



Forever Garcinia Plus®

Forever Garcinia Plus es un complemento nutritivo revolucionario que contiene un gran número de ingredientes que podrían ayudar a adelgazar en combinación con ejercicio moderado y una dieta adecuada. El principal ingrediente es una sustancia natural derivada de la fruta de un árbol asiático del sur, la Garcinia Cambogia, también conocida como Tamarindo Malabar. La cáscara de esta fruta es secada y se usa para producir Ácido Hidroxicítrico (AHC). Químicamente, el AHC es muy similar al ácido cítrico encontrado en naranjas y otras frutas cítricas. La fruta de la Garcinia es del tamaño de la naranja, pero tiene más la apariencia de una calabaza. Por muchos siglos, esta fruta ha sido utilizada con propósitos culinarios y herbarios en el sur de la India y Tailandia.

Especialistas en compuestos vegetales han venido descubriendo las increíbles cualidades del AHC en los últimos años de los 1960s, como la que este compuesto puede reducir la producción de grasas de carbohidratos en el cuerpo. Durante el metabolismo normal de una comida, las calorías de carbohidratos que no son usadas inmediatamente como energía o almacenadas como glicógeno, se convierten en grasas en el hígado. El AHC funciona al inhibir la enzima (citrate de liasa) la cual convierte estas calorías en grasas. Como resultado, el cuerpo quemará las grasas almacenadas, fomentando así la pérdida de peso.

Cuando se han creado y almacenado suficientes glicógenos en el hígado, se envía un mensaje al cerebro indicando que hay suficiente cantidad de alimento. Esta acción es llamada un reflejo de satisfacción, aquietando el apetito y reduciendo el deseo por más comida.

INGREDIENTES

Extracto de Garcinia Cambogia, Aceite de Cártamo, Gelatina, Glicerina, Aceite Vegetal de Triglicéridos de Cadena Media (MCT), Agua Purificada, Cera de Abeja, Lecitina, Extracto de Algarrobo, Dióxido de Titanio, Picolinato de Cromo. CONTIENE SOYA.

Información Nutricional

Tamaño por Porción 1 Cápsula suave

Cantidad por Cápsula Suave	% Valores Diarios
Calorías 5	
Calorías de Grasas 5	
Grasa Total 0.5g	<1%*
Sodio 5mg	<1%
Calcio 95mg	10%
Hierro 0.4mg	2%
Cromo 100mcg	80%

Extracto de Garcinia Cambogia, en polvo (cáscara de fruta) 500mg † (250mg aportados de [-] Ácido Hidroxicítrico por cápsula suave)

* Porcentaje de Valores Diarios está basado en una dieta de 2000 calorías † Valores Diarios no establecidos

CONTENIDO
70 cápsulas suaves

INDICACIONES

Tome una cápsula suave aproximadamente 30 - 60 minutos antes de cada comida.



- Contiene AHC, un inhibidor natural del apetito
- El AHC inhibe la enzima que convierte calorías en grasas
- Un instrumento útil para manejo de peso

PRODUCTO #071

Las declaraciones aquí presentes no han sido evaluadas por la FDA. Los productos discutidos no intentan diagnosticar, mitigar, tratar, curar o prevenir una enfermedad o tipo de mal específico. Usted deberá consultar a su médico de cabecera si se presenta algún problema médico.

Otros Ingredientes Activos en Forever Garcinia Plus®

Un importante ingrediente en Forever Garcinia Plus es el Picolinato de Cromo. El Cromo raramente se encuentra en las dietas de hoy en día. Azúcar y ejercicio causan que el cuerpo utilice más de la limitada cantidad que es consumida. Tres cápsulas Forever Garcinia Plus ofrecen 300mcg de cromo, corrigiendo así esta deficiencia común. El cromo ayuda a digerir el azúcar para uso del cuerpo. Una deficiencia de cromo podría causar fatiga y exceso de producción de grasas.

