# SOWL movement

## LIFEPAK®
## FORMULA CONTRA EL ENVEJECIMIENTO PARA UNA NUTRICIÓN ÓPTIMA*

LifePak® es un suplemento nutricional con niveles óptimos de micronutrientes esenciales formulados científicamente para ayudar a la longevidad y a vivir bien. LifePak® provee una completa selección de antioxidantes, vitaminas y minerales que habitualmente faltan en las dietas de los adultos. Además de cubrir estas deficiencias nutricionales comunes, los muchos beneficios de LifePak® incluyen una poderosa ayuda antioxidante para proteger las células, ayuda al sistema inmunológico, promueve la salud cardiovascular y otros beneficios contra el envejecimiento.

Usado conjuntamente con Pharmanex® MarineOmega,* LifePak® suministra una base nutricional para una larga vida llena de vitalidad y energía y libre de los efectos debilitadores asociados con las deficiencias nutricionales. Empaquetado convenientemente contiene cuatro cápsulas de gelatina en un sobrecillo lo cual hace fácil para los adultos tomar LifePak® cada día con el desayuno y la cena.*

*CONCEPTO*

El disfrutar de una excelente salud y el mantenerse saludable a lo largo de nuestra vida comienza con una adecuada dieta. Hay una creciente cantidad de evidencia científica que demuestra la relación directa entre una nutrición pobre y muchas de las enfermedades degenerativas que hasta hace poco se creía que no tenían relación.

A medida que cada nuevo informe clínico es publicado, se le recuerda a las personas la importancia de comer sa- ludablemente. Un creciente número de personas se está cambiando cada vez más a las fuentes de comidas saludables y haciendo mejores, selec- ciones, pero nuestros modernos estilos de vida hacen a menudo difícil el consumir los niveles recomendados de nutrientes claves que son esencia- les para nuestra salud y bienestar.

Las encuestas alimenticias continúan mostrando un triste hecho la gran mayoría de las personas no consu- men los niveles óptimos de nutrientes básicos sólo con la alimentación.

Una encuesta nutricional completada en 1996 por el US Deparment of Agriculture (USDA) mostró que la mayoría de las personas no alcanzan las Cantidades Diarias Recomendadas (Recommended Daily Allowance-- RDA) en la mayoría de las vitaminas y minerales esenciales. Un estudio más reciente publicado en el Journal of the American Medical Association (JAMA) en el 2002 informó que los bajos niveles de los nutrientes básicos como las antioxidantes vitaminas A, C y E pueden aumentar el peligro en diversos problemas de salud. Lo que es más, los investigadores llegaron a la conclusión de "que parece prudente que todos los adultos tomen suplementos de vitaminas y minerales."

Es un excelente comienzo el hacer el esfuerzo de consumir alimentos integrales y frescos en las cantidades adecuadas para mejorar el estado de nuestra salud nutricional. Pero la base nutricional para una óptima salud y bienestar también debería incluir un programa completo de suplementos alimenticios para cubrir las necesidades y actuar como un seguro contra las deficiencias nutricionales que hay hasta en las mejores dietas y han sido mostradas por los estudios.

*LifePak® Dietary Supplement*

Pharmanex LifePak® es un suplemento dietario completo de importantes antioxidantes y fitonutrientes, vitaminas, minerales y otros co-factores metabólicos que ayudan a promover la longevidad y el bienestar. Atiende las necesidades a nivel celular, LifePak® provee a su cuerpo con los niveles óptimos de nutrientes que son esenciales para tener vigor y vitalidad.

