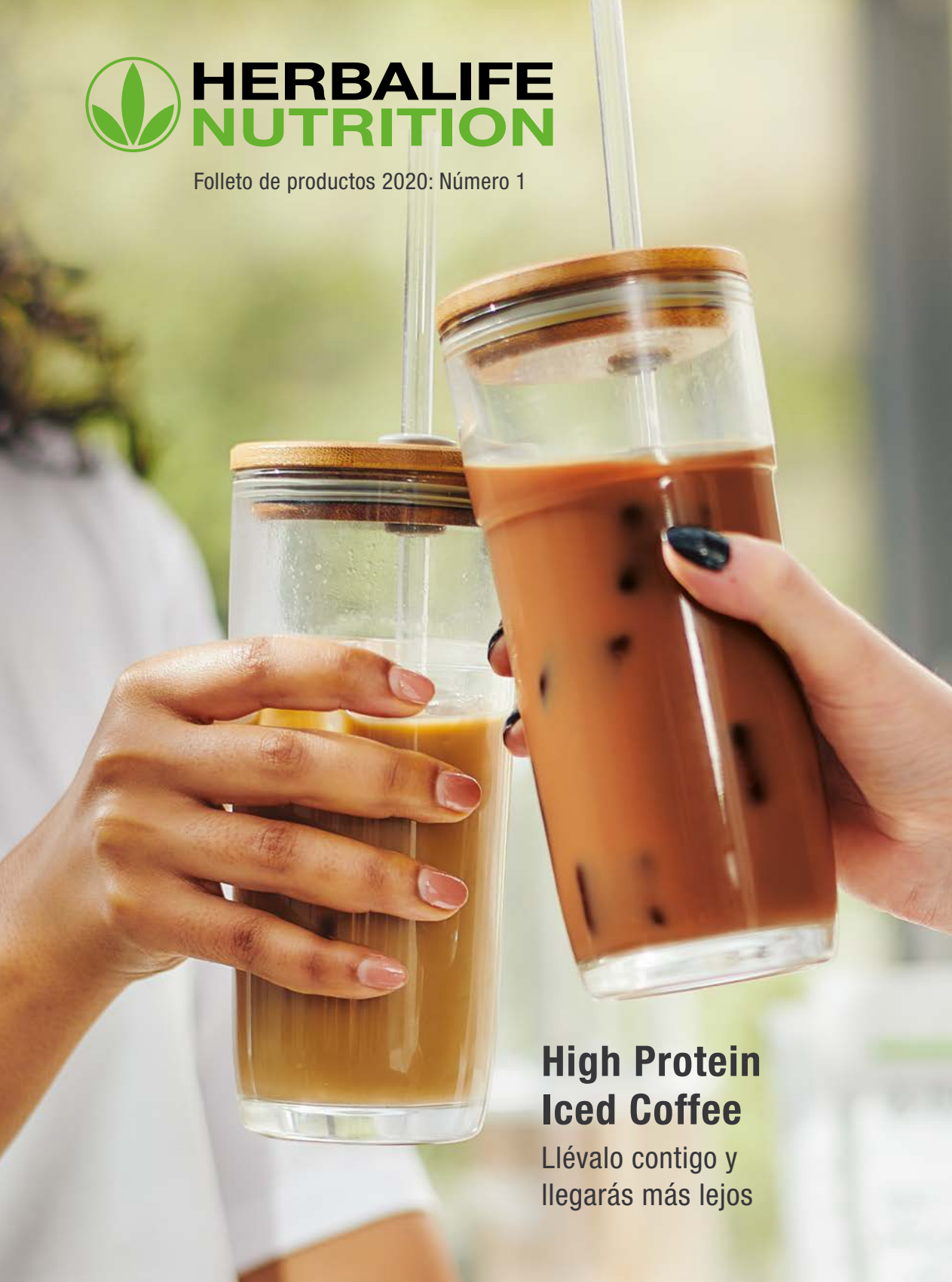




HERBALIFE NUTRITION

Folleto de productos 2020: Número 1



High Protein Iced Coffee

Llévalo contigo y
llegarás más lejos

Bienvenido a **Herbalife** **Nutrition**



SUMARIO:

¿Cuánto bienestar quieres tener?	6-7
Averigua los resultados de nuestra encuesta y aprende a hacer realidad tus objetivos.	
Nuevo Libro de Recetas	8-9
Hemos reunido 80 recetas deliciosas, desde entrantes a platos principales y postres, todas con productos de Herbalife Nutrition.	
Fórmula 1	18-19
Todo lo que necesitas saber acerca de la nueva generación de Fórmula 1	
High Protein Iced Coffee	24-25
Creado para las aventuras de la vida, grandes y pequeñas. Cada lote ha sido elaborado por expertos para obtener un resultado suave e intenso empleando exclusivamente granos de café Robusta y aporta 80 mg de cafeína por ración.	
Tri Blend Select	26-27
¡Nuevo sabor a Café Caramelo!	
Un batido de proteínas premium para tu bienestar con el que se acabaron las privaciones: ingredientes naturales de origen verificado que aportan una nutrición óptima y un delicioso sabor.	
Herbalife SKIN	48-49
Testado clínicamente para obtener una piel radiante y de aspecto más joven.	
Cuidado del cuerpo y del cabello	50-51
Hidratación, nutrición y efecto balsámico con aloe vera.	

Consume siempre productos de Herbalife Nutrition en el marco de una dieta equilibrada y variada, acompañada de un estilo de vida saludable. Para obtener más información, entra en www.herbalife.es o habla con tu Miembro de Herbalife Nutrition Independiente.

Por qué Herbalife Nutrition y por qué ahora

¡Ponte en contacto con tu Miembro de Herbalife Nutrition e infórmate sobre nuestra oportunidad de negocio!

De la semilla a la mesa

Productos de calidad elaborados para ti

Identificamos las necesidades de nuestros clientes y combinamos las conclusiones a las que llegamos con los últimos avances de la ciencia. A continuación, nuestros doctorados universitarios, científicos y nutricionistas colaboran con socios de primer nivel para proporcionar una mejor nutrición a los clientes. 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 (que incluye a David Heber, doctorado universitario y Presidente del Consejo Asesor de Nutrición de Herbalife Nutrition) han dedicado los treinta últimos años a crear productos de alta calidad y valor calórico moderado para que tu nuevo plan de alimentación saludable sea un poco más fácil.

Desde un premio Nobel* hasta el ex director de la FDA**, cada miembro del Consejo Asesor de Nutrición es una autoridad en su ámbito. 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 m² 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 de 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. Tenemos un equipo de científicos y fabricantes de todo el mundo dedicados a la identificación exclusiva de las mejores 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. Puedes confiar en la pureza y el valor de cada uno de nuestros ingredientes, así como en la integridad de nuestros procesos.



Te ofrecemos lo mejor en nutrición

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.

Pregúntate: ¿Cuánto bienestar quiero?

Ponerte a tope de forma es algo más que una mera cifra en la báscula. Es distinto para cada persona. Ya se trate de tu bienestar, felicidad, confianza o nivel de forma física, lo primero es fijar tus objetivos.

EL 72%
DE LOS ADULTOS
EUROPEOS RECONOCE
NO COMER SUFICIENTE
FRUTA Y VERDURA.¹

SÓLO EL 15%
DE LOS EUROPEOS
SE CONSIDERA
“MUY SALUDABLE”.¹

¹ Resultados basados en el estudio de Herbalife Nutrition sobre los consumidores, realizado en 2014, que abarcó 15 países y recopiló 15.000 respuestas.



¿Qué objetivos de forma física tienes?

¿Tu principal objetivo es conseguir un físico esbelto y tonificado? ¿Te estás centrando en optimizar tu dieta para antes, durante y después del ejercicio?

Los mejores deportistas del mundo utilizan Herbalife Nutrition para ayudarles a conseguir sus objetivos de forma física. ¡Entrena como un deportista profesional con nuestra línea de productos de forma física H24!

¿Cuáles son tus objetivos de control de peso?

Alcanzar un peso saludable puede cambiarte la vida por completo y, aunque sí requiere un poquito de fuerza de voluntad, no conlleva privarte de los sabores que te encantan.

Mediante el ecosistema de Herbalife Nutrition, hemos desarrollado las herramientas y el apoyo necesario para ayudarte a alcanzar tus metas, a mantener tu motivación y a disfrutar de los beneficios de llevar una buena nutrición y hacer ejercicio con regularidad.

¿Podrías beneficiarte de un estilo de vida más saludable?

Una buena nutrición es la base para llevar un estilo de vida saludable y activo. La forma en que nutres tu cuerpo se ve reflejada en tu bienestar general y energía diaria.

Para un bienestar óptimo, adopta una dieta equilibrada y un plan de ejercicio adaptado a tus necesidades y que sea un complemento para tu estilo de vida, por muy ajetreado que sea.

Libro de cocina

Reinventar la cocina

Haz tu pedido hoy en MyHerbalife o contacta con tu Miembro de Herbalife Nutrition.

Ref.: 107K





 Belgium
Maison 6

CREAMY FRUIT TARTS

Batter:

- 150g oatmeal
- 2 tablespoons honey
- 2 tablespoons coconut oil
- 1 serving (20g) F3 PPP
- 2 servings (12g) F3 PPP
- 2 tablespoons warm water

Topping:

- F11 servings (20g) F1 Vanilla Cream
- F15 servings (12g) PDM Vanilla Cream
- 12 Maltodextrines
- 6 small strawberries
- 12 canned peach slices (these fruits make the Belgian flag)

Product	Units	Cal	Carb	Fiber	Protein
1kg	317	44	89	29g	8g

The ingredients in these will have some carbohydrate – mainly in the oatmeal and honey. However, they have low fat and very little protein. The honey and coconut oil from these ingredients will provide a little extra fat and calories. However, as they are used in small amounts, they will not affect the overall calorie count. The honey and coconut oil will also provide a little extra fat and calories. However, as they are used in small amounts, they will not affect the overall calorie count. The honey and coconut oil will also provide a little extra fat and calories. However, as they are used in small amounts, they will not affect the overall calorie count.



F1 Vanilla Cream | F3 PPP | PDM



¿Qué dicen los fans de Herbalife Nutrition?

Xavi Soler, Valencia

Hace 22 años los productos de Herbalife Nutrition me sorprendieron porque eran mucho mejor de lo que esperaba, y eso que ya tenía excelentes referencias.



Arancha Barrasa, Madrid

No tienes que verte bien para comenzar, tienes que comenzar para verte bien #HerbalifeNutrition



Angelo Castellanos, Madrid

Mantener una vida activa y saludable es importante #PonUnBatidoEnTuVida



Eva Cuadros, Málaga

¡Llevo 9 años tomando los productos de Herbalife Nutrition y para mí nunca fue tan fácil mantener mi peso ideal!



@HerbalifeEspana

@herbalife.espana

www.myherbalifeshake.com

#HerbalifeNutrition
#ComparteUnBatido



Optimiza tu nutrición

Tus objetivos y necesidades son específicos para ti.

