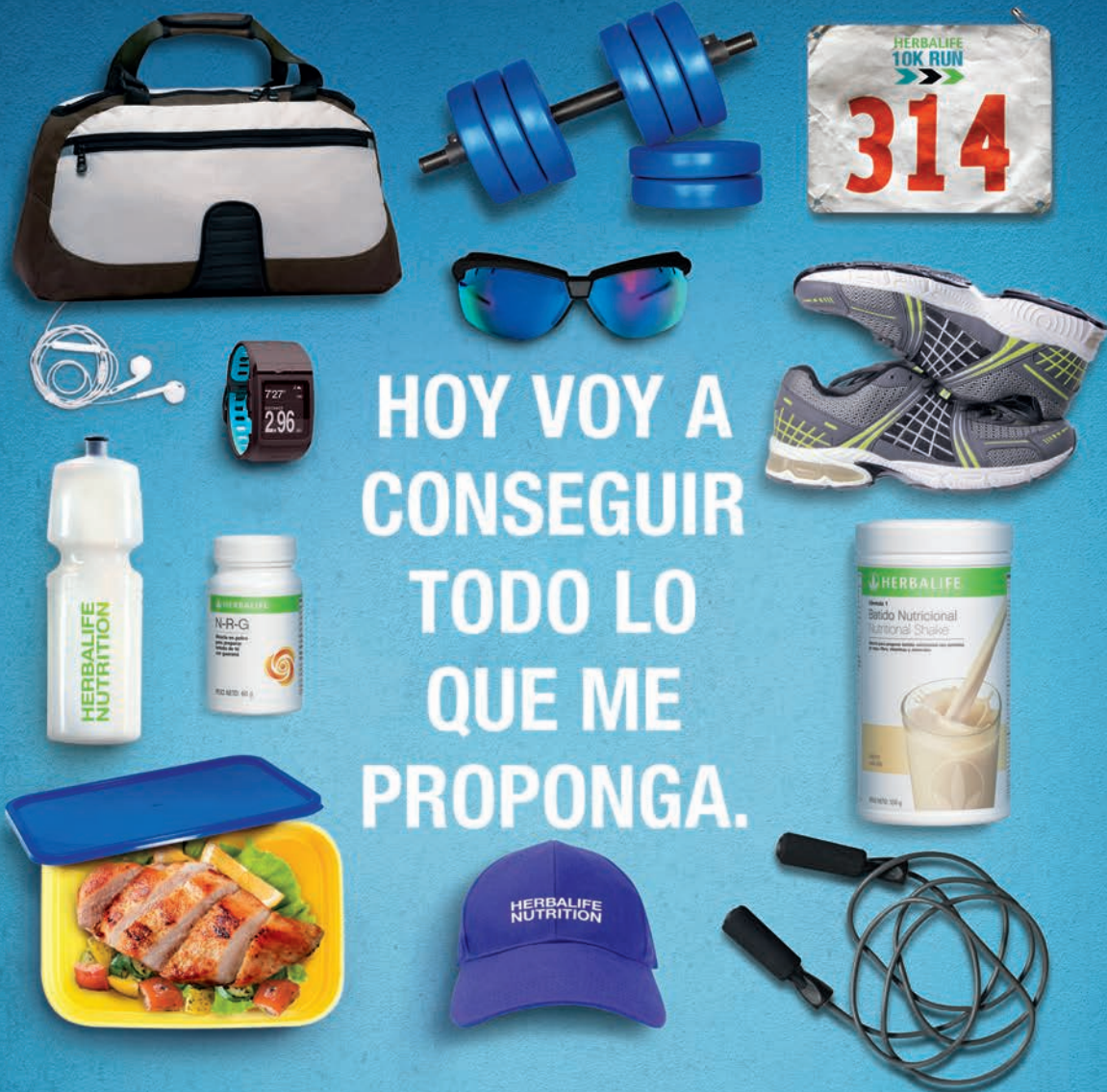
Nos encanta asociarnos para ayudar a mejorar la vida de las personas. Desde 1980, hemos ayudado a millones alrededor del mundo a incorporar una nutrición personalizada en sus rutinas.

