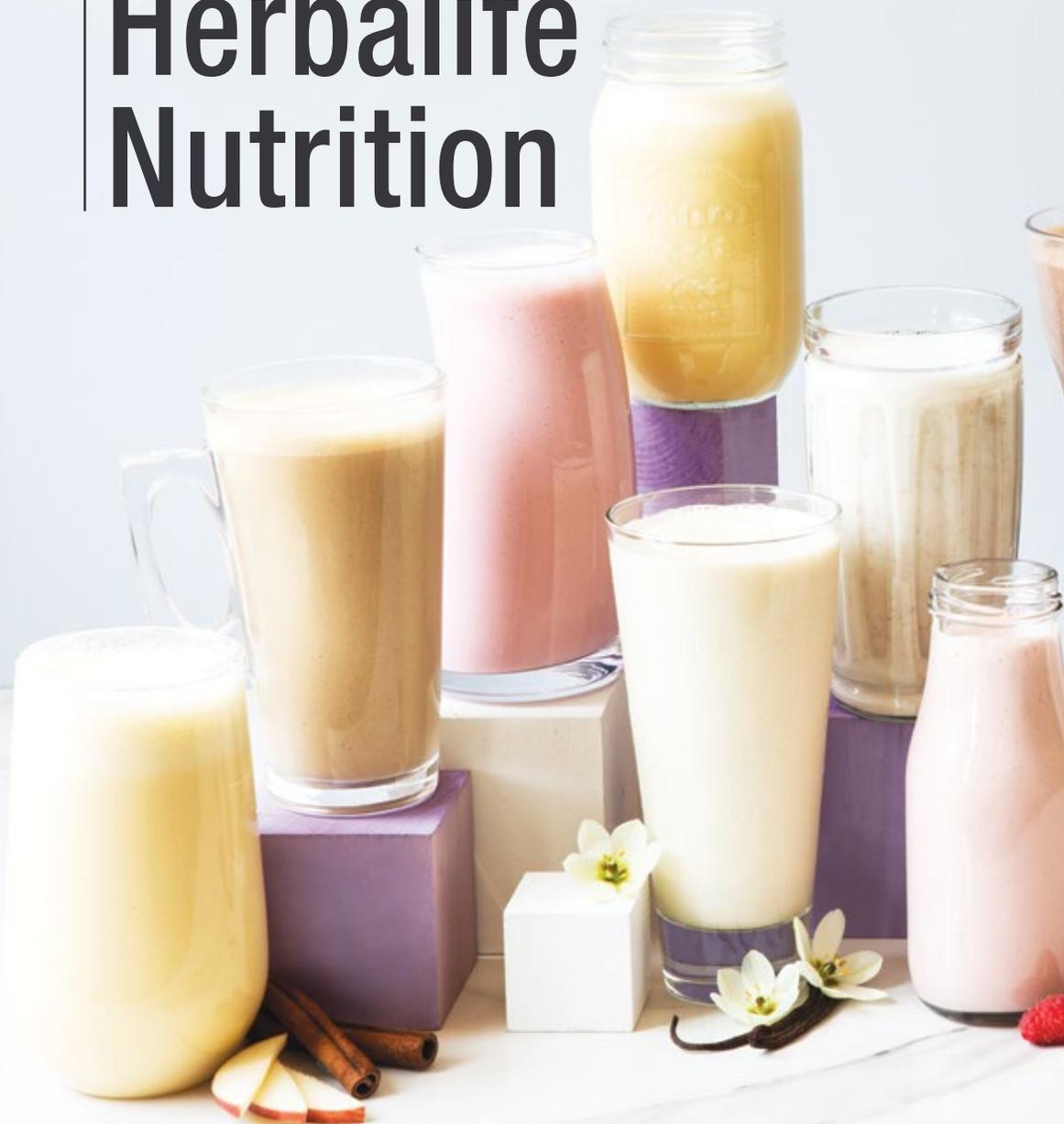




# Catálogo de **Productos**

Productos deliciosos y nutritivos que apoyan tu estilo de vida activo y saludable

# Bienvenido a **Herbalife Nutrition**



# De la semilla a la mesa

## Productos de calidad elaborados para vos

Diseñamos nuestros productos tomando en cuenta las necesidades de nuestros clientes con los últimos avances de la ciencia. Nuestros científicos colaboran con socios de primer nivel para proporcionar una mejor nutrición a los clientes. Además, Herbalife Nutrition ha realizado una importante inversión en nuevos laboratorios, equipos de pruebas, instalaciones, ingredientes y talento científico para cumplir los rigurosos estándares establecidos por la Organización Internacional de Normalización (ISO, por sus siglas en inglés) y NSF International. Nuestro objetivo es hacer que resulte sencillo tener una nutrición equilibrada. Para ello,

decidimos invertir en la ciencia. Nuestros líderes científicos, con autoridad en su ámbito (que incluyen al Dr. David Heber; presidente del Consejo Consultor de Herbalife Nutrition, a un Premio Nobel\* y al exdirector de la FDA\*\*) han dedicado los últimos treinta años a crear productos de alta calidad para que tus nuevos objetivos de bienestar sean más fáciles de alcanzar. Es así como los miembros del Consejo Consultor de Herbalife Nutrition, combinando su experiencia, trabajan para darte confianza en nuestros productos y asegurar que la ciencia que los respalda esté documentada y corroborada por ensayos clínicos.



Estamos construyendo una red mundial de fabricación. Nuestras inversiones en instalaciones, tecnologías y recursos, junto con nuestro compromiso para fabricar más productos internamente, fortalece nuestra calidad líder en el sector y nuestra capacidad operativa”

**DAVID PEZZULLO**, Director de Operaciones Internacionales de Herbalife Nutrition

\* La Fundación Nobel no está afiliada a Herbalife Nutrition y no examina, aprueba ni respalda los productos Herbalife Nutrition.

\*\* Administración de Alimentos y Medicamentos (por sus siglas en inglés)

## CONVIENE SABER

La Planta de Innovación y Fabricación de Herbalife Nutrition en Winston-Salem (Carolina del Norte) abarca una imponente superficie de 800.000 m. y un radio de 5 kilómetros, lo que la convierte en la mayor planta de Herbalife Nutrition hasta la fecha. Desde su inauguración en 2014, mejora nuestra capacidad para ofrecer los mejores productos nutricionales a personas de todo el mundo.



