



SALUDA A TU SALUD

Logra un peso saludable y lleva una mejor vida

Hola, y *iBienvenido a*
IsaLife™! Esta es tu guía
del sistema para peso
saludable.

Estamos muy entusiasmados de tenerte con nosotros y nos gustaría dedicarte un momento para reconocerte y destacar el compromiso que haz tenido en mejorar tu salud. Ahora eres parte de una comunidad cada vez mayor, de personas con ideas afines y metas similares de salud y bienestar. Aquí encontrarás la ayuda y el apoyo, ya que *¡todos estamos juntos en esto!*

TU **SOLUCIÓN DE PESO SALUDABLE** ISAGENIX ESTÁ DISEÑADA PARA AYUDARTE A ALCANZAR TUS METAS DE SALUD Y LLEVAR UNA MEJOR VIDA.

¡COMENCEMOS!

¡COMPROMÉTETE CON UNA FECHA DE INICIO Y ESTABLECE TU HORARIO!

Descarga la aplicación IIsaLife™* para guiarte paso por paso con tu plan Isagenix personalizado.

¡ESTABLECE TUS METAS, Y HAZ QUE CREZCA TU EQUIPO DE APOYO!

Únete al Reto IsaBody® y con la ayuda de una comunidad maravillosa, completa exitosamente tu primer Reto. La gente te preguntará acerca de tus resultados, así que ¡aprende cómo puedes compartir tu experiencia con amigos y familiares!

CONFÍA EN EL PRODUCTO ¡CONFÍA EN LA CIENCIA!

Mantente al tanto con actualizaciones de productos de vanguardia, videos, herramientas y sesiones de capacitación.

COMIENZA AHORA...DIRÍGETE A BIENVENIDOAISAGENIX.COM

Una vez que hayas visitado [Bienvenidoalsagenix.com](https://bienvenidoalsagenix.com), destapa tu Sistema Isagenix. Siéntate. Inhala. Exhala. ¡Y saluda a tu salud! Comienza leyendo esta guía y revisando las instrucciones en las etiquetas de los productos. ¡Termina teniendo bienestar como un estilo de vida! Estamos aquí para apoyarte en todo momento. ¡Hagámoslo!

*Actualmente solo disponible en inglés.

CONOCE TUS PRODUCTOS

Hemos seleccionado seis productos fundamentales que ayudarán a reforzar tu camino hacia la salud y el bienestar. Dependiendo de lo que elijas, puede ser que ciertos productos no vengan en tu caja, o posiblemente recibas los productos que se describen a continuación, ¡y algunos otros más!

*Podrás ver los detalles y descripciones de cada producto visitando nuestro recurso de productos en línea en **Bienvenidoalsagenix.com**. (¿Ya le diste un vistazo?)*



BATIDO ISALEAN™ es un sustituto de comida balanceado que favorece la pérdida de peso saludable y el mantenimiento muscular.

24 gramos de proteína de alta calidad

CARBOHIDRATOS CARGADOS DE ENERGÍA, GRASAS BUENAS, RICO EN FIBRA, Y VITAMINAS Y MINERALES.

Como parte de este sistema, puedes sustituir dos comidas al día con Batidos IsaLean. Prepárate para quedar impactado desde el primer sorbo.



Si no consumes lácteos, no te preocupes: ¡también te brindamos opciones a base de vegetales!



CLEANSE FOR LIFE®

Le proporciona a tu cuerpo nutrición a base de vegetales y hierbas. Esta bebida se puede disfrutar como parte de los Días de Limpieza interna o como un suplemento diario.

*Esta declaración no ha sido evaluada por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no pretenden diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

DOS

FORMAS DE HACER UNA LIMPIEZA INTERNA

1. La limpieza interna diaria implica beber una porción de Cleanse for Life como un suplemento diario. Toma una porción diariamente, en la mañana, en la noche o entre comidas en los Días de Batido.
2. Para la limpieza interna profunda debes beber Cleanse for Life durante un día de ayuno intermitente. Bebe hasta cuatro porciones de limpieza interna profunda a lo largo del día. Los Días de Limpieza interna, una o dos veces por semana, son una excelente opción para favorecer la pérdida de peso.



