

# Conquiste a sua melhor forma!

Descubra os resultados incríveis com o uso do

## Shape Control

Escaneie o QR Code abaixo para acessar o e-book



[hrbl.me/ebookshapecontrol](https://hrbl.me/ebookshapecontrol)



# Para quem é Shape Control?

1

Para quem usa ou pretende usar o Shake e os outros produtos da Herbalife para perder peso e quer uma ajuda extra para potencializar ainda mais os resultados de redução de medidas e perda de peso com benefícios antioxidantes.

2

Para quem vive um estilo de vida saudável e ativo e deseja melhorar a composição corporal, acelerando o processo de perda de gordura corporal e redução de medidas.

3

Para quem já usa ou considera utilizar medicamentos para emagrecer. Shape Control é uma alternativa segura, natural e clinicamente comprovada que favorece o gerenciamento do peso por mecanismos complementares.



30 cápsulas  
SKU 318K



Sugestões de uso: 1 cápsula ao dia (todos os dias):

- Pela manhã, junto com o seu Shot da Imunidade.
- No café da manhã, junto com o seu Shake Herbalife.
- Antes do almoço

Elaborado com:



Uma marca patenteada para comercializar o ativo obtido do suco da laranja moro, o que garante:



SEGURANÇA



PROCEDÊNCIA



EFICÁCIA

Morosil® é uma marca registrada da Bionap S.r.l..

## Segurança:

Aprovado pelas maiores autoridades regulatórias do mundo



Anvisa - Brasil



FDA - EUA



Health -  
Canadá



KFDA -  
Coréia

## Procedência:

Ativo natural obtido do suco das Laranjas Vermelhas Moro, cultivadas ao redor do vulcão Etna na Sicília, Itália.

O solo vulcânico, rico em nutrientes, e as condições climáticas da região favorecem a obtenção do ativo com um alto teor de antioxidantes específicos, como:

- Antocianinas;
- Ácidos Hidroxicínâmicos;
- Ácido ascórbico (Vitamina C).



## Eficácia

Mecanismo de ação:

- Pode ajudar a reduzir o estresse oxidativo<sup>1</sup>;
- Pode ajudar a quebra de gordura<sup>3</sup>;
- Clinicamente testado para auxiliar na redução da circunferência da cintura, quadril e da gordura abdominal<sup>4</sup>;
- Ingrediente bioativo clinicamente testado para apoiar seu plano de perda de peso<sup>4</sup>.



Pode ajudar a inibir a formação de novas células de gordura<sup>2</sup>

Suplemento Alimentar em Cápsulas. NÃO CONTEM GLÚTEN. <sup>1</sup>Estudos in vitro em adipócitos mostraram que as células tratadas com extrato de laranja moro apresentaram uma diminuição nos níveis de espécies reativas de oxigênio em comparação com células não tratadas. <sup>2</sup>O estudo in vitro mostrou que Morosil pode diminuir a regulação da expressão de genes envolvidos na diferenciação de adipócitos, como PPAR- $\gamma$ , C/EBP- $\alpha$  e SREBP-1c. <sup>3</sup>Estudo in vitro mostrou que o consumo de suco de laranja moro aumenta a expressão de PPAR- $\alpha$ , um fator transcrito envolvido na lipólise e na oxidação lipídica. <sup>4</sup>Estudos clínicos mostraram que consumir extrato de laranja moro diariamente por pelo menos 3 meses com um estilo de vida saudável e nutrição balanceada com restrição calórica pode ajudar a perder peso, diminuir as circunferências da cintura e do quadril e diminuir a gordura abdominal em indivíduos com sobrepeso.

O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.



796mg  
Cálcio<sup>1</sup>



Ômega  
3

Vitamina  
E



22  
Vitaminas e  
Minerais

Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças. O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.



## Xtra-Cal® Tripla aççõ para seu organismo



Fornecer 80% de suas necessidades diárias de cálcio e 33% da ingestão diária de Vitamina D¹



Cálcio, Magnésio e Vitamina D auxiliam na formação de ossos, dentes e no funcionamento muscular

60 tablets

#0020

¹Por porção (2 tablets).

Suplemento Alimentar de Cálcio, Magnésio e Vitamina D em tablets. NÃO CONTÉM GLÚTEN.



## Herbalifeline® Ômega 3 para sua saúde



Contém vitamina E que ajuda a proteger as células do estresse oxidativo



Contém óleos essenciais de tomilho, hortelã e cravo-da-índia que otimizam seu sabor

90 cápsulas

#0065

Suplemento Alimentar de Óleo de Peixe em Cápsulas.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE PEIXE E SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN.



## Multivitaminas e Minerais Uma forma prática de complementar sua nutrição



Sistema imunológico: Selênio, Zinco, Cobre, Ferro, Vitamina A, B12, B6, C e D



Metabolismo energético: Vitaminas B6, B12, C, B5, B2, Cobre, Iodo, Ferro e Magnésio



Proteção antioxidante: Vitaminas C, E, B2, Zinco, Cobre e Selênio

90 tablets

#3122

Suplemento Alimentar em Tablets.

ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA E TRIGO. CONTÉM GLÚTEN.

# Mais saudável no inverno

As temperaturas mais baixas nos estimulam a buscar alimentos quentinhos, por esse motivo as sopas tornam-se um hit nesta época do ano. A boa notícia é que, além de nutritivas e saborosas, elas também podem contribuir para a perda de peso, ajudando a eliminar os indesejados quilinhos extras.

Mas, para isso, é preciso que tenham uma composição equilibrada, como é o caso da linha de sopas substitutas parciais de refeição Nutri Soup, da Herbalife, que acaba de ganhar a deliciosa versão Caldinho de Feijão com Bacon.

O novo sabor caseiro e cheio de brasilidade é produzido com ingredientes de altíssima qualidade, como a proteína isolada de soja e o próprio feijão preto, para oferecer uma refeição saudável,

gostosa, nutritiva e sem glúten com aproximadamente 200 calorias, além de 17 g de proteínas, 3 g de fibras e 23 vitaminas e minerais por porção preparada conforme o rótulo.

Prática, a Nutri Soup fica pronta em apenas três minutos! Basta misturar três colheres do pó em 250 ml de leite semidesnatado bem quente (ou água, se preferir) e mexer com uma colher para obter uma textura cremosa.

Assim como as versões Caldo Verde e Frango com Legumes, a Nutri Soup Caldinho de Feijão com Bacon ainda pode ser incorporada em receitas diversas, como escondidinho, bolinho de feijoada e muitas outras!

**Experimente já!**  
Essa versão é limitada!





Acesse o  
QR CODE  
e confira  
as receitas  
completas



A Nutri Soup Herbalife Sabor Caldinho de Feijão com Bacon<sup>1</sup> é uma nova opção vegetarianana e saborosa para substituir as refeições. Fornece 200 calorias, 18 g de proteínas, 3,6 g de fibras e 23 vitaminas e minerais.

Inclua a Nutri Soup Sabor Caldinho de Feijão com Bacon na sua rotina e obtenha a quantidade necessária dos nutrientes balanceados para uma refeição principal.

Sua composição nutricional facilita a redução da ingestão calórica sem perder os nutrientes essenciais, como as proteínas, ajudando a manutenção da massa muscular.

O prato  
amado pelos  
brasileiros agora  
mais nutritivo  
e funcional.

Substituto  
Parcial de  
Refeição

Rico em  
Proteínas

Cor  
Natural

Com  
Feijão  
Preto

Aroma  
de Feijão e  
Bacon

Formulado  
com base  
na Ciência

<sup>1</sup>Não contém o ingrediente bacon, somente aromatizante. Pó para Preparo de Sopa para Controle de Peso Sabor Caldinho de Feijão com Bacon. ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTEM GLÚTEN. Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista. Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água.





## Fácil de preparar!

Coloque 3 colheres de sopa cheias do produto (27 g) em uma tigela, adicione 250ml de leite semidesnatado aquecido, misture até ficar cremosa e já está pronto!

Uma excelente escolha para obter uma refeição nutritiva de forma prática, rápida e fácil.

Fornecer proteínas de alto valor biológico, é mais solúvel e um excelente fonte de vitaminas e minerais, incluindo antioxidantes.

Formulado com base na ciência. Alternativa nutritiva para suas refeições.



## Nutri Soup

Nutre com sabor e equilíbrio!

- Sabor caseiro e cremoso;
- Prática de incluir na rotina;
- Auxilia no controle de peso.