El proceso hacia los resultados que deseas comienza por una nutrición equilibrada y una actividad saludable. Pero detrás de los resultados sostenibles hay dedicación y un plan para mantenerte activo, centrado y con el control.

El programa de Herbalife Nutrition para las 24 horas te ayudará a alcanzar niveles óptimos de estos seis elementos nutricionales que son fundamentales para tu éxito. Estas soluciones se basan en la ciencia más reciente y te las ofrecemos con el respaldo personalizado de los Miembros de Herbalife Nutrition.

1. Proteínas

2. Vitaminas y minerales

3. Grasas saludables

4. Fibra

5. Fitonutrientes

6. Hidratación





Desayuno saludable de Herbalife Nutrition

¿Con qué frecuencia te saltas el desayuno o tomas un café con bollería 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 doce horas sin reservas, 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.

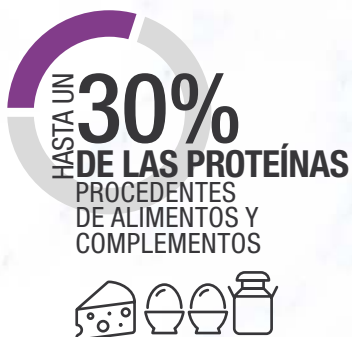
Tomar un desayuno equilibrado con regularidad significa*

- 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:



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

- **NÚTRETE**
Disfruta del delicioso y cremoso **batido Fórmula 1 – todo el sabor**, mientras **controlas las calorías**.
- **HIDRÁTATE**
Échale creatividad y enriquece el agua con el **Concentrado herbal aloe**. Puedes añadir también fruta fresca, verduras y hierbas. Empieza el día con un **excepcional sabor personalizado**.
- **REFRÉSCATE**
Al despertar, disfruta de una **refrescante Bebida instantánea** a base de extracto de té y hierbas aromáticas.

Pregunta a tu Miembro de Herbalife Nutrition cuál es el Desayuno Saludable perfecto para ti.

El Paquete de Prueba es una magnífica opción para usar los productos por primera vez y notar la diferencia por ti mismo.



Proteínas

Las proteínas son componentes esenciales de todas las células del organismo; se trata de macronutrientes de 22 “bloques de construcción” llamados aminoácidos. Las proteínas tienen diferentes funciones en el cuerpo, como 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 alcanzar tus objetivos.

Procura que al menos el 30% de tu ingesta diaria de calorías proceda de las proteínas. Durante el ejercicio, tu cuerpo necesita más proteínas para construir y mantener la masa muscular. Por tanto, ten en cuenta que las necesidades proteicas pueden diferir. Un hombre activo que consuma hasta 2000 kcal diarias* y quiera aumentar su masa muscular debe marcarse como objetivo hasta 150 g¹ de proteínas en su alimentación diaria. Para una mujer que consuma hasta 1400 kcal al día y desee controlar su peso, la recomendación sería entre 52 y 105 g² de proteínas.

ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

Una combinación de fuentes de proteínas vegetales y animales cada día. La soja es una de las mejores fuentes vegetales, ya que se trata de proteínas “completas” que proporcionan todos los aminoácidos esenciales. Dado que otras fuentes vegetales de proteínas como los frutos secos, las semillas y las lentejas no son “proteínas completas”, procura combinarlas para obtener una mejor proporción de aminoácidos. En cuanto a las proteínas de origen animal, cabe mencionar las siguientes fuentes de alta calidad: pescado, aves, huevos y lácteos desnatados, que proporcionan además valiosos nutrientes como hierro, zinc y vitaminas del grupo B.

* En el contexto del control del peso

¹ Jäger R, et al. J Int Soc Sports Nutr. 2017 Jun 20;14:20.

² Flechtner-Mors M. Diabetes Metab Res Rev. 2010 Jul;26(5):393-405.

Una combinación perfecta rica en proteínas **potencia tu desayuno**

Aumenta tu ingesta de proteínas en favor de tu objetivo combinando la Bebida con proteínas en polvo, el batido Fórmula 1* de la Nueva Generación y agua: una comida sencilla y nutritiva para tu bienestar. Potencia tu ingesta diaria de proteínas con una bebida con sabor a vainilla sabrosa y nutritiva, que se prepara en cuestión de segundos; ¡basta con añadir agua y agitar!

24 g
de proteínas

5 g
de fibra

212
kcal



Crema de Vainilla
21 raciones, 550 g
Ref. 4466



Vainilla
21 raciones, 588 g
Ref. 2600



* Si tomas batidos Fórmula 1 sustitutivos de una comida para controlar o gestionar el peso, lee atentamente las instrucciones de preparación incluidas en la etiqueta del producto.

Una comida deliciosa y saludable

Un batido cremoso que se puede preparar en cuestión de segundos y que aporta un excelente equilibrio de proteínas de alta calidad y macro y micronutrientes esenciales, lo cual supone un fantástico sustitutivo de comidas para el control del peso.

Todos nuestros batidos Fórmula 1 de la Nueva Generación se elaboran con ingredientes veganos, no contienen gluten y proporcionan más de un tercio de la cantidad diaria recomendada de 25 vitaminas y minerales.

Ya no tendrás que elegir entre comidas saludables y productos prácticos: ¡los batidos F1 Nueva Generación son rápidos y fáciles de preparar!

Fórmula 1

- Desarrollados por expertos en nutrición y respaldados por la ciencia.
- Los ensayos clínicos han demostrado que, la sustitución de dos comidas principales al día por sustitutos de la comida en una dieta baja en calorías ayuda a adelgazar.
- Fórmula 1 Sin no contiene lactosa ni soja ni gluten cuando se prepara siguiendo las instrucciones.



18 g de proteínas**

5 g de fibra

25 vitaminas y minerales

Ingredientes veganos

GF



Café Latte
21 raciones, 550 g
Ref. 4465



Manzana y Especias
21 raciones, 550 g
Ref. 4464



Menta y Chocolate
21 raciones, 550 g
Ref. 4471



Frutos del Bosque
21 raciones, 550 g
Ref. 4470



Plátano
21 raciones, 550 g
Ref. 4462



Crema de Vainilla
21 raciones, 550 g
Ref. 4466



Sugerencia de presentación.



Chocolate Cremoso
21 raciones, 550 g
Ref. 4468



Delicia de Fresa
21 raciones, 550 g
Ref. 4463



Galleta Crujiente
21 raciones, 550 g
Ref. 4467



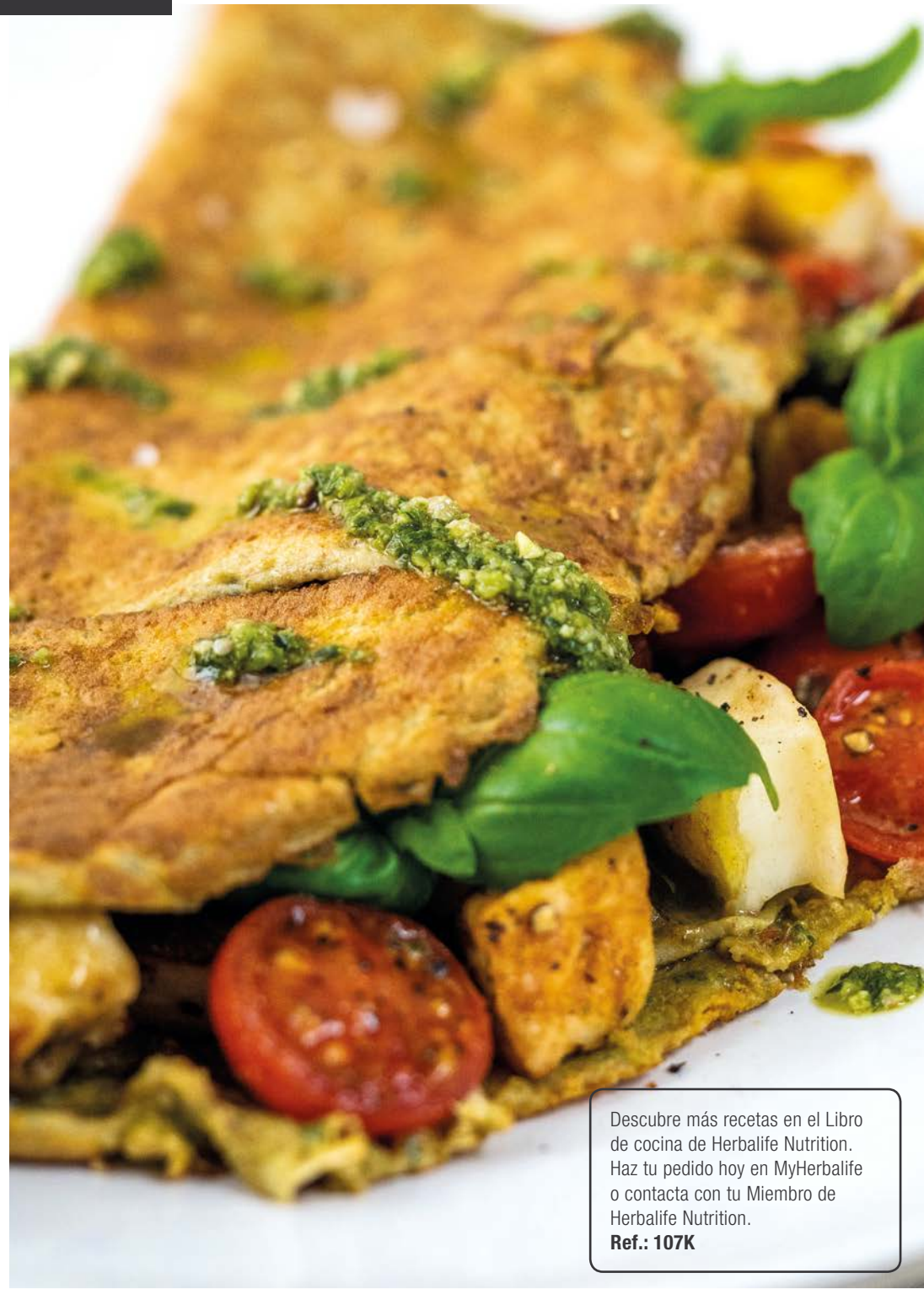
**Sin alérgenos
- Frambuesa y
Chocolate Blanco**
19 raciones, 500 g
Ref. 4469



Crema de Vainilla
30 raciones, 780 g
Ref. 048K



Sobres Crema de Vainilla
7 x 26 g
Ref. 053K



Descubre más recetas en el Libro de cocina de Herbalife Nutrition. Haz tu pedido hoy en MyHerbalife o contacta con tu Miembro de Herbalife Nutrition.

