

LifePak®

Suplemento Alimenticio con Vitaminas, Minerales y Antioxidantes

PROGRAMA DE BIENESTAR GENERAL



Posicionamiento del Producto

LifePak® es un suplemento alimenticio formulado para aportar micronutrientes y antioxidantes. LifePak® contiene una amplia variedad de antioxidantes de origen vegetal, vitaminas y minerales contenidos en un sobre con cuatro tabletas fáciles de ingerir.

Concepto

Una alimentación completa y equilibrada que proporcione los nutrimentos adecuados a cada estilo de vida es la base para tener una vida larga y saludable. Cada vez aparece mayor evidencia de la relación entre una dieta que no ofrece la nutrición adecuada y diversos padecimientos que antes no se consideraban relacionados a la alimentación. Conforme se conoce esta información, más personas reevalúan su manera de comer y buscan mejores alternativas como consumir alimentos más frescos, más naturales y sometidos a un menor procesamiento, etc. Una alternativa para obtener los micronutrientes de la dieta es el consumo de suplementos alimenticios.

En los estudios realizados en 1996 por el Departamento de Agricultura de Estados Unidos se encontró que la mayoría de los participantes no cubrían los niveles requeridos de vitaminas y minerales únicamente con su alimentación. En 2002 la revista de la Asociación Médica de los Estados Unidos (JAMA) reportó que los niveles bajos de vitaminas antioxidantes como A, C y E pueden tener un efecto negativo favoreciendo la aparición de algunos padecimientos. Por ello en la revista se considera como una sugerencia prudente que los adultos suplementen su alimentación con vitaminas y minerales.

Cambiar el tipo de alimentos que consumimos por alimentos menos procesados, buscando las proporciones adecuadas de alimentos frescos y preparados en casa es una manera excelente de mejorar nuestra alimentación. Es recomendable que un programa de alimentación incluya un suplemento de vitaminas y minerales.

LifePak® Suplemento Alimenticio

LifePak® de Pharmanex® es un suplemento alimenticio que aporta una amplia variedad de vitaminas, minerales y antioxidantes. Estos nutrientes promueven el bienestar general del organismo. Los beneficios de aportar al organismo todos los nutrientes en cantidades óptimas, se ven reflejados en un mejor funcionamiento del sistema inmune, bienestar cardiovascular, metabolismo de azúcares, nutrición ósea, importante protección antioxidante, así como otros beneficios que retardan el envejecimiento.

También aporta los minerales que se requieren en cantidades mínimas como cromo y molibdeno. Entre los minerales que aporta se encuentra el yodo.

La diferencia con otros suplementos

Hay más de 200,000 estudios sobre los antioxidantes de LifePak® y casi 800,000 estudios sobre todos los ingredientes que contiene. Es en base a toda esta información que se formula el suplemento, para que exista un sustento sobre sus componentes, las cantidades necesarias de estos nutrientes y su acción como parte normal de la alimentación.

El Objetivo de la Suplementación

El objetivo de consumir un suplemento alimenticio debe ser aportar al cuerpo los nutrimentos que requiere, sin dejar de consumir alimentos o medicamentos recetados por el médico. LifePak® contiene una gran variedad de ingredientes para promover la salud y el bienestar general.

Ejemplos de las necesidades de nutrición del cuerpo

- El sistema óseo – son diversos los factores que intervienen en la salud de los huesos. El equilibrio hormonal es clave, especialmente en las mujeres. En un adulto sano, sin problemas de tipo hormonal, la nutrición es uno de los principales factores que afectan el estado de los huesos. Una alimentación que no contenga las cantidades adecuadas de calcio, magnesio, silicio,

LifePak®

Suplemento Alimenticio con Vitaminas, Minerales y Antioxidantes

PROGRAMA DE BIENESTAR GENERAL

boro y de vitaminas D, A, C y K; que son nutrientes que se obtienen tanto de los vegetales de hojas verdes, como de la leche y otros alimentos, puede a largo plazo generar problemas en la formación de los huesos. Por el contrario, una alimentación que contenga las cantidades adecuadas de estos nutrientes ya sea porque incluye las fuentes de ellos diariamente o porque recurre al uso de un suplemento, conservará en mejor estado el sistema esquelético.

- **El sistema inmunológico** – hay un gran número de factores que afectan el funcionamiento de este sistema. Desde el estado de ánimo, la preexistencia de alguna enfermedad o padecimiento, etc. En estos casos se recomienda siempre la consulta al médico y seguir sus indicaciones. En el caso de las personas que están sanas, es importante que la nutrición diaria contenga vitamina A, C, E, carotenoides, vitamina B6 y zinc para beneficio de este sistema. Una dieta bien equilibrada que contenga las cantidades adecuadas de las fuentes de estas vitaminas y minerales es lo más recomendable. De otra manera, se recomienda suplementar con ellos.