Frango com Legumes<sup>2</sup> #0748  
16 porções, 416 g

Creme Verde<sup>3</sup> #0931  
16 porções, 416 g

Caldinho de Feijão com Bacon #241K  
16 porções, 432 g

-200  
kcal

17g  
proteínas

23  
vitaminas e  
minerais

3g  
fibras



<sup>1</sup>Mistura para Sopa Instantânea de Frango com Legumes. ALÉRGICOS: CONTEM LEITE E DERIVADOS E DERIVADOS DE SOJA E CEVADA. CONTEM GLÚTEN. CONTEM LACTOSE. <sup>2</sup>Pó para o Preparo de Sopa para Controle de Peso Sabor Frango com Legumes. ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE AVEIA, OVO, PEIXE\* E SOJA. CONTEM GLÚTEN. <sup>3</sup>Pó para o Preparo de Sopa para Controle de Peso Sabor Vegetal. ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE AVEIA, LEITE, PEIXE\* E SOJA. PODE CONTER: CASTANHA-DO-PARA,

# Garanta colheradas de nutrição e sabor com as NOSSAS SOPAS



## Sopa Instantânea

Com 14 vitaminas e minerais  
• Baixo teor de gorduras saturadas

Frango com Legumes<sup>1</sup>  
Sachê (caixa com 7)

#1052

91

kcal

5g

proteínas

14

vitaminas e  
minerais

3,1g

fibras

CASTANHA-DE-CAJU E AVELÃS. CONTÉM GLÚTEN. <sup>1</sup>Proveniente da gelatina de peixe utilizada para proteção da Vitamina A. Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista. Ao consumir este alimento aumentar a ingestão diária de água.

O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

# PRODUTOS HERBALIFE

PÁGS.  
08-11



## NUTRI SOUP

- #0748 • Frango com Legumes
- #0931 • Creme Verde
- #241K • Caldinho de Feijão com Bacon

## SOPA SNACK

- #1052 • Frango com Legumes

PÁGS.  
30-31



## FIBRAS

- #0927 • Fiber Powder
- #0945 • Fiber Concentrate Sabor Manga
- #2140 • Fiber Concentrate Sabor Uva
- #235K • Fiber Concentrate Immune Sabor Limão e Mel

PÁGS.  
20-23



## 24H

- #1445 • CR7 Drive
- #147K • Whey Protein 3W
- #146K • Glutamina
- #148K • BCAA 5:1:1
- #1417 • Tri-Core Protein Blend
- #325K • Creatina Premium

PÁGS.  
24-25



## LIFTOFF

- #190K • Amora Intenso

PÁGS.  
28-29



## HERBAL CONCENTRATE

- #063K • Limão 51 g
- #060K • Original 51 g
- #059K • Original 102 g
- #061K • Canela 102 g
- #062K • Laranja e Especiarias 102 g

## N-R-G

- #058K • N-R-G Pó 60 g
- #057K • N-R-G Pó 100 g
- #056K • N-R-G Pó 100g Guaraná Tropical

PÁGS.  
04-05



## TABLETES

- #0065 • Herbalifeline
- #0020 • Xtra-Cal
- #3122 • Multivitaminas e Minerais

PÁGS.  
14-17



## SHAKES

#0940 • Doce de Leite  
#0951 • Baunilha Cremoso  
#0953 • Morango Cremoso  
#3144 • Chocolate Sensation

#0925 • Paçoca  
#023K • Café Cremoso  
#326K • Banana Caramelizada  
#249K • Frapê de Abacaxi

#295K • Cookies & Cream  
#0930 • Coco  
#0948 • Sachê Baunilha Cremoso

PÁGS.  
01-03



## SHAPE CONTROL

#318K • Shape Control

PÁGS.  
32-33



## ONACTIVE

#223K • OnActive

PÁGS.  
34



## NUTREV

#1639 • NutreV

PÁG.  
35



## COLÁGENO

#1923 • Skin Beauty Booster  
Frutas Vermelhas

PÁGS.  
38-39



## BARRA DE PROTEÍNA

#0009 • Chocolate Peanut  
#0031 • Citrus Lemon

PÁGS.  
52-53



## HERBALIFE SKIN

#0766 • Cleanser Facial Cítrico  
#0773 • Máscara Puri cante de Argila com Menta  
#0768 • Sêrum Facial Redutor de linhas  
#0770 • Gel Firmador para os Olhos

PÁG.  
54



## SOFT GREEN E HERBAL ALOE

#2564 • Shampoo  
#2565 • Condicionador  
#0563 • Desodorante  
#0431 • Creme Chá Verde  
#0472 • Sabonete Frutas Amarelas  
#0411 • Sabonete Chá Verde  
#0408 • Sabonete Líquido

Herbalife<sup>®</sup>

Shake de proteína

#1 do mundo

# Combine diferentes sabores!

Seja para variar seu shake no dia a dia ou preparar receitas, experimente combinar sabores e descubra novas maneiras de manter seu estilo de vida saudável.



# Fórmula 1

## FRAPÊ DE ABACAXI

21 porções, 550 g #249K

## DOCE DE LEITE

21 porções, 550 g #0940

## MORANGO CREMOSO

21 porções, 550 g #0953

## BAUNILHA CREMOSO

21 porções, 550 g #0951

## CHOCOLATE SENSATION

21 porções, 550 g #3144

## COOKIES & CREAM

21 porções, 550 g #295K

## PAÇOCA

21 porções, 550 g #0925

## CAFÉ CREMOSO

21 porções, 550 g #023K

## BANANA CARMELIZADA

21 porções, 550 g #174K

## COCO

21 porções, 550 g #0930

## SACHÊ BAUNILHA CREMOSO

Caixa com 7 sachês #0948

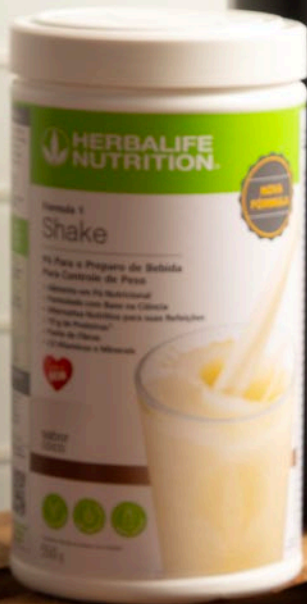


O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.



### BOLINHO DE CHUVA FIT

Confira essa e outras receitas em [herbalifeon.com.br/receitas/](http://herbalifeon.com.br/receitas/) e também no nosso Instagram @HerbalifeBrasil



### BOLINHO PROTEICO DE BEIJINHO

Confira essa e outras receitas em [herbalifeon.com.br/receitas/](http://herbalifeon.com.br/receitas/) e também no nosso Instagram @HerbalifeBrasil





## PREPARADO COM NUTREV

2 ½ colheres de sopa (26g) de Shake  
2 ½ colheres de sopa (32g) de NutreV  
250 ml de água

Proteínas **19g**

Vitaminas  
e Minerais **23**

Calorias **~208**

Fibras **6g**

## PREPARADO COM LEITE SEMIDESNATADO

2 ½ colheres de sopa (26g) de Shake  
250 ml de leite semidesnatado

Proteínas **18g**

Vitaminas  
e Minerais **23**

Calorias **~203**

Fibras **3g**



Pó para o preparo de bebida para controle de peso. Sabor Chocolate Sensation: ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTEM LACTOSE. NÃO CONTEM GLÚTEN. Sabores Baunilha Cremoso, Morango Cremoso, Doce de Leite, Coco, Banana Caramelizada e Frapê de Abacaxi: ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE SOJA E LEITE. NÃO CONTEM LACTOSE. NÃO CONTEM GLÚTEN. Sabor Cookies & Cream: ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE SOJA E TRIGO. NÃO CONTEM LACTOSE. CONTEM GLÚTEN. Sabores Paçoca e Café Cremoso: ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE AVEIA, LEITE, PEIXE\*\* E SOJA. CONTEM GLÚTEN. \*\*Proveniente da gelatina de peixe utilizada para proteção da Vitamina A. Este produto não deve ser usado na gestação, amamentação e por lactentes, crianças, adolescentes e idosos, exceto sob indicação de médico ou nutricionista. Ao consumir este alimento, aumentar a ingestão diária de água. DIABÉTICOS: OS SHAKES CONTEM FRUTOSE. Imagens ilustrativas de sabor.

## PERDER

Para reduzir peso, substitua até duas refeições com os Shakes Herbalife ou Nutri Soups.

|                 |  |
|-----------------|--|
| Shot matinal    |  |
| Café da manhã   |  |
| Lanche da Manhã |  |
| Almoço          |  |
| Lanche da Tarde |  |
| Jantar          |  |
| Ceia            |  |

## MANTER

Para manter seu peso, substitua 1 refeição com o Shake Herbalife ou Nutri Soup.

|                 |  |
|-----------------|--|
| Shot matinal    |  |
| Café da manhã   |  |
| Lanche da Manhã |  |
| Almoço          |  |
| Lanche da Tarde |  |
| Jantar          |  |
| Ceia            |  |

## GANHAR

Para ganhar peso, acrescente até dois Shakes Herbalife ou Nutri Soups nos intervalos das refeições.

|                 |  |
|-----------------|--|
| Shot matinal    |  |
| Café da manhã   |  |
| Lanche da manhã |  |
| Almoço          |  |
| Lanche da tarde |  |
| Jantar          |  |
| Ceia            |  |

Estas são sugestões de consumo não individualizadas. Um nutricionista deve ser consultado antes de se iniciar uma dieta.