# ¿CÓMO FUNCIONA?

Con trabajo duro y dedicación, tienes la oportunidad de obtener ingresos de las siguientes maneras:

- **Ingresos al por menor: 25% - 50%. Ingresos inmediatos por venta directa a clientes.**  
Como Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition, podrás adquirir productos Herbalife Nutrition con un descuento entre el 25% y 50%. Conforme aumentes tu volumen, también aumentará tu porcentaje de descuento, hasta un máximo de 50% cuando califiques como Supervisor.
- **Ingresos al por mayor: hasta 25%**  
Podrás obtener ingresos al por mayor sobre los productos adquiridos por los Distribuidores Independientes de tu línea descendente.
- Además, tienes la oportunidad de obtener ingresos adicionales, una vez alcanzado cierto nivel en tus logros.

**Para conocer más, comunícate con un Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition.**



HOY VOY A  
CONSEGUIR  
TODO LO  
QUE ME  
PROPONGA.

## POLLO A LA NARANJA CON ENSALADA FRESCA

### INGREDIENTES:

- ½ pechuga de pollo deshuesada y sin piel.
- ¼ taza de jugo de naranja natural.
- 1 cucharada de estragón seco.
- 2 tazas de lechugas mixtas.
- ½ manzana (de temporada) en cubos.
- ¼ taza de fresa.
- 2 Cdas. de aceite de oliva.
- 1 Cda. de vinagre de arroz u otro suave.
- Sal y pimienta.

### PREPARACIÓN:

1. Marinar el pollo con el jugo de naranja, estragón, sal y pimienta.
2. Calentar 1 cda de aceite de oliva en una sartén a fuego medio y saltear la pieza de pollo, ya sea entera o fileteada.
3. Reservar.
4. Colocar en un plato las lechugas, manzana y fresa, y aliñar con el resto del aceite de oliva, vinagre, sal y pimienta.
5. Colocar el pollo sobre la ensalada.

<b>506</b>	<b>32 g</b>	<b>25 g</b>	<b>32 g</b>
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS	GRASA



# HAZ DE CADA DÍA UNA AVENTURA ACTIVA Y SALUDABLE.



## DE LA GRANJA


### INGREDIENTES:

- 2 huevos escalfados.
- 2 rebanadas de pan de centeno o integral.
- ¼ de aguacate o palta hecho puré.
- 1 taza de tomates cherry o cubos de tomate.
- 1 Cda. de aceite de oliva.
- Sal y pimienta.

### PREPARACIÓN:

1. Lavar y cortar los tomates en mitades o cuartos, aliñarlos con el aceite, sal, pimienta y colocar en un plato.
2. Tostar el pan y colocarlo en el plato.
3. Hacer puré el aguacate/ palta y distribuir en cada pan.
4. Escalfar los huevos en agua hirviendo introduciéndolos con un colador metálico o espumadera hasta tomar el punto deseado. Servir sobre los panes, agregar sal y pimienta.