**NUESTROS  
AGRICULTORES  
SIEMBRAN LOS CAMPOS**



**Y CULTIVAN  
LA TIERRA**



**PARA  
GARANTIZAR  
LA CALIDAD**



**DURANTE TODO EL  
PROCESO**



**HASTA QUE LLEGUE  
A TUS MANOS**



### **INGREDIENTES ESCOGIDOS CON CRITERIO**

Apostamos por la agricultura responsable y métodos de producción avanzados para elaborar los mejores productos posibles. Además, tenemos un equipo de científicos y fabricantes de todo el mundo dedicados a la identificación exclusiva de las mejores de fuentes de ingredientes.



### **PRODUCTOS ELABORADOS CON ESmero**

Nos esforzamos al máximo para que los productos de Herbalife Nutrition cumplan o superen los estándares de calidad del sector. Podés confiar en la pureza y el valor de cada uno de nuestros ingredientes, así como en la integridad de nuestros procesos.



### **TE OFRECEMOS PRODUCTOS DE ALTA CALIDAD**

Gracias al uso de tecnología avanzada, supervisamos atentamente el entorno en el que se almacenan nuestros productos, asegurándonos de que, cuando los recibas, sigan siendo tan beneficiosos y eficaces como cuando en el momento de su producción.

# Nuestros Expertos

Nuestros expertos notables en nutrición y ciencia participan activamente en el desarrollo y prueba de todos los productos de Herbalife Nutrition, para garantizar que sean de la más alta calidad. Ayudan a educar y formar a los Distribuidores de todo el mundo, proporcionándoles herramientas que les ayudan a inspirar a otros a vivir un estilo de vida activo y saludable. También, nuestros expertos son miembros de diversas sociedades de investigación y grupos dietéticos en todo el mundo.



**Kristy Appelhans,**  
NMD, M.S.

Vicepresidenta Global de  
Seguridad del Consumidor



**Kent Bradley,**  
M.D., MBA, MPH

Director de Salud y Nutrición



**Susan Bowerman,**  
M.S., RD, CSSD,  
CSOWM, FAND

Directora Sénior Global de  
Entrenamiento y Educación  
Nutricional



**Vasilios "Bill" Frankos,**  
Ph.D., M.S.

Consultor Corporativo Sénior  
de Cumplimiento, Seguridad y  
Ciencia de Productos



**David Heber,**  
M.D., Ph.D., FACP, FASN

Presidente del Instituto de  
Herbalife Nutrition



**Luigi Gratton,**  
M.D., M.P.H.

Vicepresidente de  
Entrenamiento

# EXCELENCIA EN LA CIENCIA

## EXPERTOS NOTABLES



**Louis Ignarro,**  
Ph.D.

---

Integrante del Consejo Consultor de Herbalife Nutrition, galardonado con el Nobel\* en Medicina



**Rocío Medina,**  
M.D.

---

Vicepresidenta e Integrante del Consejo Consultor de Herbalife Nutrition



**Dana Ryan,**  
Ph.D., MBA, M.A.

---

Directora de Educación y Rendimiento Deportivo



**Gary Small,**  
M.D.

---

Integrante del Consejo Consultor de Herbalife Nutrition



**Samantha Clayton,**  
OLY, ISSA-CPT

---

Vicepresidenta de Rendimiento Deportivo y Educación Física



**Laura Chacón-Garbato,**  
LME

---

Directora de Entrenamiento de Productos de Nutrición

¿Ya nos sigues en nuestras

# redes sociales?

Encuétranos en:



[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)

¡Y entérate de las **últimas  
novedades sobre  
productos** y más!



# Mañanas nutritivas con Herbalife Nutrition

¿Con qué frecuencia te saltas el desayuno o tomas un café con bocadillo fuera de casa a media mañana? ¿Una vez por semana? ¿Dos veces? ¿Todos los días?

“Desayunar” significa literalmente romper el ayuno nocturno. Dado que en ese momento llevamos unas horas sin ingerir alimentos, no es de extrañar que se denomine la comida más importante del día, ya que proporciona al organismo la energía necesaria para ponerse en marcha por la mañana.

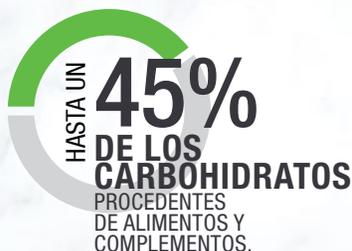
## Tomar un desayuno equilibrado con regularidad significa\*

- Dieta general más equilibrada
- Aumento de la ingesta de vitaminas y minerales
- Mayor probabilidad de cumplir el objetivo de 5 piezas de frutas y verduras al día



## ¿Cómo es un desayuno saludable y equilibrado?

Un desayuno saludable que te ayuda a alcanzar la ingesta diaria recomendada de calorías se compone de:



Estos porcentajes se encuentran dentro de los rangos aceptables de distribución de macronutrientes (AMDR) recomendados por las Academias Nacionales de Ciencias de los Estados Unidos.

El Desayuno Nutritivo de Herbalife Nutrition sabe de maravilla, está lleno de nutrientes y requiere poca o ninguna preparación. ¿Te parece poco? ¡Podés hacerlo a tu medida!

1



### NUTRITE

Disfrutá del delicioso y cremoso **Batido Fórmula 1** – todo el sabor, mientras **controlas las calorías**.

2



### HIDRATATE

Echale creatividad y enriquece el agua con el **Concentrado Herbal Aloe**. Podés añadir también fruta fresca, verduras y hierbas. Empezá el día con un **excepcional sabor personalizado**.

3



### REFRESCATE

Al despertar, disfrutá de una **refrescante Bebida instantánea** a base de extracto de té y hierbas aromáticas.

# Una buena nutrición con el sabor que amás

El Batido Nutricional Fórmula 1 se trata de una opción nutritiva, rica en nutrientes y que puede ayudarte a controlar peso.

