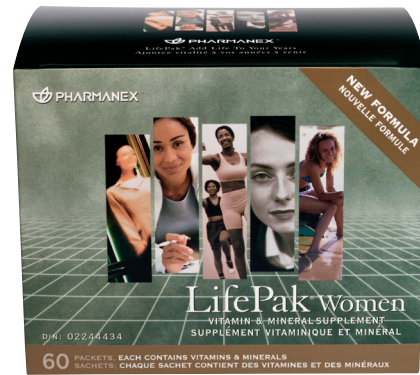


# LifePak® Women

## Suplemento De Vitaminas Y Minerales



### Nuestra Postura

LifePak® Women es un suplemento nutricional con niveles óptimos de micronutrientes esenciales formulados científicamente para ayudar a la longevidad y a vivir bien. LifePak® Women provee una completa selección de antioxidantes, vitaminas y minerales que habitualmente faltan en las dietas de las mujeres adultas, y suministra específicamente cantidades adicionales de calcio, magnesio, silicón y vitamina B<sub>6</sub> para tener una salud óptima. Otros importantes beneficios para la salud incluyen una poderosa ayuda antioxidante para proteger las células, ayudar al sistema inmunológico, ayudar a la salud cardiovascular, ayudar al metabolismo del azúcar en la sangre, completa nutrición para los huesos así como ayuda para el metabolismo normal de la energía y promueve la salud del tubo neural en los bebés que se están desarrollando. Usado junto con Pharmanex® MarineOmega, LifePak® Women suministra una base nutricional para una vida larga—llena de vitalidad y energía—libre de los muchos problemas de salud asociados con las deficiencias nutricionales. Empaquetado convenientemente en cuatro cápsulas de gelatina en un pequeño sobrecillo hace fácil tomar LifePak® Women cada día con el desayuno y la cena.\*

### Concepto

El disfrutar de una excelente salud y el mantenerse saludable a través de toda la vida comienza con una dieta correcta. Hay una creciente cantidad de evidencias científicas que demuestran la relación directa entre una dieta rica en frutas y verduras y la prevención de muchas enfermedades degenerativas que antes se las consideraba que no tenían relación entre sí. A medida que cada nuevo informe clínico es publicado, se le recuerda a las personas la importancia de comer saludablemente. Un creciente número de personas se esta volcando más a las fuentes de comidas saludables y haciendo mejores selecciones, pero nuestros modernos estilos de vida hacen a menudo difícil el consumir los niveles recomendados de nutrientes claves que son esenciales para nuestra salud y bienestar. Las encuestas alimenticias continúan mostrando un triste hecho—la gran mayoría de las personas no consumen los niveles óptimos de nutrientes básicos sólo con la alimentación.

Una encuesta nutricional completada en 1996 por el US Department of Agriculture (USDA) mostró que la mayoría de las personas no llegan a las Cantidades Diarias Recomendadas (Recommended Daily Allowance—RDA) en la mayoría de las vitaminas y minerales necesarios. 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 de 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, as cuales han sido mostradas por los estudios.

### LifePak® Women Dietary Supplement

Pharmanex® LifePak® Women 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 a las necesidades a nivel celular, LifePak® Women 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® Women son una ponderosa protección antioxidante, ayudan al metabolismo del azúcar, son beneficios para la salud cardiovascular, ayudan al metabolismo del azúcar en la sangre, proveen una completa nutrición para los huesos y otros beneficios contra el envejecimiento.\*

También LifePak® Women ayuda a mantener una buena salud de la vista, de las encías y los dientes, ayuda a controlar el peso, promueve el funcionamiento y protección de la piel, ayuda al metabolismo de la energía y ayuda a mantener el rendimiento mental. Las dietas saludables con una adecuada cantidad de folato pueden reducir el riesgo de una mujer de tener un niño con defectos cerebrales o defectos medulares. Estos beneficios para la salud 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 doble-ciego que han demostrado beneficios científicos específicos de los antioxidantes y para el sistema cardiovascular con el uso de LifePak®.

### LifePak® Women Atiende Necesidades Específicas de la Salud con Fórmulas Completas en Un Sólo Producto

LifePak® Women es en realidad una variedad de formulas 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.