503	20 g	36 g	33 g
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS	GRASA



# CÁRGATE DE VITALIDAD. DESCONECTATE Y SÉ TU MISMO.

## PESCADO CON SALSA DE MANGO

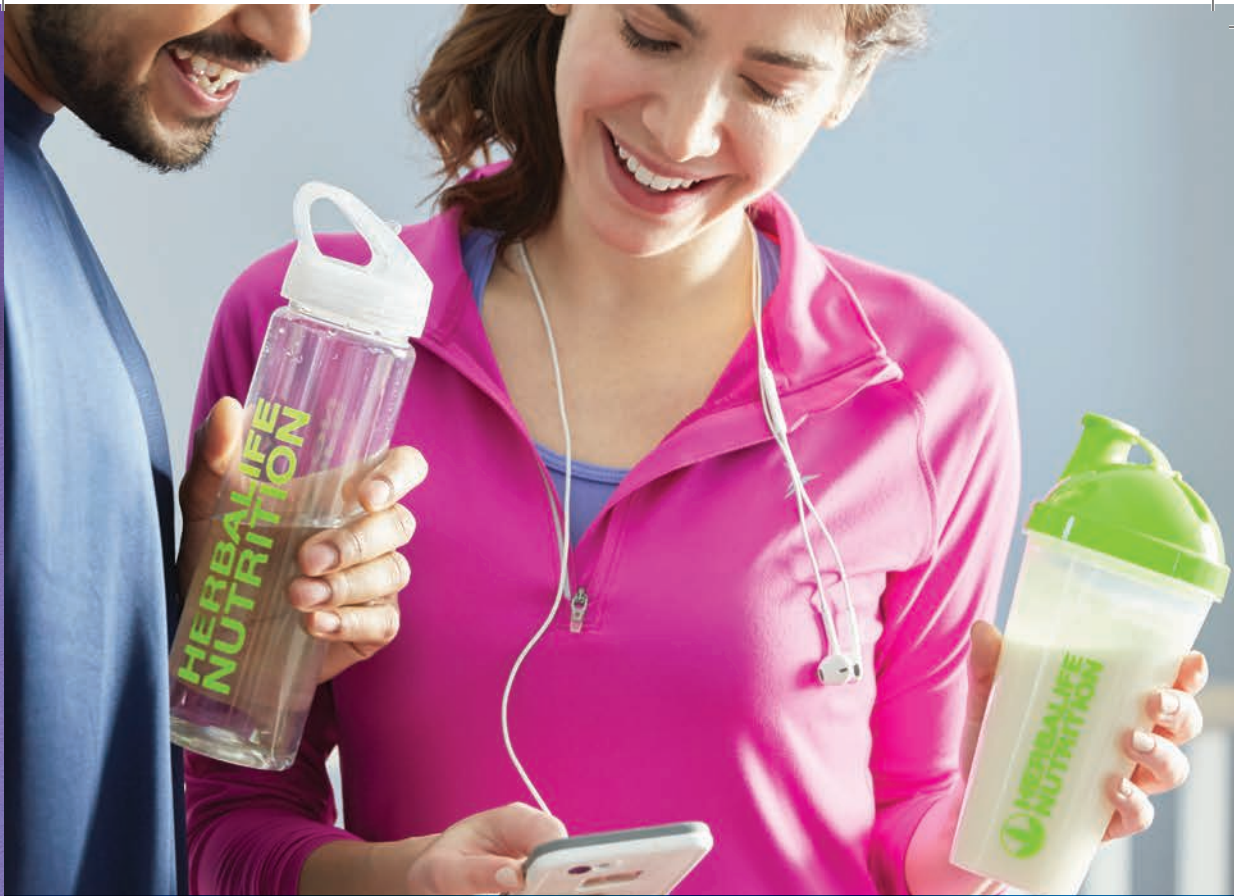
### INGREDIENTES:

- 100 g de pescado blanco.
- 1 taza de mango en cubos.
- ¼ de taza de cebolla roja picada.
- ½ aguacate / palta en rebanadas.
- 1 Cda. de cilantro fresco picado.
- 1 Cdita. de comino en polvo.
- 1 Cdita. de hojuelas de chile/ají.
- 1 limón (el jugo).
- 1 Cda. de aceite de oliva.
- Sal.

### PREPARACIÓN:

1. Marinar el pescado con la mitad del jugo de limón, un poco de comino y sal.
2. Colocar en una ensaladera el mango, cebolla, aguacate, hojuelas de chile, comino, sal y el resto del jugo de limón. Mezclar bien y dejar reposar para integrar los sabores.
3. Calentar el de aceite de oliva en una sartén a fuego medio y saltear el pescado.
4. Colocar el pescado en un plato y servir la ensalada de mango sobre el filete.

<b>557</b>	<b>31 g</b>	<b>47 g</b>	<b>32 g</b>
CALORÍAS	PROTEÍNA	CARBOHIDRATOS	GRASA



# ¡ADQUIERE NUESTRAS PIEZAS PROMOCIONALES!

Podrás comprar:



Botellas



Batidoras  
manuales



Recipientes para tu  
Fórmula 1

y muchos más productos oficiales de Herbalife Nutrition.

**CONTACTA A TU DISTRIBUIDOR INDEPENDIENTE PARA MÁS INFORMACIÓN.**



# CONOCE TUS INGREDIENTES

Es probable que hayas escuchado hablar del aloe vera, té negro y el calcio. Pero ¿qué pasa con guaraná, cianocobalamina o biotina? Queremos que se sepas exactamente qué hacen los principales ingredientes de los productos Herbalife Nutrition, así que siéntete libre para revisarlos.

## ALOE VERA

Una planta suculenta perteneciente a la familia de los lirios, que cuando se ingiere internamente, puede apoyar el bienestar digestivo.