## SHAKE E NUTRI SOUP: nutriç<sup>o</sup> e sabor com calorias controladas

Os Shakes e as Nutri Soups Herbalife foram desenvolvidos para serem incluídos em um programa de gerenciamento de peso. Eles são ferramentas úteis para perda, manutenção ou ganho de peso, prática e rápida de preparar. De na seu objetivo e entenda como funciona.

**Cristiano Ronaldo**

Herbalife Global Nutrition Partner



**Estou  
com  
você**

# A HERBALIFE24<sup>®</sup> É UMA LINHA FEITA PARA TODOS.

## Quer ajuda para atingir os seus objetivos?

Para os iniciantes, para os que treinam quase todos os dias e para os atletas.



### TRI-CORE PROTEIN

25g de proteínas  
18g de carboidratos



+Formação dos músculos e ossos



+Resultados

### WHEY PROTEIN 3W

25g de proteínas  
3,1g de carboidratos



+Formação dos músculos e ossos



+Recuperação\*



+Resultados

### BCAA 5:1:1

Contém 6 gramas de aminoácidos de cadeia ramificada, com 5 partes de Leucina, 1 de Isoleucina e 1 de Valina



+Recuperação\*



+Metabolismo energético



### GLUTAMINA

Versátil, simples de misturar com qualquer bebida ou alimento.



+Reparação\*



+Proteção\*\*



### CR7 DRIVE

Auxilia a hidratação, repondo os sais minerais perdidos durante a atividade física.



+Hidratação



+Energia

### CREATINA PREMIUM

100% pura monohidratada



+Desempenho Físico



+ Força e massa muscular



+Recuperação\*

\*Essas informações são de conhecimento científico sobre os nutrientes. \*\*Apóia um sistema imunológico após períodos de exercícios mais intensos.

# Busque sua melhor versão



## WHEY PROTEIN 3W

Whey Protein 3W com o delicioso sabor Chocolate.

- 25g de proteína por porção;
- Contém proteínas que auxiliam na formação dos músculos e ossos;
- Contém Whey: WPC, WPI e WPH;
- Disponibilização gradual de aminoácidos.

15 porções, 510 g

#147K

Suplemento Alimentar de Proteínas em Pó Sabor Chocolate. **ALÉRGICOS: CONTÉM LEITE E DERIVADOS E DERIVADOS DE SOJA. CONTÉM LACTOSE. NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

## GLUTAMINA

Glutamina versátil, simples de misturar com qualquer bebida ou alimento.

- 5 g de pura L-glutamina Ajinomoto Co. por porção.
- A glutamina tem um papel no bem-estar intestinal e apoia um sistema imunológico saudável após períodos de exercícios mais intensos.

30 porções, 150g

#146K

Suplemento Alimentar de Glutamina em Pó Sabor Neutro. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**





## CREATINA PREMIUM

Suplemento alimentar que ajuda a aumentar o desempenho físico, proporcionando força e resistência muscular.

- 100% pura
- Vegana
- Livre de substâncias proibidas no esporte

Sabor Neutro 150 g 50 porções **#325K**

Suplemento Alimentar de Creatina em Pó. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

## BCAA 5:1:1

A praticidade do BCAA em tabletes, fácil de levar para qualquer lugar!

- 6 g de BCAA por porção;
- Contém Vitamina B6, que auxilia no metabolismo energético.

30 porções, 120 tabletes **#148K**

Suplemento Alimentar de Aminoácidos de Cadeia Ramificada e Vitamina B6 em Tablete. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**



## CR7 DRIVE

- Auxilia a hidratação, repondo os sais minerais perdidos durante a atividade física;
- Ideal para ser usado antes, durante ou depois de atividades físicas;
- Mistura de quatro tipos de carboidratos para contribuir para um melhor desempenho durante atividades físicas prolongadas.

Berry Mix 810 g 30 porções **#1445**

Suplemento Alimentar de Carboidratos, Eletrólitos e Vitaminas em Pó. **NÃO CONTÉM GLÚTEN.**

## TRI-CORE PROTEIN

Após treino muscular intenso

- 25g de proteína por porção

Chocolate 1010 g 20 porções **#1417**

Suplemento Alimentar de Proteínas, Vitaminas e Minerais em Pó. **ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. CONTÉM LACTOSE. NÃO CONTÉM GLÚTEN.**



C B

VITAMINAS DO COMPLEXO B E VITAMINA C  
Auxiliam no metabolismo energético. Protegem as células dos radicais livres



Caixa com 15 sachês #190K



# DECOLE COM **LIFTOFF**



FÁCIL DE  
PREPARAR



IDEAL PARA O  
PRÉ-TREINO



EFEITO  
TERMOGÊNICO  
TEMPORÁRIO\*  
Acelera o metabolismo



SENSAÇÃO  
DE ENERGIA



FOCO E  
CONCENTRAÇÃO

Suplemento Alimentar de Cafeína e Vitaminas em Pó Sabor Amora Intenso. NÃO CONTEM GLÚTEN. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças. \*Essa informação é de conhecimento científico sobre o nutriente. Esse efeito é temporário.

# Obtenha mais bem-estar com os chás

O chá é a segunda bebida mais consumida no mundo, depois da água. Originário da Índia e da China, ele é feito a partir das folhas da planta *Camellia sinensis*. Dependendo do tratamento dado às folhas colhidas, diferentes variedades são obtidas, sendo as mais conhecidas o chá verde e o chá preto.

Estima-se que cerca de três bilhões de quilos de chá são produzidos e consumidos anualmente, não apenas pelo seu sabor único, mas também pelos inúmeros benefícios à saúde. Portanto, o consumo regular de chá pode trazer várias vantagens:

## PROPORCIONA SENSAÇÃO DE ENERGIA

A cafeína presente no chá estimula o sistema nervoso central e gera sensação de energia, aumentando o estado de alerta e a concentração.

## SUPORTE ANTIOXIDANTE

Por ser uma importante fonte de antioxidantes, como os polifenóis e as catequinas, ajuda a proteger as células do corpo contra os danos provocados pelos radicais livres.

## APOIA A HIDRATAÇÃO

Trata-se de uma excelente opção de bebida para contribuir com a ingestão diária de líquidos. Embora a primeira opção para a hidratação seja sempre a água, é opcionalmente sugerido escolher bebidas como chá sem adição de açúcar.

## ACELERA O METABOLISMO TEMPORARIAMENTE

O chá oferece um efeito termogênico por conta da cafeína, que provoca um aumento temporário no gasto energético, contribuindo para a queima de gordura. Esse efeito é potencializado devido à combinação de cafeína e outros compostos bioativos naturalmente presentes no chá verde. Por isso, o consumo regular de chá verde pode ser uma estratégia eficaz para apoiar a manutenção do peso.

## CONTRIBUI PARA A SAÚDE CARDIOVASCULAR

A relação entre o consumo de chá e o risco de doenças cardiovasculares foi investigada em vários estudos epidemiológicos. Evidências científicas sugerem que existe uma relação entre o consumo diário de chá e a saúde cardiovascular quando acompanhado de hábitos alimentares saudáveis e exercícios físicos.

## APOIA UM ESTILO DE VIDA SAUDÁVEL E ATIVO

Por todos os benefícios descritos, o chá é uma excelente opção para quem procura manter um estilo de vida saudável e ativo. Sua rica mistura de antioxidantes e compostos benéficos ajuda a aumentar a sensação de energia, melhorar a concentração e promover o bem-estar geral. Incorporar o chá em sua rotina diária é um passo simples para uma vida mais equilibrada e dinâmica.

## A SEGURANÇA DOS CHÁS DA HERBALIFE

A Herbalife utiliza um método de extração com água para obter os compostos das folhas de seus chás, ao contrário da maioria das indústrias que usa álcool. Esse processo garante a qualidade, e a segurança do produto, assegurada por rigorosos testes de ingredientes botânicos. Para se ter uma ideia, cada pote de bebida a base de chá da Herbalife passa por mais de 100 testes, desde a extração até a produção final, mantendo um alto padrão de qualidade, similar ao da indústria farmacêutica.



### Dr. Nataniel Viuniski

Médico nutrólogo  
especializado em obesidade.  
Membro do Conselho para  
Assuntos Nutricionais da  
Herbalife.

