

 **NUTRILITE™**

Marca n.º 1. Nutrilite™ es la marca n.º 1 del mundo en ventas de vitaminas y complementos alimenticios.*

¡Toma el control de tu vida sea la estación que sea!

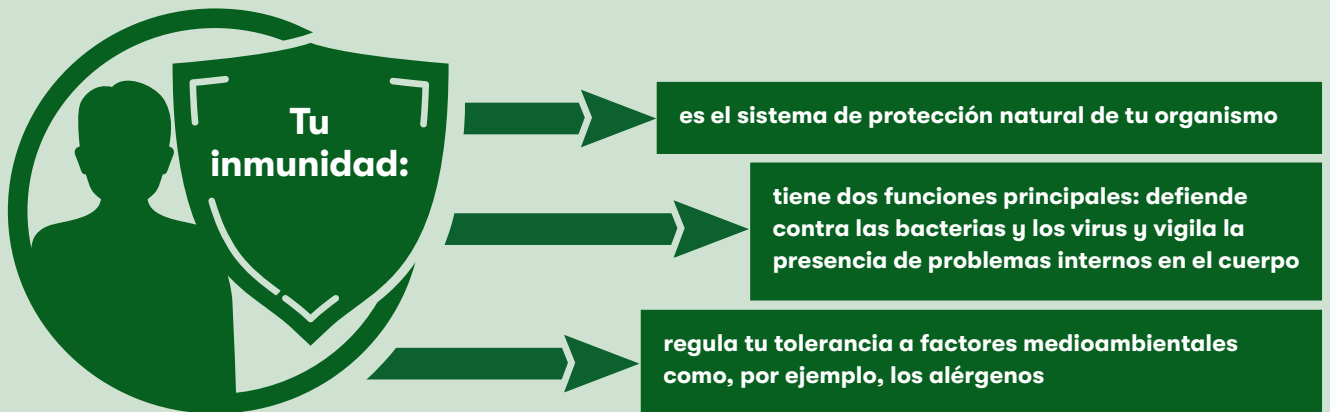
¡Cuida tu sistema inmunitario con las marcas Amway™ y Nutrilite™!



*Fuente: Euromonitor International Limited; Vitaminas y Complementos Alimenticios, Munda, GBN, ventas al por menor, análisis en %, 2020.



QUÉ HACE TU SISTEMA INMUNITARIO



Tu sistema inmunitario es muy complejo. Consta de **tres líneas de defensa**.
Es necesario proporcionar apoyo a todas ellas.



Barrera física

la 1ª línea de defensa inmunitaria

¿Qué es?

La piel, las membranas mucosas, la saliva, las lágrimas, las paredes intestinales e importantes células inmunitarias situadas en el intestino.

¿Cómo funciona?

Actúa a modo de escudo protector del entorno exterior.



Respuesta rápida

la 2ª línea de defensa inmunitaria

¿Qué es?

Leucocitos y otros mecanismos internos.

¿Cómo funciona?

Es como un equipo de intervención de emergencia que siempre está preparado para actuar cuando surge una amenaza para la salud.



Respuesta inteligente

la 3ª línea de defensa inmunitaria

¿Qué es?

Está formada por «superhéroes» cuya misión es centrarse en la respuesta del sistema inmunitario.

¿Cómo funciona?

Tus «superhéroes» determinan cómo apoyar tu salud en cada situación. También saben qué hacer la siguiente vez que se presenta la misma situación gracias a su «memoria inmunitaria».



Quando tu sistema inmunitario funciona de forma óptima, te ayuda a mantenerte sano. Sin embargo, cuando tus defensas no funcionan bien, eres más vulnerable.



¿ESTÁ FUNCIONANDO BIEN TU SISTEMA INMUNITARIO?

Todos queremos – ¡y debemos! – controlar nuestra vida. **La clave para no tener problemas es contar con un sistema inmunitario que funciona bien.** Evidentemente, nuestro sistema inmunitario puede necesitar un poco de apoyo de vez en cuando para ayudarnos a mantener nuestro estilo de vida ajetreado.

