

# Life Essentials

## Suplemento Alimenticio

### FORMULADO PARA UNA NUTRICIÓN ESENCIAL



### Posicionamiento del Producto

Life Essentials suplementa la dieta con antioxidantes, vitaminas y minerales. Tomado como se indica, Life Essentials es una excelente elección para promover una dieta equilibrada y completa.

### Concepto

Las encuestas en nutrición consistentemente encuentran que en los países industrializados es frecuente que la alimentación no sea la adecuada para aportar las vitaminas y minerales esenciales. Es decir, que la dieta no está equilibrada y por ello no se obtengan los requerimientos nutricionales diarios de vitaminas y de minerales.

Life Essentials es un suplemento alimenticio bien balanceado que ayuda a cubrir la ingesta diaria recomendada (IDR) por la FDA\* de vitaminas y minerales, las cápsulas de Life Essentials aportan minerales, vitaminas y antioxidantes.

### Principales Beneficios

- Contiene los antioxidantes beta caroteno, vitamina C y vitamina E, que neutralizan los radicales libres del cuerpo.
- Ofrece una excelente fuente de cromo, un mineral esencial en la dieta y que proviene de vegetales de hojas verdes.
- Provee 12 vitaminas esenciales, que son parte de la nutrición adecuada para que el cuerpo funcione de manera normal.
- Contiene una fuente natural de beta caroteno que es el alga Dunalliella salina que contiene diferentes tipos de carotenoides, para dar una mayor variedad.
- La vitamina E se obtiene de una fuente natural, por lo que es una mezcla de tocoferoles, lo que hace que se aproveche mejor en el cuerpo.

### ¿Qué hace único al producto?

- Provee un conjunto equilibrado de micronutrientes que deben estar presentes en una dieta completa.
- Los minerales se presentan quelados para mejor absorción intestinal.

\* Food, Drug & Administration

- No contiene conservadores, colorantes o saborizantes.

### ¿Quién debe usar este producto?

Cualquier adolescente o adulto que desee suplementar su alimentación con los micronutrientes (vitaminas y minerales) que contiene el producto: Life Essentials está formulado para quienes tienen no menos de 12 años de edad y pesan por lo menos 45 kg

### ¿Sabía qué?

- En los Estados Unidos, casi el 80% de las mujeres no ingieren la cantidad de calcio que su cuerpo requiere.
- El ADN en su cuerpo recibe 70 mil ataques de radicales libres al día.
- El hierro de los alimentos no se puede absorber a menos que haya vitamina C presente.

### Preguntas Frecuentes

*P. ¿Tiene alguna importancia particular el tomar o no un suplemento alimenticio cuando se desea perder peso?*

R. Si bien no se pierde peso solamente por el hecho de tomar un suplemento alimenticio que aporte micronutrientes y antioxidantes, cuando se lleva un régimen especial es difícil que una dieta genérica cubra todas las necesidades de estos micronutrientes en los niveles recomendados. El incluir en la dieta un suplemento alimenticio que aporte de manera equilibrada y completa estos micronutrientes puede ser una parte importante de este plan para cualquier persona. El incluir además un aporte extra de antioxidantes es una excelente idea, ya que estos contrarrestan el estrés oxidativo asociado a la pérdida de peso.

*P. ¿Qué tan necesario es el ácido fólico para la dieta de la mujer?*

R. Cuando se toma las semanas anteriores a la concepción y durante los dos primeros meses del embarazo, el ácido fólico puede evitar que el bebé tenga problemas con el desarrollo de la médula espinal y el cerebro. Por ello durante el embarazo los médicos suelen recomendar aportes de ácido fólico altos: hasta 1000 microgramos al día.

# Life Essentials

## Suplemento Alimenticio - FORMULADO PARA UNA NUTRICIÓN ESENCIAL

Aún cuando una mujer no piense en embarazarse y no esté gestando, e incluso para los hombres, se requiere un aporte de ácido fólico en la dieta aunque en una cantidad menor que la que requiere la mujer antes de y durante el embarazo. El ácido fólico de la alimentación diaria se requiere para que el cuerpo conserve su metabolismo de homocisteína en equilibrio.

### P. ¿La vitamina E natural es superior a la sintética?

R. La vitamina E natural (d-alfa tocoferol) tiene casi el doble de la actividad biológica de la vitamina E sintética (dl-alfa-tocoferol). Además de la vitamina E natural, LifePak® aporta una mezcla de tocoferoles (alfa, beta, gama y delta tocoferoles) de origen natural que dan una protección antioxidante mayor que la de la vitamina E por sí sola.

