



TEAM
SPARTAN

 YOUNGEVITY

BETTERMENT

magazine

El poder de la transformación nutricional

¡BIENVENIDO A *YOUNG*EVITY!

■ Bienvenido al nuevo ejemplar de *Betterment Magazine* de *Youngevity*, dónde estamos encantados de compartir con ustedes nuestra pasión por la salud y nuestra profunda creencia sobre el poder de la nutrición, para transformarla. Tanto si eres un Distribuidor con experiencia o alguien recién llegado a nuestra gran familia de prosperidad, te invitamos a sumergirte en la riqueza de ideas, historias e inspiración que esta publicación tiene que ofrecer.



Cuando fundamos *Youngevity* hace 28 años, habíamos sido distribuidores independientes durante varios años, trabajando duro para servir a nuestros clientes. Pero teníamos el sueño de crear algo propio, basado en la amplia e influyente investigación del Dr. Joel Wallach (lee más sobre el en las próximas páginas.) Nuestra visión incluía dos impulsores clave: ayudar a las personas a mejorar su salud para que puedan vivir más jóvenes y durante más tiempo, y darles la oportunidad de construir un negocio que les permita vivir la vida que desean.

Mientras reflexionamos sobre la increíble trayectoria que nos ha traído hasta aquí, no podemos sino estar agradecidos a las personas increíbles que, como tú, han decidido formar parte de nuestra visión. Los retos a los que nos hemos enfrentado y los logros que hemos alcanzado sólo han reforzado nuestro compromiso de ofrecer productos para la salud de primera calidad que tengan un impacto positivo en la vida de las personas, abriendo aún más oportunidades para que todos los implicados prosperen.

Deja que los artículos, las historias de éxito y los consejos de estas páginas te sirvan de guía para emprender o continuar tu trayectoria con nosotros. A través de nuestros esfuerzos combinados, pretendemos crear un efecto dominó, influyendo en las comunidades y empoderando a las personas para que tomen las riendas de su salud. Tu papel como distribuidor es fundamental para hacer realidad esta visión, y confiamos plenamente en tu capacidad para influir positivamente en tus comunidades y en todo el mundo.

Juntos, podemos alcanzar nuevos niveles y marcar una diferencia significativa en las vidas de las personas que buscan un estilo de vida más sano y feliz. ¡Vamos!

Steve & Michelle Wallach

Steve Wallach
CEO *Youngevity*

Michelle Wallach
CFO *Youngevity*

TABLA DE CONTENIDO

4-5

EVENTOS YOUNGEVITY

¡Mantente conectado y celebra a tu equipo!

6-7

DILE HOLA A YFAST

Tu guía para el ayuno intermitente al estilo Youngevity.

8

MOVIMIENTO BETTER HEALTH

Únete a la comunidad diseñada para ayudarte a alcanzar tus objetivos de salud.

9-11

5 PASOS SENCILLOS PARA EMPEZAR CON EL PIE DERECHO

Una guía paso-a-paso sobre cómo construir tu negocio rápidamente.

12-13

¿ESTÁS COMIENDO BIEN?

Por qué comer sano no es suficiente y es necesario suplementarse.

14-15

MEJORA TU RUTINA DE COLÁGENO CON YOUNGEVITY

Nuestros productos de Péptidos de Colágeno están cambiando tu aspecto y tu forma de sentirte.

16

VUELVEN LOS EVENTOS

Arranca con éxito tu próximo evento siguiendo estos consejos.

17

¿CANSADO DE SIEMPRE ESTAR CANSADO?

Lo que un buen sueño puede hacer por tu mente, tu cuerpo y tu estado de ánimo.

18-19

CÓMO MEJORAR TU RUTINA A LA HORA DE ACOSTARTE

¡Sigue estos consejos para dormir mejor!

20-23

PERFILES DE ÉXITO

Ve quién está pavimentando el camino en Youngevity.

24-25

HERRAMIENTAS Y CAPACITACIÓN YOUNGEVITY

Recursos increíbles a tu alcance.

26

ACTOS DE BONDAD AL AZAR

Crea cambios profundos en las personas y en tu comunidad.

27

UN MÉDICO EN UNA MISIÓN

La incansable misión del Dr. Wallach de educar al mundo sobre las deficiencias nutricionales.