# LifePak® Women

## **Corrige las Deficiencias Nutricionales**

LifePak® Women 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 B<sub>12</sub> 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® Women suministra nutrientes para los huesos básicos en cantidades clínicas significativas para fortalecer y mantener la salud de los mismos. Los minerales de los huesos, calcio (500 mg) y magnesio (250 mg) están incluidos en LifePak® Women como la base para la salud de los mismos. LifePak® Women 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 soja 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 a cuerpo a los nutrientes para funcionar de manera óptima. LifePak® Women contiene los niveles óptimos de nutrientes para mantener un funcionamiento normal del sistema inmunológico y ayudar a mantener la salud del cuerpo.

## **Ayuda al Metabolismo del Azúcar en la Sangre**

LifePak® Women 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® Women 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® Women 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 Tëgreen 97® patentado, uno de los antioxidantes más poderosos en la tierra, para que actúe sobre la causa central del envejecimiento—daño a las células de ADN. 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® Women contiene más de 40 antioxidantes (incluyendo Tëgreen 97® patentado) 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 dietéticos para mantener una salud óptima. LifePak® Women incluye ocho formas naturales de vitamina E, vitamina 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 Suplementos Nutricionales**

LifePak® Women 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® Women suministra estos nutrientes en grandes cantidades, con ingredientes y formulas biodisponibles. Usados en conjunto, LifePak® Women y MarineOmega constituyen el programa de suplemento contra el envejecimiento más completo y disponible que hay.

## **Principales Beneficios**

- Entrega una cantidad óptima de nutrientes para los huesos.\*
- Ofrece beneficios superiores contra el envejecimiento y protección contra los dañinos ataques de los radicales libres 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.\*
- 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?**

- Diseñado para atender los problemas nutricionales únicos de las mujeres con nutrientes clínicamente aprobados.
- Contiene niveles adecuados de vitamina A para mujeres que están en época de criar niños.
- LifePak® fue el primer suplemento alimenticio completo que mostró tener beneficios antioxidantes en un estudio doble-ciego de un grupo control.
- LifePak® Women provee importantes cantidades, clínicamente hablando, de todas las vitaminas y minerales necesarios.
- LifePak® Women hace que su completa red antioxidante lo proteja contra los daños de los radicales libres.\*
- LifePak® Women suministra una amplia gama de antioxidantes para un beneficio óptimo.
- Suministra una importante dosis de vitaminas antioxidantes, cofactores de minerales, un amplio espectro de mezcla de carotenoides, más de 20 flavonoides y antioxidantes científicamente mejorados, como el ácido alfa-lipoico.
- LifePak® Women ha sido evaluado científicamente y altamente investigado con más de 200.000 estudios publicados de todos los ingredientes de LifePak® Women.
- Convenientemente empaquetado en un sobrecillo va con ud. y con su estilo de vida tan ocupado.

## **¿Quién Debería Usar Este Producto?**

Las mujeres en la pre- y perimenopausia que están preocupadas por mejorar su salud deberían tomar LifePak® Women.

## **¿Sabía Ud. Que?**

Para los 18 años el crecimiento de los huesos está casi completo, hasta los 30 años sigue habiendo una menor acumulación de densidad de los huesos. Casi el 80% de las mujeres no reciben la cantidad diaria recomen-

# LifePak® Women

dada de calcio. 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. Mas de 9.8 billones de cápsulas y tabletas de LifePak® tabletas han sido vendidas desde 1992.

## Preguntas Que Se Hacen Habitualmente

### ¿Porqué debería tomar LifePak® Women junto con MarineOmega?

LifePak® Women suministra al 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® Women al aumentar la biodisponibilidad y la absorción de los nutrientes para obtener más beneficios para la salud.

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

Los productos 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 antioxidante.

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

Beta-caroteno, licopeno, luteína, alfa-caroteno, beta-criptoxantina, zeaxantina, vitamina C amortiguada, selenio, cobre, zinc, manganeso, quercetina, naringenina, 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-tocoferol, alfa-tocotrienol, beta-tocotrienol, gamma-tocotrienol, delta-tocotrienol), isoflavones de la soja (genistin, daidzin, 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).