## Batido Nutricional Fórmula 1

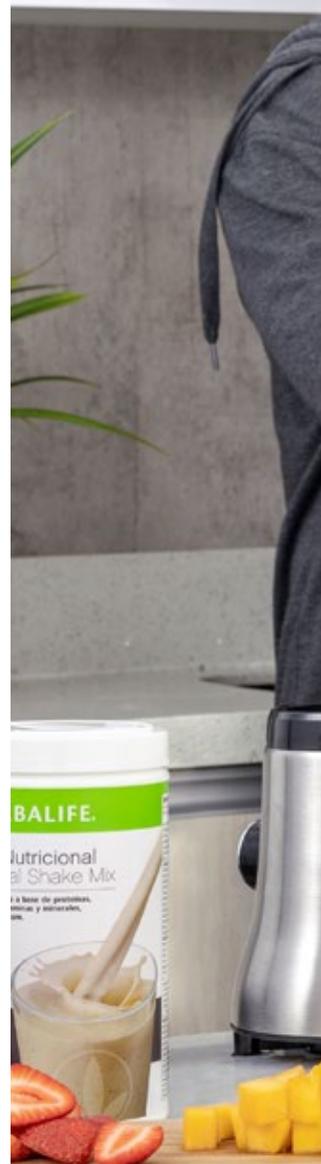
### ¿Qué es lo que hace?

- 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 soja de alta calidad ayuda a construir y mantener la masa muscular
- Es fácil de adaptar a tu gusto y necesidades.

### ¿Qué hay en él?

- Vitaminas y minerales para ayudar a llenar los vacíos nutricionales.
- Alrededor de 180 calorías de calidad cuando se prepara con leche descremada y 100 calorías con agua.
- Contiene vitaminas A, 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 fuentes como la soya.

Chocoavellana	SKU#0884
Cookies & Cream	SKU#0146
Dulce de Leche	SKU#0940
Vainilla	SKU#0141
Canela y Especias	SKU#2638
Naranja-Crema	SKU#1134
Banana Caramelo	SKU#1522



**Nutritivo y delicioso:** El aporte de proteínas de nuestros batidos proviene principalmente de la soja, una de las más completas de origen vegetal. Brinda 9 aminoácidos esenciales que tu cuerpo necesita y no puede producir por sí solo, además de llevarte una buena cantidad de fibra que solo consigues de fuentes no animales.



Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.

# Proteínas

Las proteínas son componentes esenciales de todas las células del organismo; se trata de un macronutriente compuesto por distintas combinaciones de 22 “bloques de construcción” llamados aminoácidos. Las proteínas tienen diferentes funciones en el cuerpo, entre ellas, la contribución al aumento de la masa muscular y al mantenimiento de los huesos en condiciones normales. Sin suficientes proteínas, puede ser difícil mantener una dieta equilibrada y esto podría tener como resultado que se dificulte alcanzar tus objetivos.

Procurá que alrededor del 30% de tu ingesta diaria de calorías proceda de las proteínas<sup>1</sup>. Cuando realizás ejercicio, tu cuerpo necesita más proteínas para construir y mantener la masa muscular. Por tanto, tené en cuenta que las necesidades proteicas pueden diferir.

## ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

Una combinación de fuentes de proteínas vegetales y animales cada día. La soya o soja es una de las mejores fuentes vegetales en cuanto a calidad nutricional se trata, ya que es una proteína considerada “completa” que proporciona todos los aminoácidos esenciales en cantidades adecuadas. Dado que otras fuentes vegetales de proteínas como los frutos secos, los cereales, las semillas y las legumbres no son “proteínas completas” al no proveer cantidades suficientes de aminoácidos esenciales que el cuerpo no puede producir, procura combinarlas para obtener un aporte completo y suficiente de todos los aminoácidos esenciales.

En cuanto a las proteínas de origen animal, cabe mencionar las siguientes fuentes de alta calidad: pescado, aves, huevos y lácteos descremados y carnes magras, que proporcionan además valiosos nutrientes como hierro, zinc y vitaminas del grupo B.

<sup>1</sup> Este porcentaje se encuentra dentro de los rangos aceptables de distribución de macronutrientes (AMDR) recomendados por las Academias Nacionales de Ciencias de los Estados Unidos.

# Proteína que te acompaña siempre

Deliciosa barra snack con proteína y cubierta de chocolate con leche para llevar siempre contigo.

## Barra de Proteína Deluxe SKU#1119

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

Consumila de 1 a 2 veces por día como un bocadillo nutritivo



Información en base al contenido de Proteína. Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.

# Proteínas para potenciar tu día

Si buscás más opciones de proteínas, aparte de tu Batido Nutricional Fórmula 1, entonces estas dos opciones son para vos.





## **Bebida de Proteína en Polvo (PDM)**

**SKU#1122**

---

Una deliciosa manera de complementar tu Batido Nutricional F1 y reforzar tu consumo de proteína, vitaminas y minerales.

- Contiene 17 g de proteína que ayuda a satisfacer tu apetito y mantener la masa muscular
- Aporta 13 vitaminas y 9 minerales
- Fuente de vitaminas antioxidantes C y E
- Solo 2,9 gramos de carbohidratos
- Delicioso sabor a vainilla
- Libre de gluten

## **Beverage Mix**

**SKU#093K**

---

Una ligera, nutritiva e hidratante mezcla de proteína en polvo, ideal para consumir en cualquier momento y en cualquier lugar. La proteína nunca fue tan refrescante.

- Mezcla de proteínas en polvo ideal para consumir entre comidas
- Cada porción contiene proteína aislada de suero de leche y gelatina hidrolizada
- Aporta 15 g de proteína
- Bajo en azúcar y grasa
- Solo 71 calorías
- Es fácil y rápida de preparar
- Refrescante sabor a mix frutal