# MAIS FOCO E DISPOSIÇÃO NO SEU DIA



## N-R-G<sup>2</sup>

- Bebida energética à base de guaraná e chá preto;
- Este produto contém cafeína, que é conhecida por ajudar no estado de alerta mental e de concentração;
- Sem calorias.

N-R-G Pó, 100 g #057K

Guaraná Tropical, 100 g #056K

N-R-G Pó, 60 g #058K



- Contém cafeína, que tem efeito termogênico e acelera temporariamente o metabolismo, o que auxilia o plano alimentar para perda de peso;
- Melhora a ingestão de líquidos, contribuindo para a hidratação e a sensação de saciedade;
- Aumenta o volume dos órgãos corporais, o que facilita a eliminação de líquidos;
- Contém tonutrientes com efeito antioxidante;
- Ajuda a se sentir com energia e eleva sua sensação de vitalidade;
- Melhora o estado de alerta.

## Herbal Concentrate<sup>1</sup>

- Combinação de chá verde e chá preto;
- Com 85 mg de cafeína por porção. A cafeína auxilia no estado de alerta e melhora da concentração.

Original 60 porções, 102 g **#059K**

Laranja e Especiarias 60 porções, 102 g **#062K**

Canela 60 porções, 102 g **#061K**

Original 30 porções, 51 g **#060K**

Limão 30 porções, 51 g **#063K**

<sup>1</sup>Pó Para o Preparo de Composto Líquido, Sabor Canela: ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN. Sabor Original, Sabor Limão e Sabor Laranja e Especiarias: NÃO CONTÉM GLÚTEN. \*N-R-G: Pó Para o Preparo de Composto Líquido. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA. NÃO CONTÉM GLÚTEN. N-R-G Guaraná Tropical: Pó Para o Preparo de Composto Líquido. NÃO CONTÉM GLÚTEN. Uma xícara (30 ml) de café expresso possui teor de cafeína de 30 a 50 mg. IFIC (2008). Imagens ilustrativas de sabor. O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

## VOCÊ SABIA?

As fibras são um tipo (não digerível) de carboidrato, que têm um papel fundamental na digestão. Existem dois tipos: solúveis e não solúveis. Ao contrário de outros carboidratos complexos, a fibra não pode ser quebrada pelo sistema digestivo humano, então a maior parte passa intacta pelo intestino delgado.

Como fator principal das necessidades nutricionais para manter a função gastrointestinal, um adulto deve consumir 25 g de fibra por dia. Se seu consumo de fibras ainda é baixo, aumente-o gradualmente e não esqueça de se manter hidratado entre as refeições e ao longo do dia.



RENDE  
30 copos



## Fiber Concentrate<sup>2</sup>


Em 1 e 1/2 colher de sopa (15ml) contém:

- 3 g de fibras por porção;
- Baixo valor calórico;
- Não contém glúten;
- Vegano.

Uva, 450ml #2140

Manga, 450ml #0945

Limão e Mel, 450ml #235K



Fiber Powder é uma fibra em pó de sabor neutro, prática e fácil de preparar, que fornece fibras para o seu dia a dia sem alterar os sabores dos alimentos e receitas em que é adicionado.

Insira em pratos frios ou quentes, Shakes Herbalife, Nutri Soup, Sopas Instantâneas, N-R-G e Herbal Concentrate.

4g  
Fibras

5  
Kcal

### SALADA CAESAR

Confira essa e outras receitas em [herbalifelifeon.com.br/receitas/](http://herbalifelifeon.com.br/receitas/) e também no nosso Instagram @HerbalifeBrasil

## Fiber Powder<sup>1</sup>

- 4 g de fibras com apenas 5 kcal por porção de 5g;
- Versátil, pode ser adicionado em qualquer alimento ou bebida, quente ou frio e em preparações doces ou salgadas.

Fiber Powder, 275g

#0927

<sup>1</sup>Suplemento Alimentar de Fibras em Pó Sabor Neutro. NÃO CONTÉM GLÚTEN. <sup>2</sup>Suplemento Alimentar de Fibras Líquido sabor uva ou manga. NÃO CONTÉM GLÚTEN. Suplemento Alimentar de Fibras, Vitamina C e Minerais Líquido sabor Limão e Mel. NÃO CONTÉM GLÚTEN. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças. Para que as fibras possam desempenhar plenamente suas funções, é importante consumi-las com bastante líquido. Imagem ilustrativa de sabor. O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

# 10<sup>1</sup>x1



Visão



Memória Visual



Atenção



Flexibilidade Cognitiva



Músculos



Ossos



Imunidade



Ação Antioxidante



Energia



Vitalidade  
e Disposição

Essas informações são de conhecimento científico sobre o(s) nutriente(s). Suplemento Alimentar em Pó Sabor Chocolate. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA E LEITE. CONTÉM LACTOSE. NÃO CONTÉM GLUTEN. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças. Os produtos da Herbalife não são destinados ao tratamento, prevenção ou cura de qualquer tipo de doença. A Herbalife apoia e incentiva a adoção de um estilo de vida ativo e saudável aliado ao uso adequado dos seus produtos.





# OnActive<sup>40+</sup> DRINK

Nutrição inteligente  
para uma vida ativa

Preparado com água

PROTEÍNAS

KCAL

9g

82

Preparado com NutreV

PROTEÍNAS

KCAL

16g

165

Preparado com  
leite semidesnatado

PROTEÍNAS

KCAL

15g

162

11 Porções  
264g  
#223K



Uma nova bebida funcional e saborosa com o exclusivo SMART COMPLEX. Uma combinação de dois ativos especiais, a Luteína FloraGLO® e a Zeaxantina natural OPTISHARP®, além de um blend único com proteínas de alta qualidade, 23 vitaminas e minerais e antioxidantes, especialmente combinados para agregar nutrição inteligente e fortalecer a saúde do seu corpo.

Versátil e prático, é uma ótima opção de lanche e pode ser preparado com água, leite, NutreV ou combinado com outros alimentos.

Inclua OnActive Drink na sua rotina. Sua atitude do hoje para um novo amanhã!

# Nutrev

- Alternativa ao leite na versão vegetariana;
- Versátil para o preparo dos shakes e de diversas receitas – para o dia a dia
- Oferece uma quantidade maior de cálcio do que o leite de vaca
- Sem lactose<sup>1</sup>
- Oferece mais proteínas do que outros tipos de bebidas vegetais
- Opção 100% vegetariana para ser usada no lugar do leite de origem animal
- 0% colesterol<sup>2</sup>

9g  
Proteínas

115  
Kcal



21 porções,  
672 g  
#1639



## BOLO VULCÃO PROTEICO

Confira essa e outras receitas em [herbalifelifeon.com.br/receitas/](http://herbalifelifeon.com.br/receitas/) e também no nosso Instagram @HerbalifeBrasil

Alimento com proteína isolada de soja fortificado com vitamina e mineral. **ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE SOJA E LEITE. NÃO CONTÉM LACTOSE. NÃO CONTÉM GLÚTEN.** Ministério da Saúde recomenda aleitamento materno exclusivo até 6 meses de idade e misto até os 2 anos.

<sup>1</sup>Proteína vegetal é naturalmente sem lactose. <sup>2</sup>Como todo produto de origem vegetal. <sup>3</sup>Não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético. Esse produto não é uma fórmula infantil, portanto deve ser consumido acima de 3 anos de idade.

O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

# BEAUTY BOOSTER

Formulado com COLÁGENO VERISOL®

- Biotina e Zinco: contribuem para a manutenção do cabelo e pele;
- Zinco: contribui para a manutenção das unhas;
- Auxiliam no funcionamento do sistema imune: Vitamina A, C e D, Cobre, Selênio e Zinco;
- Auxiliam na proteção dos danos causados pelos radicais livres: Vitamina C e E, Cobre, Selênio e Zinco;
- Auxiliam no funcionamento muscular: Vitamina D, Cálcio e Magnésio.
- Lanche saudável com 43 kcal/ porção e com Whey Protein.

O Beauty Booster combina peptídeos de colágeno Verisol®\*, proteína, vitaminas essenciais (B6, C, biotina) e minerais (zinco, cobre). Apoie a beleza que há em você com o delicioso Beauty Booster. Formulado com colágeno Verisol®\*, clinicamente comprovado, que contribui para a elasticidade e redução de rugas na pele a partir de quatro semanas.\*\* Além disso, os peptídeos bioativos de colágeno podem reduzir os sinais visíveis de celulite.\*\*

8,4g  
Proteínas

43  
Kcal



Frutas Vermelhas  
20 porções, 240 g  
#1923

Para saber mais, acesse o Momento Mais Nutrição especial sobre o Colágeno! [hrbl.me/ColagenoVerisolIHN](http://hrbl.me/ColagenoVerisolIHN)

Suplemento Alimentar em Pó Sabor Frutas Vermelhas. ALÉRGICOS: CONTÉM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. CONTÉM LACTOSE. NÃO CONTÉM GLÚTEN. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças. \*Verisol® é uma marca registrada da GELITA AG. \*\*Proksch E et al. Skin Pharmacol Physiol. 2014,27(3):113-9. Proksch E et al. Skin Pharmacol Physiol. 2014,27(1):47-55. \*\*\*Schunk M et al, JOURNAL OF MEDICINAL FOOD J Med Food 00 (0) 2015, 1-9.