- **Producción de Energía** – la producción de energía en los adultos sanos se relaciona con el tipo de alimentación, el tipo de fuentes de energía que se consumen principalmente (grasas, carbohidratos, proteína), el nivel de actividad diaria y los micronutrientes que intervienen en la producción de energía y que se tienen que obtener de la alimentación, como el cromo, el zinc, las vitaminas del complejo B, magnesio, y antioxidantes como ácido alfa-lipoico. Estos se pueden obtener con una alimentación equilibrada y a través de la suplementación.

- **Colesterol** – los niveles de colesterol del cuerpo dependen del equilibrio en la alimentación, principalmente de la cantidad y tipo de grasas y de otras fuentes de energía como son proteínas y carbohidratos de la dieta. Se sugiere que la energía diaria (calorías diarias) que se obtengan de grasa sea no más del 30% del total de la energía diaria, y que incluya de preferencia grasas poliinsaturadas (al menos 1 a 2%), ya que una dieta que aporta 60% o más de la energía diaria en forma de grasas (lípidos), invariablemente lleva a la obesidad. En todas las personas el hígado produce colesterol, y siempre existirá una cierta cantidad de colesterol en la sangre de las personas sanas, que idealmente no debe ser mayor a 180 mg/ml de colesterol total, donde el colesterol de baja densidad (LDL) no sea mayor a 130 mg/ml y el de alta densidad (HDL) no sea menor a 45 mg/ml. Además del tipo y la cantidad de grasas que se consumen en la dieta, suplementar con antioxidantes puede tener un efecto reductor en la oxidación del colesterol de la sangre.

- **Tabaquismo** – dado que el tabaquismo ocasiona una mayor oxidación dentro del cuerpo, el cuerpo se defiende consumiendo algunas de las vitaminas y minerales que obtiene de la alimentación como la vitamina E, algunos carotenoides y vitamina A, la vitamina C (su concentración es 20 a 30% menor

en los fumadores), manganeso, cobre, zinc, selenio y ácido fólico, vitamina B12 (pues ayuda a desintoxicar el cuerpo de las toxinas que contiene el humo de cigarro). Naturalmente, lo preferible es no fumar. Pero en el caso de personas que fuman, es recomendable suplementar aportando estos micronutrientes.

Principales Beneficios

- Los antioxidantes y fitonutrientes tales como ácido alfa-lipoico y catequinas retardan el envejecimiento.
- Suplementa los micronutrientes que requiere una dieta equilibrada y necesarios para conservar saludable el sistema cardiovascular, óseo, inmune y el metabolismo de azúcares.

¿Qué hace único al producto?

- El efecto de los antioxidantes en LifePak® se puede correlacionar a las mediciones no invasivas de los niveles de carotenoides en la piel.
- LifePak® no aporta megadosis de vitaminas, para ofrecer los beneficios de los antioxidantes, utiliza derivados vegetales.
- Las cantidades de las vitaminas y los minerales que aporta LifePak® están determinadas de acuerdo a las necesidades de suplementación que muestran los estudios hechos en la alimentación de la población de los Estados Unidos.
- Contiene una mezcla de carotenoides, flavonoides, vitaminas, minerales.
- El sobre con el producto puede llevarlo a donde requiera, por lo que es fácil y cómodo tenerlo a la mano.

¿Quién debe usar este producto?

El producto es para adultos sanos, de 18 años en adelante que desean complementar su alimentación diaria.

¿Sabía qué?

- El ADN de nuestras células recibe 70,000 ataques de radicales libres al día.
- Hoy en día el promedio de vida es 30 años mayor que hace un siglo.
- Desde 1992 se han vendido más de 9.8 mil millones de tabletas y cápsulas de LifePak®.

Preguntas Frecuentes

P. ¿Es bueno combinar LifePak® con Optimum Omega®?

R. LifePak® aporta micronutrientes (vitaminas y minerales), mientras que Optimum Omega® contiene ácido eicosapentaenoico (EPA) y ácido docosahexaenoico (DHA). Cuando se toman junto con LifePak® ó Optimum Omega® mejoran la absorción de los micronutrientes de LifePak®.

P. ¿Cuáles son los antioxidantes de LifePak®?

R. Betacaroteno, licopeno, luteína, alfacaroteno, vitamina C, quercetina, ácido alfa-lipoico, 6 catequinas (epigallocatequina (EC), epigallocatequina (EGC), epicatequina galato (EGg), epigallocatequina galato (EGCg), DL-catequina (DL-C), galocatequina galato (GCG)), vitamina E en 8 formas (alfa

LifePak®

Suplemento Alimenticio con Vitaminas, Minerales y Antioxidantes

PROGRAMA DE BIENESTAR GENERAL

tocoferol, beta tocoferol, gama tocoferol, delta tocoferol, alfa tocotrienol, beta tocotrienol, gama tocotrienol, delta tocotrienol), 10 diferentes polifenoles de la semilla de uva, (catequina, epicatequina, galato de epigallocatequina de ácido gálico y epicatequina, dímeros, trímeros, tetrámeros y sus pentámeros galatos, hexámeros, heptámeros y sus galatos).