IONIX® SUPREME Un tónico de consumo diario rico en nutrientes que puede favorecer el rendimiento mental y físico. Contiene una mezcla de hierbas adaptogénicas y otros ingredientes que ayudan a tu cuerpo a resistir y adaptarse al estrés.*

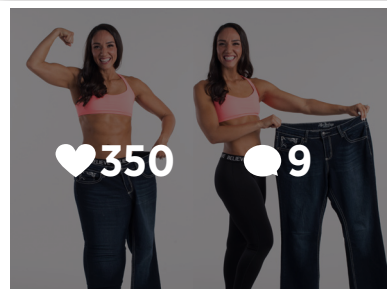


ISAFLUSH® Es una cápsula diaria que puede ayudar a la digestión, la regularidad y la salud en general mediante el uso de hierbas y minerales limpiadores sin contener ingredientes laxantes fuertes.†

NATURAL ACCELERATOR™

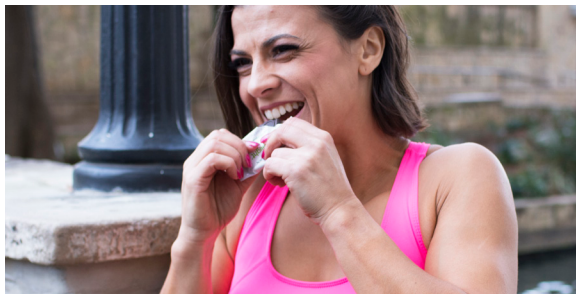
Un suplemento dietético diario que puede ayudar a favorecer la termogénesis con ingredientes naturales como la cayena, el té verde y las semillas de cacao.*

ISAGENIX SNACKS™ Bocadillos masticables diseñados para calmar el hambre y ayudar a mantener tus metas de bienestar de peso en el camino correcto.

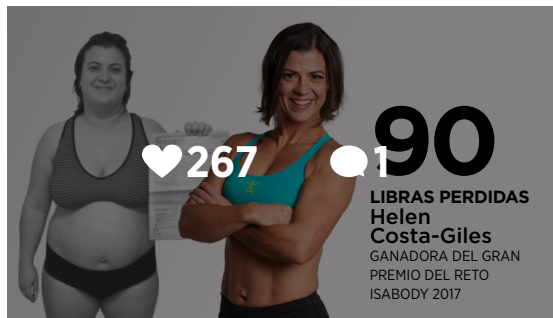


ISABODY ¡Felicitaciones a Rachel, una de nuestras Finalistas IsaBody! #IsaBody #WeArelsagenix

SI RECIBISTE EL **PAQUETE VALOR PÉRDIDA DE PESO**, EL CONTENIDO DE TU CAJA TAMBIÉN PODRÍA INCLUIR:



ISADELIGHT® Deliciosos y apetecibles chocolates con infusión de té verde que ayudan a calmar los antojos y favorecen los Días de Limpieza interna.



ISABODY Conoce a Helen Costa-Giles, ¡Ganadora del Gran Premio del Reto IsaBody 2017! Entérate de la historia de cómo perdió 90 libras de peso en IsaNoticias.com/Reto-IsaBody. #IsaBody #Celebration2017

Los resultados no son típicos. La pérdida de peso refleja una experiencia individual excepcional y no debe interpretarse como típica o promedio. Los resultados dependen del esfuerzo personal, constitución física, patrones alimenticios, tiempo, ejercicio y otros factores, tales como la composición genética y fisiológica. En un estudio realizado en 2012 por investigadores de la Universidad de Illinois en Chicago, las personas participantes perdieron en promedio 9 libras de peso tras utilizar el sistema Isagenix por 30 días.



e+™ Un shot de energía que contiene cafeína natural a base de vegetales y adaptógenos.†



ISAGENIX GREENS™ Un suplemento en polvo que contiene fitonutrientes de más de 30 vegetales para promover la salud en general.†



WHEY THINS™ Apetecibles y deliciosos bocadillos con alto contenido proteico.



BARRA ISALEAN™

Barras premium que se pueden usar como una comida alternativa y ofrecen una nutrición equilibrada que incluye de 18 a 19 gramos de proteína de alta calidad.