O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.



# PROTEÍNA

Um componente essencial de toda célula do corpo, a proteína é um macronutriente composto por aminoácidos, que são como ‘blocos construtores’. Existem 20 tipos de aminoácidos, assim, cada proteína é formada por uma combinação e quantidade diferente de blocos.

Cada proteína tem uma função diferente no corpo, incluindo a contribuição para o crescimento de massa magra e a manutenção dos músculos e ossos. Sem proteína suficiente, sustentar uma dieta balanceada e alcançar seus objetivos pode ser difícil. Estipule que 30% das suas calorias diárias venham de proteínas.

Com exercícios físicos, seu corpo necessita de mais proteína para construir/manter os músculos.

Então, tenha em mente que a necessidade de proteína pode variar. Um homem ativo que consome até 2.000 kcal por dia e quer ganhar músculos deve tentar consumir 150 g de proteína em sua dieta diária. Para uma mulher que consome até 1.400 kcal por dia e quer controlar seu peso, a recomendação é de 105 g de proteína por dia.

## Protein Crunch<sup>1</sup>

- Crispies de proteína sabor chocolate;
- Rico em proteínas
- Vegetariano
- Zero Lactose;
- Baixo em gorduras totais\*;
- 30 colheres de sopa (5 g cada).

150 g

#040K

7g  
Proteínas\*

36  
Kcal

<sup>1</sup>Alimento de Proteína Isolada de Soja Sabor Chocolate ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE TRIGO E SOJA. NÃO CONTEM LACTOSE. NÃO CONTEM GLÚTEN. \*Esse não é um alimento baixo ou reduzido em valor energético. O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

## Protein Powder<sup>2</sup>

- Combinação de proteína isolada de soja e concentrada de soro de leite (Whey Protein);
- Sem adição de calorias provenientes de gorduras ou carboidratos;
- Ajuda na construção da massa muscular, quando associado à prática de atividade física;
- Aumentar a ingestão de proteínas ajuda a manter seu nível de energia entre as refeições e a massa muscular (quando associado à atividade física).

40 porções, 240g

#O242

80 porções, 480g

#O246

5g

Proteínas

22

Kcal

### EMPADÃO FIT

Confira essa e outras receitas em [herbalifelifeon.com.br/receitas/](http://herbalifelifeon.com.br/receitas/) e também no nosso Instagram @HerbalifeBrasil

<sup>2</sup>Alimento com Proteína de Soja Isolada. ALÉRGICOS: CONTEM DERIVADOS DE LEITE E SOJA. NÃO CONTEM GLÚTEN. CONTEM LACTOSE E PROTEÍNAS DO LEITE.



# BARRAS DE PROTEÍNA

Práticas e deliciosas  
Perfeitas para sua  
rotina saudável.

## PROTEÍNA NO LANCHE!

Se você busca ganhar ou manter sua massa muscular, lembre-se de consumir proteínas em todas as refeições, inclusive nos lanches. Uma opção prática, deliciosa e fácil de levar na bolsa são as barras de proteína. Experimente os sabores Citrus Lemon e Chocolate Peanut.



## CITRUS LEMON

Perfeita entre  
as refeições

- Sugestão de uso: consumir como lanche nutritivo, até duas barras por dia, com intervalo.

Citrus Lemon<sup>3</sup> caixa com 7 barras  
#0031

9,8g  
Proteínas

139  
Kcal



## CHOCOLATE PEANUT

Tenha sempre com você!

- Contribui para a ingestão diária de proteína;
- Opção para os picos de fome ao longo do dia e para o desejo de comer doce.

Chocolate Peanut<sup>2</sup> caixa com 7 barras  
#0009

9,7g  
Proteínas

140  
Kcal

<sup>2</sup>Suplemento Alimentar de Proteínas em Barra Sabor Chocolate com Amendoim. ALÉRGICOS: CONTÉM AMENDOIM, LEITE E DERIVADOS E DERIVADOS DE SOJA E TRIGO. PODE CONTER OVO, CEVADA, AVEIA, AMÊNDOA, CASTANHA-DE-CAJU, PECÃ, NOZES, AVELA, MACADÂMIA E LÁTEX NATURAL\*. CONTÉM LACTOSE. CONTÉM GLÚTEN. <sup>3</sup>Suplemento Alimentar de Proteínas em Barra Sabor limão. ALÉRGICOS: CONTÉM LEITE E DERIVADOS E DERIVADOS DE SOJA, OVO E TRIGO. PODE CONTER CEVADA, AVEIA, AMENDOIM, AMÊNDOA, CASTANHA-DE-CAJU, PECÃ, NOZES, AVELA, MACADÂMIA E LÁTEX NATURAL\*. CONTÉM LACTOSE. CONTÉM GLÚTEN.

\*Proveniente de material utilizado na embalagem. Este produto não é um medicamento. Não exceder a recomendação diária de consumo indicada na embalagem. Mantenha fora do alcance de crianças.

O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

# Pastel Assado Proteico

## Ingredientes

### Massa

- 6 colheres de sopa (52g) de Nutri Soup de Frango com Legumes<sup>1</sup>
- 1 colher de sopa (10g) de farinha de amêndoas
- 1 colher de sopa (6g) de Protein Powder<sup>2</sup>
- 1 colher de sopa (5g) de Fiber Powder<sup>3</sup>
- 1 ovo (50g)

### Recheio

- ¼ de xícara (35g) de tomate em cubos
- 1 colher de chá (5g) de azeite extra virgem
- ½ xícara de chá (70g) de ricota
- 1 colher de sopa (15g) de manjeriço picado
- 1g de sal

### Cobertura

- 1 gema (20g)
- 50ml de água
- 1 colher de sopa (7g) de orégano seco

## Modo de preparo

1. Em um bowl misture todos os ingredientes do recheio e reserve na geladeira
2. Em outro recipiente, misture todos os ingredientes da massa e quando formar uma mistura homogênea, abra-a com as mãos ou com um rolos sobre uma bancada ou tábua e corte em círculos de 9 cm com o auxílio de um aro
3. Coloque 1 colher de sopa de recheio em cada pastel e feche-os pressionando com um garfo
4. Misture a gema com a água, pincele a superfície do pastéis e salpique o orégano
5. Asse por 15 minutos em forno pré aquecido a 180 graus
6. Retire do forno e sirva em seguida.



|                         |            |                |                    |                 |
|-------------------------|------------|----------------|--------------------|-----------------|
| 7<br>porções<br>de 35 g | kcal<br>83 | Carb.<br>4,5 g | Proteínas<br>6,4 g | Fibras<br>2,2 g |
|-------------------------|------------|----------------|--------------------|-----------------|

<sup>1</sup>Pó para o preparo de sopa para controle de peso de frango com legumes. Este produto pode ser usado em receitas; para utilizar como substituto de refeição, prepare conforme o rótulo. Somente quando preparado conforme o rótulo, o produto entrega todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança.

<sup>2</sup>Alimento com proteína isolada de soja sabor neutro. <sup>3</sup>Suplemento alimentar de fibras em pó sabor neutro. Os produtos Herbalife podem ser usados em receitas; porém, somente quando preparados conforme instruções do rótulo, entregam todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança. Para mais informações sobre os produtos Herbalife, consulte o catálogo ou acesse [www.herbalife.com](http://www.herbalife.com). Leia atentamente o rótulo antes de consumir os produtos.



# Croquete de Carne com Nutri Soup de Feijão

## Ingredientes

- 6 colheres de sopa (54 g) de Nutri Soup Sabor Caldinho de Feijão com Bacon<sup>1</sup>
- ¼ de xícara de chá (25 g) de farinha de aveia
- 1 colher de chá (3,5 g) de fermento químico em pó
- 2 ovos (100 g)
- 1 colher de café (1 g) de sal para a massa
- 1 colher de café (2 g) de alho fresco picado
- 300 g de patinho moído refogado
- ½ colher de chá (1 g) de pimenta do reino moída na hora

17  
porções  
de 30 g

kcal  
62

Carb.  
1,9 g

Proteínas  
8,2 g

## Modo de preparo

1. Em um recipiente, coloque a Nutri Soup Caldinho de Feijão com Bacon, a farinha de aveia e o fermento e misture bem.
2. Acrescente os ovos, o sal, o alho e a carne moída refogada e misture até formar uma massa firme.
3. Deixe descansar por 15 minutos na geladeira. Depois deste tempo retire da geladeira, porcione e molde croquetes de 30 g.
4. Asse por 10 minutos em forno pré aquecido a 170°C.
5. Retire do forno e sirva em seguida.