Ref.: 107K



Tortilla de Tomate y Halloumi al Pesto

Ingredientes:

- Media cucharada de aceite de oliva virgen extra
- 40 g de halloumi bajo en grasa, cortado en dados de 0,5-1 cm
- 6-8 tomates cherry cortados por la mitad
- 2 huevos grandes
- 2 cucharaditas de pesto de albahaca o pesto de perejil silvestre
- 1 ración (32 g) de **Sopa de tomate gourmet**

Esta receta de tortilla rica en proteínas es perfecta para la comida o cena después de hacer ejercicio, ya que no contiene azúcares añadidos.

En una olla mediana, cocina los dados de halloumi en aceite de oliva hasta que estén dorados.

Añade los tomates cherry partidos por la mitad y remueve durante un minuto hasta que estén casi tiernos.

Reserva el halloumi y los tomates cherry, dejando el aceite.

Bate los dos huevos, luego añade el pesto y la **Sopa de tomate gourmet** añadiendo un poco de agua si es necesario. Coloca la olla de nuevo en el fuego hasta que alcance de nuevo una temperatura alta y luego añade la mezcla de huevo.

Debería empezar a burbujear por los bordes así que, usando una espátula, empuja la mezcla hasta el centro desde la parte superior, la parte inferior y ambos lados (como un reloj cuando marca a las 12, las 6, las 3 y las 9).

Es importante agitar la sartén después de cada vez que empujes la mezcla hasta el centro.

Ahora esparce el halloumi dorado y los tomates por encima, dobla la tortilla por la mitad y sírvela.

Consejo: Si quieres una versión sin lácteos, puedes usar tofu firme en lugar del halloumi.

Por ración*

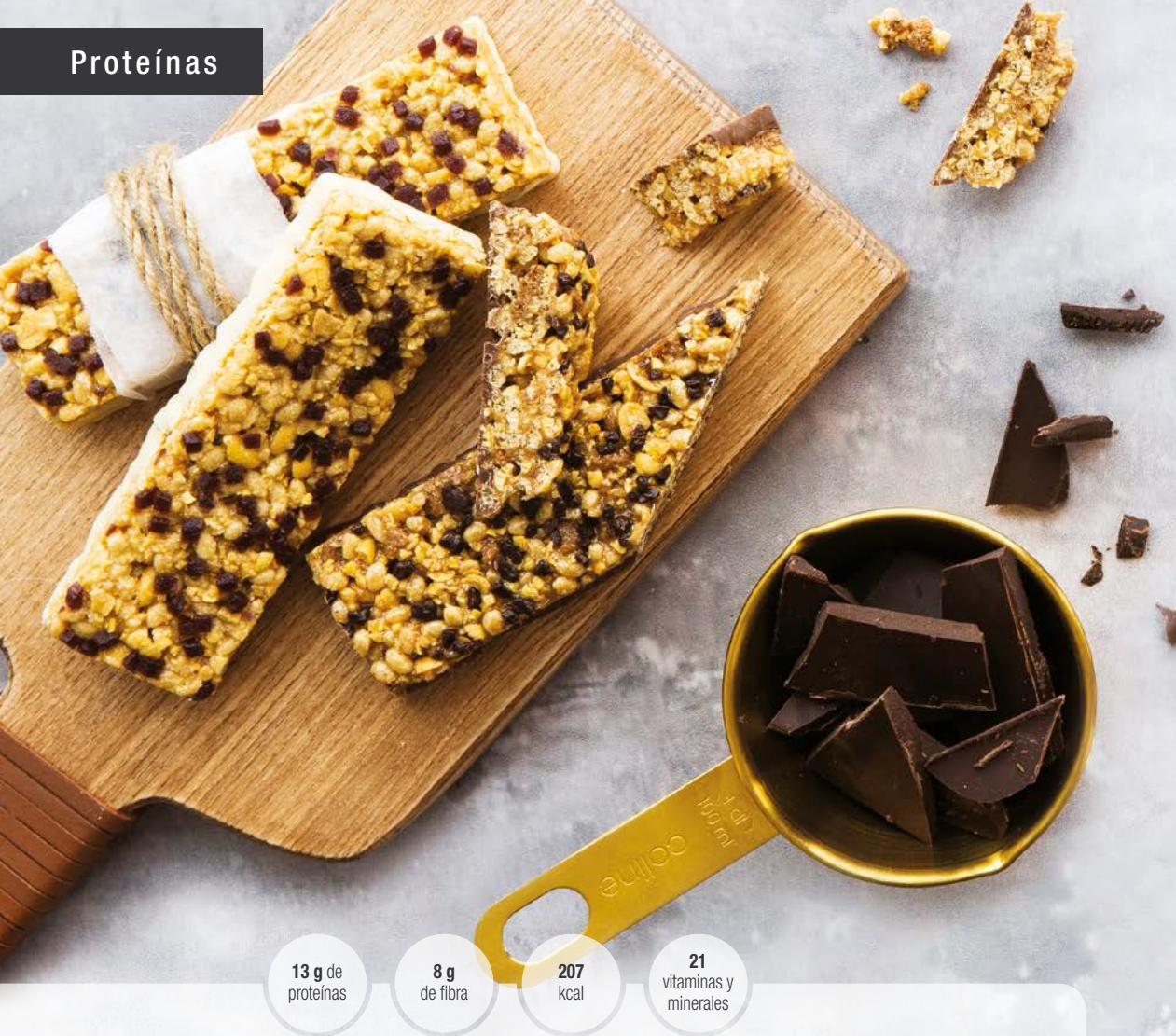
Proteínas	Kcal	Fibra	Grasas	Hidratos de carbono	Azúcares
19g	273	3g	17g	10g	7g

* Solo cuando se prepara como se indica en la etiqueta del producto, nuestro producto proporciona los nutrientes descritos en la misma.
Receta creada por Rachel Allen



Sopa de tomate gourmet

Proteínas



13 g de
proteínas

8 g
de fibra

207
kcal

21
vitaminas y
minerales

Barrita Express

- Barrita de proteínas con vitaminas y minerales añadidos
- Perfecta para tomar sobre la marcha
- 32% de la ingesta diaria recomendada de fibra*
- Excelente equilibrio de nutrientes claves, incluidos minerales y vitaminas
- Sin conservantes artificiales y apta para vegetarianos



Chocolate
7 x 56 g, 392 g
Ref. 096K



* 25 gramos de fibra al día es la ingesta recomendada por la EFSA.

Café con el poder de las proteínas

Creado para las aventuras de la vida, grandes y pequeñas. Cuando la pasión no baste por sí sola para motivarte para el próximo reto, prueba nuestro Café helado con proteínas. Cada lote ha sido elaborado por expertos para obtener un resultado suave e intenso empleando exclusivamente granos de café Robusta y aporta 80 mg de cafeína por ración. El buen café debe ser bueno para ti^{**}; por eso nuestro café helado no tiene azúcares añadidos, aporta 80 calorías^{***} y lo hemos enriquecido con 15 g de proteínas^{***}. Llévatelo a todas partes y sólo tendrás que añadir agua para disfrutar de una deliciosa experiencia con el Café helado con proteínas.



* Se recomienda no exceder una ingesta diaria de 400 mg de cafeína en total.

** Las proteínas contribuyen al desarrollo de la masa muscular.

*** Por ración.



15 g
de proteínas

80 mg
de cafeína

80
kcal

High Protein Iced Coffee

- Elaborado exclusivamente con granos de café Robusta
- Cada lote ha sido elaborado por expertos para obtener un resultado suave e intenso
- Basta con añadir agua
- 15 g de proteínas de suero de leche por ración



Latte Macchiato
14 raciones, 308 g
Ref. 012K



Mocha
14 raciones, 322g
PRÓXIMAMENTE



**NUEVO
SABOR**
Café
Caramelo

Tri Blend Select Guisante, quinoa y semillas de lino

Tri Blend Select es un completo batido de proteínas con el que se acabaron las privaciones: ingredientes naturales de origen verificado con delicioso sabor. Tri Blend Select se elabora con una mezcla de alta calidad de guisante, quinoa y semillas de lino para ofrecer una fuente completa de proteínas*, junto con otros ingredientes naturales y de cultivo ecológico que proporcionan fibra, vitamina C y minerales claves.



Rico en proteínas



Rico en fibra



Sin gluten



Apto para veganos



Con ingredientes naturales

* Hemos añadido proteínas de arroz para un aporte de proteínas completo.



Tri Blend Select

- Mezcla vegana de proteínas de guisante, quinoa y semillas de lino de cultivo ecológico.
- Rico en proteínas y fibra, y con vitamina C para ayudar a reducir el cansancio y la fatiga, así como para contribuir al funcionamiento normal del sistema inmunitario y al metabolismo energético normal.
- Ingredientes veganos naturales e integrales para tus necesidades nutricionales.
- Bajo en azúcares, a tope de sabor

Banana	15 raciones, 600 g	Ref. 013K
Café Caramelo	15 raciones, 600 g	Ref. 052K†

20 g
de proteínas

6 g
de fibra

151
kcal

Vitamina C
de origen
natural



El batido con proteínas todo en uno

Una solución práctica que te ayuda a cubrir tus necesidades de proteínas, fibra, vitaminas y minerales. Tanto si quieres mantener una dieta nutritiva y equilibrada como si necesitas un batido saludable para después del entrenamiento, PRO 20 Select es la solución perfecta para ti. Con 20 g de proteínas de soja de alta calidad e ingredientes y nutrientes cuidadosamente seleccionados, es una base ideal para ayudarte a alcanzar tus objetivos nutricionales personales.

Disfruta del PRO 20 Select después del ejercicio o como aperitivo saludable a cualquier hora del día. Añade tu fruta o verdura favorita y mézclalo para prepararlo a tu gusto.



Sugerencia de presentación.

PRO 20 Select

20 g de proteínas

25 vitaminas y minerales

6 g de fibra

146 kcal



Vainilla

15 raciones, 630 g

Ref. 1660



20 g de proteínas



6 g de fibra



25 vitaminas y minerales



Bajo contenido de azúcar



Apto para vegetarianos

Bebida con proteínas en polvo

Potencia la toma de proteínas con una deliciosa bebida con sabor a vainilla muy fácil de preparar.

- 15 g de proteínas de alta calidad
- 7 g de hidratos de carbono
- 22 vitaminas y minerales
- Apto para vegetarianos



Vainilla
21 raciones, 588 g
Ref. 2600

15 g
de proteínas

22
vitaminas y
minerales

108
kcal

Polvo de proteínas personalizado Fórmula 3

Aumenta tu ingesta de proteínas en un solo paso: basta con añadir una cucharada a tu batido Fórmula 1 diario.

- Rico en proteínas de soja y suero, las cuales contribuyen a que aumente la masa muscular y al mantenimiento de los huesos en condiciones normales
- 5 g de proteínas por ración
- Apto para vegetarianos



Original
40 raciones, 240 g
Ref. 0242

5 g de
proteínas

23
kcal



Nos aseguramos de que no se utilicen ingredientes modificados genéticamente en ningún producto de Herbalife Nutrition.*

Aperitivos

inteligentes ricos en proteínas

En contra de la creencia extendida, tomar aperitivos saludables entre horas puede ayudar a las personas que intentan controlar su peso.