Los otros dos importantes ingredientes que se encuentran en Forever Garcinia Plus son los Triglicéridos de Cadena Media (TCM) y el Aceite de Cártamo. Ambos son llamados a veces “grasas saludables” o “grasas sin grasas”. Estos aceites ayudan a mantener flexibles los vasos sanguíneos y se ha mostrado que pueden ser esenciales para un bienestar cardiovascular en general. Elevan el ritmo metabólico, para que el cuerpo quemé estos aceites para obtener una energía rápida. Al dar energía rápida al cuerpo, hace de Forever Garcinia Plus un complemento excelente para cualquier estilo de vida activo o atlético. Los beneficios extras de estos saludables aceites incluyen su contribución a piel, cabello y uñas saludables.

INFORMACIÓN ADICIONAL

- Forever Garcinia Plus es ideal para cualquier metabolismo, rápido o lento. No es necesario ajustar la cantidad sugerida según el tamaño del cuerpo o del peso.
- Mientras que Garcinia es segura, las mujeres en períodos de embarazo o lactancia no deberían tomarla.
- Consulte a su médico antes de tomar Garcinia, particularmente si tiene presión sanguínea alta, diabetes, males cardiacos, hepáticos o de riñones.

Las declaraciones aquí presentes no han sido evaluadas por la FDA. Los productos discutidos no intentan diagnosticar, mitigar, tratar, curar o prevenir una enfermedad o tipo de mal específico. Usted deberá consultar a su médico de cabecera si se presenta algún problema médico.

Control de Peso



Forever Fast Break

Una Alternativa deliciosa y baja en calorías a dejar de comer, cada una de las barras de energía Forever Fast Break Energy Bar contiene por lo menos un 50% del Consumo Diario Recomendado (USRDI) de vitaminas y minerales, además de aminoácidos, enzimas y fósforo. El fósforo mejora los niveles de energía al acelerar el metabolismo de las grasas y los carbohidratos, ayudando al cuerpo a recuperarse del exceso de esfuerzo físico. El potasio no sólo es esencial para un adecuado funcionamiento de los músculos y de los sistemas cardiovascular y nervioso, sino que además ayuda a aliviar la tensión mental y física.

¡Un excelente sustituto alimenticio en nuestra agitada vida moderna, las barras de energía Forever Fast Break Energy Bar son ideales para individuos activos que necesitan mantenerse a la par con el ritmo de vida en este mundo acelerado!

INGREDIENTES: Mantequilla de cacahuate, mezcla de proteína (isolato de proteína de soya, caseinato de calcio, isolato de proteína de leche, concentrado de proteína de suero de leche), cobertura de algarroba (azúcar morena, aceite parcialmente hidrogenado de grano de palma, polvo de suero de leche, polvo de algarroba, lecitina de soya), jarabe de maíz, jarabe de maíz de alta fructosa, jarabe de maltitol, fructosa, cacahuetes, fosfato de tricálcico, fibra de soya, nueces de soya, fosfato dipotásico, óxido de magnesio, sabor natural, gel de sábila, miel, bitartrato de colina, ácido para-aminobenzoico, ácido ascórbico, fumarato ferroso, acetato de vitamina E, óxido de zinc, gluconato de manganeso, gluconato de co-bre, palmitato de vitamina A, pantotenato de calcio, aminoácido quelatado de molibdeno, aminoácido quelatado de cromo, aminoácido quelatado de selenio, hidrocloreto de piridoxina, riboflavina, mononitrato de tiamina, ácido fólico, biotina, yoduro de potasio, y cianocobalamina.

Contiene: Cacahuetes, leche y soya.

Información Nutricional

Tamaño por Ración 1 barra (57g)

Cantidad por Ración

Calorías 230 Cal. de Grasas 70

% Valores Diarios*

Total de Grasas 8g 12%

Grasas Saturadas 3.5g 18%

Grasas Hidrogenadas 0g 0%

Colesterol 0mg 0%

Sodio 110mg 5%

Potasio 300mg 9%

Total de Carbohidratos 30g 10%

Fibra Dietética 2g **8%**

Azúcares 16g

Proteína 11g 22%

Vitamina A 50%

Vitamina C 50%

Calcio 50%

Hierro 50%

Vitamina E 50%

Tiamina 50%

Riboflavina 50%

Niacina 50%

Vitamina B6 50%

Folato 50%

Vitamina B12 50%

Biotina 50%

Ácido Pantoténico 50%

Fósforo 35%

Yodo 50%

Magnesio 50%

Zinc 50%

Selenio 50%

Cobre 50%

Manganeso 30%

Cromo 10%

Molibdeno 35%

*Porcentaje de Valores Diarios basado en una dieta de 2000 calorías.