<sup>1</sup>Po para o preparo de sopa para controle de peso sabor caldinho de feijão com bacon. Este produto pode ser usado em receitas; para utilizar como substituto de refeição, prepare conforme o rótulo. Somente quando preparado conforme o rótulo, o produto entrega todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança. Para mais informações sobre os produtos Herbalife, consulte o catálogo ou acesse [www.herbalife.com](http://www.herbalife.com). Leia atentamente o rótulo antes de consumir os produtos.

# Bolinho de Chuva Fit

## Ingredientes

- 9 colheres de sopa (93,6g) de Shake Sabor Baunilha Cremoso<sup>1</sup>
- 2 colheres de sopa (20g) de farinha de aveia
- 5 colheres de sopa (64g) de NutreV<sup>2</sup>
- 1 colher de chá (3g) de canela em pó
- 2 sachês (0,12g) de adoçante de alcaçuz
- 150 ml de água em temperatura ambiente
- 1 ovo (50g)
- ½ colher de chá (2g) de fermento químico

## Para decorar:

- 1 colher de chá (3g) de canela em pó
- 1 colher de sopa (10,4g) de Shake Baunilha

## Modo de Preparo

1. Em um bowl adicione todos os ingredientes e misture com o auxílio de uma espátula ou fuet, formando uma massa firme
2. Pré aqueça o forno a 160 graus e asse os bolinhos da geladeira e asse por 15 minutos
3. Retire do forno, coloque em um recipiente de sua preferência e salpique com uma misturinha de Shake Baunilha e canela em pó.

|              |             |               |                   |                 |
|--------------|-------------|---------------|-------------------|-----------------|
| 5<br>porções | kcal<br>152 | Carb.<br>17 g | Proteínas<br>14 g | Fibras<br>4,5 g |
|--------------|-------------|---------------|-------------------|-----------------|



<sup>1</sup>Pó para o preparo de bebida para controle de peso sabor baunilha. Este produto pode ser usado em receitas; para utilizar como substituto de refeição, prepare conforme o rótulo. Somente quando preparado conforme o rótulo, o produto entrega todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança. <sup>2</sup>Alimento com proteína isolada de soja fortificado com vitaminas e minerais. Os produtos Herbalife podem ser usados em receitas; porém, somente quando preparados conforme instruções do rótulo, entregam todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança. Para mais informações sobre os produtos Herbalife, consulte o catálogo ou acesse [www.herbalife.com](http://www.herbalife.com). Leia atentamente o rótulo antes de consumir os produtos.

# Espetinhos de frutas com calda de chocolate



## Ingredientes

- 15 morangos médios (350 g) sem folhinhas em cada espeto (3 morangos em cada espeto)
- 20 uvas thompson pequenas (100 g) em cada espeto (4 uvas em cada espeto)
- 5 palitos de churrasco
- 1 copo americano (150 ml) de água fria
- 1 colher de sopa (12,8 g) de sopa de NutreV<sup>1</sup>
- 4 colheres de sopa (41,6 g) de Shake sabor Chocolate Sensation<sup>2</sup>

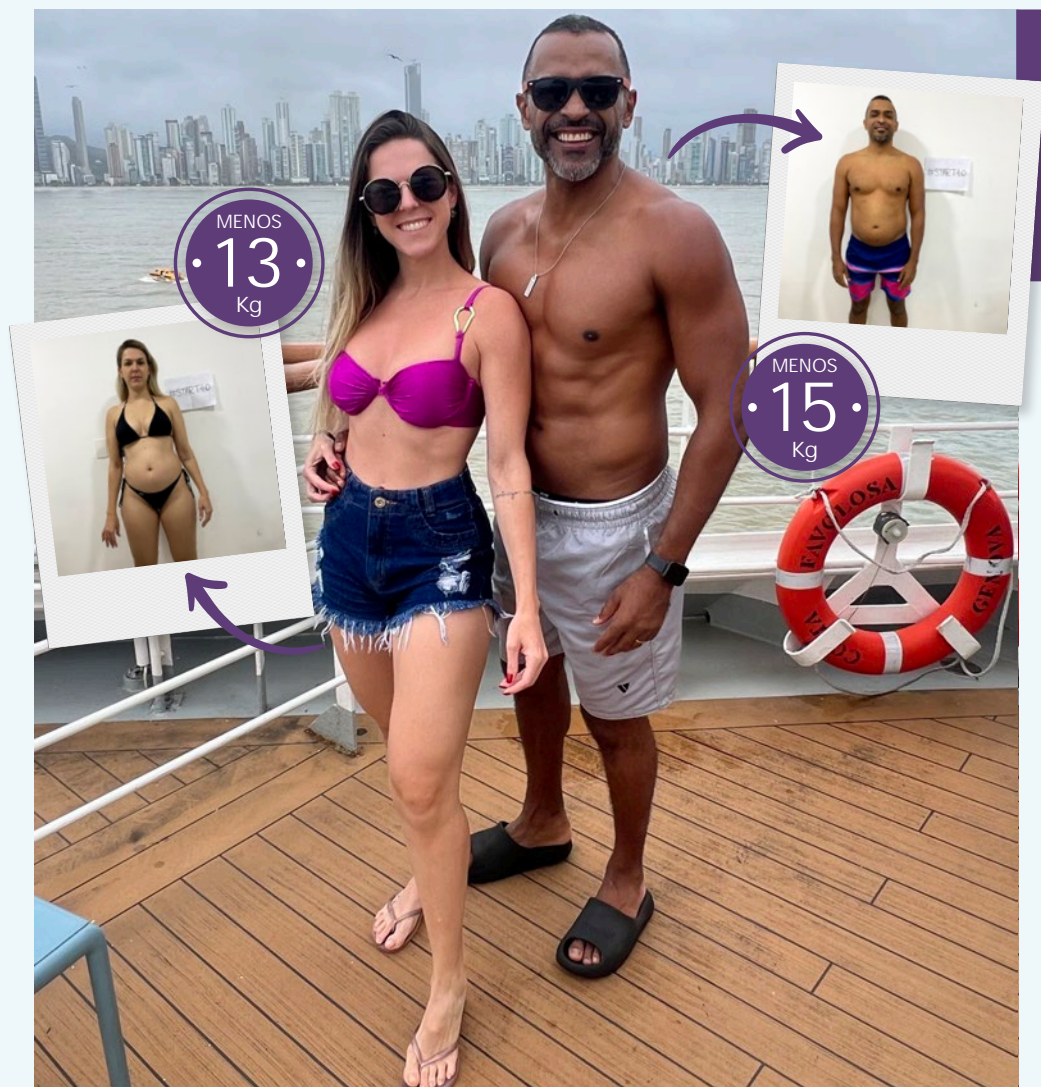
## Modo de preparo

1. Em 5 palitos de churrasco, enque 3 morangos e 4 uvas thompson de maneira intercalada formando 5 espetinhos de frutas.
2. Seque as frutinhas com um guardanapo e reserve na geladeira.
3. Em uma tigela coloque a água fria e adicione o NutreV e o Shake Chocolate Sensation e mexa bem formando um creme.
4. Com o auxílio de uma colher, banhe as frutas com o creme de Shake Chocolate Sensation e posicione os espetinhos sobre um prato, reservando-os na geladeira até o momento do consumo.
5. Como opção, caso deseje cobrir menos as frutinhas com o creme, coloque-o em um saco de confeitar, faça um corte na pontinha, posicione os espetinhos em um prato e faça movimento de zig zag com o creme formando riscos de creme sobre as frutas.
6. Podem ser reservados na geladeira até o momento de consumo.

| 5 porções | kcal | Carb. | Proteínas | Fibras |
|-----------|------|-------|-----------|--------|
|           | 73   | 12 g  | 5,1 g     | 2,7 g  |

<sup>1</sup>Alimento com proteína isolada de soja fortificado com vitamina e mineral. <sup>2</sup>Pó para o preparo de bebida para controle de peso sabor chocolate sensation. Os produtos Herbalife podem ser usados em receitas; porém, somente quando preparados conforme instruções do rótulo, entregam todos os benefícios nutricionais, de qualidade e segurança. Para mais informações sobre os produtos Herbalife, consulte o catálogo ou acesse [www.herbalife.com](http://www.herbalife.com). Leia atentamente o rótulo antes de consumir os produtos.

# Influência do bem



As fotografias que estão observando refletem a história pessoal de quem aparece nelas. Os resultados apresentados não são exemplos típicos, os resultados individuais podem variar. Antes de consumir qualquer produto Herbalife, leia atentamente o rótulo.

