

4LIFETRANSFORM®

Vive una vida más activa

4LifeTransform® representa el compromiso de una vida más activa, juvenil, balanceada y un estilo de vida más satisfactorio, a través de productos y programas que están diseñados para ayudarte a transformar tu cuerpo y tu vida.*

Tu transformación comienza aquí

CINCO RAZONES POR LAS QUE CADA PERSONA NECESITA PROTEÍNA

¿Sueñas con el día en el que te levantes sintiéndote completamente bien? No solo te sentirás saludable y listo para experimentar la vida, pero también estarás orgulloso de tu imagen cuando te miras en el espejo. ¡La proteína te puede ayudar a lograrlo!

Transforma tu cuerpo con proteína de calidad para ayudarte a quemar grasa, ganar masa muscular y alcanzar la salud óptima necesaria para vivir una vida activa.*

1. QUEMA DE GRASAS

La proteína respalda la quema de grasas en adultos saludables de todas las edades. La proteína no solo puede ayudarte a alcanzar tu peso ideal, sino también a sentirte más lleno entre comidas y reducir los antojos de comida chatarra que pueden desviar tus esfuerzos.

2. MASA MUSCULAR SALUDABLE

La proteína puede ayudar a proteger la masa muscular saludable en las personas de todas las edades al incrementar el crecimiento muscular y reducir la descomposición muscular.¹ Estudios muestran que una dieta alta en proteína provee grandes beneficios para reducir los efectos adversos de la pérdida de músculos y de fuerza asociados con la edad—los dos factores más relacionados con la calidad de vida en los años posteriores.² Esto hace a la proteína un suplemento esencial para los adultos mayores que quieren envejecer mejor.

3. METAS PARA UN ESTILO DE VIDA ACTIVO

La proteína de suero puede ser una herramienta poderosa y efectiva para ayudarte a transformar tu cuerpo y tu salud. Ya sea que quieras respaldar los niveles saludables de la glucosa y el apetito, aumentar el rendimiento y la recuperación en los deportes o simplemente verte y sentirte mejor, la proteína de suero de rápida acción puede ayudarte a alcanzar tus metas.

4. SALUD DEL SISTEMA INMUNITARIO

La proteína respalda la masa muscular saludable y un sistema inmunitario saludable. Los músculos desprenden moléculas de señalización que se comunican con el cerebro, el hígado, el páncreas, los huesos, el tejido graso y más. Así que cuando tus músculos están saludables, la respuesta general de tu sistema inmunitario también está saludable.³

5. COMPOSICIÓN ÓPTIMA DEL CUERPO

No importa cuales sean tus metas de transformación para tu cuerpo—perder grasa corporal, ganar masa muscular, o ambas—la proteína puede jugar un papel importante en ayudarte a alcanzar y mantener tu composición corporal ideal.⁴



¹Pasiakos, SM et al. *Faseb J* 2013; 27(9):3837-47

²McLean, RR et al. *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2014;69(5):576-83

³Pedersen, BK & Febbraio MA. *Nat Rev Endocrinol* 2012; 8(8):457-65

⁴Miller PE, et al *J Am Coll Nutr* 2014; 33(2): 163-75

Transformaciones reales



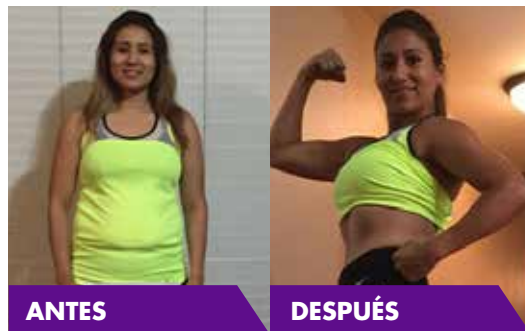
DIAMANTE JUAN C. MAYORGA

Perdió 25 libras y 12% de grasa corporal

Productos 4Life: PRO-TF® Chocolate, ShapeFast Ultra®, Metabolite™, Super Detox®, BioEFA™ con CLA, Energy Go Stix®, Fibre System Plus™, y 4Life Transfer Factor® RioVida Stix® Tri-Factor® Formula

MI TRANSFORMACIÓN

- Hago ejercicio cuatro veces a la semana, combino ejercicios cardiovasculares y levantamiento de pesas.
- Llevo una dieta simple, que incluye principalmente proteínas, carbohidratos y grasas.