# Proteína a tu medida

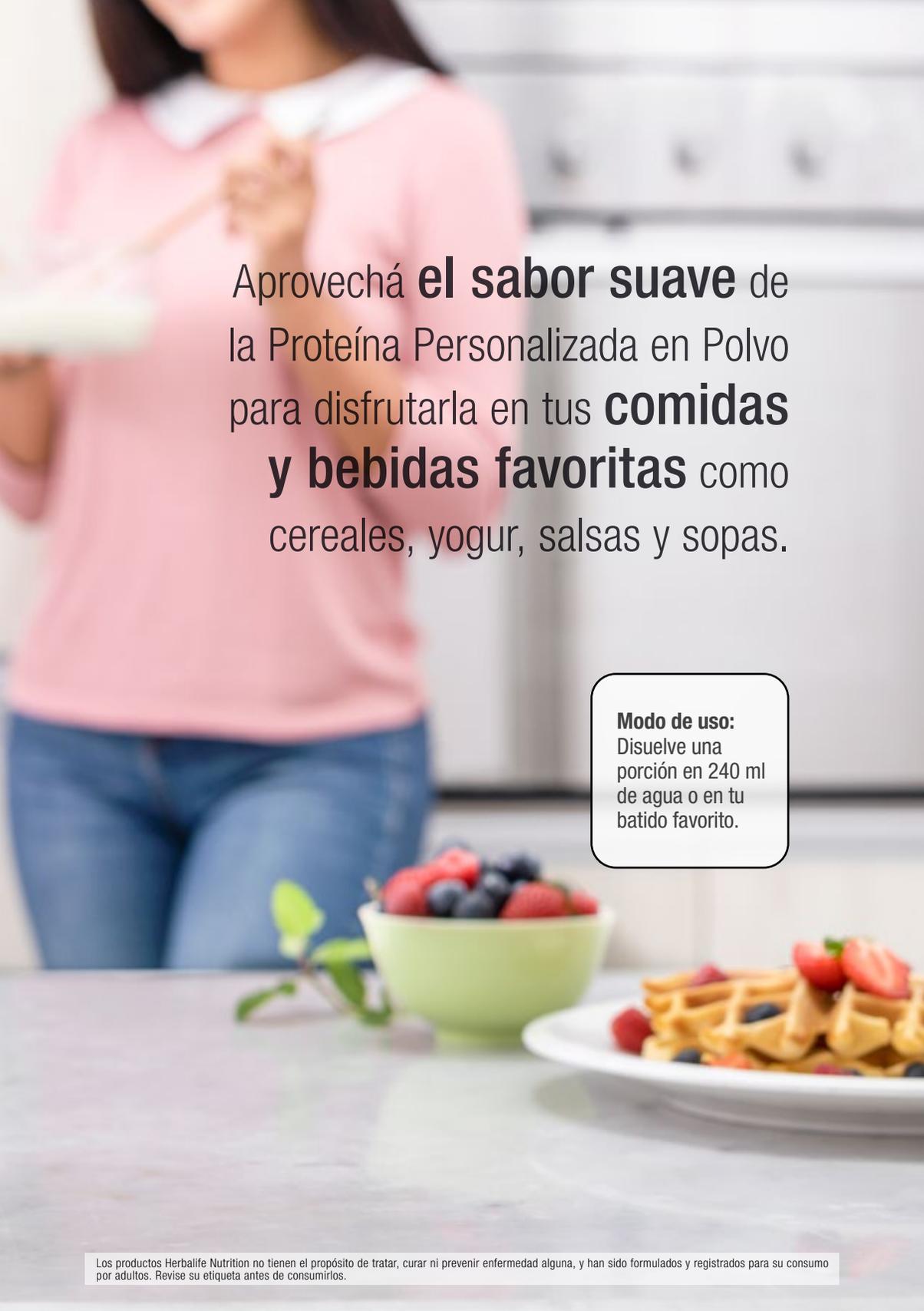
Reforzá tu nutrición con la Proteína Personalizada en Polvo. Un práctico complemento para incrementar tu ingesta diaria de proteína.

## Proteína Personalizada en Polvo SKU#0242

- Combinación de proteína de soja y suero de leche
- Ayuda a aumentar o mantener la masa muscular\*
- Ideal para mezclar con tu batido o comida favorita
- Excelente opción si quieres una fuente de proteína baja en calorías, libre de grasas y carbohidratos
- Se disuelve fácilmente con bebidas frías o calientes
- Una forma fácil y divertida de incrementar tu ingesta diaria de proteína



\*Información en base al contenido de proteína. El consumo de Proteína Personalizada en Polvo ayuda a cubrir las necesidades diarias de proteína para el desarrollo y mantenimiento de la masa muscular.



Aprovechá **el sabor suave** de la Proteína Personalizada en Polvo para disfrutarla en tus **comidas y bebidas favoritas** como cereales, yogur, salsas y sopas.

**Modo de uso:**

Disuelve una porción en 240 ml de agua o en tu batido favorito.

# Batido Choco Explosión

## INGREDIENTES:

- 1 cuchara medidora de **Batido Nutricional Fórmula 1 sabor cookies & cream**
- 1 cuchara medidora de **Batido Nutricional Fórmula 1 sabor chocoavellana**
- 2 cucharas medidoras de **Protein Drink Mix (PDM)**
- 1 taza de agua
- Hielos al gusto

## Topping:

- 1 cucharada de chispas de chocolate sin azúcar

## PREPARACIÓN

Colocar todos los ingredientes, excepto el hielo, en la licuadora.

Licuar hasta que esté todo bien mezclado y dejar reposar para que espese.

Volver a licuar a velocidad media o baja y agregar el hielo.

Aumentar la potencia de la licuadora y licuar hasta que se obtenga la consistencia deseada. Servir y decorar con el topping.

## Valores Nutricionales por porción:

Calorías	Proteína	Carb.	Grasa
312	28 g	30 g	9 g

Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.



# Waffles

## INGREDIENTES:

### Para la masa

- 2 cucharas medidoras de **Batido Nutricional Fórmula 1 sabor cookies & cream**
- 1 cuchara medidora de **Protein Drink Mix (PDM)**
- 2 cucharadas de agua
- 2 huevos
- 1 cucharadita de polvo de hornear
- 1 cucharadita de esencia de vainilla
- 1 cucharadita de canela en polvo
- 2 cucharadas de avena

### Para el sirope

- 1 cuchara medidora de **Batido Nutricional Fórmula 1 de tu sabor favorito**
- 1 cucharada de leche descremada en polvo
- 1 - 2 cucharadas de agua
- 1 cucharada de almendras tostadas (6 aprox.)

## PREPARACIÓN

Mezclar todos los ingredientes para la masa en un bowl hasta obtener una consistencia homogénea. En la wafflera previamente calentada, rociar aceite en spray (de ser necesario) y verter la mezcla.

Para el sirope, en una taza agregar el Batido F1 de tu sabor favorito, la leche y una (a dos) cucharada de agua. Mezclar hasta obtener la consistencia de un sirope.

Una vez el waffle esté listo, servir y decorar con el sirope y las nueces de preferencia.

### Valores Nutricionales por porción:

Calorías	Proteína	Carb.	Grasa
566	45 g	50 g	19 g

Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.