28-29

ENCUENTRA TU HEALTHY BODY START PAK IDEAL

Utiliza nuestro Cuestionario de Salud para obtener soluciones inmediatas.

30

REWARDS YOUNGEVITY

Gana y canjea puntos en casi cualquier cosa.

31

YPHOTO

Las fotos son buenas para los negocios y tu salud.

32-37

PLAN DE COMPENSACIÓN

Ve cómo Youngevity recompensa a sus distribuidores.

38-39

RECETAS YOUNGEVITY

Prepara comidas sabrosas con algunos de nuestros productos favoritos.

40

PROGRAMA DE AUTOENVÍO YOUNGEVITY

Los beneficios que podrías estar perdiendo.

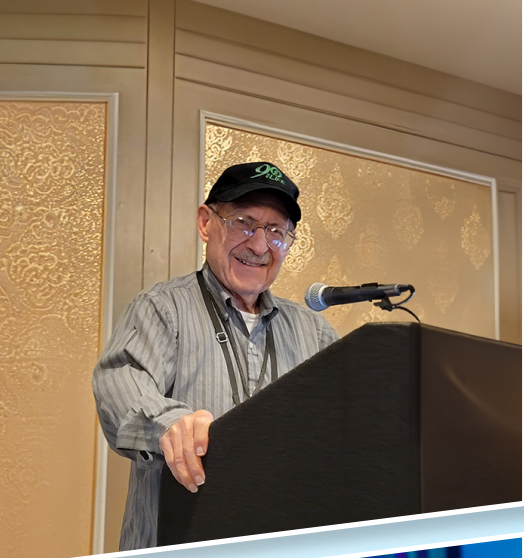


¡ÚNETE A NOSOTROS ALREDEDOR DEL MUNDO!

Nuestra comunidad de apasionados promotores de la salud y líderes empresariales es realmente lo que hace que Youngevity sea único. Nos reunimos para aprender, inspirar a otros y seguir trabajando para mejorarnos a nosotros mismos y a la comunidad. ¡De eso se trata el mercadeo en red!

Únete a nosotros en nuestro próximo evento de liderazgo, viaje de incentivo o reunión local para establecer contactos. Visita Youngevity.com para más detalles sobre promociones y eventos organizados por la empresa y youngevityrc.com para ver los eventos organizados por los distribuidores en línea y cerca de ti.







¡SALUDA A YFAST!

YFast es la guía de Youngevity para el ayuno intermitente. Combina las directrices de forma libre del ayuno intermitente con más de 25 años de experiencia nutricional del fundador de Youngevity, el Dr. Joel Wallach. YFast se ha enfocado en asegurar alimentos ricos en nutrientes y suplementos nutricionales, mientras te permite la flexibilidad de diseñar tu propio menú y planificar tus horarios de comida para que se adapten a tu estilo de vida. Suena bastante bien, ¿verdad? En general, creemos que YFast es una forma realmente accesible y cómoda para controlar la ingesta de calorías y mejorar la salud general para muchas personas.

CÓMO FUNCIONA

Nuestro programa YFast combina el ayuno intermitente con suplementos nutricionales y una dieta equilibrada para obtener un plan de alimentación cargado de beneficios potenciales para la salud. Se ha demostrado que el ayuno intermitente ayuda a perder peso, estabilizar el azúcar en la sangre, prevenir enfermedades crónicas y mucho más. Añade los 90 nutrientes esenciales del Dr. Wallach y una dieta sana, ¡y puede que nunca tengas que volver a preocuparte por los antojos! Puedes elegir uno de los tres programas de ayuno: Principiante, Estándar o Pro.

Antes de empezar, te recomendamos que consultes a tu médico para asegurarte de que el ayuno es adecuado para ti.

VISITA [YOUNGEVITY.COM/YFAST](https://www.youngevity.com/yfast)



QUÉ HACER Y QUÉ NO HACER

HAZ

Llena tu plato de alimentos nutritivos e integrales

Bebe más agua y toma café o té durante el ayuno

Haz mucho ejercicio y duerme bien

Llevar un diario de alimentos

Asegúrate de consumir suficientes vitaminas, minerales, proteínas y otros nutrientes esenciales

Monitorea tus efectos secundarios y tu progreso

¡No dudes en hacer preguntas!