## ÁCIDO ASCÓRBICO (VITAMINA C)

Contribuye a la función normal del sistema inmune, el metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso, la protección de las células contra el estrés oxidativo. Aumenta la absorción de hierro.

## ÁCIDO PANTOTÉNICO (VITAMINA B5)

Contribuye al normal metabolismo energético, la reducción del cansancio y la fatiga, el funcionamiento mental normal.

## BIOTINA

Contribuye al normal metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso, el metabolismo de macronutrientes, el mantenimiento normal de la piel y el cabello.

## CALCIO

Contribuye al normal metabolismo energético, a la función muscular normal, y al mantenimiento de los huesos y los dientes.

## CARRAGENINA

Es un carbohidrato complejo que se encuentra de forma natural en algas rojas. Al igual que otras fibras dietéticas, éste pasa a través del sistema digestivo sin ser absorbido y no aporta calorías a la dieta. Utilizamos pequeñas cantidades de carragenina para dar textura a los batidos como es el caso del Batido Nutricional Fórmula 1.

## CIANOCOBALAMINA (VITAMINA B12)

Contribuye al normal metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso, la formación normal de glóbulos rojos, la reducción del cansancio y la fatiga.

## COBRE

Contribuye al metabolismo energético normal, el funcionamiento normal del sistema nervioso, el transporte normal de hierro en el cuerpo, la piel normal y la pigmentación del pelo, la función normal del sistema inmune, la protección de las células del estrés oxidativo.

## COLECALCIFEROL (VITAMINA D)

Contribuye a los niveles normales de calcio en la sangre, el mantenimiento de los huesos normales, el mantenimiento del funcionamiento normal de los músculos, la función normal del sistema inmune, la normal absorción / utilización de calcio y fósforo.

## DL ALFA TOCOFEROL ACETATO (VITAMINA E)

Contribuye a la protección de las células del estrés oxidativo.

## FOLATO (VITAMINA B9)

Contribuye al desarrollo del tejido materno durante el embarazo, la formación normal de la sangre, el metabolismo normal de la homocisteína, y la función normal del sistema inmune.

## FÓSFORO

Contribuye a la función normal de las membranas celulares, el mantenimiento de los huesos y los dientes normales.

## FRUCTOSA

Endulzante natural de bajo índice glucémico que normalmente se encuentra en la fruta.

## FUMARATO FERROSO (HIERRO)

Contribuye a la función cognitiva normal, metabolismo energético, la formación normal de glóbulos rojos y hemoglobina, el transporte normal de oxígeno en el cuerpo, la reducción del cansancio y la fatiga y la función normal del sistema inmune.

## GUARANÁ

Una planta sudamericana que contiene cafeína que ayuda a proporcionar un impulso suave y aumentar el estado de alerta mental.

## MAGNESIO

Contribuye al funcionamiento normal de los sistemas nerviosos, la función muscular normal, la síntesis normal de proteínas normal, el mantenimiento de los huesos y de los dientes.

## MALTODEXTRINA

Es un aditivo alimentario que permite dispersar rápidamente el polvo. Se usa como agente espesante.

## MANGANESO

Contribuye al mantenimiento normal de los huesos y la protección de las células ante el estrés oxidativo.

## MONONITRATO DE TIAMINA (VITAMINA B1)

Contribuye al normal metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso y el corazón.

## NIACINA (VITAMINA B3)

Contribuye a normal metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso, el mantenimiento de la piel normal, la reducción del cansancio y la fatiga.

## PIRIDOXINA (VITAMINA B6)

Contribuye al normal metabolismo energético, al funcionamiento normal del sistema nervioso, la función normal del sistema inmune, la regulación de la actividad hormonal, la reducción de cansancio y la fatiga.

## POTASIO

Contribuye al funcionamiento normal del sistema nervioso, la función muscular normal, el mantenimiento de la presión arterial.

## PROTEÍNA DE SOYA

Es una proteína completa de origen vegetal, que contiene todos los aminoácidos esenciales necesarios para construir el músculo y otras células.

## PROTEÍNA DE SUERO DE LECHE

Es parte de la familia de las proteínas encontradas en la leche, por lo general tiene un sabor dulce y se digiere rápidamente aportando aminoácidos, especialmente aquellos de cadena ramificada.