Muchos de los beneficios para la salud que posee LifePak® son una poderosa protección antioxidante, ayudan al metabolismo del azúcar, 1 tienen beneficios para la salud cardiovascular, ayudan al metabolismo del azúcar en la sangre, poseen una completa nutrición para los huesos y otros beneficios contra el envejecimiento.*

También LifePak® ayuda a mantener una buena salud de la vista, de las encías y los dientes, ayuda a controlar el peso, promueve el funciona- miento y protección de la piel, ayuda al metabolismo de la energía y ayuda a mantener el rendimiento mental. Estos beneficios para la salud que provee LifePak® son el resultado de millones de horas de investigación y de desarrollo en todo el mundo.*

*Ciencia Probada- La diferencia que se puede medir*

Hay más de 200,000 estudios publicados en relación a los antioxidantes de LifePak® y casi 800,000 estudios publicados en relación a los más de 59 ingredientes que lo componen. Lo que es más, LifePak® ha sido objeto de estudio en diversos estudios clínicos que han demostrado beneficios científicos específicos antioxidantes y para el sistema cardiovascular con el uso regular y consistente de LifePak.®

*LifePak® Atiende necesidades específicas de la salud con fórmulas completas en un sólo producto*

LifePak® consiste de fórmulas de productos individuales combinadas científicamente en un sólo y práctico producto. Cada sobrecillo contiene una cápsula de vitamina, una cápsula de fitonutriente y dos cápsulas de minerales.

*Corrige las deficiencias nutricionales*

LifePak® mejora la base de su salud diaria al suministrar al cuerpo con más de 20 vitaminas y minerales esenciales para tener una salud y energías óptimas. Los lineamientos para la alimentación en el 2005 por el USDA señalan ciertas deficiencias nutricionales persistentes (vitaminas B12 y D para los adultos, hierro para las mujeres embarazadas, etc.), el USDA ha emitido las siguientes recomendaciones: "...se ha garantizado que se van a realizar esfuerzos para aumentar la toma de vitamina E, calcio, magnesio, potasio y fibra en los niños y en los adultos así como promover el incremento de la vitamina A y C en la alimentación de los adultos."*

*Equilibra la nutrición en los huesos*

La salud en los huesos es una creciente preocupación a nivel mundial, especialmente para las mujeres. LifePak® suministra nutrientes para los huesos básicos en cantidades clínicas significativas para fortalecer y mantener la salud de los huesos.

Los minerales de los huesos, calcio (500 mg) y magnesio (250 mg) están incluidos en LifePak® como la base para la salud de los mismos. LifePak® provee vitamina D para regular el metabolismo del calcio y magnesio en los huesos y vitamina K para ayudar a transportar al calcio hacia los huesos. El silicio, el boro y los isoflavones de soya trabajan en conjunto con los nutrientes de los huesos para una máxima absorción y eficacia.

*Equilibra la ayuda inmunológica*

Las vitaminas A, C, E, los carotenoides, la vitamina B6 y el zinc ayudan a reforzar el sistema inmunológico y a dar cuerpo a los nutrientes para funcionar de manera óptima. LifePak® contiene los niveles óptimos de nutrientes para mantener un funcionamiento normal del sistema inmunológico y ayudar a mantener la salud del cuerpo. LifePak® ha sido formulado para suministrar los nutrientes que se pierden en las dietas que no alcanzan a incluir 5 ó 7 porciones de frutas y verduras.*

*Ayuda al metabolismo del azúcar en la sangre*

LifePak® mantiene los niveles del azúcar, la tolerancia a la glucosa y el metabolismo de la insulina normales al suministrar al cuerpo con las dosis óptimas de cromo, vitamina C, vitamina E, ácido alfa-lipoico, magnesio y zinc—importantes nutrientes que se ha comprobado clínicamente que ayudan a mantener un normal metabolismo del azúcar en la sangre.*

*Ayuda a proteger al cuerpo con nutrientes cardiovasculares*

LifePak® provee las óptimas cantidades de los más de 40 diferentes nutrientes antioxidantes que trabajan en conjunto en el cuerpo para proteger los lípidos del LDL (colesterol de lipoproteínas de baja densidad) de la sangre de la oxidación de los radicales libres. LDL—es el colesterol malo que necesita ser mantenido en un nivel bajo y puede oxidarse en el cuerpo. Ha sido probado clínicamente que LifePak® hace que las partículas de LDL sean más resistentes contra la oxidación de los radicales libres.