DISTRIBUIDORA 4LIFE DIANA UTRERA

Perdió 14 libras y pasó de la talla 6 a la talla 4

Productos 4Life: PRO-TF® Chocolate, 4Life Transfer Factor® RioVida Stix® Tri-Factor® Formula, RiteStart® Mujer, Energy Go Stix®, y Renuvo®

MI TRANSFORMACIÓN

- Hago ejercicios cardiovasculares por 30 minutos al día y levantamiento de pesas.
- Como una dieta alta en proteína, baja en grasa y carbohidratos.



DIAMANTE PRESIDENCIAL HECTOR AROCHO PEREZ

Perdió 24 libras y 5% de grasa corporal

Productos 4Life: PRO-TF®, 4Life® Transfer Factor Plus® Tri-Factor® Formula, MusculoSkeletal Formula™, Flex4Life®, Energy Go Stix®, BioEFA™ con CLA, y 4Life Transfer Factor® RioVida® Tri-Factor® Formula

MI TRANSFORMACIÓN

- Hago ejercicio cinco veces a la semana. Hago ciclismo, kickboxing y levantamiento de pesas.
- Consumo bastante proteína y evito consumir azúcar y carbohidratos ricos en almidón.

PRO-TF®: Tu infusión total de proteína

El producto principal de la línea 4LifeTransform®, evaluado en la universidad, PRO-TF® contiene la proteína más avanzada y efectiva disponible.* Gramo por gramo, PRO-TF es superior a la proteína de suero estándar en el mercado para:

- La quema de grasas*
- El aumento de la masa muscular*
- La disminución del apetito*
- El respaldo de la transformación de tu cuerpo*
- El respaldo al sistema inmunitario*

PRO-TF®:

- Provee 10 gramos de la mezcla proteínica con patente pendiente, y de bajo peso molecular PRO-TF® en cada porción
- Contiene la proporción óptima de BCAA 2:1:1 para aumentar la síntesis de proteína, impulsar los niveles de energía, quemar grasa y reducir la fatiga durante y después del ejercicio*
- Incluye una fuente esencial de proteína, suero hidrolizado extensivamente (alta DH), proteína de huevo, y 300 miligramos de 4Life Transfer Factor® en cada porción*
- Estimula los marcadores de quema de grasas de los almacenes de "grasa mala" por un 564% hasta por tres horas*
- Estimula la síntesis de protección de músculo (crecimiento de músculo) por un 74% hasta por tres horas*†

Observados en un estudio pre-clínico en ayuno y bajo condiciones controladas [Moblely CB et. al., J Int Soc Sports Nutr 2015, 12:14]. Los resultados reales pueden variar.



¿SABÍAS QUÉ?

Utilizar 4LifeTransform Burn junto con PRO-TF® te ofrece resultados impresionantes. Un estudio independiente preclínico de laboratorio demostró que utilizar 4LifeTransform Burn en combinación con PRO-TF® respalda el control de peso, la termogénesis intensificada y una mejor composición corporal.

*Resultados obtenidos en un estudio independiente pre-clínico de laboratorio de cuatro semanas. Los resultados reales pueden variar.

*ESTAS DECLARACIONES NO HAN SIDO EVALUADAS POR LA ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS Y ALIMENTOS. ESTOS PRODUCTOS NO TIENEN LA INTENCIÓN DE DIAGNOSTICAR, TRATAR, CURAR O PREVENIR NINGUNA ENFERMEDAD.



DIAMANTE INTERNACIONAL ORO GUSTAVO ALDOFO MOREIRA

Perdió 6% de grasa corporal y bajo cuatro tallas de pantalón

Productos 4Life: PRO-TF®, 4Life Transform Burn™, Energy Go Stix® y 4Life® NanoFactor® Glutamine Prime®

MI TRANSFORMACIÓN

- Hago ejercicio tres veces a la semana por una hora.
- Como una dieta saludable que incluye mis alimentos favoritos.