ISAGENESIS® Diseñado para ayudar a tus telómeros y tener un envejecimiento más saludable y un menor impacto con el paso de los años.[†]

**Esta declaración no ha sido evaluada por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Estos productos no pretenden diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.*

†Los alimentos y suplementos que contienen al menos 0.65 g por porción de esteroides vegetales, si se consumen dos veces al día con los alimentos para una ingesta diaria total de por lo menos 1.3 g, como parte de una dieta baja en grasas saturadas y colesterol, pueden reducir los riesgos de contraer enfermedades cardíacas. Una porción del Refuerzo Cardiovascular para Batido contiene 0.65 gramos de esteroides vegetales.



COMPLETE ESSENTIALS™

PAQUETE DIARIO Un apoyo nutricional completo para tomar a diario con vitaminas, minerales, omega-3, antioxidantes y hierbas y compuestos botánicos.[†]

TAMBIÉN PUEDES DELEITARTE CON ALGUNOS DE ESTOS POPULARES PRODUCTOS COMPLEMENTARIOS



REFUERZO PARA BATIDO

INMUNOLÓGICO Una mezcla de ingredientes con respaldo científico que puede ayudar a preparar, fortalecer y equilibrar el sistema inmunológico para tener mejor salud en general.[†]

REFUERZO PARA BATIDO

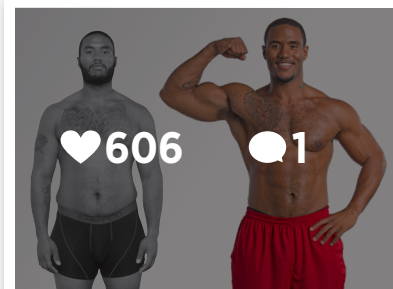
CARDIOVASCULAR Una mezcla de ingredientes con respaldo científico que puede reducir el riesgo de enfermedades cardíacas y favorecer la buena salud cardiovascular en general.^{††}



CAFÉ ISAGENIX

Una mezcla de granos de café 100 por ciento arábica con sabor suave, tostado medio y de comercio justo que te ayuda a comenzar la mañana.

AMPED™ HYDRATE Una bebida deportiva simple y práctica que te ayuda a mantenerte hidratado y fresco durante tu entrenamiento.



ISABODY Después de jugar fútbol en la universidad, Kareem comenzó un trabajo corporativo e hizo a un lado su rutina deportiva. Cuando su compañero, Taylor, empezó con Isagenix, Kareem hizo lo mismo y comenzó a cambiar sus hábitos. Con el apoyo de IsaBody, concluyó una hazaña increíble, una competencia de ultramaratón de 88 kilómetros, y fue nominado como uno de nuestros finalistas del Reto IsaBody 2016!
#IsaBody #Celebration2017

ASÍ QUE, ¿QUIÉN ESTÁ LISTO PARA COMPLETAR EXITOSAMENTE ESTO?

Es muy simple. Cada día será un Día de Batido o un Día de Limpieza.

DÍA DE BATIDO Sustituye dos comidas al día con un Batido IsaLean, y disfruta de una comida balanceada y saludable de 400 a 600 calorías. Por ejemplo, puedes tomar un batido en el desayuno, disfrutar de una comida saludable en el almuerzo y luego terminar el día con un nutritivo y delicioso batido en la cena. Para sugerencias de recetas, consulta tu aplicación IsaLife™*.

DÍA DE LIMPIEZA INTERNA En un Día de Limpieza interna, obtendrás los beneficios del ayuno intermitente al abstenerse de los alimentos y las comidas normales, y en su lugar alimentarás tu cuerpo con cuatro porciones de limpieza interna profunda de Cleanse for Life. Tenemos buenas noticias para ti: ¡Está bien comer bocadillos en los Días de Limpieza! Entraremos en detalles en la siguiente página.

Tu sistema mensual puede parecerse al horario que te mostramos a continuación:

UN DÍA DE LIMPIEZA INTERNA POR SEMANA

Día 1 B*	Día 2 B*	Día 3 L	Día 4 B	Día 5 B	Día 6 B	Día 7 B
Día 8 B	Día 9 B	Día 10 L	Día 11 B	Día 12 B	Día 13 B	Día 14 B
Día 15 B	Día 16 B	Día 17 L	Día 18 B	Día 19 B	Día 20**	Día 21 B
Día 22 B	Día 23 B	Día 24 L	Día 25 B	Día 26 B	Día 27 B	Día 28 B
Día 29 B	Día 30 B					

Si estás embarazada o lactando, si tienes diabetes, tomas medicamentos, padeces una enfermedad o estás comenzando un programa de control de peso, consulta a tu médico antes de utilizar los productos Isagenix o de realizar algún otro cambio en tu dieta. Suspende su uso si se presentan reacciones adversas.