Una ración contiene también: PABA 75mg, Colina 50mg.

INDICACIONES

Reemplace no más de dos comidas al día con Forever Fast Break Energy Bars. Deberá consumir una tercera comida bien balanceada.

Las barras Fast Break pueden ayudar en el control de su peso como parte de un programa de ejercicios y una dieta a base de control de calorías.



o CONTIENE NUECES

o Proporciona un 50% de de las vitaminas y minerales del RDI

o Excelente como merienda o sustituto de comida

o Sólo 230 calorías por barra

PRODUCTO #267

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Drogas y Alimentos (FDA). Estos productos no intentan diagnosticar, mitigar, tratar, curar, o prevenir ninguna enfermedad específica o tipo de enfermedad. Usted debe consultar a su médico si está experimentando problemas de salud.



Forever Lite® – Chocolate Chiffon, Vanilla Delight

Para una comida en movimiento, ya sea que usted desee perder peso, aumentar sus músculos o sólo esté buscando aumentar su energía, cuente con el Programa Nutricional Forever Lite. Mezclado con leche o su jugo de frutas favorito, Forever Lite ofrece algo energizante y nutritivo, compuesto por vitaminas, minerales, proteínas y carbohidratos. Rico en proteínas para fisiculturismo, crecimiento y recuperación, dos licuados al día proporcionan 100% de las vitaminas y minerales sugeridos por la RDI. Cada licuado contiene 18 aminoácidos (incluyendo los 8 esenciales) y oligoelementos, incluyendo hierro, selenio, cromo y yodo, los cuales ofrecen fibra soluble e insoluble. Para proteger contra los radicales libres, hemos agregado el antioxidante Beta-Carotina y vitaminas A y E, y hemos utilizado el azúcar de la fructosa natural de frutas, en lugar de azúcar o aspartamo.

Forever Lite se encuentra en dos deliciosos sabores - chocolate y vainilla. Mezclado con leche baja en grasa, leche de soya o jugo de fruta, un licuado Forever Lite puede ser una manera saludable y deliciosa de adelgazar. Si se toma como sustituto de comidas, consuma por lo menos una vez al día una comida nutritiva, completa y baja en calorías. Incluya fruta fresca, vegetales, granos y proteína magra.

INGREDIENTES

Combinación Forever Living Protein (Isolato Proteínico de Soya, Casinato de Calcio, Polvo de Suero), Fructosa, Cocoa Holandesa Procesada*, Gel de Celulosa y Goma Celulosa, Algarrobo*, Lecitina de Soya, Colorante Natural*, Fosfato de Calcio, Óxido de Magnesio, Sabores Naturales y Artificiales, Aceite de Fríjol de Soya, Carragenina, Pectina, Ácido Ascórbico, Fumarato Ferroso, Levadura de Cerveza, Goma de Guar, Acetato D-Alfa Tocoferil, Nicotinamida, Óxido de Zinc, Pantotenato de Calcio, Palmitato Vitamina A, Sulfato de Cobre, Bromelina, Piridoxina Hidroclórica Riboflavina, Tiamina Hidroclórica, Vitamina D3, Ácido Fólico, Biotina, Yoduro Potásico, Beta-carotina, Levadura de Cromo GFT, Levadura de Selenio, Espirulina, Cianocobalamina. Contiene leche y soya.

*Solo en Chocolate Chiffón

CONTENIDO

18.5 oz. (525g) - aproximadamente 21 porciones por lata

INDICACIONES

Agítese antes de usarse. Licúe o mezcle 1 cucharada de medir (25g) con 10 oz. de leche baja en calorías o jugo de fruta.



- Dos licuados proporcionan 100% del RDI de vitaminas y minerales
- Tentempié saludable o sustituto de comida
- Proporciona el equilibrio perfecto de proteína y carbohidratos
- Aproximadamente 21 porciones por lata
- Sin conservantes

PRODUCTO #019 (Vainilla)
PRODUCTO #021 (Chocolate)

VEA EL REVERSO PARA INFORMACIÓN NUTRICIONAL

Las declaraciones aquí presentes no han sido evaluadas por la FDA. Los productos discutidos no intentan diagnosticar, mitigar, tratar, curar o prevenir una enfermedad o tipo de mal específico. Usted deberá consultar a su médico de cabecera si se presenta algún problema médico.