DIAMANTE PRESIDENCIAL ERIKA JIANELLA CELI

Perdí 26 libras y dos tallas de ropa

Productos 4Life: PRO-TF®, 4LifeTransform Burn™, 4Life® Transfer Factor Plus® Tri-Factor® Formula, Energy Go Stix®, Tea4Life®, 4Life Transfer Factor® RioVida® Tri-Factor® Formula

MI TRANSFORMACIÓN

- Hago ejercicio por una hora, cinco veces a la semana.
- Como una dieta balanceada (proteína, carbohidratos, vegetales, y grasas buenas) cinco veces al día.



EMPLEADA DE 4LIFE VERONICA ZAVALA

Perdió 7% de grasa corporal y aumentó cuatro libras de músculo

Productos 4Life: PRO-TF®, 4LifeTransform Burn™, 4Life® Transfer Factor Plus® Tri-Factor® Formula

MI TRANSFORMACIÓN

- Voy al gimnasio tres veces a la semana, hago yoga y camino regularmente.
- Como comidas hechas en casa principalmente, y yogurt y frutas para las meriendas.

4LifeTransform **BURN™** ¡Enciende la transformación de tu cuerpo!*

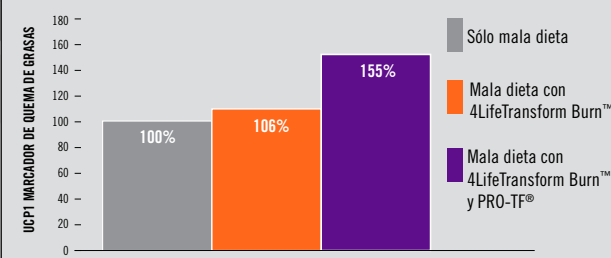


4LIFETRANSFORM BURN™ es una mezcla termogénica exclusiva con patente pendiente que respalda un acercamiento acelerado para la transformación del cuerpo.*

- Estimula la quema de grasas e induce termogénesis*
- Mejora el rendimiento físico*
- Aumenta la pérdida de grasas y asiste en el control de peso*
- Estimula el metabolismo y reduce el apetito y los antojos*
- Respalda un sistema circulatorio saludable*

INCREMENTO DEL MARCADOR MOLECULAR DE QUEMA DE GRASAS 50%*

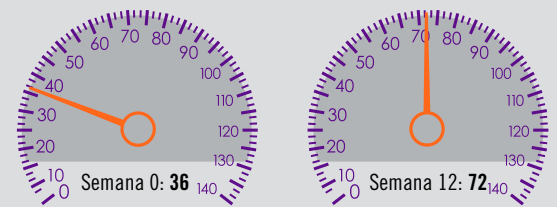
4LifeTransform Burn™ combinado con PRO-TF® incrementó el marcador molecular de quema de grasas UCP1 por más de un 50%.**



RESULTADOS DEL ESTUDIO 4LIFETRANSFORM

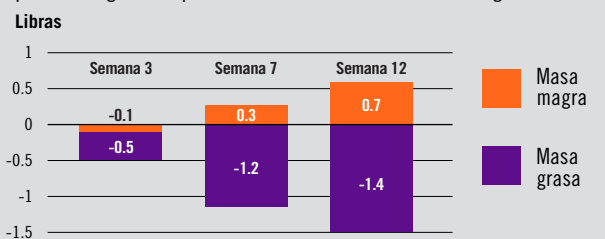
METABOLISMO ACELERADO*

Durante un período de 12 semanas, 4LifeTransform Burn™ aceleró el metabolismo y duplicó la habilidad del cuerpo para quemar grasas.*



ACTIVACIÓN DE LA PÉRDIDA DE GRASA CORPORAL*

Durante un período de 12 semanas, 4LifeTransform Burn™ provocó la pérdida de grasa corporal sin alterar la masa muscular magra.*



Los resultados fueron observados en un estudio experimental patrocinado. Los resultados reales pueden variar.

Complementa tu dieta con PRO-TF® para lograr tus metas diarias de consumo de proteína en tres pasos simples:*



Seguramente ya estás consumiendo algo de proteína en tu dieta diaria— ¿pero estás consumiendo la cantidad suficiente del tipo correcto para ayudarte a alcanzar tus metas? Aquí te mostramos como calcular tus necesidades de proteína diarias.