Ayuda a Proteger al Cuerpo Contra los Síntomas del Envejecimiento LifePak Women® contiene Te-green 97® patentado, uno de los antioxidantes más poderosos en la tierra, para que actúe sobre la causa central del envejeci- miento—daño a las células de ADN. El ADN (ácido desoxirribonucleico) es el plano por medio del cual las nuevas células son creadas y las células saludables son renovadas. A medida que envejecemos, nuestro sistema de defensa antioxidante se vuelve débil. Al mismo tiempo, la gran cantidad de radicales libres producidos en la mitocondria dañan el ADN de la misma, lo cual lleva a disminuir la producción de energía y también disminuye la función celular y de regeneración. Todo esto lleva a la aparición de los síntomas del envejecimiento.*

*Protege las células con una poderosa red de Antioxidantes*

LifePak® contiene más de 40 antioxidantes (incluyendo Te-green 97® pa- tentado) para la salud de las células. La contaminación, el estrés y nuestro estilo de vida tan agitado producen radicales libres que dañan nuestras células. Nuestros cuerpos están constantemente bajo los ataques de estos radicales libres, y la ciencia ha demostrado que una red de antioxidantes (más bien que una gran cantidad de antioxidantes individuales) es más efectiva para combatir estas dañinas moléculas.

El cuerpo necesita un suministro constante de antioxidantes alimenticios para mantener una salud óptima. LifePak® incluye ocho formas naturales de vitamina E, vita- mina C en su forma amortiguada, selenio, cobre, zinc y manganeso. Otros antioxidantes incluyen seis carotenoides, más de 20 flavonoides (incluyendo catechins y más de 10 polifenoles de semilla de uva) y ácido alfa-lipoico.*

*El líder en Sumplementos Nutricionales*

LifePak® es el líder en suplementos nutricionales con un completo suplemento alimenticio contra el envejecimiento que da importantes vitaminas, minerales, fitonutrientes y antioxidantes micronutrientes que atienden las necesidades de la salud de día en día del cuerpo humano. LifePak® suministra estos nutrientes en grandes cantidades, con ingredientes y formulas biodisponibles. Usados en conjunto, LifePak® y MarineOmega constituyen el programa de suplemento contra el envejecimiento más completo y disponible que hay.

Principales Beneficios Ofrece beneficios superiores contra el envejecimiento y protección a las células al darle al cuerpo importantes antioxidantes y fitonutrientes como el ácido alfa-lipoico y los catechins.* Mejora y ayuda a su red de defensa antioxidante.* Suministra una mezcla completa de nutrientes que ayudan a mantener al sistema cardiovascular saludable.* Provee una completa ayuda para la nutrición de los huesos.* Promueve un funcionamiento inmunológico saludable.* Ayuda al normal metabolismo del azúcar en la sangre.* Corrige las deficiencias nutricionales.*

*¿Qué es lo que hace que este producto sea único?*

LifePak® fue el primer suplemento alimenticio completo que mostró tener beneficios antioxidantes en un estudio doble-ciego de un grupo control.

• LifePak® provee importantes cantidades, clínicamente hablando, de todas las vitaminas y minerales necesarios que habitualmente faltan en una dieta.

• LifePak® hace que su completa red antioxidante lo proteja contra los daños de los radicales libres.*

• LifePak® suministra una amplia gama de antioxidantes para un óptimo beneficio.

• Provee dosis importantes de vitaminas antioxidantes, co-factores de minerales, un amplio espectro de mezcla de carotenoides, más de 20 flavonoides y antioxidantes científicamente mejorados, como el ácido alfa-lipoico.

• LifePak® está científicamente aprobado.

