

# inspire

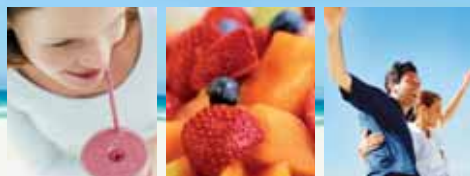
ESPAÑA, NÚMERO 148

Today



imagina  
que estás en tu  
mejor momento...

bien alimentado, más saludable,  
*preparado para todo*



¡siente la diferencia!





# Siéntete más saludable y preparado para todo con la nutrición inteligente

No hace falta recordar que para estar en tu mejor momento es necesario estar en plena forma y fuerte como un roble mediante un estilo de vida saludable. Y qué mejor manera de alcanzar una nutrición excelente y sentirte mucho más saludable y preparado para todo que utilizando tu propio plan personalizado de nutrición inteligente de Herbalife®.

## Llevamos la nutrición a todos los rincones del mundo

Herbalife tiene un compromiso con la ciencia y la innovación y lleva siendo la principal compañía de control de peso y nutrición durante más de 25 años. Nuestros reputados expertos a nivel internacional aportan su amplia experiencia obtenida mediante los medios de investigación y desarrollo más modernos y tienen como objetivo poner al alcance de todo el mundo una nutrición equilibrada.

Cada vez más gente se enfrenta a problemas relacionados con la salud y el bienestar, lo que refleja los tiempos en que vivimos.

- Aproximadamente 1.600 millones de personas adultas en todo el mundo sufren sobrepeso y unos 400 millones son considerados obesos.<sup>1</sup>
- Una dieta típica de hoy en día se basa en comida rápida al servicio del ahorro de tiempo, con alto contenido en grasa, azúcar y sal. Estas comidas no contienen a menudo los nutrientes esenciales y por ello, nuestras elecciones en cuanto a comida y bebida no son siempre las más saludables.
- Además, los estilos de vida sedentarios que cada vez son más comunes en la sociedad hacen que estemos creando una receta que conlleva una salud generalmente pobre.<sup>1</sup>

Qué mejor manera de comenzar a ser un yo más sano que mediante tu propio plan nutricional inteligente personalizado; con el apoyo constante de uno de nuestros Distribuidores de Herbalife estarás en el camino hacia tu mejor momento.

1 <http://www.who.int/en>  
2 Euromonitor Internacional

## Fórmula 1: una comida saludable

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

### Fórmula 1: hechos probados

- Alto contenido en vitaminas y minerales 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.

- Contiene proteína de soja muy saludable para:
  - Ayudarte a sentirte lleno por más tiempo
  - Ayudarte a mantener tus niveles de energía
  - Ayudarte a mantener niveles de colesterol saludables
  - Ayudarte a desarrollar masa muscular sin grasa como parte del programa de ejercicios

No abandones tu programa de nutrición y premia a tu cuerpo con la nutrición que se merece. Nuestro apoyo constante y personalizado te ayudará a alcanzar tus objetivos para que siempre estés preparado

para todo. Lo único que tienes que hacer es mantenerte comprometido y nosotros te apoyaremos a lo largo del viaje.

### Pon un batido en tu vida, cada día

Ideal para desayunar, comer o cenar ya que cada batido proporciona una combinación equilibrada de ingredientes.

- Toma dos batidos al día para controlar tu peso
- Toma un batido al día para obtener una nutrición saludable

### Tienes seis deliciosos sabores para elegir:

Vainilla, Chocolate, Fresa, Fruta Tropical, Cappuccino, Cookies&Cream.

- VAINILLA #0141
- CHOCOLATE #0142
- FRESA #0143
- FRUTA TROPICAL #0144
- CAPPUCCINO #1171
- COOKIES&CREAM #0146



Cada día alrededor de  
un millón de batidos de  
Fórmula 1  
se consumen en todo el mundo



“Comencé a controlar mi peso. Mi salud y mi aspecto mejoraron”

Fermin Martínez - España



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

Retha Fourie - Sudáfrica



“Me siento mucho más joven de lo que soy, me siento capaz de cualquier cosa”

Kirsti Juntunen - Finlandia



“Me siento con más energía que nunca y después de hacer ejercicio me recupero mucho más rápido”

Tiago Oliveira - Portugal

Formar parte de un programa de control de peso puede suponer todo un reto, sobre todo si tenemos a nuestro alcance, de forma sencilla, comida apetitosa. Fórmula 1 es una comida saludable que contiene proteína de soja para que te sientas lleno por más tiempo, y así, te puede ayudar a no picar productos hipercalóricos entre horas para que te concentres en cumplir tus objetivos.

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.

Al envejecer, nuestro sistema digestivo funciona con más lentitud que cuando somos jóvenes y puede causarnos dificultades para seguir con nuestro ritmo diario. Fórmula 1 es una comida saludable con alto contenido en fibra natural. La fibra es vital para ayudarnos en nuestra digestión, un proceso importante a cualquier edad.

Una de las cosas más importante en cualquier programa de ejercicios es desarrollar músculos fuertes y masa magra para que puedas sentirte en tu mejor momento. Fórmula 1, combinado con una dieta saludable y un programa de ejercicios, es una comida saludable ideal que contiene proteínas de soja, lo que te ayudará a desarrollar masa muscular magra para que tú sólo tengas que preocuparte en seguir con tu vida dando el 100% de tu potencial.

¡siente la diferencia!

# ¿Preparado para todo?

Sin ninguna duda, lo estarás...

## Elige una nutrición inteligente

Fórmula 1, cuando se trata de una nutrición inteligente, no trabaja sola. El concepto de nutrición inteligente es un programa único de Herbalife. Está formado por tres productos complementarios: Fórmula 1, bebida sustitutiva de una comida, Fórmula 2, complemento multivitamínico y Salvado y Hierbas, productos que te ayudan en tu bienestar constante cuando se combinan con una dieta equilibrada y un estilo de vida saludable y activo. Nuestro programa se puede adaptar a tus necesidades añadiendo productos de nuestra gama de nutrición objetiva y externa.



## Una nutrición inteligente 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** puede ayudar a mejorar tu sistema digestivo si se utiliza junto con la Fórmula 1 y la Fórmula 2.
- FÓRMULA 2 #3122
- SALVADO Y HIERBAS #3114



¡siente la diferencia!

Conoce más detalles acerca de estos productos y toda la gama de productos Herbalife en nuestro Folleto de Productos. Contacta con tu Distribuidor Herbalife para más información.

## ¡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 148 – Encarte  
Spanish  
#5921-SP-48