Control De Peso

CHOCOLATE CHIFFON

Información Nutricional

Tamaño por Ración 1 Cucharada (25g) Raciones por Envase 21

Cantidad por Ración	Polvo	con leche descremada (10 oz. liq.)
Calorías	90	200
Calorías de grasa	10	10
% Valores Diarios**		
Grasa Total 1g*	2%	2%
Grasa Saturada 0g	0%	0%
Grasas Hidrogenadas 0g	0%	0%
Colesterol 0mg	0%	0%
Sodio 150mg	6%	12%
Potasio 90mg	3%	17%
Carbohidrato Total 10g	3%	8%
Fibra Dietética 1g	4%	4%
Azúcares 8g		

Proteína 11g		
Vitamina A	50%	60%
Vitamina C	50%	50%
Calcio	20%	60%
Hierro	50%	50%
Vitamina D	50%	80%
Vitamina E	50%	50%
Tiamina	50%	60%
Riboflavina	50%	90%
Niacina	50%	50%
Vitamina B6	50%	50%
Folato	50%	50%
Vitamina B12	50%	70%
Biotina	50%	50%
Ácido Pantoténico	50%	60%
Fósforo	20%	50%
Yodo	50%	50%
Magnesio	40%	50%
Zinc	50%	50%
Cobre	50%	50%

Cuadro Típico de Aminoácidos

Isoleucina	550mg†	1210mg†
Leucina	940mg†	2010mg†
Lisina	750mg†	1610mg†
Metionina	170mg†	430mg†
Fenilalanina	600mg†	1130mg†
Treonina	430mg†	910mg†
Tritofan	150mg†	300mg†
Valina	560mg†	1290mg†
Alanina	460mg†	840mg†
Arginina	790mg†	1190mg†
Ácido Aspártico	1270mg†	2100mg†
Cistina	130mg†	230mg†
Ácido Glutámico	2370mg†	4650mg†
Glicina	450mg†	680mg†
Histidina	320mg†	620mg†
Prolina	740mg†	1800mg†
Serina	590mg†	1190mg†
Tirosina	460mg†	990mg†

*Cantidad en Polvo. Diez onzas fluidas de leche descremada contribuye a 110 calorías adicionales, 150mg de sodio, 15g total; carbohidratos (14g azúcares) y 10g de proteína.

†Valores Diarios no establecidos.

**Porcentaje de Valores Diarios están basados en una dieta de 2.000 calorías. Sus valores diarios pueden ser más altos o más bajos dependiendo de su necesidad de calorías:

	Calorías	2,000	2,500
Grasa Total	Menos de	65g	80g
Grasa Saturada	Menos de	20g	25g
Colesterol	Menos de	300mg	300mg
Sodio	Menos de	2,400mg	2,400mg
Potasio		3500mg	3500mg
Carbohidrato Total		300mg a	375mg
Fibra Dietética		25g	30g
Proteína		50g	65g

Calorías por gramo

Grasa 9 Carbohidrato 4 Proteína 4

VANILLA DELIGHT

Información Nutricional

Tamaño por Ración (25g) Raciones por Envase 21

Cantidad por Ración	Polvo	con leche descremada (10 oz. liq.)
Calorías	90	200
Caloría de Grasa	10	10
% Valores Diarios**		
Grasa Total 1g*	2%	2%
Grasa Saturada 0g	0%	0%
Grasas Hidrogenadas 0g	0%	0%
Colesterol 0mg	0%	0%
Sodio 160mg	7%	13%
Potasio 60mg	2%	16%
Carbohidrato Total 10g	3%	8%
Fibra Dietética 1g	4%	4%
Azúcares 9g		

Proteína 11g		
Vitamina A	50%	60%
Vitamina C	50%	50%
Calcio	20%	60%
Hierro	50%	50%
Vitamina D	50%	80%
Vitamina E	50%	50%
Tiamina	50%	60%
Riboflavina	50%	90%
Niacina	50%	50%
Vitamina B6	50%	50%
Folato	50%	50%
Vitamina B12	50%	70%
Biotina	50%	50%
Ácido Pantoténico	50%	60%
Fósforo	20%	50%
Yodo	50%	50%
Magnesio	40%	50%
Zinc	50%	50%
Cobre	50%	50%