Disfruta de más recetas en  
[MiNutricionFavorita.com](https://MiNutricionFavorita.com)



# Activa la belleza que llevas dentro

Una piel de aspecto saludable comienza desde el interior. Collagen Drink es nutrición para tu piel. Con un refrescante sabor a limonada de fresa, Collagen Drink tiene alto contenido en vitaminas y minerales claves que contribuyen al cuidado de la piel, las uñas y el cabello\*. Nutrición para tu piel, respaldado por la ciencia gracias a Verisol®<sup>1</sup>, con resultados probados\*\*.

## Collagen Beauty Drink Sabor Limonada de fresa SKU#3987

- Contiene vitaminas antioxidantes A, C y E.
- Su fórmula contiene colágeno Verisol®<sup>1</sup>, el cual ayuda a brindar estructura y a incrementar la elasticidad normal de la piel.
- No contiene saborizantes ni edulcorantes artificiales.
- Ayuda a controlar las calorías consumidas sin reducir el aporte de nutrientes esenciales

<sup>1</sup> Verisol® y los péptidos bioactivos de colágeno son marcas registradas de Gelita AG.

\* Biotina, cobre, niacina, yodo, vitamina A y Zinc contribuyen al mantenimiento de la piel en condiciones normales. Biotina, selenio y zinc contribuyen al mantenimiento del cabello en condiciones normales. Selenio y zinc contribuyen al mantenimiento de las uñas en condiciones normales.

\*\* Resultados probados sobre las arrugas del contorno de los ojos y la elasticidad de la piel tras 4 semana de consumir 2.5 g/día de Verisol®

**Modo de uso:**

Mezcla 1 cuchara medidora (5.7g) de polvo con 240 ml de agua. Tómalo una vez al día junto a alguna de tus comidas. Usa este producto dentro de una dieta balanceada y variada, como parte de una vida activa y saludable.



# Vitaminas & Minerales

Las vitaminas y los minerales son micronutrientes esenciales necesarios para muchas de las reacciones químicas que realiza el cuerpo cada día. Muchos minerales, como el calcio y el magnesio, también cumplen funciones estructurales en el organismo\*.

Sin embargo, el cuerpo no puede sintetizar todas las vitaminas y minerales que necesita para tener un funcionamiento óptimo; de ahí la gran importancia de una dieta saludable. Los complementos diarios con vitaminas y minerales pueden ayudarte a cubrir tus necesidades diarias de cada uno, todos los días.

## ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

La mayoría de los alimentos que consumes te proporcionarán una variedad de minerales y vitaminas esenciales. Cada nutriente tiene un uso diferente en el cuerpo, por lo que cada persona puede beneficiarse al consumir cantidades adecuadas de diferentes vitaminas o minerales. Por ejemplo, las espinacas son ricas en vitaminas C y E, las cuales contribuyen a la protección de las células frente al daño oxidativo, mientras que el fósforo y el calcio de la leche, el yogur y las semillas contribuyen al mantenimiento de los huesos en condiciones normales. Las vitaminas del complejo B ayudan al cuerpo a convertir los alimentos en 'combustible'\*\*\* y la vitamina K contribuye a la coagulación sanguínea normal y al mantenimiento de los huesos en condiciones normales.

\* El calcio y el magnesio son necesarios para el mantenimiento de los huesos y los dientes en condiciones normales.

\*\* Las vitaminas B1, B2, B3, B5, B6 y B12 contribuyen al metabolismo energético normal.

\*\*\*

## Complejo Multivitamínico Fórmula 2 SKU#3122

Una práctica forma de complementar tu nutrición

- Provee 12 vitaminas y 10 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

Vitaminas  
B, C y E

10 minerales  
esenciales

## Xtra-Cal Advanced SKU#0020

Tabletas con calcio, vitamina D y minerales

- El calcio y otros minerales como el magnesio y el zinc contribuyen a mantener huesos y dientes sanos.
- La vitamina D ayuda al organismo a utilizar el calcio y el fósforo

Vitamina  
D

Calcio &  
Magnesio



# Grasas saludables

Tu cuerpo necesita pequeñas cantidades de grasa para funcionar correctamente, pero hay que distinguir entre las que son buenas para el bienestar y las que no. Los ácidos grasos insaturados (por ejemplo, las poliinsaturadas como el Omega-3) se consideran mejores para el bienestar, ya que, entre otras funciones, pueden ayudar a mantener el nivel de triglicéridos en la sangre dentro de un intervalo normal<sup>1</sup>. Una dieta rica en grasas saturadas (de aperitivos procesados y productos de origen animal) puede contribuir al aumento de la concentración del colesterol en la sangre. Dado que las grasas son una fuente concentrada de calorías, es recomendable que hasta un 30% de las calorías diarias procedan de grasas, priorizando el consumo de los tipos saludables de grasas alimentarias\*.

## ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

Las grasas saludables son las que están presentes principalmente en el pescado, los frutos secos, el aceite de oliva y el aguacate. Para asegurarte de consumir esos saludables Omega-3, procura comer pescado al menos dos veces por semana, especialmente pescados grasos de agua fría como el salmón o la caballa, dentro de una comida saludable y equilibrada. También puede ser útil contribuir a la ingesta de estas grasas saludables mediante un complemento alimenticio para obtener los efectos beneficiosos de los EPA y DHA (ácidos grasos Omega-3): cuidar el bienestar del corazón<sup>2</sup> y mantener el funcionamiento normal del cerebro y de la vista<sup>3</sup>, así como la tensión arterial normal<sup>4</sup> y la concentración normal de triglicéridos en sangre<sup>1</sup>.

1 El DHA y el EPA contribuyen a mantener los niveles normales de triglicéridos en la sangre (el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 2 g de EPA y DHA).  
2 El EPA y el DHA contribuyen al funcionamiento normal del corazón (el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 250 mg de EPA y DHA).

3 El DHA contribuye a mantener el funcionamiento normal del cerebro y al mantenimiento de la visión en condiciones normales (el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 250 mg de DHA).

4 El DHA y el EPA contribuyen a mantener una tensión arterial normal (el efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de EPA y DHA). No superar una ingesta diaria suplementaria de 3 g de EPA y DHA combinados.

\*Este porcentaje se encuentra 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.