### ¿Qué es una red antioxidante?

Hay cientos de antioxidantes diferentes que pueden ayudar a luchar contra los radicales libres y contra las especies de oxígeno reactivas. Los investigadores han encontrado que el cuerpo utiliza una amplia gama de antioxidantes que trabajan en conjunto para suministrar al cuerpo con la protección óptima contra los radicales libres. Estos antioxidantes trabajan en conjunto para proteger todo el delicado tejido del ADN en el cuerpo del ataque de los radicales libres. Se ha encontrado que si sólo uno de estos antioxidantes es defectuoso, los otros antioxidantes en el cuerpo no podrán trabajar correctamente. Lo que es más, debido a esta red de antioxidantes, los seres humanos tienen la necesidad de incorporar una gran variedad de antioxidantes a sus dietas, como se encuentran en los más de 40 antioxidantes de LifePak® Women.

### ¿Puedo tomar LifePak® Women si estoy embarazada?

Mientras que muchas mujeres toman LifePak® Women sin presentar ninguna complicación, en la etiqueta del paquete se aconseja que las mujeres embarazadas consulten con su médico antes de tomar cualquier suplemento de Pharmanex® LifePak® PreNatal es un suplemento alimenticio diseñado para cubrir las necesidades básicas y los requerimientos nutricionales específicos de las mujeres que están embarazadas y que amamantan.

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

En base a estudios que han demostrado un 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 de hombres 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 Claves

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 durante el desayuno y la cena. Guarde en lugar seco y fresco.

## Advertencias

Mantenga lejos del alcance de los niños. Si está embarazada o amamantando, o tomando medicamentos, consulte con un médico antes de usar este producto

Otros Ingredientes:

# LifePak® Women

## 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 trispora, 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, Tocoferoles, Beta, Gamma, Delta, Tocotrienoles)	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 <sub>6</sub> (como Hidroclorito de Piridoxina)	10 mg	500%
Folato (como Ácido Fólico)	300 mcg	75%
Vitamina B <sub>12</sub> (como Cianocobalamina)	15 mcg	250%
Biotina (como Biotina)	150 mcg	50%
Ácido Pantoténico (como Pantotenato de D-Calcio)	15 mg	150%
Calcio (como Carbonato de Calcio, Fosfato de Tricalcio, Propionato de Calcio, Ascorbate de Calcio)	500 mg	50%
Fósforo (como Fosfato de Tricalcio)	100 mg	%
Hierro (como Hierro Quelatado)	5 mg	28%
Yodo (como Yoduro de Potasio)	50 mcg	33%
Magnesio (como Magnesio Quelatado, Óxido de Magnesio)	250 mg	62%
Zinc (como Zinc Quelatado)	7.5 mg	50%
Selenio (como I- Selenomethionine, Selenite de Sodio)	70 mcg	100%
Cobre (como Cobre Quelatado)	0.5 mg	25%
Manganeso (como Manganeso Quelatado)	1 mg	50%
Cromo (como Cromo Quelatado)	100 mcg	83%
Molibdeno (como Molibdeno Quelatado)	37.5 mcg	50%
Polvo de Arándano	200 mg	*
Inositol (como Inositol)	125 mg	*
Mezcla de Polifenoles y Flavonoides*	107.5 mg	*
Catechins (de Camelia sinensis) Extracto de Hoja (20:1)*	(45 mg)	*
Quercetina*	(25 mg)	*
Extracto de Semilla de Uva (min. 95% de Polifenoles)*	(12.5 mg)	*
Bioflavonoides Cítricos (de Citrus Frutis)*	(12.5 mg)	*
Isoflavones (de Extracto de Soja)*	(12.5 mg)	*
Aceite del Polvo de Oenothera con Ácido Gamma Linolenic (Semilla)	75 mg	*
Aceite del Polvo de la Semilla de Borraja con Ácido Gamma Linolenic	75 mg	*
Ácido Alfa-Lipoico	15 mg	*
Silicio (como Metasilicato de Sodio)*	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 Ester Luteína de Extracto de Flor de Caléndula* (100:1-2)	(1 mg)	*
Boro (como Citrato de Boro)*	1.5 mg	*
Vanadio (como Sulfato de Vanadilo)*	10 mcg	*

\* No se ha establecido el valor diario

\*Estas declaraciones no han sido evaluadas por el Food and Drug Administration. Este producto no ha sido preparado para diagnosticar, tratar, curar, o prevenir cualquier enfermedad.