### P. ¿En qué son diferentes LifePak® y Life Essentials?

R. Life Essentials provee la suplementación básica para un adulto. Contiene una variedad amplia de micronutrientes y también es adecuado para adolescentes. LifePak® es más completo y se dirige a adultos mayores de 18 años, contiene fitonutrientes (elementos para la nutrición derivados de origen vegetal) como son carotenoides y flavonoides. Para que los adultos puedan lograr mayores beneficios antioxidantes, lo ideal es combinar el uso de LifePak® con un suplemento de antioxidantes, como Tegreen 97.

## Estudios Importantes

1. Fairfield KM, Fletcher, RH. Vitamins for chronic disease prevention in adults: scientific review. J Am Med Assoc, 2002 Jun 19; 287(23): 3116-3126
2. Fletcher RH, Fairfield KM,. Vitamins for chronic disease prevention in adults: clinical applications, J Am Med Assoc, 2002 Jun 19: 287(23):3127-9
3. McKay DL, et. Al. The efectos of a multivitamin/minerla supplement on micronutrient status, antioxidant capacity and cytokine production in healthy older adfults consuming a fortified diet. J Am Coll Nutr, 200 Oct; 19(5):613-214

## Declaración Nutricional

Tamaño de la porción: 1 cápsula de 1,05 g

Número de porciones por envase: 60

Cada tableta contiene:

Contenido energético.....	12,6 kj (3 kcal)
Proteína.....	98 g
Grasa (lípidos).....	5 mg
Carbohidratos (hidratos de Carbono).....	5 mg
Sodio.....	0 mg
Vitamina A (retinol).....	750 mg
Vitamina C (Ácido Ascórbico, Extracto de cereza acerola (Prunus cerasus).....	67,5 mg

Vitamina E (d-alfa-tocoferol succinato; beta, gamma, delta, tocoferoles).....	10 mg
Vitamina B1 (mononitrato de Tiamina).....	750 µg
Vitamina B2 (riboflavina).....	850 µg
Niacina (niacinamida).....	10 mg
Vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina).....	1,0 mg
Folato (ácido fólico).....	200,0 µg
Vitamina B12 (cianocobalamina).....	3,0 µg
Calcio (carbonato, quelato).....	100 mg
Hierro (quelato).....	1,5 mg
Yodo.....	37,5 µg
Magnesio (quelato, citrato, óxido).....	50,0 mg
Zinc (quelato).....	7,5 mg
Vitamina D3 (colecalfiferol).....	5 µg
Beta caroteno.....	600 µg
Biotina.....	75,0 µg
Acido pantoténico (d-pantotenato de calcio).....	5,0 mg
Potasio (cloruro).....	40,0 mg
Manganeso (quelato).....	1,75 mg
Cobre (quelato).....	1,0 mg
Boro (citrato).....	500 µg
Cromo (quelato).....	60 µg
Molibdeno (quelato).....	37,5 µg
Selenio (l-seleniometionina).....	17,5 µg
Extracto de Cola de Caballo ( <i>Equisetum arvense</i> ).....	75 mg

## Ingredientes

Calcio (carbonato, propionato), cola de caballo (*Equisetum arvense*), vitamina C (ascorbato de calcio), extracto de cereza acerola (*Prunus cerasus*), magnesio (quelato, óxido, estearato), potasio, vitamina E (acetato de d-alfa tocoferol), niacina (niacina, niacinamida), zinc (glicinato), ácido pantoténico (d-pantotenato de calcio), manganeso (glicinato), hierro (quelato), vitamina B6 (piridoxina), cobre (glicinato), riboflavina, mononitrato de tiamina, palmitato de vitamina A, beta caroteno, boro (citrato) ácido fólico, biotina, cromo (quelato), yodo (yoduro de potasio), molibdeno (glicinato), selenio (selenita de sodio, l-seleniometionina), vitamina D3 (colecalfiferol), vitamina B12 (cianocobalamina), gelatina, estearato magnesio, maltodextrina, carboximetilcelulosa.

## Instrucciones de Uso

Una cápsula diaria. Tomarla con un vaso de agua.

## Advertencia

Mantenga el producto fuera del alcance de los niños. Las mujeres embarazadas o en período de lactancia, así como las personas con padecimientos médicos conocidos, deberán consultar con un médico antes de comenzar a tomar suplementos alimenticios.