Además, son otra oportunidad para recargar de nutrientes el cuerpo. De hecho, un ensayo clínico demostró que los aperitivos saludables bajos en calorías en paquetes de porciones moderadas ayudan a las personas a comer menos durante el día.¹

7 g de proteínas

4 g de fibra

104 kcal

9 g de proteínas

110 kcal

Sopa de tomate gourmet

Este aperitivo caliente se prepara en cuestión de segundos y aporta **8 veces más proteínas que una sopa de tomate convencional.**²

- 104 kcal por ración
- Alto contenido de proteínas, las cuales contribuyen a que aumente la masa muscular
- Rico en fibra (4 g por ración)
- Sencillamente mezcla con agua caliente, siguiendo las instrucciones que figuran en la etiqueta
- Apto para vegetarianos y deliciosamente condimentado con hierbas mediterráneas



Tomate

21 raciones, 672 g

Ref. 0155

Frutos secos de soja tostados

Un aperitivo salado saludable para tomar en casa o fuera; valor calórico moderado.

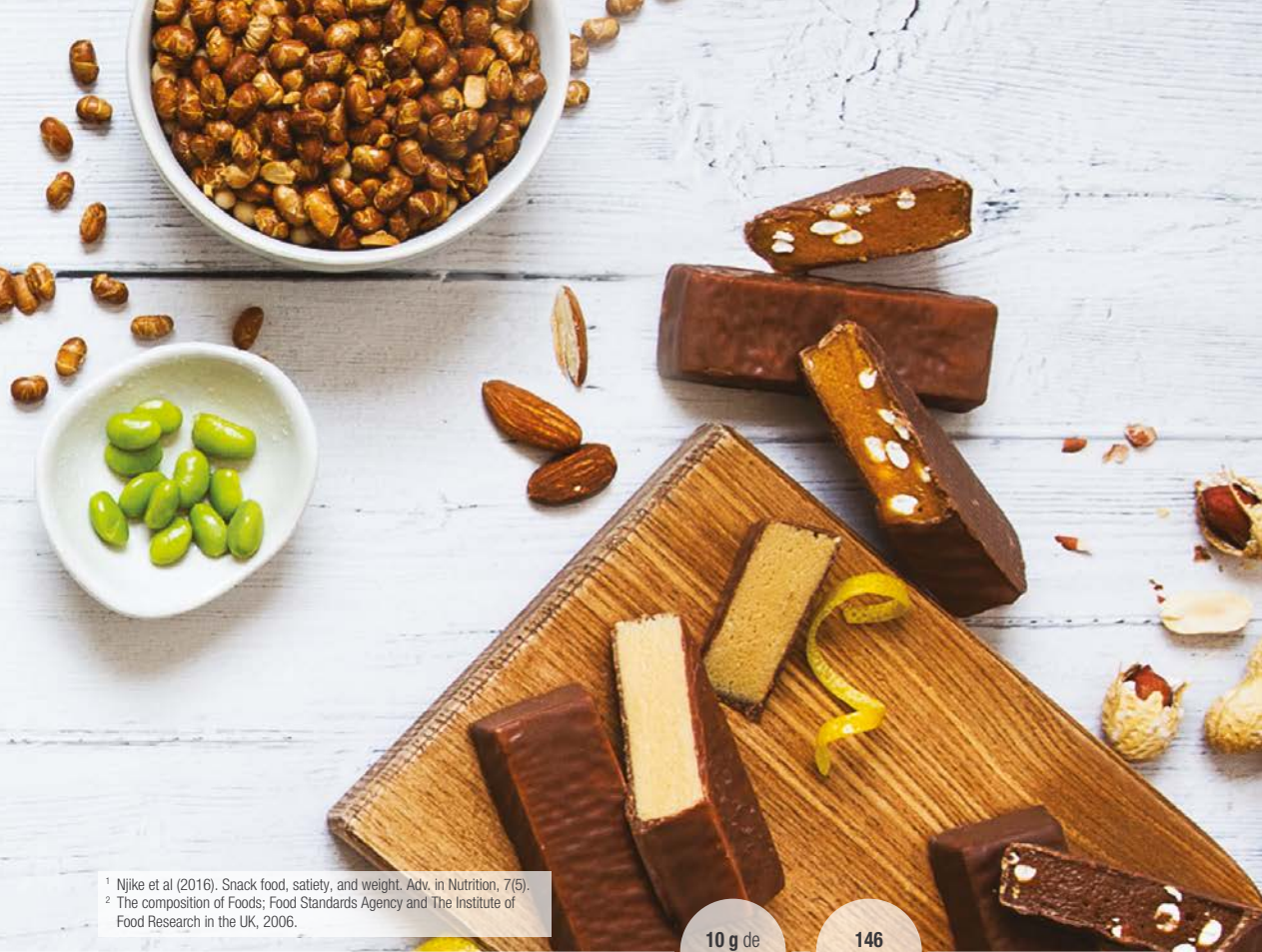
- 9 g de proteínas de alta calidad, las cuales contribuyen a que aumente la masa muscular
- 110 kcal para ayudar a controlar tu ingesta de calorías
- En prácticas bolsitas individuales, son ideales para tomarlos en cualquier parte
- Aptos para veganos, están deliciosos y ligeramente salados



Bajo en sal

12 raciones, 258 g

Ref. 3143



¹ Njike et al (2016). Snack food, satiety, and weight. Adv. in Nutrition, 7(5).

² The composition of Foods; Food Standards Agency and The Institute of Food Research in the UK, 2006.

10 g de
proteínas

146
kcal

Barritas con proteínas

¿Te gustan los dulces? Controla los antojos de chocolate con un aperitivo delicioso y rico en proteínas, o disfruta de esta delicia saludable antes o después del ejercicio.

- Aprox. 139 kcal por barrita
- 10 g de proteínas de alta calidad, las cuales contribuyen a que aumente la masa muscular
- 16 g de hidratos de carbono por ración



Chocolate y cacahuete
14 x 35 g, 490 g
Ref. 3972



Vainilla y almendras
14 x 35 g, 490 g
Ref. 3968



Limón
14 x 35 g, 490 g
Ref. 3976

Vitaminas y minerales

Las vitaminas y los minerales son micronutrientes esenciales que son 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.

Una dieta equilibrada ayuda a aportar las vitaminas y minerales esenciales, pero puede ser difícil consumir todos los nutrientes necesarios simplemente a través de los alimentos. Los complementos diarios con vitaminas y minerales pueden ayudarte a alcanzar los valores de referencia de cada uno, todos los días.

ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

La mayoría de los alimentos que consumes te proporcionarán algunos minerales y vitaminas esenciales. Cabe mencionar alimentos especialmente ricos en nutrientes como la fruta, la verdura y los cereales. Cada nutriente tiene un uso diferente en el cuerpo, por lo que cada persona puede beneficiarse del aumento del consumo de diferentes vitaminas o minerales. 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 grupo 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 de vitaminas y minerales para hombre y mujer

Para un nivel óptimo de bienestar y rendimiento.

- Refuerzo nutricional completo, con 24 nutrientes claves que incluyen los micronutrientes que el cuerpo no puede generar o producir en suficiente cantidad
- Adaptado específicamente a las necesidades de los hombres y de las mujeres para proporcionar al organismo la cantidad óptima de vitaminas y minerales
- Desarrollado por expertos en nutrición y respaldado por estudios científicos contrastados

Para hombre	60 tabletas, 84,3 g	Ref. 1800
Para mujer	60 tabletas, 84,3 g	Ref. 1819

Formulado para funcionar junto a tu batido Fórmula 1 favorito

Tanto si tomas un batido al día como si tomas dos, el Complejo multivitamínico ha sido diseñado para proporcionar a tu organismo la cantidad exacta de nutrientes que necesita. Tu Miembro de Herbalife Nutrition te explicará cómo.



Actividad hormonal



Mantenimiento de los huesos



Metabolismo energético



Mantenimiento de piel, cabello y uñas



Sistema inmunitario



Función muscular



Metabolismo energético



Rendimiento intelectual

En la etiqueta del producto, hallarás más información sobre las propiedades específicas de los nutrientes que contiene cada formulación.

Alcanza el máximo rendimiento corporal

Independientemente de la edad o el nivel de actividad que tengamos, es fundamental cuidar el cuerpo y tomar los nutrientes que necesitamos.

Por muy buenas intenciones que tengas, puede que tu dieta diaria no contenga las cantidades adecuadas de cada nutriente. Es aquí donde pueden ayudar los complementos alimenticios, ya que suponen una excelente forma de garantizar que te estás alimentando correctamente. Las vitaminas y los minerales contribuyen al bienestar general, y son de vital importancia para el crecimiento y desarrollo normal del cuerpo.

Thermo complete®

- Excepcional mezcla de cafeína obtenida de forma natural a partir de té verde y mate, apto para veganos
- La vitamina C ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga
- Contiene 82 mg de cafeína por tableta para darte un impulso mental ayudando a mejorar la concentración**

90 tabletas, 78,9 g

Ref. 0050



Vitamina C

82 mg de cafeína

Niteworks®

Complemento alimenticio para tomar antes de dormir.

- Niteworks contiene los aminoácidos L-arginina y L-citrulina
- Apto para veganos y con alto contenido de ácido fólico
- Rico en vitaminas C y E, que contribuyen a la protección de las células frente al daño oxidativo

15 raciones, 150 g

Ref. 3150

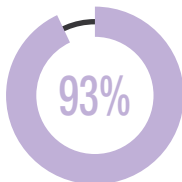


vitaminas C y E

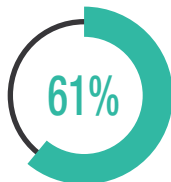
L-Arginina
L-Citrulina
L-Taurina

* Balz Frei, Bruce N. Ames, Jeffrey B. Blumberg, Walter C. Willett. Anales de la Medicina Interna, 2014; 160 (11): 807 DOI: 10.7326/L14-5011.

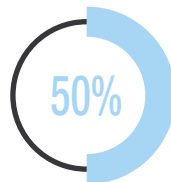
** La cafeína ayuda a mejorar la concentración cuando la bebida contiene al menos 75 mg por porción cuantificada y no se exceden los 200 mg en una sola ingesta. Se recomienda no exceder una ingesta diaria de 400 mg de cafeína en total (200 mg en el caso de mujeres embarazadas o lactantes).



El 93% de los adultos no alcanza la cantidad diaria recomendada de vitaminas d y e en su dieta diaria, según un estudio médico*



Los resultados también demostraron que el 61% tenía una carencia de magnesio



Y el 50% no tomaba suficiente cantidad de vitamina a y calcio

Xtra-Cal®

Complemento alimenticio diario de Calcio con vitamina D y Magnesio.