DÍAS DE LIMPIEZA INTERNA CONSECUTIVOS

B*	B*	Día 1 L	Día 2 L	Día 3 B	Día 4 B	Día 5 B
Día 6 B	Día 7 B	Día 8 L	Día 9 L			

CONSEJOS PARA EL ÉXITO:

- ¡Mantén un horario!
- *Se recomienda de 2 a 5 Días de Batido antes de tu primer Día de Limpieza Interna Profunda.
- **Para garantizar que tengas producto para el siguiente mes, asegúrate de inscribirte en Auto envío. Habla con tu Entrenador para más detalles.

Visita **Bienvenidoalsagenix.com** para personalizar el horario de tu Día de Limpieza interna en la aplicación IsaLife*.

*Actualmente solo disponible en inglés.



DÍA DE BATIDO

ANTES DE DESAYUNAR

IONIX SUPREME 1 PORCIÓN

NATURAL ACCELERATOR
1 CÁPSULA

DESAYUNO

BATIDO ISALEAN

A MEDIA MAÑANA

BOCADILLO (VER LAS OPCIONES DE BOCADILLOS).

ALMUERZO

BATIDO ISALEAN O UNA COMIDA DE 400 A 600 CALORÍAS

A MEDIA TARDE

IONIX SUPREME 1 PORCIÓN (OPCIONAL)

BOCADILLO (VER LAS OPCIONES DE BOCADILLOS).

CENA

BATIDO ISALEAN O UNA COMIDA DE 400 A 600 CALORÍAS

ANTES DE IR A DORMIR

ISAFLUSH 1-2 CÁPSULAS CON 8 ONZAS DE AGUA

CONSEJO PROFESIONAL: Para quienes practican actividades físicas, considerar aumentar tus proteínas disfrutando de un Batido IsaLean PRO en lugar de un Batido IsaLean, o agrega una cucharada de IsaPro® a tu Batido IsaLean favorito. La proteína adicional te puede ayudar a mantenerte satisfecho por más tiempo.

***Whey Thins y Harvest Thins ya están aprobados para los Días de Limpieza si se disfrutan como la única opción de bocadillos. Limitate a una bolsa a lo largo del día.

DÍA DE LIMPIEZA

ANTES DE DESAYUNAR

IONIX SUPREME 1 PORCIÓN

NATURAL ACCELERATOR
1 CÁPSULA

DESAYUNO

CLEANSE FOR LIFE 1 PORCIÓN

A MEDIA MAÑANA

BOCADILLO (VER OPCIONES DE BOCADILLOS).

ALMUERZO

CLEANSE FOR LIFE 1 PORCIÓN

A MEDIA TARDE

CLEANSE FOR LIFE 1 PORCIÓN

IONIX SUPREME 1 PORCIÓN (OPCIONAL)

BOCADILLO (VER LAS OPCIONES DE BOCADILLOS).

CENA

CLEANSE FOR LIFE 1 PORCIÓN

ANTES DE IR A DORMIR

ISAFLUSH 1-2 CÁPSULAS CON 8 ONZAS DE AGUA



OPCIONES DE BOCADILLOS

IsaDelight, e+, Isagenix Greens, Isagenix Fruits™, Slim Cakes®, Whey Thins, Fiber Snacks™, Harvest Thins

1-2 chocolates IsaDelight (Tu elección entre cuatro deliciosos sabores), ¼ manzana o pera, 1 porción de AMPED Hydrate (Si haces ejercicio), 1-2 porciones de e+, 1 bolsa de Harvest Thins***, 1 bolsa de Whey Thins***

DÍA DE LIMPIEZA

PREGUNTAS FRECUENTES

P: ¡Me pone nervioso comenzar! ¿Cómo puedo mantenerme en el camino correcto?