# Letícia Medeiros

35 anos • Santo André - SP

# Alexandre Medeiros

42 anos • Santo André - SP

## PRODUTOS CONSUMIDOS



Em 2015, Alexandre beirava os 100 kg por conta de seu estilo de vida nada saudável. “Era sócio de uma casa noturna e trabalhava na madrugada. Não praticava exercícios e a minha alimentação era péssima. Vivia sem disposição e as roupas não serviam mais”, lembra.

Preocupado com a saúde, decidiu participar de um desafio de transformação pessoal a convite de um amigo usando produtos da Herbalife. Ele passou a consumir o Shake preparado com Protein Powder no café da manhã e no jantar, além do chá Herbal Concentrate, eliminando 16 kg.

Ao ver a transformação corporal do namorado, Letícia, que estava com 72 kg, também decidiu usar os mesmos produtos. “Assim que percebi algumas mudanças, decidi iniciar um protocolo de três meses”, conta.

Os resultados obtidos motivaram o casal a se exercitar e apostar no treinamento funcional, o que ajudou Letícia a eliminar 13 kg, chegando aos 59 kg. Alexandre ainda agregou a corrida, esporte que virou sua paixão, e secou mais 7 kg, chegando aos 77 kg – um total de 23 kg eliminados!

Para ganhar massa magra, Alexandre também passou a consumir o Tri-Core, da linha 24HOURS, além do Whey Protein 3W como lanche, ganhando 8 kg de músculos e chegando nos 85 kg.

Recentemente, os dois ainda incluíram o Shape Control na rotina. As cápsulas contêm extrato de laranja moro e cromo que contribuem para a redução de gordura abdominal.

Os resultados do casal foram tão incríveis que inspiraram seus pais, familiares e amigos a adotarem um estilo de vida saudável e ativo.

As fotografias que estão observando representam a história pessoal de quem aparece nelas. Os resultados apresentados não são exemplos típicos; os resultados individuais podem variar. Antes de consumir qualquer produto Herbalife, leia atentamente o rótulo.



## Elisa Bianchini

47 anos • Tubarão – SC

## Ivan Maia

41 anos • Tubarão – SC

### PRODUTOS CONSUMIDOS

Por conta de um estilo de vida desregrado, com muitas festas noturnas, fast-food e pouquíssimos exercícios, Ivan e Elisa eram os “falsos magros” — como são chamadas as pessoas que não apresentam sobrepeso na balança, mas possuem uma relação de gordura corporal alta e pouca massa muscular.

Até que Ivan decidiu fazer uma transformação corporal e começou um desafio de 90 dias usando produtos Herbalife. Cerca de um mês e meio depois, empolgada com os primeiros resultados do parceiro, foi a vez de Elisa também iniciar o programa.

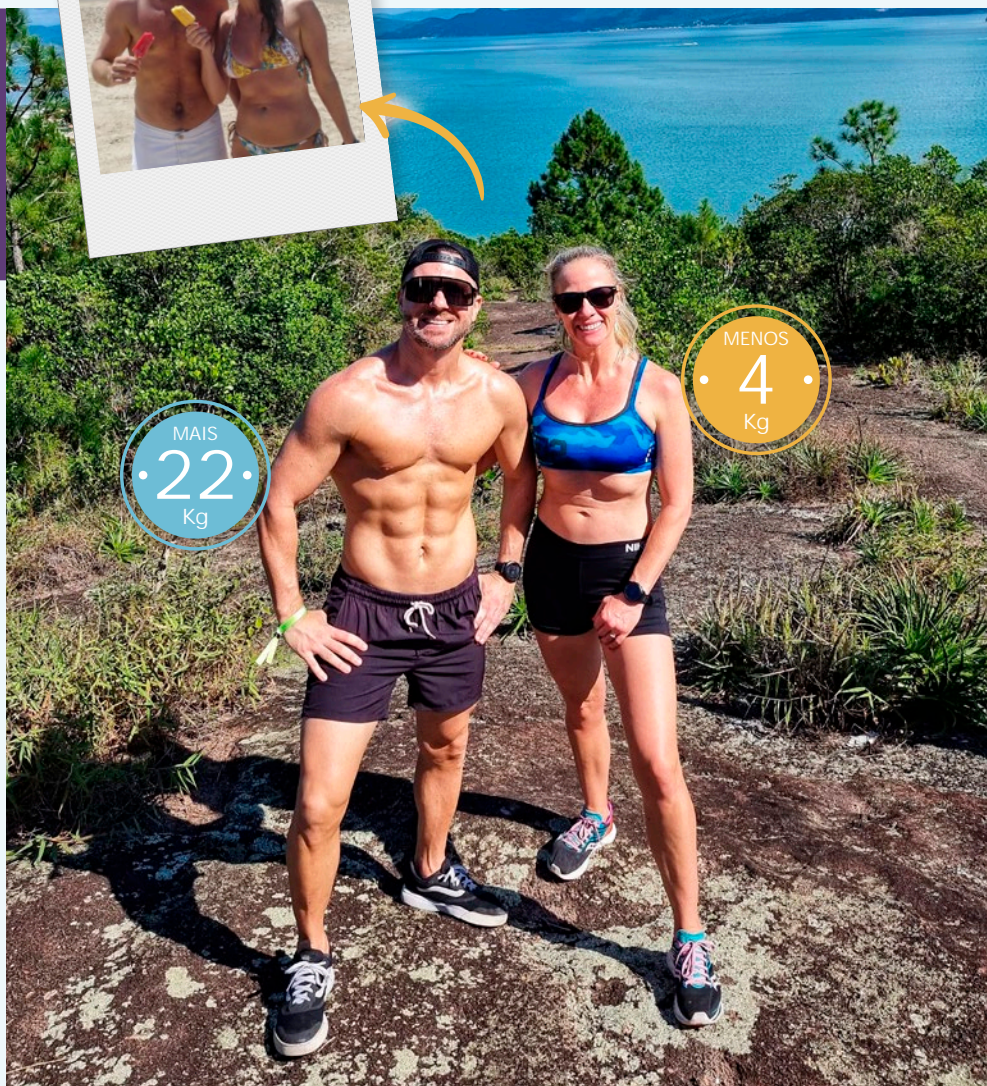
Os dois substituíram o almoço e o jantar pelo Shake preparado com NutreV e Protein Powder, além de consumir o Herbal Concentrate ao longo do dia e o Fiber Concentrate à tarde e à noite.

Eles também começaram a praticar o treinamento funcional (cross training) três vezes por semana e, quando o exercício se tornou um hábito, passaram a treinar quase todos os dias, acelerando os resultados!

Para garantir o ganho de massa magra, Ivan ainda incluiu o Tri-Core, da linha 24HOURS, no preparo do Shake e passou a consumir a Barras de Proteína no lanche. Já Elisa começou a usar o OnActive como um lanche noturno e o Tri-Core no pós-treino.

Elisa eliminou 4 kg de gordura e ganhou massa magra, saindo dos 63 kg para os 59 kg. Já Ivan saiu dos 54 kg para os 76 kg de puro músculo. O resultado foi uma transformação corporal incrível que eles mantêm há mais de 10 anos!

# “ Fizemos uma transformação corporal!”



MAIS  
**22**  
Kg

MENOS  
**4**  
Kg

\*Os produtos da Herbalife não são destinados ao tratamento, prevenção ou cura de qualquer tipo de doença. A Herbalife apóia e incentiva a adoção de um estilo de vida ativo e saudável aliado ao uso adequado dos seus produtos.



## “ CONQUISTAMOS A TÃO DESEJADA INDEPENDÊNCIA FINANCEIRA ”

Músicos de formação, Grazina e Renato sempre trabalharam em vários empregos para pagar as contas. Insatisfeitos e preocupados com o futuro, perceberam que precisavam de um plano para ter liberdade de tempo e independência financeira.

A situação mudou quando a irmã de Grazina contou sobre a oportunidade de negócio da Herbalife e a levou a uma reunião de distribuidores, onde ela enxergou novas possibilidades. Renato, por sua vez, identificou o potencial de ganhos com royalties se focassem na construção da sua organização de vendas.

Em 2006, eles iniciaram o negócio em tempo parcial, dedicando duas horas por dia de forma bastante profissional, alcançando o nível GET em apenas 9 meses.

Então, decidiram dedicar-se em tempo integral para construir um negócio mais robusto e investiram em um Espaço Vida Saudável, onde criam relacionamento com os clientes para que obtenham bons resultados com os produtos. Em um próximo passo, os convidam a conhecer a oportunidade de negócio. “Nosso objetivo é formar um novo supervisor por mês”, diz Grazina.