## Herbalifeline SKU#0065

---

Omega 3 para tu salud cardiovascular

- Exclusiva mezcla de lípidos marinos altamente refinados que contiene ácidos grasos Omega 3\*
- Contiene aceites esenciales de tomillo, menta y clavo que minimizan el sabor a pescado
- Incluye vitamina E, que apoya la protección contra los radicales libres
- Cápsulas blandas fáciles de ingerir
- Contribuye al normal funcionamiento del corazón



# Hidratación

El cuerpo humano se compone de alrededor de un 60% de agua, la cual es esencial para que este funcione correctamente y se mantenga saludable. El agua contribuye al mantenimiento de la regulación normal de la temperatura del cuerpo, protege los órganos y tejidos del cuerpo y lubrica las articulaciones. Además, la mayoría de las reacciones químicas del organismo se producen en el agua. No beber suficientes líquidos puede tener efectos negativos en el organismo; por tanto, para mantener la función física y cognitiva normal, procura consumir la ingesta recomendada de al menos 2 litros de líquidos al día. Lo ideal es beber agua, pero las bebidas tales como zumos de fruta e infusiones también contribuyen a la ingesta diaria de líquidos. Hay que destacar que los alimentos ricos en agua también nos ayudan a mantenernos hidratados. Es importante que aumentes tu ingesta de líquidos durante el ejercicio o cuando la temperatura sea alta, para reemplazar la que perdés mediante el sudor.

# Una excelente opción baja en calorías

Siempre buscamos formas de cuidarnos y qué mejor si podés hacerlo de una manera deliciosa y que impulse nuestro bienestar. Con Herbal Aloe Concentrado, puedes disfrutar los beneficios refrescantes del Aloe vera en cualquier momento de tu día.



## Herbal Aloe Concentrado

- Contiene las conocidas propiedades refrescantes del Aloe vera
- Podés consumirlo como complemento de tu alimentación diaria
- Disfrútalo con agua o mézclalo con tu bebida favorita

Original	SKU#0006
----------	----------

Mandarina	SKU#2631
-----------	----------

### Modo de uso:

Agitá el envase y mezclá 1½ cucharadas de sopa en 120 ml (media taza) de agua o en tu bebida favorita.

# Té Concentrado de Hierbas

## Elegí el que va contigo

- Deliciosa bebida que hidrata tu cuerpo, ya sea fría o caliente
- 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
- Junto con una dieta balanceada, contribuye a aumentar naturalmente las defensas antioxidantes de tu cuerpo

Original 102 g	SKU#0106
----------------	----------

Original 51 g	SKU#0105
---------------	----------

Limón 51 g	SKU#0255
------------	----------



Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.

# Fibra

La fibra es un tipo de hidrato de carbono no digerible que apoya la salud digestiva. Existen dos tipos: soluble e insoluble, y en los vegetales generalmente se encuentra una mezcla de ambos tipos<sup>1</sup>. Algunas fibras solubles (avena, fréjoles, 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. Tener una alimentación con un alto contenido de fibra puede favorecer la regularidad intestinal y también puede ayudar a mantener una microbiota intestinal diversa<sup>2</sup>, una de las características de una microbiota sana<sup>3</sup>. Es recomendable que las personas adultas consuman 25 g de fibra al día<sup>4</sup>. No obstante, hay estudios que demuestran que el 72% de los hombres y el 87% de las mujeres no alcanzan esta recomendación diaria<sup>5</sup>. Si tu ingesta actual de fibra es baja, aumenta el consumo de fibra gradualmente y bebe mucha agua.

1 Bader Ul Ain, H. et al., 2019. J. Food Process. Presery. 43.

2 Holscher, D.H., 2017. Gut Microbes 8, 2: 172-84

2 Feilong D, et al., 2019. Aging 11, (2): 289-90.

3 Estudio de la AESA sobre productos dietéticos, nutrición y alergias (NDA, por sus siglas en inglés).

Diario de la AESA 2010; 8(3): 1462.

4 Nutr Res Rev. 2017 Jul 5: 1-42

# Fibra Activa

## Buena para ti

¿Sabés lo que la fibra puede hacer por ti? Si estás buscando un producto dietario rico en fibra y bajo en calorías, dile sí a Fibra Activa y añádela a tu rutina diaria de nutrición. La fibra también es importante para la salud intestinal y un aumento en el consumo de fibra en general, junto con una reducción en la ingesta de calorías y grasas, contribuyen a la reducción del peso corporal.

### Fibra Activa

SKU#2864

- El aporte de fibra ayuda a complementar tu nutrición diaria.
- Delicioso sabor a manzana
- Promueve la salud digestiva
- Una porción otorga 5 g de los 25 g de fibra recomendada a diario
- La fibra es un componente esencial de la dieta para lograr un estado óptimo de salud

#### ¿Cómo usarla?

Mezclá 1 cucharada medidora (7 g) de fibra activa en 200 ml de agua o tu bebida favorita  
Un delicioso aporte de fibra al instante. Tomala 1 - 2 veces al día.



# 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.



# La línea deportiva Herbalife24

Tanto si hacés actividad física moderada como si eres un deportista de élite, la línea deportiva Herbalife24® te ofrece los productos para ayudarte a la preparación, el entrenamiento y la recuperación\*\*\*\*. Al ser una línea de nutrición deportiva para las 24 horas del día, no es de extrañar que numerosos equipos deportivos, deportistas profesionales y eventos de todo el mundo utilicen productos Herbalife24 para rendir al máximo.

## H24 Drive | SKU#1478

- Impulsá tu entrenamiento y mejora tu hidratación
- Brinda energía rápida para recargarse durante el ejercicio
- Contiene carbohidratos y 273 mg de electrolitos vitales, para ayudar a mantener el rendimiento durante la práctica deportiva y la hidratación.
- Formulado con vitaminas B1 y B12 que apoyan el normal funcionamiento del metabolismo energético



Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Revise su etiqueta antes de consumirlos.

# Recargáte

Con la línea de té N-R-G, elevá la sensación de energía para para ayudarte a mantenerte activo durante todo el día.

- Contiene cafeína, aportada por el té orange pekoe y las semillas de guaraná, que apoya el estado de alerta mental, la concentración y te ayuda a sentirte con más energía
- Mezcla de té instantáneo bajo en calorías
- Refrescante mezcla de té orange pekoe y guaraná

---

Original

SKU#0102

---



**¿Cómo usarlo?**

Mezclá 1/2 cucharadita  
con 200 ml de agua fría  
o caliente



# Un cuidado fresco y natural para tu cabello y cuerpo

¿Te imaginas llenarte de una sensación refrescante al mismo tiempo que le das un gran cuidado a tu piel y a tu 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!