- Contiene calcio, necesario para el mantenimiento de los huesos y los dientes en condiciones normales
- Contiene más del 100% de los valores de referencia de calcio por ración para ayudarte a cubrir tus necesidades diarias de calcio y es rico en vitamina D
- También contiene Magnesio, Cobre, Manganeseo y Zinc, y es apto para vegetarianos

90 tabletas, 131 g

Ref. 0020

vitamina D

Calcio y
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 pueden ayudar a mantener el nivel de triglicéridos en sangre dentro de un intervalo normal¹. Una dieta rica en grasas saturadas (de aperitivos procesados y productos de origen animal) puede contribuir al aumento de la concentración del colesterol en sangre.

Dado que las grasas son una fuente concentrada de calorías, la solución de Herbalife Nutrition recomienda que hasta un 30% de las calorías diarias procedan de grasas, priorizando el consumo de los tipos saludables de grasas alimentarias. La dieta occidental media aporta muchas más grasas totales y saturadas de las que necesitamos.

ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

Las grasas saludables son las que están presentes en el pescado, los frutos secos, el aceite de oliva y el aguacate. Para asegurarte de tomar esos saludables Omega-3, procura comer pescado al menos dos veces por semana, que incluya una ración de pescado azul como el salmón o la caballa, dentro de una comida saludable y equilibrada. También puede ser útil tomar un complemento alimenticio para obtener los efectos beneficiosos de los EPA y DHA (ácidos grasos Omega-3): cuidar el bienestar del corazón² y mantener el funcionamiento normal del cerebro y de la vista³, así como la tensión arterial normal⁴ y la concentración normal de triglicéridos en sangre¹.



¹ El DHA y el EPA contribuyen a mantener unos 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 5 g de EPA y DHA combinados.

Herbalifeline Max®



Más información en
FRIENDOFTHESA.ORG

Complemento alimenticio que contiene aceite de pescado procedente de fuentes sostenibles y rico en ácidos grasos Omega-3 (EPA y DHA). Concentración SUPERIOR de EPA y DHA por cápsula¹, con efectos beneficiosos para el corazón¹, la vista² y el cerebro².

Formulación con 5 alegaciones claves.

- Aceite de pescado procedente de fuentes sostenibles acreditado por Friend of the Sea
- Cápsula de gel apta para vegetarianos
- Cada cápsula contiene 375 mg de EPA y 250 mg de DHA
- El DHA contribuye a mantener el funcionamiento normal del cerebro y al mantenimiento de la visión en condiciones normales²
- El EPA y el DHA contribuyen al funcionamiento normal del corazón¹, a mantener unos niveles normales de triglicéridos en la sangre³ y a la tensión arterial normal⁴
- Contiene aceites esenciales procedentes de la hierba buena y el tomillo

USO DIARIO



- ✓ Funcionamiento normal del corazón¹
- ✓ Visión en condiciones normales²
- ✓ Funcionamiento normal del cerebro²



- ✓ Niveles normales de triglicéridos en sangre³



- ✓ Tensión arterial normal⁴



30 cápsulas, 42 g
Ref. 0043

¹ De media, el triple de EPA y DHA respecto a la fórmula anterior de Herbalifeline.
² El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 250 mg de EPA y DHA.
³ Los efectos beneficiosos se obtienen con una ingesta diaria de 250 mg de EPA y DHA.
⁴ El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 2 g de EPA y DHA.
⁵ El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de EPA y DHA.
No debe superarse una ingesta diaria suplementaria de 5 g de EPA y DHA en total.

Fibra

La fibra es un tipo de hidrato de carbono no digerible que desempeña una función clave en la digestión normal.¹ Existen dos tipos: soluble e insoluble.

A diferencia de otros hidratos de carbono complejos, la fibra no puede ser descompuesta por el sistema digestivo humano, así que la mayor parte atraviesa el intestino delgado sin ser digerida, facilitando así el tránsito intestinal.

Teniendo en cuenta que es el factor alimentario más importante para mantener la función gastrointestinal normal¹, las personas adultas deben procurar consumir 25 g de fibra al día². No obstante, hay estudios que demuestran que el 72% de los hombres y el 87% de las mujeres no alcanzan esta recomendación diaria³. Si tu ingesta actual de fibra es baja, aumenta el consumo de fibra gradualmente y bebe mucha agua.

Bebida con Avena, manzana y fibra

Una deliciosa manera de aumentar la ingesta diaria de fibra y facilitar una digestión saludable¹. ¡Ahora sin azúcar!⁴

- 5 g de fibra por ración
- Bajo en calorías: 18 kcal por ración
- 6 fuentes de fibra
- Contiene fibra soluble e insoluble
- Fórmula sin azúcar⁴ ni edulcorantes artificiales y apta para veganos
- Disfrútalo con agua o mezclado con tu batido Fórmula 1 favorito



3 g
de fibra

18
kcal

Suave sabor a manzana
30 raciones, 204 g
Ref. 2554

Fibra y hierbas

Complemento de fibra para ayudarte a alcanzar la ingesta diaria de fibra recomendada de 25 g al día.²

- Contiene fibra de avena y perejil
- Apto para veganos y proporciona 3 g de fibra por ración diaria recomendada

¹ La fibra del grano de avena contribuye a que aumente el volumen de las heces.

² Estudio de la AESA sobre productos dietéticos, nutrición y alergias (NDA, por sus siglas en inglés). Diario de la AESA 2010; 8(3): 1462.

³ Nutr Res Rev. 2017 Jul 5:1-42.

⁴ Contiene 0,1 g de azúcar naturalmente presente por ración.

Beta heart®

Beta heart® contiene un ingrediente clave, el betaglucono de avena OatWell™, que se ha demostrado que disminuye* o mantiene el nivel de colesterol en sangre.**

- 3 g de betaglucono contribuye disminuir* el nivel de colesterol en sangre
- 1,5 de betaglucono contribuye al mantenimiento** de un nivel normal de colesterol en sangre (1 cucharada)
- Mezclar 2 cucharadas con agua o con tu batido favorito
- Mezclar dos cucharadas con agua, zumo o batido
- Sin edulcorantes artificiales y apto para vegetarianos
- Rico en fibra (3 g por cucharada)
- 25 kcal por cucharada

* Se ha demostrado que el betaglucono de avena disminuye/reduce el colesterol sanguíneo. Una tasa elevada de colesterol constituye un factor de riesgo en el desarrollo de cardiopatías coronarias. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de betaglucono de avena.

** Los betagluconos contribuyen a mantener niveles normales de colesterol sanguíneo. El efecto beneficioso se obtiene con una ingesta diaria de 3 g de betagluconos procedentes de avena, salvado de avena, cebada o salvado de cebada, o bien de mezclas de estos betagluconos.

OatWell™ es una marca registrada de DSM.



3 g
de fibra

25
kcal

3 g
de fibra

Fibra y hierbas
180 tabletas, 162 g
Ref. 3114

Beta Heart - Vainilla
30 raciones, 229 g
Ref. 0267

Fitonutrientes

Los pigmentos que hacen que la fruta y las verduras (así como a las hierbas, especias e incluso algunos cereales integrales) tengan esos bonitos colores son una mezcla compuestos vegetales presentes de manera natural, conocidos como fitonutrientes.

Muchos alimentos que contienen fitonutrientes también tienen vitaminas y minerales, las cuales pueden actuar como antioxidante¹ para la protección de las células frente al daño oxidativo.¹

Llevar una dieta equilibrada con al menos cinco piezas de frutas y verduras de colores variados cada día puede ayudarte a tomar todos los nutrientes necesarios, además de disfrutar de los efectos beneficiosos de los fitonutrientes.

Al comer a la vez frutas como manzanas rojas, arándanos, uvas y naranjas, estas aportan una mezcla más rica de nutrientes con efecto antioxidante² que si se consumen por separado. Así que haz ensaladas, macedonias y salteados variados.

ENTONCES, ¿QUÉ DEBERÍA COMER?

Recuerda el dicho "Comer un arcoíris". Las frutas y las verduras tienen sus propios pigmentos y perfiles de fitonutrientes, pero su nivel de actividad antioxidante también varía² y por eso conviene comerlas en abundancia y de tipos y colores diferentes.



Hidratación

El cuerpo humano se compone de un 60% de agua, necesaria para que se produzca la mayor parte de las reacciones químicas en él. El agua también contribuye al mantenimiento de la regulación normal de la temperatura del cuerpo y a las funciones físicas y cognitivas normales*. 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 aproximadamente 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 pierdes mediante el sudor.*

* Para obtener el efecto deseado se deben consumir al día, al menos 2 l de agua de todas las fuentes

** In order to obtain the claimed effect, at least 2,0 L of water, from all sources, should be consumed per day.

Concentrado Herbal Aloe

Deliciosa bebida baja en calorías que te ayuda a mantenerte hidratado. Sólo tienes que añadirla al agua para disfrutar de una alternativa más saludable.

- Apta para veganos, contiene un 40% de jugo de aloe vera extraído directamente de la hoja de aloe vera
- El aloe se extrae mediante procesamiento en frío, que es la mejor manera de lograr la más alta calidad de este ingrediente
- Dale un toque especial al agua con un sabor refrescante que te ayudará a ingerir la cantidad de agua recomendada al día (unos 2 litros)
- Sabor a mango sin azúcares añadidos ni aromas o colorantes artificiales
- Disponible en sabor original (40% de jugo de aloe vera) con una mezcla de sabores cítricos naturales sin colorantes ni edulcorantes artificiales

Pasa a la página 42 para conocer mejor Hydrate de H24, diseñado para una hidratación de alto rendimiento.



40%
Aloe Vera



**Concentrado
Herbal Aloe**
31 raciones, 473 ml
Original Ref. 0006



**Concentrado
Herbal Aloe**
31 raciones, 473 ml
Mango Ref. 1065

Sugerencia de presentación.

AloeMax

Nuestras hojas de Aloe Vera recogidas a mano son cuidadosamente seleccionadas y preparadas para garantizar que recibas un producto de alta calidad.

- Contiene un 97% de jugo de Aloe Vera extraído directamente de la hoja de Aloe Vera
- De nuestros campos a tu vaso, disfruta de AloeMax cada día como complemento ideal para tu plan de bienestar



AloeMax
23 raciones, 473 ml
Ref. 1196

97% de
Aloe Vera

Sugerencia de presentación.

BEBIDA REFRESCANTE LIGERA

- 6 tapones de AloeMax
- 250 ml de agua
- Media manzana
- Un cuarto de pepino
- El zumo de medio limón de tamaño mediano

Pon en infusión o bate hasta que quede suave

Proteínas	Kcal	Fibra	Grasas	Hidratos de carbono
0,5g	17	2,5g	0,2g	17g

Estos valores nutricionales corresponden a la receta de los ingredientes batidos.