• Convenientemente empaquetado va con usted y con su estilo de vida tan ocupado

*¿Quién debería usar este producto?*

Todos los adultos entre 18 y 40 años de edad que estén interesados en mejorar su salud deberían tomar LifePak.®

*¿Sabía Ud. que?*

El ADN en cada una de sus células recibe 70,000 ataques de los radicales libres por día. Hoy, las personas viven 30 años más que hace un siglo atrás. Casi el 80% de las mujeres no reciben la cantidad recomendada de calcio. Mas de 9.8 billones de cápsulas y tabletas de LifePak® han sido vendidas desde 1992.

*Preguntas que se hacen habitualmente ¿Porqué debería tomar LifePak® junto con MarineOmega?*

LifePak® suministra la cuerpo con los micronutrientes que habitualmente faltan en las dietas de la actualidad, mientras MarineOmega suministra al cuerpo los macronutrientes esenciales como EPA y DHA que también faltan en las dietas de estos días. Además de proveer una completa base nutricional, MarineOmega trabaja en conjunto con LifePak® al aumentar la biodisponibilidad y la absorción de los nutrientes para obtener más beneficios para la salud.

*¿Porqué es importante tomar LifePak® dos veces al día?*

Los productos de la Familia LifePak® son suplementos completos de multivitaminas/ minerales/fitonutrientes que contienen una potente mezcla de nutrientes. Debe ser tomado dos veces al día para darle a su cuerpo la saturación y absorción óptimos de vitaminas y minerales. Dos veces al día le da a su cuerpo 24 horas de protección antioxidantes.

*¿Cuáles son los más de 40 antioxidantes en LifePak®?*

Beta-caroteno, licopeno, luteína, alfa-caroteno, beta-criptoxantina, zeaxantina, vitamina C amortiguada, selenio, cobre, zinc, manganeso, quercetina, naringerina, hesperidina, ácido alfa-lipoico, 6 catechins (epicatechin (EC), epigallocatechin (EGC), epicatechin gallate (ECg), epigallocatechin gallate (EGCg), DL-Catechin (DL-C), gallocatechin gallate (GCG), las 8 formas naturales de vitamina E (alfa-tocoferol, beta-tocoferol, gamma-tocoferol, delta-tocotrienol), isoflavones de soja (genistin, diadzin, genisteina, daidzeina), más de 10 polifenoles de semilla de uva (catechin, epicatechin y ácido gálico epigatchin gallate, dímeros, trímeros, tetrámeros y sus galatos pentamers, hexamers, heptamers y sus galatos).

*¿Cuál es la diferencia entre LifePak®, LifePak® Prime, LifePak® Women y LifePak® PreNatal?*

En base a estudios que han demostrado una diferencia importante entre los distintos grupos demográficos, Pharmanex ha desarrollado las fórmulas de LifePak® para suplir las necesidades específicas de los hombres y mujeres en los diferentes períodos de sus vidas. Se recomienda LifePak® para adultos entre 18 y 40 años de edad. LifePak® Prime ha sido formulado para cubrir las necesidades específicas hombres de 40 años de edad y mayores y de las mujeres en la post-menopausia. LifePak® Women ha sido formulado para las mujeres en la pre- y perimenopausia. LifePak® PreNatal está formulado para las mujeres embarazadas o que amamantan.

*Estudios Científicos Básicos*

1. Smidt CR, Seidehamel RJ, Devaraj S, Jialal I. The effects of a nutritionally complete dietary supplement (LifePak®) on antioxidant status and LDL-oxidation in healthy non-smokers. FASEB. 1999;13(4):A546.

2. Kaats G R; Wise J A; Morin R; Pullin D; Squires W; Murrieta T G; Hesslink R. Reductions in DEXA measurements of body fat with different levels of involvement in a weight loss program using dietary supplements [LifePak®]. Journal of the American Nutraceutical Association. 1998; 1(2):19–26.