PASO 1: Determina tu meta de peso corporal en libras.

PASO 2: Determina tu nivel de actividad.

PASO 3: Multiplica tu nivel de actividad por tu meta de peso corporal en libras para determinar tu cantidad óptima de proteína.

Actividad baja	(peso en lbs x 0.5-0.7)
Actividad moderada	(peso en lbs x 0.6-0.8)
Actividad alta	(peso en lbs x 0.7-0.9)
Aleatas competitivos	(peso en lbs x 1-1.33)

Aumenta tu consumo de proteína al extremo superior de cada rango si tienes entre 15 y 25 años, o más de 45 años.

Para obtener ayuda con el cálculo y darle seguimiento a tu consumo diario de proteína, descarga gratis la 4LifeTransform™ App en la App Store o Google Play.

1. Meta de peso corporal:

2. Nivel de actividad:

3. Total de tus necesidades de proteína diaria:

USA, COMPARTE Y GANA CON 4LIFETRANSFORM®

Transforma tu cuerpo—y tu negocio—con los productos 4LifeTransform. Esto es lo que puedes hacer:

- 1. Sé tu propio ejemplo. Usa los productos.** Cuando las personas vean la transformación de tu cuerpo, ellos querrán escuchar acerca de lo que has estado haciendo. Aprovecha la oportunidad para hablarles acerca de los productos 4LifeTransform y de cómo ellos también pueden transformar su cuerpo y comenzar un camino hacia un estilo de vida más activo y juvenil!*
- 2. Comparte los productos 4LifeTransform** con tus amigos y familiares. ¿Quién necesita 4LifeTransform? ¡Todos! Todas estas personas son excelentes candidatos para los productos 4LifeTransform:
 - Personas que quieren perder grasa
 - Personas que quieren aumentar la fuerza y la masa muscular
 - Atletas que quieren aumentar su rendimiento deportivo
 - Personas que quieren maximizar sus rutinas de ejercicios y recuperarse rápidamente
 - Adultos que quieren mantener la masa muscular
 - Personas que quieren aumentar la masa muscular
 - Personas que quieren optimizar su salud
 - Personas que quieren mejorar sus relaciones personales
- 3. Preséntale 4Life a las personas** con el Sistema Acelerador de 30 días 4LifeTransform®. Este sistema incluye todo lo que tus clientes necesitan para acelerar sus metas, incluyendo instrucciones de lo que deben hacer cada día. ¡Lee la información que se adjunta para más detalles!

PARA MÁS INFORMACIÓN ACERCA DE LOS PRODUCTOS Y LA OPORTUNIDAD DE NEGOCIOS 4LIFE, COMUNICATE CON:

LA 4LIFETRANSFORM™ APP

La 4LifeTransform App también te puede ayudar a ti, tus clientes y los distribuidores de tu línea descendente a alcanzar sus metas. Te encantarán estas funciones:

- Una calculadora de proteína que calcula y recomienda tu meta de proteína personalizada
- Una función para registro donde puedes verificar información y que te ayudará a mantenerte mentalmente enfocado en alcanzar tus metas
- Recomendaciones instantáneas de rutinas de ejercicios y nutrición basadas en tu perfil personal
- Una función muy fácil de usar, para cargar una foto de tu "antes", "durante" y "después"
- Una tabla de posiciones que te permite disfrutar de una competencia amistosa con tus amigos

Además, puedes fácilmente reclutar y matricular nuevos clientes a través de la 4LifeTransform App. Solo invita a personas a unirse a ti al descargar la aplicación. Como clientes, ellos pueden disfrutar inmediatamente de todas las herramientas gratis que ofrece la aplicación y comprar los productos 4Life para respaldar sus metas de estilo de vida saludables.