LIMONADA A LA MENTA

- 6 tapones de AloeMax
- 250ml de agua
- El zumo de un limón de tamaño mediano
- 2 ramitas de hoja de menta
- 5 cubitos de hielo grandes

Bate hasta que quede suave

Proteínas	Kcal	Fibra	Grasas	Hidratos de carbono
0g	33,5	2g	0g	8g



SMOOTHIE VERDE

- 6 tapones de AloeMax
- 250 ml de agua
- Media manzana pelada
- Medio aguacate
- Media lima
- Un cuarto de limón grande
- Un puñado de espinacas
- Medio puñado de perejil

Bate hasta que quede suave

Proteínas	Kcal	Fibra	Grasas	Hidratos de carbono
3g	180	8g	11g	24g



Bebida instantánea a base de extracto de té y plantas aromáticas

Al despertar, disfruta de una refrescante bebida de extracto de té baja en calorías, con té verde y negro, deliciosa para tomar caliente o fría.

- Apta para veganos y baja en calorías: aprox. 6 kcal por ración
- Una excepcional combinación de orange pekoe (un té negro tradicional), té verde con extractos de malva, flor de hibisco y semillas de cardamomo
- Nuestro té verde se extrae del agua para proporcionar todo el espectro de componentes del té verde

6 kcal



Original
58 raciones, 100 g
Ref. 0106



Original
29 raciones, 50 g
Ref. 0105



Limón
29 raciones, 50 g
Ref. 0255



Frambuesa
29 raciones, 50 g
Ref. 0256



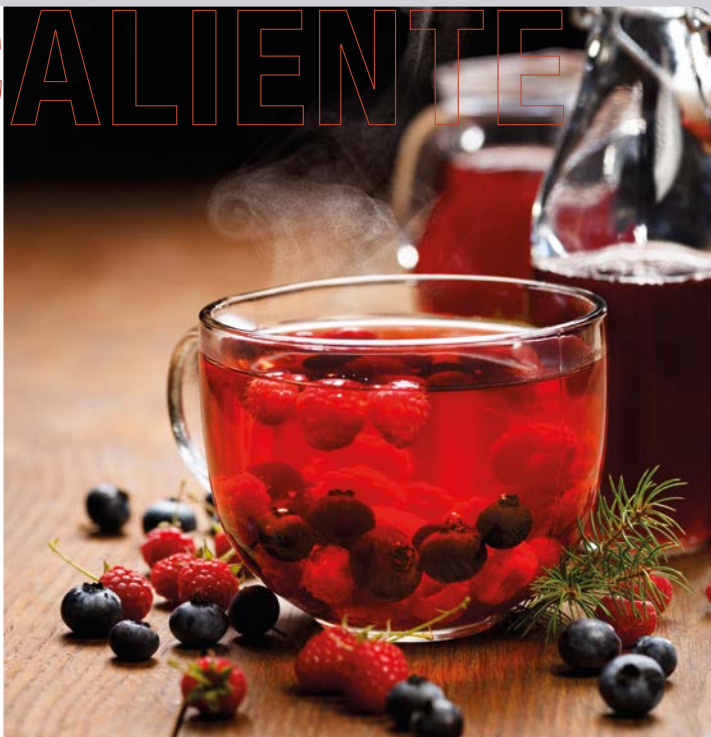
Melocotón
29 raciones, 50 g
Ref. 0257

INFUSIÓN PARA ENTRAR EN CALOR

Hierve **1 litro de agua** y haz una infusión con tus frutos del bosque favoritos. Añade **2 cucharadas de la Bebida instantánea a base de té y plantas aromáticas sabor frambuesa**. Una bebida que te hará entrar en calor y disfrutar de un momento relajante.

Proteínas	Kcal	Grasas	Hidratos de carbono
0,2g	6	0g	1,3g

CALIENTE



TÉ HELADO REFRESCANTE

Haz una infusión en **1 litro de agua** con pomelo y unas rodajas de naranja. Añade **hielo**, **2 cucharaditas la Bebida Instantánea a base de té y plantas aromáticas sabor limón y granada fresca**. Obtendrás una bebida refrescante con sabor a cítricos, perfecta para un caluroso día de verano.

Proteínas	Kcal	Grasas	Hidratos de carbono
0g	6	0g	1,4g

FRÍO



SKIN | Limpiar, tonificar, reafirmar, hidratar



Gel Reafirmante de Ojos / 15 ml - ref. 0770

Ayuda a embellecer la delicada área ocular aumentando la firmeza y elasticidad de la piel.*

Tónico Revitalizante Herbal ☀️🌙 / 50 ml - ref. 0767

Tonificador facial sin alcoholes, enriquecido con aloe vera y cuyo perfume de mandarina proporciona hidratación y renueva la piel de aspecto cansado.

Sérum Minimizador de Líneas ☀️🌙 / 50 ml - ref. 0829

Este sérum multifuncional ayuda a disminuir los signos visibles del envejecimiento.*

Mascarilla Purificadora de Arcilla con Menta / 120ml - ref. 0773

Esta mascarilla de arcilla densa y cremosa tiene los efectos absorbentes y tonificantes de la bentonita para eliminar la suciedad y absorber el exceso de grasa.

💧 [Piel de Normal A Grasa](#)

Gel Limpiador con Cítricos ☀️🌙 / 150 ml - ref. 0766

Contiene partículas que limpian en profundidad y refrescan tu piel para darle un brillo saludable.

💧 [Piel de Normal A Grasa](#)

Gel Limpiador Suavizante con Aloe / 150 ml - ref. 0765

Contiene partículas que limpian en profundidad y refrescan tu piel para darle un brillo saludable.

💧 [Piel De Normal A Seca](#)

* Testado con personas para comprobar la firmeza y elasticidad medidas con un sistema avanzado de medición visual en intervalos de 7 días y 42 días. En el 45% de los sujetos, se observaron mejoras en la firmeza y elasticidad de la piel de debajo de los ojos a los 42 días.

Conviene saber

Nuestra línea de productos para la piel no tiene parabenos ni sulfatos añadidos y está testada dermatológicamente.



Crema Revitalizante de Noche 🌙 / 15 ml - ref. 0827

Esta densa y excelente crema proporciona a la piel durante la noche la hidratación que tanto necesita. Su efecto de hidratación duradera te permite despertarte con la piel más suave y tersa.

Gel Exfoliante Instantáneo con Frutos Rojos / 120 ml - ref. 0772

Exfoliante rico en antioxidantes con semillas de arándanos para la exfoliación. Ayuda a conseguir una piel tersa y suave.

Crema Hidratante de Día ☀️ / 50 ml - ref. 0830

Loción hidratante polivalente que proporciona a tu rostro un brillo saludable. La piel luce radiante, incluso sin maquillaje.

Crema Hidratante con FPS 30 ☀️ / 50 ml - ref. 0828

Crema hidratante duradera que deja la piel tersa y suave. Ofrece protección de amplio espectro de contra rayos UVA/UVB.

Crema Hidratante de Ojos / 15 ml - ref. 0771

Ayuda a minimizar la apariencia de las líneas finas y arrugas en el contorno de ojos, una zona con menor cantidad de glándulas sudoríparas y sebáceas, por lo que es muy propensa a la deshidratación.

Kit de Resultados en 7 días - ref. 0867

Reduce la aparición de líneas finas y arrugas en sólo 7 días** y mejora visiblemente la suavidad, tersura, luminosidad y brillo de la piel en tan sólo 7 días.***

** Test realizado con 30 personas: rugosidad de la piel medida con Visioscan en intervalos de 0, 7 y 42 días.

*** Test realizado con 30 personas: suavidad, tersura, brillo y luminosidad medidas por expertos en efectos visuales; resultados comprobados en intervalos de 2, 4 y 7 días.

Herbal Aloe



Fortalece y repara tu cabello

Champú Fortalecedor Herbal Aloe / 250 ml - ref. 2564

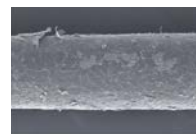
- Deja el cabello 10 veces más fuerte después de tan solo un uso*
- Reduce la rotura de cabellos en un 90%
- La proteína de trigo hidrolizada ayuda a proteger, reparar y fortalecer el cabello*
- Fórmula protectora del color

Acondicionador Fortalecedor Herbal Aloe / 250 ml - ref. 2565

- Refuerza el cabello para proporcionar una sensación más suave y sedosa después de tan solo un uso
- Acondicionador avanzado enriquecido con proteína de trigo
- Fórmula protectora del color
- Sin parabenos ni sulfatos añadidos

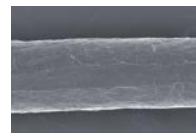
RESULTADOS DEL ESTUDIO

- Deja el cabello 10 veces más fuerte
- Reduce la rotura de cabellos en un 90%



ANTES

Estructura cuticular muy dañada.



DESPUÉS

Mejora significativa de la estructura cuticular

* Cuando se utiliza junto con el Acondicionador fortalecedor, en comparación con el cabello no tratado. Resultados basados en el estudio *Strengthening and Breakage* (Fortalecimiento y rotura). Valor medio obtenido en pruebas de peinado llevadas a cabo por un laboratorio independiente de investigación sobre trenzas de cabello "dañadas". El recuento de fibras rotas se comparó con el cabello no sin tratar usando Champú Fortalecedor Herbal Aloe y Acondicionador Fortalecedor Herbal Aloe.



Conviene saber

Dale a tu cabello el gustazo de un tratamiento acondicionador intensivo: deja que el Acondicionador fortalecedor Herbal Aloe actúe durante 5 minutos antes de aclarar para que el cabello quede súper suave y brillante.

RESULTADOS DEL ESTUDIO

- Hidratación para todo el día
- Se ha demostrado que el Aloe Vera deja la piel un 100% más suave y tersa

Renueva y revive

Pastilla de Jabón de Baño Corporal Herbal Aloe / 125 g - ref. 2566

- Limpia suavemente sin eliminar grasas necesarias de la piel
- Nutre la piel gracias a su combinación de Aloe Vera, aceite de oliva y vitaminas A, C y E
- Aroma fresco y limpio
- Sin parabenos ni sulfatos añadidos

Gel de Baño para Manos y Cuerpo Herbal Aloe / 250 ml - ref. 2561

- Suaves agentes limpiadores de origen vegetal
- Sus ingredientes con triple efecto sedoso ayudan a aliviar la sequedad y a hidratar la piel de manera profunda
- Su mezcla de extractos vegetales ayuda a cuidar la piel
- Sin parabenos ni sulfatos añadidos

Hidrátate y refréscate

Loción de Manos y Cuerpo Herbal Aloe / 200 ml - ref. 2563

- Se ha demostrado clínicamente que hidrata la piel para una nutrición profunda
- Hidratación para todo el día
- El aloe vera y la manteca de karité africano se absorben rápidamente y dejan la piel con una sensación suave y tersa
- Sin parabenos ni sulfatos añadidos

Gel Suavizante Herbal Aloe / 200 ml - ref. 2562

- Se ha demostrado que el gel deja la piel más suave y tersa
- Enriquecido con aloe vera y agentes vegetales que acondicionan la piel para hidratarla y suavizarla
- Fórmula sin fragancia
- Sin parabenos ni sulfatos añadidos