¿Qué puedes hacer para mejorar tu sistema inmunitario?

Consulta los aspectos básicos diarios que se indican más abajo y marca las casillas que sean aplicables a tu rutina diaria:



SÍ
NO

Come sano

Una dieta equilibrada y variada es clave tanto para el bienestar mental como para el bienestar físico. Además de comer al menos 5 raciones de fruta y hortalizas al día, también debemos comer 5 colores diferentes. Estos colores los crean los fitonutrientes – componentes vegetales que propician el crecimiento y protegen a las plantas de enfermedades.



SÍ
NO

Haz ejercicio

Ya sea un paseo tranquilo, salir a correr o cualquier ejercicio intermedio, mantenerse activo ayuda a eliminar bacterias nocivas de los pulmones y las vías respiratorias, lo que contribuye a prevenir ciertas enfermedades. También aumenta el flujo sanguíneo, fortalece los anticuerpos y reduce los niveles de hormonas del estrés.



SÍ
NO

Duerme bien

Tu sistema inmunitario depende de que duermas bien. La mayoría de los adultos necesita dormir entre 7 y 9 horas. Procura irte a dormir a la misma hora todos los días, mantente activo durante el día, no tomes cafeína ni alcohol poco antes de irte a la cama, mantén tu habitación fresca y tómate tiempo para relajarte antes de irte a dormir.



SÍ
NO

Piensa en positivo

Cuando tus pensamientos son alegres, las defensas de tu cuerpo funcionan mejor. Disfruta de lo que te gusta y mira el lado bueno de las cosas – incluso en momentos de adversidad.



SÍ
NO

Relájate

Un poco de estrés puede ser positivo. Ayuda a tu cuerpo a prepararse para afrontar un reto. Sin embargo, si dura demasiado, puede debilitar las defensas de tu organismo. Evita el estrés en la medida de lo posible, dedicando tiempo a relajarte y a hacer las cosas que te gustan.



SÍ
NO

Diviértete

La risa es la mejor medicina. Hay estudios que sugieren que incluso puede hacer que el sistema inmunitario funcione mejor, tanto a corto como a largo plazo. Nada concluyente, pero ¿acaso puede haber alguien a quién no le gusta reírse con ganas?



SÍ
NO

Lávate las manos

Haz que los gérmenes se vayan por el sumidero antes de que supongan una amenaza para tu salud. Lávate las manos con jabón y agua del grifo durante al menos 20 segundos y enjuágatelas. Utiliza desinfectante de manos durante el día como refuerzo eficaz.

Si has marcado las 7, significa que cuidas bien tu sistema inmunitario.

Comprueba los puntos anteriores con frecuencia, a ser posible todos los días, para controlar cómo apoyas tu sistema inmunitario tanto a corto como a largo plazo.



Sin embargo, con independencia de lo cuidadoso que seas, puede que ocasionalmente necesites apoyo adicional para conseguir que tu sistema inmunitario siga funcionando bien. Es precisamente en este área en la que los complementos alimenticios pueden ayudarte a suplir potenciales carencias y a cuidar mejor tu sistema inmunitario.

APOYA TU SISTEMA INMUNITARIO MIENTRAS DISFRUTAS DE BENEFICIOS ADICIONALES

¿Cómo elijo? Cuida primero de tu «**inmunidad esencial**», busca «**apoyo estacional orientado a la inmunidad**» en los cambios de estación y elige «**Inmunidad para apoyar necesidades especiales**» en los momentos que sea preciso.



Cotidiano Nutrilite™ – Referencia 4504

Contiene vitaminas C, E y B2, que contribuyen a proteger las células del estrés oxidativo.

Haz tu pedido ahora

Nutrilite™ Balance Within™ Probiotics – Referencia 120571

Este producto en polvo de disolución rápida contiene vitaminas B6 y B9, que contribuyen a la función psicológica normal. Te ayudan a estar de buen humor.