Cuadro Típico de Aminoácidos

Isoleucina	560mg†	1220mg†
Leucina	950mg†	2020mg†
Lisina	760mg†	1630mg†
Metionina	180mg†	450mg†
Fenilalanina	600mg†	1130mg†
Treonina	440mg†	930mg†
Tritofan	150mg†	300mg†
Valina	560mg†	1290mg†
Alanina	460mg†	840mg†
Arginina	790mg†	1190mg†
Ácido Aspártico	1290mg†	2120mg†
Cistina	130mg†	230mg†
Ácido Glutámico	2390mg†	4680mg†
Glicina	450mg†	680mg†
Histidina	320mg†	620mg†
Prolina	740mg†	1800mg†
Serina	590mg†	1190mg†
Tirosina	460mg†	990mg†

*Cantidad en Polvo. Diez onzas fluidas de leche descremada contribuye a 110 calorías adicionales, 50mg de sodio, 15g total; carbohidrato (14g azúcares) y 10g de proteína.

†Valores Diarios no establecidos.

**Porcentaje de Valores Diarios están basados en una dieta de 2.000 calorías. Su consumo de valores diarios puede ser mayor o menor dependiendo de su necesidad de calorías:

	Calorías	2,000	2,500
Grasa Total	Menos de	65g	80g
Grasa Saturada	Menos de	20g	25g
Colesterol	Menos de	300mg	300mg
Sodio	Menos de	2,400mg	2,400mg
Potasio		3500mg	3500mg
Carbohidrato Total		300mg	375mg
Fibra Dietética		25g	30g
Proteína		50g	65g

Calorías por gramo

Grasa 9 Carbohidrato 4 Proteína 4

Recetas de Licuados Forever Lite

Peaches n' Berries

1 cucharada Forever Lite de Vainilla
 4 oz. Aloe Bits n' Peaches
 5 oz. leche descremada
 1/2 taza frambuesas o fresas congeladas
 Hielo picado
 Licúe hasta disolverse

Oatmeal Delight

1 cucharada Forever Lite de Vainilla
 1 cucharadita Forever Bee Honey o azúcar morena
 2 cucharadita avena instantánea
 1/2 cucharadita canela
 8 oz. de leche descremada o agua
 Licúe

Hawaiian Style

1 cucharada Forever Lite de Vainilla
 4 oz. Aloe Vera Gel o Freedom
 4 oz. jugo de Piña
 1/2 taza piña, fresas u otra fruta congelada o fresca
 Hielo Picado
 Licúe hasta disolverse

Taste of Freedom

1 cucharada Forever Lite de Vainilla
 4 oz. jugo Forever Freedom
 1/2 taza jugo de Naranja
 Hielo Picado
 Licúe hasta disolverse

Orchard Morning

1 cucharada Forever Lite de Vainilla o Fresa
 1 taza jugo de manzana
 1/2 taza fruta fresca de temporada
 1 taza yogurt sin sabor bajo en calorías
 1 cucharadita Forever Bee Honey
 1 Tableta triturada Forever Bee Pollen
 Hielo picado
 Licúe hasta disolverse

All-Spiced Up

1 cucharada Forever Lite de Chocolate
 10 oz. leche descremada fría
 1 puñado all-spice
 1/2 banana
 Hielo picado
 Licúe hasta disolverse

Peanut Butter Power Treats

1/2 taza Forever Lite de Chocolate o Vainilla
 1 taza mantequilla de cacahuete (maní) natural
 1/2 taza de su selección:

- coco fresco
- granola o avena
- pasitas

 ¡Mezcle y enróllelo, luego haga bolitas de 1" para un tentempié rápido!

Spicy Double Dutch Chocolate

1 cucharada Forever Lite de Chocolate
 7-8 oz. leche descremada caliente
 1/2 cucharada gengibre
 1/2 cucharada clavo
 1/2 tapa grenetina
 Licúe hasta disolverse

ENCUENTRE MAS DE ESTAS FANTASTICAS RECETAS EN NUESTRE LNP SHAKE RECIPE BOOK (PRODUCTO #9728)