Libera tu potencial

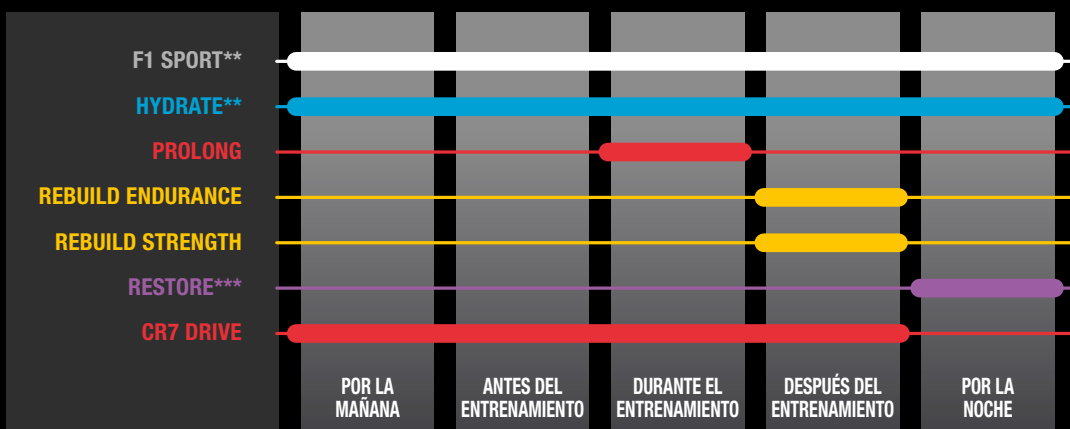
Nutrición deportiva de primer nivel

Concentración intensa, atención a los detalles y la voluntad de esforzarse a tope: estos son los rasgos que definen a los grandes deportistas; y los mismos rasgos que utilizó el equipo de Herbalife Nutrition con el fin de crear la primera línea de nutrición deportiva para las 24 horas: Herbalife24®.



Personaliza tu programa Herbalife24

Adaptado a tus necesidades individuales para el deporte, el entrenamiento, el rendimiento y la recuperación para crear tu programa personal, visita herbalife24.es



* Close et al (2016). New strategies in sport nutrition to increase exercise performance. Free Radical Biology and medicine; 98 (144-158).

** Debe consumirse siguiendo las instrucciones del paquete.

*** Restore de Herbalife24 proporciona 200 mg de vitamina C, que contribuye a al funcionamiento normal del sistema inmunitario durante y después del ejercicio físico intenso.

**** Los hidratos de carbono contribuyen a la recuperación de la función muscular normal después de un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración que conduce a la fatiga muscular y al agotamiento del glucógeno almacenado en los músculos esqueléticos. El efecto beneficioso se obtiene al consumir hidratos de carbono de todas las fuentes en una ingesta total de 4 g por kg de peso corporal, en dosis tomadas antes de transcurridas cuatro horas (o, como máximo, seis) después de finalizar un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración.

La línea deportiva Herbalife24

Tanto si haces jogging suave como si eres un deportista de élite, la línea deportiva Herbalife24® te ofrece los productos que necesitas para la preparación, el entrenamiento y la recuperación****. Como primera línea de nutrición deportiva del mercado para las 24 horas del día, no es de extrañar que más de 190 equipos deportivos, deportistas profesionales y eventos de todo el mundo utilicen productos Herbalife24 para rendir al máximo.

Calidad y seguridad

Un tercero independiente realiza tests en lote para descartar la presencia de sustancias prohibidas en todos los productos Herbalife24®. Encontrarás más información en la etiqueta del producto.



HERBALIFE
24

Conviene saber

Los principales factores que causan fatiga durante la competición son el agotamiento del combustible (hidratos de carbono) y la deshidratación. Las estrategias de alimentación para antes, durante y después de los eventos ayudan a reducir estos efectos.*

El creador de la línea Herbalife24 es John Heiss, doctorado universitario, Director Sénior de Marketing de Productos de Herbalife Nutrition. Como corredor de cross, ciclista de competición y esquiador, John Heiss sabe exactamente lo que hace falta para cubrir las necesidades nutricionales de los deportistas de élite.





10 g
de proteínas

184
kcal

REBUILD ENDURANCE

Bebida de recuperación* con hidratos de carbono y proteínas para deportes de resistencia

- ✓ Para tomar después del ejercicio aeróbico
- ✓ Contiene 36 g de hidratos de carbono especialmente seleccionados y 10 g de proteínas lácteas de alta calidad en cada ración
- ✓ Las proteínas contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular
- ✓ Proporciona vitaminas B1, B2, C y E, además de hierro
- ✓ Sin colorantes ni aromas artificiales ni edulcorantes

Vainilla 20 raciones, 1000 g Ref. 1436

7 g
de proteínas

225
kcal

PROLONG

Bebida con hidratos de carbono y proteínas para tomar durante el ejercicio intenso prolongado

- ✓ Proporciona 225kcal por ración, ideal para deportes de resistencia
- ✓ Esta excepcional bebida con una combinación de hidratos de carbono y proteínas tiene una osmolaridad de 270-330 mOsmol/kg
- ✓ 7 g de proteínas, las cuales contribuyen a que aumente la masa muscular
- ✓ Contiene hidratos de carbono en forma de maltodextrina
- ✓ Esta bebida, enriquecida con vitamina C y vitaminas del grupo B (B1, B3, B6, B12 y ácido pantoténico), tiene un sabor ligero y sutil perfecto para tomar durante el ejercicio
- ✓ Sin colorantes ni aromas artificiales ni edulcorantes

Cítricos 15 raciones, 900 g Ref. 1435

vitamina
E

200 mg
vitamina C

Lactium

RESTORE

Complemento alimenticio que proporciona un refuerzo nutricional por la noche

- ✓ Exclusiva fórmula nutricional nocturna diseñada para quienes desean superarse
- ✓ 200 mg de vitamina C que contribuye a mantener el funcionamiento normal del sistema inmunitario durante y después del ejercicio físico intenso
- ✓ Contiene el 100% de los valores de referencia de vitamina E, la cual contribuye a la protección de las células frente al daño oxidativo
- ✓ Contiene Lactium™, procedente de una proteína denominada caseína

30 cápsulas, 21,4 g

Ref. 1424

TOMA RESTORE DENTRO DE UNA DIETA VARIADA Y EQUILIBRADA Y UN ESTILO DE VIDA SALUDABLE Y CONSÚMELO SIGUIENDO LAS INSTRUCCIONES DE LA ETIQUETA. MÁS INFORMACIÓN SOBRE LACTIUM™, EN WWW.LACTIUM.COM



18 g
de proteínas

219
kcal

25 g de
proteínas

190
kcal

vitaminas
b y c

270
mosmol/kg

F1 SPORT

Fórmula y sabor **NUEVOS Y MEJORADOS**

Alimenta el atleta que llevas dentro

- ✓ Disfruta de un delicioso batido con proteínas procedentes de dos tipos: caseína, de digestión lenta, y suero de leche, de digestión rápida¹
- ✓ Tomar proteínas de suero de leche y de caseína al mismo tiempo ayuda a proporcionar todos los aminoácidos esenciales durante un largo periodo de tiempo¹
- ✓ Las proteínas contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular
- ✓ Contiene más de un tercio de la ingesta de referencia de 25 vitaminas y minerales por ración

Crema de vainilla 20 raciones, 524 g Ref. 4461

REBUILD STRENGTH

Bebida de recuperación* rica en proteínas para tomar después del entrenamiento de fuerza

- ✓ Para tomar después del ejercicio anaeróbico
- ✓ Contiene 25 g de proteínas, las cuales contribuyen a aumentar y conservar la masa muscular
- ✓ El hierro contribuye al metabolismo energético normal, a la formación normal de glóbulos rojos y al transporte normal de oxígeno en el cuerpo
- ✓ Sin colorantes ni aromas artificiales ni edulcorantes
- ✓ Contiene 190kcal por ración

Chocolate 20 raciones, 1000 g Ref. 1437

HYDRATE

Bebida con electrolitos baja en calorías

- ✓ Bebida para deportistas sin calorías que favorece la ingesta de líquidos
- ✓ Con una osmolaridad inferior a 270 mOsmol/kg
- ✓ Proporciona el 100% de los valores de referencia de vitamina C, la cual ayuda a disminuir el cansancio y la fatiga
- ✓ Proporciona vitaminas del grupo B (B1, B2, ácido pantoténico y B12), calcio y magnesio, todo ello para contribuir al metabolismo energético normal

Naranja 20 sobres de 5,3 g, 106 g Ref. 1433

¹ Soopet al., Am J Physiol Endocrinol Metab, 2012, 303(1): p. E152-62.

* Contiene 18 g de hidratos de carbono que contribuyen a la recuperación de la función muscular normal después de un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración que conduce a la fatiga muscular y al agotamiento del glucógeno almacenado en los músculos esqueléticos. El efecto beneficioso se obtiene al consumir hidratos de carbono de todas las fuentes en una ingesta total de 4 g por kg de peso corporal, en dosis tomadas antes de transcurridas cuatro horas (o, como máximo, seis) después de finalizar un ejercicio físico de gran intensidad o de larga duración.

CR7 DRIVE

Llena tus reservas de combustible para el ejercicio y aumenta la hidratación**

- ✓ Deliciosa y refrescante bebida de hidratos de carbono y electrolitos para tomar durante el ejercicio
- ✓ Solución de hidratos de carbono y electrolitos que ha demostrado ayudar a mantener el rendimiento de resistencia*
- ✓ También aumenta la absorción de agua durante el ejercicio**
- ✓ Formulado con electrolitos esenciales: 142 mg de magnesio por ración
- ✓ Con el 100% de los valores de referencia de las vitaminas B1 y B12, que contribuyen al metabolismo energético normal y a la función psicológica normal***
- ✓ Menos de 100 kcal por ración para ayudarte a controlar la ingesta de calorías
- ✓ Sin edulcorantes artificiales

HERBALIFE

24

CR7 DRIVE

vitaminas
B1 y B2

97
kcal

Magnesio



Frutos de acai
20 raciones, 540 g
Ref. 1466



Frutos de acai
10 sobres de 27 g, 270 g
Ref. 1467



* Las soluciones electrolíticas a base de hidratos de carbono contribuyen a mantener el nivel de resistencia en ejercicios que requieren una resistencia prolongada.