Haz tu pedido ahora

Inmunidad esencial



Elige estos productos: si **necesitas una buena base diaria** para tu sistema inmunitario, puesto que sabes que, a pesar de tu esfuerzo por llevar un estilo de vida saludable, pueden producirse carencias nutricionales.



Apoyo estacional orientado a la inmunidad



Elige estos productos: si consideras que puedes necesitar **apoyo adicional** durante las estaciones que ponen a prueba el sistema inmunitario.

Vitamina D Nutrilite™ – Referencia 119797

La vitamina D contribuye a mantener los huesos y dientes sanos y una función muscular adecuada. Para llevar una dieta equilibrada que encaje con tu estilo de vida saludable.

Haz tu pedido ahora

Nutrilite™ Immuno – Referencia 126149

Enriquecido con extracto de baya de saúco para contribuir a **apoyar las defensas naturales del organismo**. ¡Todo ello en un formato de gominola jugosa!

Haz tu pedido ahora

Apoyo inmunitario sobre la marcha

Elige este producto: si quieres **apoyar su sistema inmunitario sobre la marcha**, de manera que cada sorbo de sabor delicioso nutra las defensas inmunitarias naturales de tu organismo.



Bebida XS Power Drink + Sabor Jengibre y Maracuyá – Referencia 298813

Apoya la destreza mental y la atención gracias a su contenido de vitamina B5, que favorece un rendimiento mental normal y que, junto a las vitaminas B3, B6 y B12, contribuye a reducir el cansancio y la fatiga.

Haz tu pedido ahora

Inmunidad para apoyar necesidades especiales

Elige este producto: si, a pesar de adoptar medidas de prevención, quieres **proporcionar apoyo adicional a tu dieta**.



Sobres Minerales de Cinc Amway™ – Referencia 116982

El cinc contribuye al mantenimiento de la piel, el cabello y las uñas en condiciones normales. ¡Se suministra en un cómodo formato de sobre!

Haz tu pedido ahora

Las vitaminas C, A, D, B6 y B12, el ácido fólico, el cinc y el hierro contribuyen al funcionamiento normal del sistema inmunitario. Para obtener información detallada sobre el contenido de nutrientes de cada producto, consulta la página web del producto correspondiente.

Esencial para niños

Elige este producto: si deseas apoyar el sistema inmunitario de tus hijos y suplir posibles carencias nutricionales en su dieta.



Multivitaminas Masticable Nutrilite™ – Referencia 100930

Contiene diversas vitaminas y minerales, incluido calcio, que es necesario para un crecimiento y desarrollo normales de los huesos de los niños.

Haz tu pedido ahora

Apoyo estacional orientado a la inmunidad

Elige este producto: si buscas un producto 4 en 1 diseñado para apoyar el sistema inmunitario de los niños y, además, proporcionarles bacterias probióticas.



Apoyo Inmunitario* Plus Nutrilite™ Kids – Referencia 123046

Combina vitamina C, cinc y bacterias probióticas con vitamina D, que contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario de los niños.