R: ¡Responsabilidad! ¡Responsabilidad! ¡Responsabilidad! Descubrirás que este camino es mucho más fácil cuando te rodeas de apoyo. Intenta unirme al Reto IsaBody® donde puedes ser parte de una gran comunidad global que se ha embarcado en el mismo viaje que cambiará tu vida. Todos estamos aquí para ayudarnos mutuamente. Dirígete a **Bienvenidoalsagenix.com** para más información.

P: ¿Cómo puedo saciar el hambre durante los Días de Limpieza interna?

R: Muy simple, prueba uno de nuestros bocadillos aprobados para los Días de Limpieza interna, como los apetecibles Whey Thins o los chocolates IsaDelight, ¿quién no quisiera un chocolate durante un Día de Limpieza interna.

P: ¿Por qué debo hacer una limpieza interna?

R: Los Días de Limpieza interna pueden ayudar a potenciar los sistemas de desintoxicación propios de tu organismo. Cleanse for Life de Isagenix se ha formulado específicamente para brindarle a tu cuerpo una ayuda adicional mientras lo prepara para los beneficios del ayuno intermitente.[†]

P: ¿Puedo usar el Batido IsaLean Libre de Lácteos con mi sistema actual?

R: ¡Por supuesto! Si lo deseas, puedes cambiar el Batido IsaLean por el Batido IsaLean Libre de Lácteos.

P: ¿Cómo puedo ser creativo con mis Batidos IsaLean?

R: ¡Muy fácil! Intenta agregar fruta fresca, especias como la canela o productos Isagenix como Café Isagenix, Greens o Fruits. Solo ten en cuenta que al personalizar tu Batido IsaLean le puedes aumentar su valor calórico.

P: Si siento cansancio o tengo dolor de cabeza, ¿debería dejar de usar mi sistema?

R: Asegúrate de mantenerte bien hidratado o comer un pequeño snack si tienes esos síntomas. Si tus síntomas son graves o persisten, busca atención médica.

P: ¡Acabo de completar dos Días de Limpieza interna consecutivos y quiero hacer más! ¿Puedo continuar los Días de Limpieza para maximizar mi éxito?

R: Felicitaciones por completar exitosamente tus Días de Limpieza interna, pero no te excedas demasiado. Mantenlo con calma y con constancia. Recuerda que es recomendable hacer la limpieza interna un día por semana. Puedes optar por una limpieza interna hasta de dos días consecutivos, pero no excedas más de eso por semana. También te recomendamos no hacer más de cuatro días de limpieza interna al mes.

P: Soy una persona muy activa, y he estado aumentando gradualmente mis entrenamientos durante mi programa. ¿Debo comer más si tengo hambre?

R: ¡Suena a que estás comprometido! Te sugerimos cambiar uno o los dos Batidos IsaLean por Batidos IsaLean PRO, o simplemente agregarle una cucharada de IsaPro a 1 y 1/2 cucharadas de Batido IsaLean para aumentar tu ingesta de proteínas. La proteína adicional ayudará a recargar tu cuerpo con los nutrientes y calorías que requieres mientras te ejercitas.

La pérdida de peso, el desarrollo muscular, el estilo de vida y otros resultados que aquí se muestran reflejan experiencias personales excepcionales de Clientes de Isagenix y no se deben considerar como resultados promedio o típicos. Los resultados dependen del esfuerzo personal, constitución física, patrones alimenticios, tiempo, ejercicio y otros factores, tales como la composición genética y fisiológica.

PRÓXIMOS PASOS...

En primer lugar, ¡bravo por terminar tu sistema! Tras completar tu sistema inicial, puedes reiniciar el mismo programa o pasar a cualquiera de nuestros otros sistemas orientados a ayudarte a elevar tus metas de salud.

¡Tu camino no ha terminado aquí! Para nada. Este nuevo estilo de vida de salud y bienestar luce bien en ti, y queremos equiparte con herramientas avanzadas para que mantengas un íxito maravilloso!

¡COMPROMÉTETE

con tu éxito y mantén tus resultados!

CONTINÚA

estableciendo metas y compartiendo tus experiencias

El CAMBIO

no se consigue si no te retas a ti mismo ¡Únete al Reto IsaBody!

“¿ALGÚN DÍA
O DÍA UNO?
TÚ DECIDES”.



‘Esta declaración no ha sido evaluada por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Este producto no pretende diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.



17-61SP05NA-SP | 030518 | © 2018 Isagenix Todos los derechos reservados