** Las soluciones electrolíticas a base de hidratos de carbono mejoran la absorción de agua durante el ejercicio físico.

*** Las vitaminas B1 y B12, que contribuyen al metabolismo energético normal y a la función psicológica normal.

LIFTOFF® Bebida energética efervescente

Bebida energética baja en calorías para tomar en cualquier momento y lugar

- ✓ 10kcal por ración, un excelente sustituto para los refrescos gaseosos azucarados
- ✓ El 100% de los valores de referencia de vitamina C para ayudar a disminuir la fatiga y el cansancio
- ✓ El 100% de los valores de referencia de vitaminas del grupo B (B1, B2, B3, B6, ácido pantoténico y biotina) para contribuir al metabolismo energético normal
- ✓ Contiene cafeína en polvo y cafeína natural de guaraná
- ✓ Cada ración proporciona 75 mg de cafeína

Guaraná

- ✓ Cada comprimido proporciona 32 mg de cafeína



vitaminas
B y C

10
kcal

75 mg
de cafeína

32 mg
de cafeína



Lima-Limón
10 comprimidos
de 4,5 g, 45 g
Ref. 3152



Guaraná
60 tabletas, 61,2 g
Ref. 0124



Herbalife Gran Canaria

Casi ocho años acompañando y dando nombre a este magnífico equipo de baloncesto tanto en competiciones nacionales como europeas. Todos los logros del club son gracias a un trabajo diario, que le ha servido para ganarse el respeto de sus equipos rivales. El equipo cuenta con el apoyo nutricional de Herbalife Nutrition a través de su línea deportiva H24.



Atlético de Madrid Femenino

Desde 2017, Herbalife Nutrition es el patrocinador principal y proveedor de nutrición del Atlético de Madrid femenino, uno de los equipos más prestigiosos de la liga española de fútbol. Durante estos años el equipo se ha proclamado Campeón de Liga y subcampeón de la Copa de la Reina en 3 ocasiones. Esfuerzo, afán de superación y pasión son algunos de los valores que compartimos con nuestro club.



Liliana Fernández y Elsa Baquerizo

Este nuevo patrocinio reafirma nuestro compromiso con el deporte femenino. Las jugadoras de vóley playa hicieron historia por ser en el primer equipo femenino en la historia de este deporte en representar a España en eventos olímpicos. Juntas han ganado 7 medallas en competiciones mundiales, 7 medallas en competiciones europeas y 6 campeonatos de España. Además, se han clasificado recientemente para los próximos Juegos Olímpicos de Tokio.



Herbalife 3x3 Series

Uno de los últimos patrocinios en unirse a la familia de Herbalife Nutrition, se trata de una nueva disciplina deportiva que será olímpica en los próximos Juegos de Tokio. Una nueva liga de baloncesto con solo tres jugadores, una sola canasta y tiempos más reducidos. La emoción y competitividad está asegurada, todo de la mano de Herbalife Nutrition como patrocinador principal.

Páginas
18/19



Fórmula 1

Plátano, 550 g	Ref. 4462	*45,78 € **44,83 €	Frutos del Bosque, 550 g	Ref. 4470	*45,78 € **44,83 €	Chocolate Cremoso, 550 g	Ref. 4468	*45,78 € **44,83 €
Café Latte, 550 g	Ref. 4465	*45,78 € **44,83 €	Delicia de Fresa, 550 g	Ref. 4463	*45,78 € **44,83 €	Sin alérgenos - Sabor a Frambuesa y Chocolate Blanco, 500 g	Ref. 4469	*45,78 € **44,83 €
Manzana y Especias, 550 g	Ref. 4464	*45,78 € **44,83 €	Galleta Crujiente, 550 g	Ref. 4467	*45,78 € **44,83 €	Crema de Vainilla, 780 g	Ref. 048K	*57,62 € **56,42 €
Menta y Chocolate, 550 g	Ref. 4471	*45,78 € **44,83 €	Crema de Vainilla, 550 g	Ref. 4466	*45,78 € **44,83 €	Sobres Crema de Vainilla - 7x26 g	Ref. 053K	*17,54 € **17,18 €

Página
22



Barritas Express

Chocolate, 7x56 g	Ref. 096K	*21,84 € **21,39 €
-------------------	-----------	-----------------------

NUEVO

Páginas
24/25



High Protein Iced Coffee

Latte Macchiato, 308 g	Ref. 012K	*53,12 € **52,02 €
Mocha, 322 g Próximamente	Ref. 011K	*53,12 € **52,02 €

NUEVO

Páginas
26/27



Tri Blend Select

Plátano, 600 g	Ref. 013K	*65,70 € **64,33 €
Café Caramelo, 600 g	Ref. 052K	*65,70 € **64,33 €

Página
28



Pro 20 Select

Vainilla, 630 g	Ref. 1660	*60,40 € **59,15 €
-----------------	-----------	-----------------------

Página
29



Bebida con Proteínas en Polvo

Vainilla, 588 g	Ref. 2600	*54,93 € **53,80 €
-----------------	-----------	-----------------------

Polvo de Proteínas Personalizado Fórmula 3

Original, 240 g	Ref. 0242	*37,26 € **36,39 €
-----------------	-----------	-----------------------



Páginas
30/31

Barrita con Proteínas

Chocolate y cacahuets, 14x35 g, 490 g	Ref. 3972	*21,12 € **20,50 €
Vainilla y almendras, 14x35 g, 490 g	Ref. 3968	*21,12 € **20,50 €
Cítricos, 14x35 g, 490 g	Ref. 3976	*21,12 € **20,50 €

Sopa de Tomate Gourmet

Tomate, 672 g	Ref. 0155	*44,93 € **44,00 €
---------------	-----------	-----------------------

Frutos Secos de Soja Tostados

Bajos en sal - 12x21,5 g	Ref. 3143	*18,98 € **18,58 €
--------------------------	-----------	-----------------------



Página
37

Herbalifeline Max

30 cápsulas, 42 g	Ref. 0043	*30,79 € **30,15 €
-------------------	-----------	-----------------------



Página
39

Bebida con Avena, Manzana y Fibra

Manzana, 204 g	Ref. 2554	*28,04 € **27,46 €
----------------	-----------	-----------------------

Fibra y Hierbas

180 tabletas	Ref. 3114	*17,03 € **16,67 €
--------------	-----------	-----------------------

Beta Heart

Vainilla, 229 g	Ref. 0267	*41,26 € **40,41 €
-----------------	-----------	-----------------------



Página
41

RoseGuard®

60 tabletas, 82,8 g	Ref. 0139	*39,70 € **38,88 €
---------------------	-----------	-----------------------



Página
33

Fórmula 2 Complejo de Vitaminas y Minerales

Hombre - 60 tabletas	Ref. 1800	*22,30 € **21,84 €
Mujer - 60 tabletas	Ref. 1819	*22,30 € **21,84 €



Páginas
34/35

Thermo Complete

90 tabletas, 78,9 g	Ref. 0050	*46,78 € **45,81 €
---------------------	-----------	-----------------------

Niteworks

Limón, 150 g	Ref. 3150	*81,74 € **80,05 €
--------------	-----------	-----------------------

Xtra Cal®

90 tabletas, 131 g	Ref. 0020	*17,20 € **16,84 €
--------------------	-----------	-----------------------



Página
43

Concentrado Herbal Aloe

Mango, 473 ml	Ref. 1065	*39,78 € **38,96 €
Original, 473 ml	Ref. 0006	*39,78 € **38,96 €

Página
44



AloeMax

473 ml **Ref. 1196** *44,74 €
**43,82 €

Página
46



Bebida instantánea a base de extracto de té y plantas aromáticas

Original, 100 g	Ref. 0106	*55,74 € **54,59 €
Original, 50 g	Ref. 0105	*30,97 € **30,33 €
Limón, 50 g	Ref. 0255	*30,97 € **30,33 €
Frambuesa, 50 g	Ref. 0256	*30,97 € **30,33 €
Melocotón, 50 g	Ref. 0257	*30,97 € **30,33 €

Página
49



Herbalife SKIN Kit de Resultados en 7 Días **Ref. 0867** *25,72 € **22,90 €

Gel limpiador suavizante con aloe, 50 ml
Crema hidratante de día, 15 ml
Crema revitalizante de noche, 15 ml
Paquete de Gel reafirmante de ojos, 2 x 2 ml
Paquete de Crema hidratante de ojos, 2 x 2 ml

Páginas
48/49



Herbalife SKIN

Gel limpiador suavizante con aloe, 150 ml	Ref. 0765	*23,42 € **20,85 €
Gel limpiador con cítricos, 150 ml	Ref. 0766	*23,42 € **20,85 €
Gel exfoliante instantáneo con frutos rojos, 120 ml	Ref. 0772	*18,31 € **16,30 €
Mascarilla purificante de arcilla con menta, 120 ml	Ref. 0773	*19,87 € **17,69 €
Tónico revitalizante herbal, 50 ml	Ref. 0767	*17,76 € **15,81 €
Sérum minimizador de líneas, 50 ml	Ref. 0829	*60,65 € **54,00 €
Gel reafirmante de ojos, 15 ml	Ref. 0770	*36,85 € **32,81 €
Crema hidratante de ojos, 15 ml	Ref. 0771	*36,85 € **32,81 €
Crema hidratante de día, 50 ml	Ref. 0830	*45,69 € **40,68 €
Crema hidratante FPS30, 50 ml	Ref. 0828	*45,69 € **40,68 €
Crema revitalizante de noche, 50 ml	Ref. 0827	*45,69 € **40,68 €

Páginas
50/51



Herbal Aloe

Champú fortalecedor, 250 ml	Ref. 2564	*13,53 € **12,05 €
Acondicionador fortalecedor, 250 ml	Ref. 2565	*13,53 € **12,05 €
Pastilla de jabón de baño corporal herbal aloe, 1 pastilla de jabón	Ref. 2566	*9,05 € **8,06 €
Gel de baño para manos y cuerpo, 250 ml	Ref. 2561	*13,64 € **12,15 €
Loción de manos y cuerpo, 250 ml	Ref. 2563	*13,34 € **11,88 €
Gel suavizante, 250 ml	Ref. 2562	*13,34 € **11,88 €



Línea Herbalife24

Rebuild Endurance, Vainilla, 1000 g	Ref. 1436 *83,50 € **81,77 €	F1 Sport, Crema de vainilla, 524 g	Ref. 4461 *58,86 € **57,64 €
Prolong, Cítricos, 900 g	Ref. 1435 *61,82 € **60,54 €	Rebuild Strength, Chocolate, 1000 g	Ref. 1437 *58,03 € **56,83 €
Restore, 30 cápsulas, 21,4 g	Ref. 1424 *38,58 € **37,78 €	Hydrate, Naranja, 20 x 5,3 g, 106 g	Ref. 1433 *44,90 € **43,97 €



Cr7 Drive

Frutos de acai, 640 g	Ref. 1466 *20,15 € **19,74 €
Frutos de acai, 270 g	Ref. 1467 *12,15 € **11,90 €



LiftOff®

Lima-Limón, 10 x 4,5 g, 45 g	Ref. 3152 *29,94 € **29,32 €
------------------------------	---------------------------------

Guaraná

60 tabletas, 61,2 g	Ref. 0124 *19,17 € **18,77 €
---------------------	---------------------------------

La Motivación

es lo que te pone en marcha.

El Compromiso

es lo que te hace seguir avanzando.



Si deseas más información, ponte en contacto conmigo hoy mismo:

Herbalife Nutrition se enorgullece de ser miembro y partidario de la AVD y su código de consumidores independientes.



Número 68