P. ¿Qué es la red antioxidante?

Hay cientos de diferentes antioxidantes que atacan los radicales libres y las especies reactivas del oxígeno. Los investigadores han descubierto que el cuerpo usa una amplia gama de antioxidantes que trabajan todos juntos para dar al cuerpo la protección antioxidante más adecuada. Cuando falta uno o dos de estos antioxidantes los demás no pueden funcionar adecuadamente. Por ello la suplementación de antioxidantes debe incluir una variedad amplia de ellos.

Estudios Clave

1. Smidt CR, Seidehamel RJ, Devaraj S, Jialal I. Ther effects of a nutritionally complete dietary supplement (LifePak) on antioxidant status and LDL-oxidation in healthy non-smokers. FASE. 1999;13(4):A546.
2. Kaats GR; Wise J A; Morin R; Pullin D; Squires W; Murrieta T G; Hesslink R. Reductions in Dexe measurements of body fat with different levels of involvement in a weight loss program using dietary supplements (LifePark). Journal of American nutraceutical Association. 1998;1(2):19-26
3. Fletcher RH, Fairfield KM. Vitamins for chronic disease prevention in adults: clinical applications. J Am Assoc. 2002 Jun 19; 287(23):3127-9
4. MacKay 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 de uso

Tome un sobre diariamente, con los alimentos de la mañana o por la noche.

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.

Información Nutricional

Cada sobre con cuatro tabletas de 830 mg cada una, (vitaminas, minerales y fitonutrientes) contiene:

Contenido Energético.....	18,4 kJ (4,4 kcal)
Proteína.....	0 g
Grasa (lípidos).....	160 mg
Carbohidratos (hidratos de carbono).....	720 mg
Sodio.....	8,5 mg
Ácido pantoténico (d-pantotenato de calcio).....	15 mg
Calcio (carbonato de calcio, citrato de calcio).....	250 mg
Hierro (quelato de hierro).....	1,5 mg
Magnesio (citrato de magnesio, óxido de magnesio, estearato de magnesio).....	125 mg
Zinc (quelato de zinc).....	7,5 mg
Selenio (de levadura).....	60 µg
Cobre (quelato de cobre).....	1 mg
Vitamina A (palmitato de vitamina A).....	375 µg
Manganeso (quelato de manganeso).....	2 mg
Vitamina C (ascorbato de calcio).....	250 mg
Cromo (quelato de cromo).....	100 µg
Vitamina E (acetato de d-alfa tocoferilo, beta, gama y delta tocoferoles, tocotrienoles).....	100 mg
Molibdeno (quelato de molibdeno).....	37,5 µg
Tiamina (mononitrato de tiamina).....	3,8 mg
Beta caroteno.....	1,95 mg
Riboflavina.....	4,3 mg
Extracto de té verde (<i>Camellia sinensis</i>).....	70 mg
Niacina (niacinamida, ácido nicotínico)....	3,8 mg
Extracto de jitomate (<i>Solanum lycopersicon</i>) con licopeno.....	2,5 mg
Vitamina B6 (clorhidrato de piridoxina).....	5 mg
Bioflavonoides cítricos (citrus spp.).....	12,5 mg
Folacina (ácido fólico).....	250 µg
Extracto de caléndula (<i>Caléndula officinalis</i>) con luteína.....	1 mg
Vitamina B12 (Cianocobalamina).....	10 µg
Ácido alfalipóico.....	15 mg
Vitamina D (Colecalciferol).....	5 µg
Quercetina.....	25 mg
Vitamina K (Fitonadiona).....	20 µg
Bitartrato de colina.....	5 mg
Biotina.....	150 µg
Extracto de cúrcuma (<i>Cúrcuma longa</i>).....	12,5 mg
Silicio (metaliscato de sodio).....	1,5 mg
Extracto de uva (<i>Vitis vinífera</i> con <i>leucoantocianinas</i>).....	12,5 mg
Inositol.....	5 mg

LifePak®

Suplemento Alimenticio con Vitaminas, Minerales y Antioxidantes

PROGRAMA DE BIENESTAR GENERAL

Ingredientes

Celulosa microcristalina, carbonato de calcio, ascorbato de calcio, citrato de magnesio, acetato de d-alfa tocoferilo, óxido de magnesio, beta, gama y delta tocoferoles, carboximetilcelulosa de sodio, extracto de té verde, selenio, ácido esteárico, quelato de zinc, extracto de jitomate, bioflavonoides cítricos, extracto de caléndula, d-pantotenato de calcio, ácido alfa lipóico,

biotina, estearato de magnesio, dióxido de silicio, quercetina, bitartrato de colina, extracto de cúrcuma, quelato de magnesio, extracto de uva, beta caroteno, niacinamida, ácido nicotínico, quelato de cobre, quelato de hierro, palmitato de vitamina A, clorhidrato de piridoxina, mononitrato de tiamina, inositol, riboflavina, tocotrienoles, colestiferol, fitonadiona, quelato de molibdeno, metasilicato de sodio, quelato de cromo, cianocobalamina, ácido fólico.