GRAZINA HENNA, 41 ANOS  
RENATO MENDES, 44 ANOS  
FILHOS: LORENZO, 4 ANOS  
MARIA PÉROLA, 9 ANOS  
RIBEIRÃO PRETO – SP  
EQUIPE DE PRESIDENTES

Para isso, o casal também utiliza o Instagram pessoal como uma vitrine para inspirar outras pessoas com seu estilo de vida, atraindo aqueles que desejam investir em um negócio próprio ou ter mais liberdade de tempo no trabalho. “Apostamos na estratégia de conversão de clientes do Espaço para o per I pessoal, para que eles se inspirem e desejem nosso estilo de vida”, comenta Grazina.

O casal também realiza treinamentos mensais, jantares de negócio, além de ter momentos business no próprio Espaço para apresentar a oportunidade de investir com a Herbalife. E faz questão de estar presente em todos os treinamentos para trocar dicas de sucesso com outros distribuidores. “Somos comprometidos. Não perdemos um sequer!”, resalta Renato.

Hoje, toda a família de Grazina, inclusive seus pais desenvolvem o negócio com a Herbalife. “Temos qualidade de vida, tempo para nossos lhos e para desfrutar quatro viagens para exterior ao ano”, naliza Grazina.



# Fit Lounge

UM TRABALHO COM O QUAL

EU SEMPRE SONHEI!

Até os 33 anos, Rita administrava as empresas do pai, um grande executivo da cidade de Mossoró (RN), mas não estava feliz. "Trabalhava muito, não tinha tempo para nada e queria ter meu próprio negócio."

Quando uma ex-funcionária de Rita contou sobre a oportunidade de negócio da Herbalife, ela decidiu ir a uma reunião para conhecer a proposta.

Inicialmente, Rita pensou em ser Distribuidora Independente para obter uma renda extra, mas, ao ver o potencial de crescimento do plano de marketing, decidiu criar sua própria organização de vendas. Em poucos anos, chegou ao nível de Presidente trabalhando apenas à noite, promovendo reuniões para apresentar o negócio e vender produtos.

Após seis anos, Rita abriu um Espaço Vida Saudável e passou a se dedicar em tempo integral, alcançando o nível de Presidente 20K, que permite maiores ganhos com royalties. "No meu EVS, atendo em média 50 pessoas por dia. É um modelo de sucesso que replica trazendo novas pessoas para o negócio."

RITA ANGÉLICA, 52 ANOS  
MOSSORÓ – RN  
PRESIDENTE 20K EXECUTIVO

Entre suas estratégias para manter seu Espaço com um ótimo número de acessos estão a meta de prospectar 100 novos clientes por dia, inclusive pelas redes sociais, a promoção de cerca de três “desafios” de 90 dias para perda de peso” por ano, atraindo pessoas em busca de emagrecimento, além da criação diária de conteúdos nas redes sociais.

Aliás, uma das principais apostas para os posts é falar sobre bebidas funcionais e seus benefícios que são preparadas com uma combinação de produtos Herbalife que Rita sempre carrega consigo, despertando o interesse de quem cruza seu caminho. Ela também promove degustações em academias e salões de beleza.

Isso possibilitou que ela pudesse realizar seu sonho de ter mais liberdade financeira e viajar pelo mundo. “Com visão, determinação e um bom plano, você conquista tudo! E tenho a perspectiva de que os próximos anos serão ainda melhores!”





Blend exclusivo:  
Vitamina B3,  
Vitaminas C e E,  
Aloe Vera,  
Ingredientes  
botânicos



Dermatologicamente  
testado



Sem adição  
de parabenos



Sem adição  
de sulfatos

# NUTRIÇÃO BOTÂNICA, CIÊNCIA SUPERIOR!

A sua pele merece ser cuidada, com os produtos Herbalife SKIN. A linha que combina o poder da natureza à alta ciência. Ritual diário com sua real beleza!



**PASSO 1:**  
Pele limpa e fresca

Cleanser Facial Cítrico

SKU: #0766 150ml

Cleanser facial com esferas de jojoba e refrescante infusão de frutas cítricas, ingredientes que removem impurezas, maquiagem e é excelente para barbear. Mantém o equilíbrio natural da pele.

Sem adição de sulfatos. Sem adição de parabenos. Dermatologicamente testado.



**PASSO 2:**  
Pele purificada

Máscara Purificante de Argila com Menta

SKU: #0773 120ml

A hortelã e o alecrim dão um toque refrescante. E a argila ajuda a remover suavemente a camada de células superficiais da pele.

Sem adição de parabenos. Dermatologicamente testado.



**PASSO 3:**  
Diminuição dos sinais

Sérum Facial Redutor de Linhas

SKU: #0768 30ml

Com Aloe Vera, ingrediente conhecido por melhorar a hidratação da pele, e Vitamina C, que tem ação antioxidante. Melhora a suavidade, a luminosidade e o brilho da pele em apenas 7 dias de utilização\*

Sem adição de parabenos. Dermatologicamente testado.

\*Testado em 38 mulheres com idades compreendidas entre os 40 e os 64 anos, resultados visuais avaliados por um perito.



**PASSO 4:**  
Firmeza na área dos olhos

Gel Firmador para os Olhos




SKU: #0770 15ml

Aumenta a elasticidade da pele e ajuda a melhorar o aspecto da firmeza na área dos olhos em até 42 dias\*

Sem adição de parabenos. Testado por dermatologistas. Testado por oftalmologistas.

\*Testado clinicamente em indivíduos para avaliar a firmeza e elasticidade da pele por avaliação visual de especialistas em intervalos de 7 e 42 dias. Uma melhora na firmeza/elasticidade da pele sob os olhos foi observada em 85% dos indivíduos após 42 dias de uso.

## SHAMPOO E CONDICIONADOR

-  Sem adição de parabenos
-  Sem adição de sulfatos
-  Com ingredientes botânicos

## LINHA SOFT GREEN

Cuida de você diariamente!

Fórmula refrescante e hidratante que perfuma suavemente a pele, hidrata e protege, proporcionando toque macio e aveludado.



Shampoo e Condicionador para uso diário, com proteína de trigo hidrolisada que ajuda a proteger, reparar, fortalecer e nutrir os cabelos.

- Ajuda a conservar a cor do cabelo.
- Deixa o cabelo 10 vezes mais forte após a primeira aplicação e reduz o cabelo quebradiço em até 90%.\*
- Repara os cabelos deixando-os mais fortes, mais macios e sedosos após a primeira aplicação.\*

## Soft Green e Herbal Aloe

|   |                 |       |
|---|-----------------|-------|
| 1. Shampoo Hidratante                             | 250 ml          | #2564 |
| 2. Condicionador Hidratante                       | 250 ml          | #2565 |
| 3. Sabonete em Barra Chá Verde                    | 1 unid. de 90 g | #0411 |
| 4. Creme Hidratante para o Corpo Chá Verde        | 200 g           | #0431 |
| 5. Sabonete Líquido para Mãos Chá Verde           | 250 ml          | #0408 |
| 6. Desodorante Antitranspirante Roll-On Chá Verde | 50 ml           | #0563 |
| 7. Sabonete em Barra Frutas Amarelas              | 1 unid. de 90 g | #0472 |

\*Resultados obtidos a partir de um estudo clínico de força e quebra com um cabelo não tratado versus um cabelo tratado com o Shampoo e Condicionador Fortificante Herbal Aloe usados em conjunto.  
O Distribuidor Independente é livre para definir seu próprio preço de venda para os clientes.

DISQUE SAÚDE 136

   /minsaude

 /ministeriodasaude

 /MinSaudeBR

Saiba mais em  
[gov.br/doesangue](http://gov.br/doesangue)

# Toda vida é importante para alguém.

Apoio:

**Herbalife**



# Doe Sangue

Mesmo sem saber para quem.

*Karol precisou de sangue no pós-parto.*

Veja aqui os critérios básicos para ser um doador.



*Uma doação ajuda a salvar até 4 vidas.*

*Um Brasil mais solidário é bom pra todo mundo.*

**Procure um hemocentro e seja um doador regular.**

**BRASIL BEM CUIDADO**  
MAIS SAÚDE PARA QUEM MAIS PRECISA



MINISTÉRIO DA SAÚDE

GOVERNO FEDERAL  
**BRASIL**  
UNIÃO E RECONSTRUÇÃO



**Herbalife é a marca nº 1 do mundo em controle de peso e bem-estar**

Fonte Euromonitor, Consumer Health edição 2024, de nichões de controle de peso e bem-estar; participação de mercadoglobal em valor de venda ao consumidor em 2023.





SEU DISTRIBUIDOR INDEPENDENTE É:

Grace victoria Baptiste

+55 (92) 99500-1716

gracynhabaptist@gmail.com

 @HerbalifeBrasil

 @HerbalifeBrasil

SHAC - Serviço Herbalife de Atendimento ao Consumidor  
(11) 3038-4433 - São Paulo  
0800-774-3722 - Demais regiões  
herbalife.com