Haz tu pedido ahora



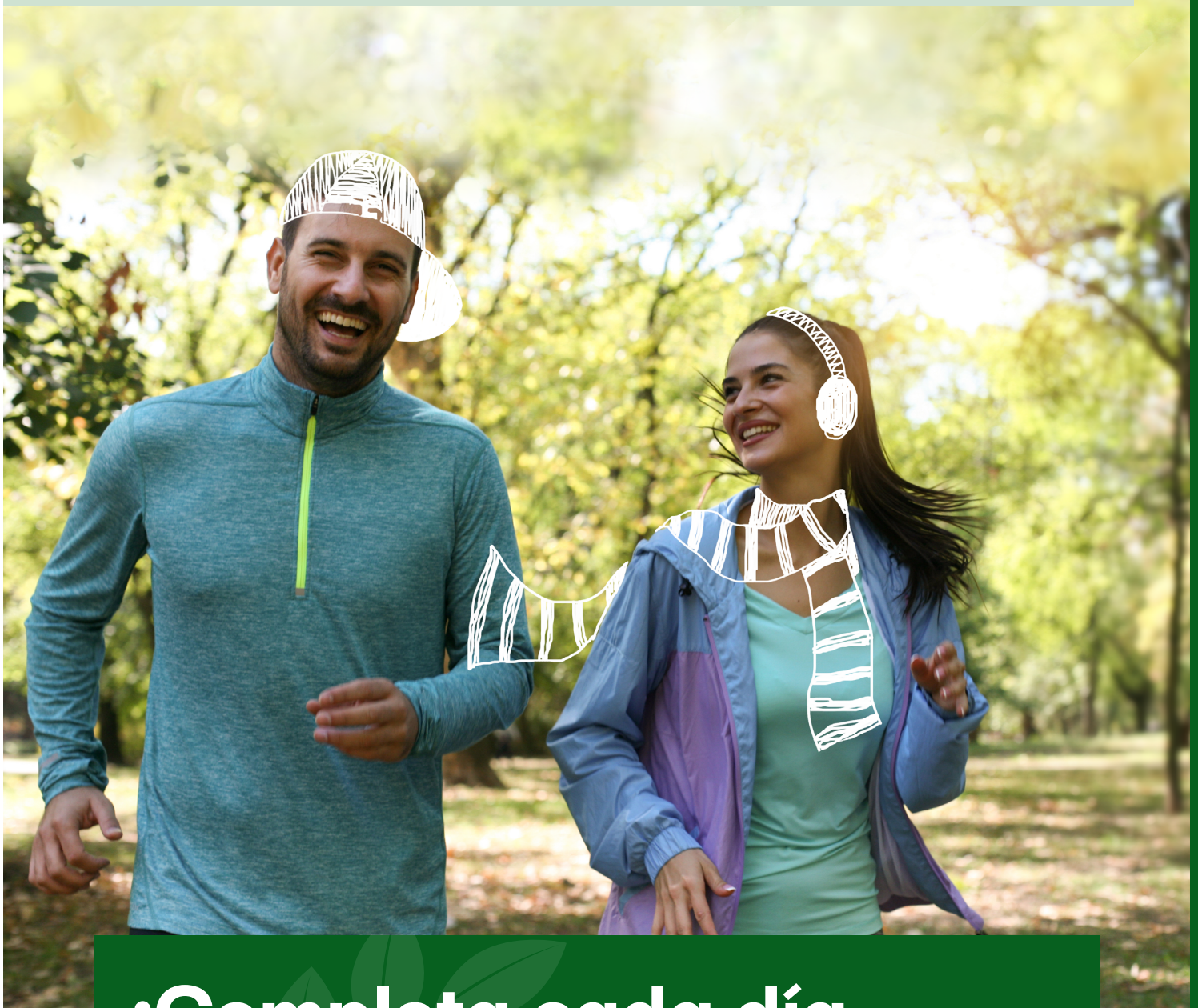
La vitamina D contribuye al funcionamiento normal del sistema inmunitario de los niños.

¡CUIDA TU SISTEMA INMUNITARIO Y EL DE LOS TUYOS!

Cuanto más completa es la protección, más confianza sentimos. Si quieres prepararte para los numerosos retos a los que nos enfrentamos a diario, **apoya tu sistema inmunitario con los productos de inmunidad específicos de Amway™ y Nutrilite™.**

Toma el control y proporciona a tu sistema inmunitario el cuidado y la atención que necesita durante todo el año.

Recuerda que tus hijos también necesitan apoyo inmunitario, por lo que debes elegir los productos adecuados también para ellos.



**¡Completa cada día
con productos Nutrilite!**

¡Haz clic en www.amway.es para más información!