## Shampoo Fortificante | SKU#2564

- Ayuda a reparar y fortalecer el cabello.
- Ayuda a conservar el color del cabello teñido.
- Sin sulfatos ni parabenos adicionados

## Acondicionador Fortificante | SKU#2565

- Ayuda a conservar el color del cabello teñido.
- Ayuda a desenredar y peinar el cabello cuando está mojado
- Sin sulfatos ni parabenos adicionados

## Gel Refrescante Corporal | SKU#2562

- Gel refrescante corporal de uso diario.
- Resultados de suavidad y tersura clínicamente mostrados.\*
- Contiene Aloe vera, que puede apoyar la humectación de la piel.
- Puede ayudar a aliviar la resequedad de la piel que puede dar lugar a agrietamiento, picazón y rugosidad.
  - Sin adición de parabenos.
  - Sin fragancia



## 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.
- Contiene una mezcla única de agentes humectantes, de rápida absorción
- Sin parabenos adicionados.
- Con ingredientes botánicos

## Jabón líquido para Manos y Cuerpo | SKU#2561

- Fórmula a base de Aloe vera e ingredientes derivados del aceite de oliva que se ha mostrado humectan la piel
- Limpia, humecta y suaviza la piel
- Sin sulfatos ni parabenos adicionados

### Tu baño diario nunca fue tan placentero

**LAVÁ:** Comenzá con el Shampoo Fortificante Herbal Aloe. Echá una cantidad en la palma de tu mano y espárcela sobre tu cabello, usando la punta de tus dedos para masajear tu cuero cabelludo. Continúa con el Acondicionador Fortificante para darle suavidad a tu cabello.

**LIMPIÁ:** Limpiá tu piel y bríndale hidratación con el Jabón Líquido para Manos y Cuerpo. En una esponja de baño, aplica una cantidad del jabón líquido y esparce la espuma por tu cuerpo.

**HIDRATA:** Después de bañarte, continúa tu rutina con la Crema para Manos y Cuerpo, formulada con ingredientes botánicos para brindarte hidratación, además se absorbe rápidamente.

**HERBALIFE**  
**SKIN**

# Nutrición botánica ciencia superior

Herbalife SKIN® es una línea de cuidado de la piel clínicamente probada en la que podés confiar. Formulada con botánicos naturales, vitaminas y minerales.



## A. Limpiador Cítrico

SKU#0766

---

- Limpiador con toques de naranja y pomelo, microesferas de ésteres de jojoba
- Fórmula con microesferas revitalizantes
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos

## B. Limpiador Relajante de

Sábila SKU#0765

---

- Limpiador a base de sábila con fragancia fresca y suave
- Elimina el exceso de grasa y suciedad y quita el maquillaje ligero de la piel, sin irritarla
- La sábila suaviza y humecta la piel
- 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 de día o de noche
- Humecta tu piel delicadamente
- Tu piel se sentirá fresca y limpia sin sequedad ni picazón
- Sin adición de parabenos

## D. Sérum Reductor de Líneas

SKU#0768

---

- Contiene aloe vera/sábila que se ha visto que hidrata la piel.
- Contiene extracto de semillas de castaña, un ingrediente acondicionador conocido por contribuir a una apariencia suave y tersa de la piel.
- Sin adición de parabenos

## E. Crema Hidratante

para Contorno de Ojos

SKU#0771

---

- Probada clínicamente por su intenso efecto hidratante en la piel después de ocho horas\*
- Hidrata y suaviza la delicada zona de los ojos\*
- Contiene aceite de semillas de macadamia
- Sin adición de parabenos

\* Clínicamente probado en sujetos midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. La piel del 97% de los sujetos mostró niveles de hidratación que duplicaron el nivel base luego de 8 horas.

Los productos Herbalife Nutrition no son medicamentos y no tienen efectos terapéuticos. Revise con detalle sus ingredientes, precauciones, condiciones e indicaciones de uso en sus etiquetas. Herbalife Nutrition recomienda realizar una prueba de parche en la piel antes de usar cualquier producto de cuidado personal. En caso de reacción adversa, suspenda el uso inmediatamente y consulte a su médico de ser necesario.

## G. Crema Renovadora de Noche

SKU#0774

---

- Contiene aceite de semilla de girasol, aceite de semilla de macadamia, aceite del fruto del olivo y aceite de semilla de ajonjolí (sésamo)
- Probada clínicamente para mostrar que la hidratación de la piel se duplica por ocho horas\*\*
- Sin adición de parabenos

## H. Crema Humectante Protectora de Día de Amplio Espectro SPF 30

SKU#0899

---

- Probado clínicamente para mostrar que la hidratación de la piel se duplica por ocho horas^
- Proporciona protección de amplio espectro UVA/UVB
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos

\*\*Clínicamente probado en sujetos midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. La piel del 100% de los sujetos mostró niveles de hidratación que duplicaron el nivel base luego de 8 horas.

^ Clínicamente probado en sujetos midiendo los niveles de hidratación de la piel en intervalos de ocho horas. La piel del 100% de los sujetos mostró niveles de hidratación que duplicaron el nivel base luego de 8 horas.



## I. Mascarilla Purificadora de Arcilla con Menta

SKU#0773

---

- Contiene arcilla bentonita conocida por sus efectos absorbentes y tonificantes.
- Un toque de menta verde y romero estimula tus sentidos
- Sin adición de parabenos, ni sulfatos

## J. Exfoliante Instantáneo con Arándanos

SKU#0772

---

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



# Responsabilidad Social en Herbalife Nutrition

En Herbalife Nutrition protegemos el medio en que vivimos y por otro lado generamos acciones que impactan positivamente en la nutrición y la salud de millones de personas. Contamos con tres programas clave:

## Fundación Herbalife Nutrition

La Fundación de **Herbalife Nutrition (HNF)** a través de su programa **Casa Herbalife**, tiene la misión de mejorar la vida de los niños en todo el mundo mediante el acceso a una **buena nutrición**. En las 17 casas Herbalife Nutrition, **ayudamos a 2.900 niños en Centro y Sudamérica**. A su vez, cuenta con el programa **Alivio de Desastres Naturales** para responder a catástrofes con campañas de emergencia humanitaria junto a asociaciones como Cruz Roja, Save the Children, entre otras.