¡Comienza hoy tu transformación de tu cuerpo y vida con los productos 4LifeTransform!
www.usspanish.4life.com
www.4lifetransform.com/es

Síguenos en:      www.4lifetransform.com/es

Productos 4LifeTransform®

RENUVO®

Renuvo® es una fórmula adaptogénica con patente pendiente dirigida al envejecimiento saludable que respalda una respuesta más juvenil a los factores estresantes de la vida diaria, como una dieta no saludable, ejercicio intenso o estrés mental. 4Life Transfer Factor®, el ingrediente exclusivo para el respaldo del sistema inmunitario es parte esencial de Renuvo.*

RENUVO ESTÁ FORMULADO PARA RESPALDAR:

- La recuperación total del cuerpo*
- La agudeza mental*
- La vitalidad sexual*
- La energía*
- El estado de ánimo*
- El metabolismo*

4LIFETRANSFORM® MUJER

4LifeTransform® Mujer es un suplemento para el envejecimiento saludable y un estilo de vida activo, diseñado específicamente para respaldar la salud física y la experiencia sexual de la mujer. El producto está diseñado para el cerebro único de la mujer y los sistemas de su cuerpo para respaldar la libido saludable y mejorar la intimidad sexual. También promueve los niveles saludables de las hormonas que usualmente declinan con la edad. 4LifeTransform Mujer es el respaldo esencial para el proceso de transformación de cada mujer para disfrutar de una vida más juvenil, un cuerpo activo y una vida gratificante.*

4LIFETRANSFORM MUJER:

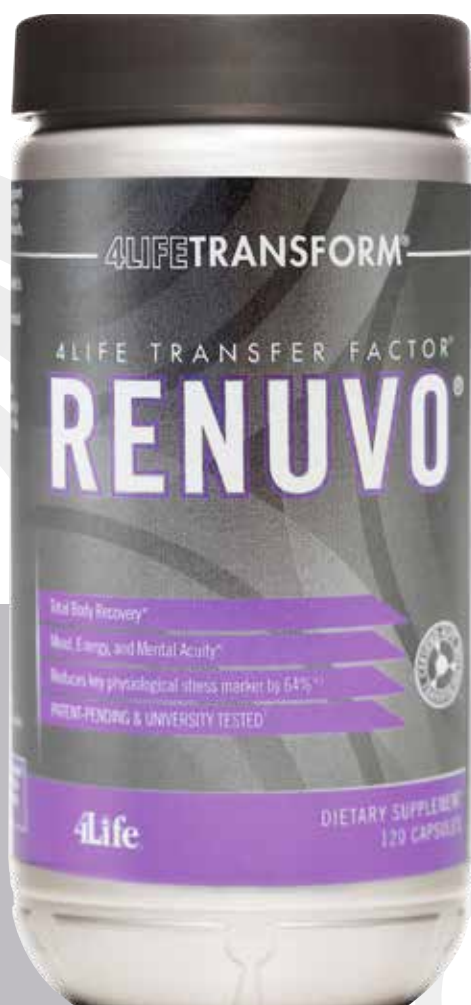
- Respaldar la salud sexual*
- Protege al cuerpo de las disminuciones en los niveles hormonales relacionadas con la edad*
- Diseñado para el cerebro y los sistemas del cuerpo para tener una mejor intimidad*
- Respaldar la energía y un estilo de vida activo*
- Respaldar el envejecimiento saludable*

4LIFETRANSFORM® HOMBRE

4LifeTransform® Hombre es un suplemento para el envejecimiento saludable y un estilo de vida activo, diseñado especialmente para el hombre. Contiene una mezcla exclusiva de potentes extractos de plantas y vitamina D3 que estimula el rendimiento y la experiencia sexual, y respalda la salud del sistema endocrino. También optimiza el crecimiento, la fuerza y la masa muscular, y promueve la vitalidad del cuerpo. 4LifeTransform Hombre es la solución completa para el proceso de transformación de cada hombre para disfrutar de un cuerpo más fuerte y una vida más gratificante!*

4LIFETRANSFORM® HOMBRE:

- Respaldar el desempeño sexual saludable*
- Incrementa la resistencia física*
- Respaldar la salud del sistema endocrino*
- Optimiza el crecimiento, la fuerza y la masa muscular*
- Respaldar los niveles de testosterona saludables*
- Respaldar un cuerpo más fuerte y una vida más gratificante*



*ESTAS DECLARACIONES NO HAN SIDO EVALUADAS POR LA ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS Y ALIMENTOS. ESTOS PRODUCTOS NO TIENEN LA INTENCIÓN DE DIAGNOSTICAR, TRATAR, CURAR O PREVENIR NINGUNA ENFERMEDAD.