## RIBOFLAVINA (VITAMINA B2)

Contribuye al normal metabolismo energético, funcionamiento normal del sistema nervioso, el mantenimiento de los glóbulos rojos, el mantenimiento de la piel normal, el mantenimiento de la visión, el metabolismo normal de hierro, la protección de las células del estrés oxidativo, la reducción del cansancio y la fatiga.

## SELENIO

Contribuye al mantenimiento de cabello y al de las uñas, correcto funcionamiento del sistema inmune, la protección de las células contra el estrés oxidativo y la función normal de la tiroides.

## SUCRALOSA

A diferencia del azúcar, la sucralosa da un sabor dulce sin calorías. La sucralosa se asemeja a azúcar, pero pasa a través del tubo digestivo sin ser absorbida.

## TÉ DE NARANJA PEKOE

Una variedad popular de té negro con componentes antioxidantes que ayudan a proporcionar protección contra el daño de los radicales libres. Además contiene cafeína, que brinda un impulso revitalizante.

## TÉ NEGRO

Un té cuyas hojas provenientes de la Camellia Sinensis han sido sometidas a un proceso de oxidación completa. Sus componentes incluyen fitonutrientes con acción antioxidante que ayudan a proporcionar protección contra el daño de los radicales libres. Además, contiene cafeína natural que proporciona un impulso revitalizante.

## TÉ VERDE

Un té cuyas hojas provenientes de la planta Camellia Sinensis no han sido sometidas a un proceso de oxidación. Contiene cafeína. También contiene fitonutrientes antioxidantes que ayudan a proporcionar protección contra el daño de los radicales libres.

## VITAMINA A

Contribuye al normal metabolismo del hierro, al mantenimiento normal de la piel, a la visión normal y a la función normal del sistema inmune.

## YODO

Contribuye a la función cognitiva normal, al normal metabolismo energético, el funcionamiento normal del sistema nervioso, el mantenimiento de la piel normal, la producción normal de hormonas tiroideas y funcionamiento normal de la tiroides.

## ZINC

Contribuye al metabolismo normal de los carbohidratos, la función cognitiva normal, el mantenimiento de los huesos normales, el mantenimiento normal de la piel, cabello y uñas, el mantenimiento de la visión normal, la protección de las células contra el estrés oxidativo, la función normal del sistema inmune, la fertilidad y la reproducción, el metabolismo normal de los ácidos grasos, el metabolismo normal de macronutrientes.



# PROTEÍNA PARA TUS MÚSCULOS

## PROTEÍNA EN POLVO





SKU# 0242

- El complemento perfecto para incrementar tu ingesta diaria de proteína.
- Combinación de proteína de soja y suero de leche.
- Baja en calorías, y libre de grasas y carbohidratos.

**Refuerza tu nutrición con la Proteína en Polvo de Herbalife Nutrition. El complemento perfecto para incrementar tu ingesta diaria de proteína.**



Tu Distribuidor Independiente  
Herbalife Nutrition:

-  [Facebook.com/HerbalifeLatino](https://www.facebook.com/HerbalifeLatino)
-  [Twitter.com/HerbalifeLatino](https://twitter.com/HerbalifeLatino)
-  [YouTube.com/Herbalife](https://www.youtube.com/Herbalife)
-  [Instagram.com/HerbalifeLatino](https://www.instagram.com/HerbalifeLatino)

**Herbalife.com.bo**

### Centro de Ventas y Entrega Santa Cruz:

- Parque Industrial M-8 A  
T. (591-3) 364-4070 / (591-3) 314-2700
- Av. Cristo Redentor Condominio  
Torres Gemelas entre 2do y 3er Anillo

### Centro de Ventas y Entrega Cochabamba:

Av. Salamanca N° 964 - Zona Rotonda,  
Quintanilla.

T. (591-4) 414-1945

### Centro de Ventas y Entrega La Paz:

Av. Ballivián N° 1020, esquina calle 16,  
Calacoto  
T. (591-2) 214-6692

### Centro de Ventas y Entrega El Alto:

Urb. 12 de Octubre, Av. 6 de Marzo N° 144  
T. (591-2) 214-7729

### Centro de Entrega Tarija:

Edificio Panamericano Planta Baja,  
Av. Panamericana N° 1161  
T. (591-4) 611-3383