Conoce más en [www.herbalifenutritionfoundation.org](http://www.herbalifenutritionfoundation.org) o escaneando el QR



# Nutrición para Hambre Cero (NFZH)



Herbalife Nutrition está comprometido con **reducir el hambre a cero.**

Como líder mundial en nutrición, Herbalife Nutrition ayuda a enfrentar los desafíos globales del **hambre, la inseguridad alimentaria y la desnutrición.**

Trabajando junto a socios dedicados sin fines de lucro, podemos reducir el hambre a cero.

Estando acorde con el segundo **Objetivo de Desarrollo Sostenible de las Naciones Unidas**, este programa se encarga de proporcionar alimentos nutritivos y educación nutricional a comunidades de todo el mundo.

Este programa asiste esta problemática a través de: **donaciones de producto, alianzas estratégicas, educación nutricional y actividades de voluntariado.**

Conoce más en [www.yosoyherbalifenutrition.com/quienes-somos/nutricion-para-el-hambre-cero](http://www.yosoyherbalifenutrition.com/quienes-somos/nutricion-para-el-hambre-cero) o escaneando el QR



## Impacto ambiental

+ VERDE

Nuestra huella ambiental está en el ciclo de vida del producto desde la semilla a la mesa.

Nos enfocamos en **3 áreas clave:** Obtención de materia Prima, Operaciones y Envasado

### Impacto ambiental de la proteína vegetal

El ingrediente número uno de muchos de nuestros productos es la proteína vegetal derivada de la soja, que es parte de nuestro producto insignia, Fórmula 1.

La soja requiere menos tierra y agua y emite menos carbono que la proteína animal, esta proteína vegetal se desarrolla con menos recursos ambientales que la proteína animal, la cual contribuye a la emisión de gases de efecto invernadero. Consideramos que es imperioso ofrecer fuentes de proteínas convenientes, accesibles y sustentables.

### Operaciones

Dentro de nuestra huella ambiental de producción, seguimos identificando las emisiones de carbono y contamos con proyectos de conservación de recursos, con muchos de los cuales implementamos iniciativas tecnológicas y/o de eficiencia operativa.

### Envasado:

Incorporamos bolsas 100% biodegradables, programas de reciclado, así como reducción de plástico y papel en nuestros envases y distribución de nuestros productos.

En Centro y Sudamérica estamos llevando adelante estos proyectos a corto, mediano y largo plazo bajo nuestro programa **+ Verde.**

TUS RECETAS FAVORITAS

¿Ya descargaste nuestro

# libro de recetas?

Descubrilos aquí: [MiNutricionFavorita.com](http://MiNutricionFavorita.com)



**Aprende a preparar las mejores recetas para cualquier ocasión, junto a nuestro Team Herbalife Nutrition.**



Disfruta de más recetas en [MiNutricionFavorita.com](http://MiNutricionFavorita.com)

DEL CLUB

## Pizzeta con vegetales

Proteína en Polvo • Rinde 2 porciones

169 CALORÍAS\* 20 G PROTEÍNA\* 5 G GRASA\* 12 G CARBOHIDRATOS\*

### Ingredientes

#### Para la masa

- 2 cucharadas de **Proteína Personalizada en Polvo\*\***
- 2 cucharadas de avena molida
- 1 huevo
- 60 ml de agua
- 1 pizca de sal de ajo
- Aceite de canola en spray
- 1 cucharadita de sazónado estilo italiano

#### Toppings

- 2 cucharadas de salsa de tomate
- ½ taza (50 g) de queso mozzarella sin grasa rallado
- 1 tomate deshidratado
- ½ taza de champiñones salteados
- 2 rebanadas de pimientón morrón picado
- ½ taza de albahaca
- 14 g de aceitunas negras fileteadas

#### ¡Pruébala también en opción clásica!\*

Reemplazar los toppings por:

- 2 cucharadas de salsa de tomate
- ½ taza (50 g) de queso mozzarella sin grasa rallado
- 1 rebanada de jamón de pavo cortada en cuadrados

### Preparación

Mezclar todos los ingredientes para la masa en tu bowl hasta que queden completamente integrados y obtengas una consistencia ligeramente espesa. Rociar un poco de aceite en spray sobre la crepera previamente calentada a temperatura máxima y vierte la mezcla. Esperar a que se selle y voltear. Agregar en la misma, la salsa de tomate y esparcir uniformemente. Añadir queso mozzarella rallado sobre toda la superficie al igual que el resto de los ingredientes. Servir.

\*Calorías: 168 Proteína: 24 g Grasa: 4 g Carbohidratos: 6 g

\*Valores nutricionales aproximados por porción.

\*\*Los productos dietéticos no deben utilizarse como sustituto de una dieta equilibrada. RD: DE-1613. El nombre del producto y los valores nutricionales por porción pueden variar según el país.



OPORTUNIDAD DE NEGOCIO INDEPENDIENTE

# Abrite paso a un mundo de posibilidades

## 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 vos.





## Inspirá a otros. Viví 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. Vos podés 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 alcanzar sus objetivos de bienestar.

---

## ¿Cómo funciona?

Con trabajo duro y dedicación, tenés 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 de ventas, 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, comunicate con un Distribuidor Independiente Herbalife Nutrition.

HERBALIFE

24

NUTRICIÓN PARA EL  
DEPORTISTA 24 HORAS

# Nuevo CR7 DRIVE Bebida Hidratante

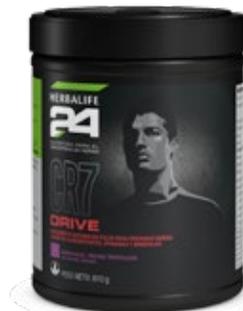


**Cristiano Ronaldo**

Deportista patrocinado por Herbalife Nutrition

- ~ 273 MG DE ELECTROLITOS
- ~ 50 CALORÍAS POR PORCIÓN
- ~ FÁCIL DE DIGERIR
- ~ NO CONTIENE SABORIZANTES O EDULCORANTES ARTIFICIALES

Los productos Herbalife Nutrition no tienen el propósito de tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna, y han sido formulados y registrados para su consumo por adultos. Antes de consumir el producto, lee detenidamente la etiqueta.



**CR7 Drive**  
SKU1478

## Herbalife Nutrition Paraguay

Av. Eusebio Ayala 4657.  
Asunción, Paraguay  
T. (021) 518 2000  
[Herbalife.com.py](http://Herbalife.com.py)



[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)