3. Fletcher RH, Fairfield KM. Vitamins for chronic disease prevention in adults: clinical applications. J Am Med Assoc. 2002 Jun 19; 287(23):3127–9.

4. McKay DL, et al. The effects of a multivitamin/mineral supplement on micronutrient status, antioxidant capacity and cytokine production in healthy older adults consuming a fortified diet. J Am Coll Nutr. 2000 Oct; 19(5):613–21.

*Instrucciones para su Uso:* Tome un (1) paquete dos veces al día con ocho (8) onzas de líquido con el desayuno y la cena. Guardar en lugar fresco y seco.

*Advertencias:* Mantengase lejos del alcance de los niños. Si está embara- zada o amamantando, o tomando medicamentos, consulte con un médico antes de usar este producto

*Otros Ingredientes:* Gelatina, Celulosa Microcristalina, Estearato de Magnesio, Dióxido de Silicio.

*Información del Suplemento*

Una Porción por Paquete

| Cantidad por Paquete | | % de Valor Diario* |
|---|---|---|
| Vitamina A (83% como Beta-Caroteno del Fruto de la Palmera y Extractos de Blakeslea trisopora, Vitamina A Palmitato) | 7500 IU | 150% |
| Vitamina C (como Ascorbate de Calcio) | 250 mg | 417% |
| Vitamina D (como Cholecalciferol) | 200 IU | 50% |
| Vitamina E (como Acetato de D-Alfa Tocoferol) | 150 IU | 500% |
| Vitamina K (como Fitonadione) | 20 mcg | 25% |
| Tiamina (como Mononitrato de Tiamina) | 3.75 mg | 250% |
| Riboflavina (como Riboflavina) | 4.25 mg | 250% |
| Niacina (como Niacina, Niacinamida) | 20 mg | 100% |
| Vitamina $B_6$ (como Hidroclorito de Piridoxina) | 5 mg | 250% |
| Folato (como Ácido Fólico) | 300 mcg | 75% |
| Vitamina $B_{12}$ (como Cianocobalamina) | 15 mcg | 250% |
| Biotina (como Biotina) | 150 mcg | 50% |
| Ácido Pantoténico | 15 mg | 150% |
| Calcio (como Fosfato de Tricalcio, Carbonato de Calcio, Propionato de Calcio, Ascorbate de Calcio) | 250 mg | 25% |
| Yodo (como Yoduro de Potasio) | 50 mcg | 33% |
| Magnesio | 125 mg | 31% |
| Zinc (como Zinc Quelatado) | 7.5 mg | 50% |
| Selenio | 70 mcg | 100% |
| Cobre (como Cobre Quelatado) | 0.5 mg | 50% |
| Manganeso (como Manganeso Quelatado) | 1.0 mg | 100% |
| Cromo (como Cromo Quelatado) | 100 mcg | 83% |
| Molibdeno (como Molibdeno Quelatado) | 37.5 mcg | 50% |
| Mezcla de Polifenoles y Flavonoides | 97.5 mg | * |
| Catechins (de Camelia sinensis) | (45 mg) | * |
| Quercetina | (25 mg) | * |
| Extracto de Semilla de Uva | (12.5 mg) | * |
| Bioflavonoides Cítricos | (12.5 mg) | * |
| Isoflavones (de Extracto de Soya) | (2.5 mg) | * |
| Ácido Alfa-Lipoico | 15 mg | * |
| Inositol (como Insositol) | 5 mg | * |
| Mezcla de Carotenoides (otros que no sean Beta-Caroteno) | 4.5 mg | * |
| Licopeno (como Licopeno) | (2.5 mg) | * |
| Alfa-Caroteno (como Extracto del Fruto de la Palmera) | (1 mg) | * |
| Luteína (como Extracto de Flor de Caléndula) | (1 mg) | * |
| Boro (como Citrato de Boro) | 1.5 mg | * |
| Silicio (como Metasilicato de Sodio) | 1.5 mg | * |

* No se ha establecido el valor diario