Sistema Acelerador de 30 días 4LifeTransform®



Los científicos y expertos en salud física de 4Life® han realizado toda la investigación, para que tú tengas todo lo que necesitas para acelerar el proceso de tu transformación de 30 días. Este sistema completo y fácil de seguir que está diseñado para hombres y mujeres, incluye productos exclusivos, y científicamente evaluados que pueden ayudarte a alcanzar tus metas de transformación reales y duraderas para tu cuerpo. * **Ordena hoy en usspanish4life.com.**

NUTRICIÓN

Para mejorar tu metabolismo, ¡necesitas alimentarlo! Comer comidas pequeñas y meriendas ricas en proteína durante el día, ayuda a aumentar tu metabolismo, quemar más grasa, disfrutar energía constante y disminuir el tamaño de tu estómago a medida que pasa el tiempo.

Tu meta debe ser consumir entre cinco y siete comidas altas en proteína durante el día o cada dos a cinco horas.

Incluye ácidos grasos esenciales en tu dieta. Buenas fuentes de estos ácidos grasos son el pescado, y las semillas y nueces crudas. Complementala con BioEFA™ con CLA.

Las frutas y vegetales coloridos como arándanos, zarzamoras, frambuesas, espinacas, col rizada, brócoli, espárragos y pimientos ofrecen importantes nutrientes para una dieta saludable. Incluye 4Life Transfer Factor® RioVida® Tri-Factor® Formula, que tiene ingredientes ricos en nutrientes y antioxidantes.*

Incluye al menos 20 gramos de proteína y ácidos grasos esenciales en tu desayuno para recargar tus niveles de energía, darte más agudeza mental y ayudarte a tomar mejores decisiones de alimentos durante el día.

EJERCÍTATE

¡Ejercitarse es muy importante para ayudarte a alcanzar tus metas de transformación de tu cuerpo y tu salud!

Añade ejercicios cardiovasculares regularmente a tu estilo de vida. Prueba diferentes opciones como correr, ciclismo, natación, excursiones o caminatas. No importa lo que hagas. ¡Solo mantente activo!

Las rutinas de ejercicios HIIT (Entrenamientos de Intervalos de Alta Intensidad) pueden mejorar tu capacidad física cardiovascular e impulsar la quema de grasas en tan solo 20 minutos, tres veces a la semana.

El entrenamiento de fuerza puede promover el incremento de fuerza, mejorar la salud de los huesos, incrementar la energía y aumentar la confianza en ti mismo.

No tienes que ser miembro de un gimnasio para hacer entrenamiento de fuerza. Los ejercicios como lagartijas, planchas y sentadillas pueden hacerse en cualquier lugar.

SOLUCIONES CON LOS PRODUCTOS 4LIFE

Incluye suplementos en tu programa de transformación para solucionar deficiencias nutricionales comunes que podrían dificultar tu proceso.

Proporciona a tu cuerpo proteína de calidad cada pocas horas para respaldar la sensación de saciedad, el metabolismo y la salud del sistema inmunitario.* Solución con 4Life: PRO-TF®

Impulsa la transformación de tu cuerpo con un quemador de grasas científicamente evaluado.* Solución con 4Life: 4LifeTransform Burn™

Respalda el rendimiento sexual, los niveles hormonales saludables, la masa muscular, el envejecimiento saludable y una vida activa.* Solución con 4Life: 4LifeTransform® Mujer o 4LifeTransform® Hombre

Respalda los procesos metabólicos saludables con un suplemento multivitamínico y multimineral.* Solución con 4Life: RiteStart® Hombre o RiteStart® Mujer

Puedes añadir productos 4Life adicionales según las necesidades de tu cuerpo. Visita usspanish.4life.com para más detalles.

*ESTAS DECLARACIONES NO HAN SIDO EVALUADAS POR LA ADMINISTRACIÓN DE MEDICAMENTOS Y ALIMENTOS. ESTOS PRODUCTOS NO TIENEN LA INTENCIÓN DE DIAGNOSTICAR, TRATAR, CURAR O PREVENIR NINGUNA ENFERMEDAD.