NO LO HAGAS

Saltarse comidas o comer lo menos posible; **ayuno ≠ pasar hambre**

Forzarte a seguir un programa de ayuno que no se siente bien para TI

Ejercicio sin añadir proteínas ni electrolitos

Irse a la cama lleno o comer tarde por la noche

Atracón de calorías vacías durante tu horario de comidas

Comparar tu trayectoria de ayuno con la de otros

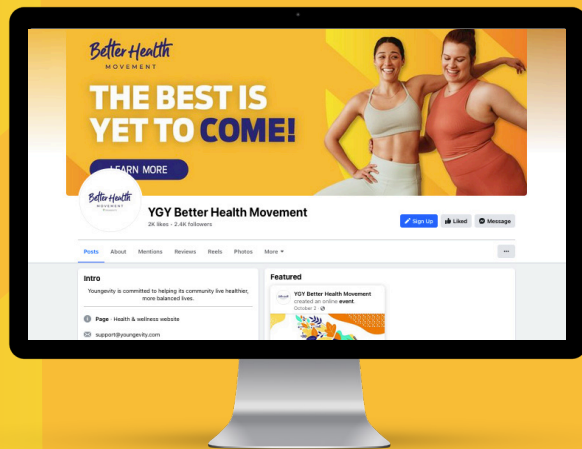
¡Dejar que los tropiezos te convenzan de que debes rendirte!



Better Health

MOVEMENT

MEJOR SALUD, MEJOR VIDA



¿LISTO PARA DAR PRIORIDAD A TU SALUD EN 2024?

Seremos los primeros en admitirlo - tomar la decisión de cambiar tu estilo de vida y hacer lo necesario para mejorar tu salud es un monumental acto de fe. No es fácil. Se necesita mucho valor y responsabilidad para seguir con cualquier nueva rutina. El primer paso siempre es el más difícil, por eso hemos construido una comunidad diseñada específicamente para ayudarte a alcanzar tus metas con toda la información y el apoyo correcto.

APOYO DE LA COMUNIDAD

El Movimiento Better Health ha creado una comunidad entera con un único propósito: mejorar la vida de los demás centrándose primero en la salud. Intercambiamos consejos sobre dietas, recetas, rutinas de ejercicio, consejos de bienestar, consejos para organizar el tiempo, y otras actividades divertidas en línea orientadas a la salud para mantenernos motivados unos a otros mientras perseguimos nuestras metas de salud.

BUENA ALIMENTACIÓN Y MEJOR NUTRICIÓN

Una parte importante de despertarse con energía cada día es asegurarse de que el cuerpo reciba una buena nutrición. El Dr. Wallach, a quien debemos agradecer por los muchos años de investigación dedicados a este tema, ayudó a mostrar al mundo la importancia de obtener el equilibrio adecuado de vitaminas, minerales, aminoácidos, calcio y más en la búsqueda continua de la longevidad. Nuestras recomendaciones nutricionales -incluyendo nuestra última incorporación, YFast- y los suplementos diarios facilitan el mantenimiento de una dieta equilibrada y rica en nutrientes para cualquier estilo de vida.

CONSEJOS DE BIENESTAR & MÁS

El bienestar mental y emocional es también uno de los principales objetivos del Movimiento Better Health. Desde la cantidad de sueño o el autocuidado que consigues cada noche, hasta cómo puedes apoyar la claridad y la memoria a medida que envejeces, este programa te ayudará a recordar que debes checarte a ti mismo mientras que te proporciona soluciones convenientes y útiles para apoyar tus necesidades de bienestar.

Visita facebook.com/ygybetterhealth



5 PASOS SENCILLOS PARA EMPEZAR CON EL PIE DERECHO

Al sumergirte en tu trayectoria Youngevity, es posible que te sientas abrumado o no estés seguro de por dónde empezar. Tantos productos, beneficiosos y clientes potenciales, pero ¿cómo unirlos?. La buena noticia es que, como distribuidor, tu objetivo no es encontrar un tipo de cliente “ideal”, sino ayudar a cualquier persona que desee vivir más joven y por más tiempo con los nutrientes adecuados y un estilo de vida saludable.

Todos quieren sentirse lo mejor posible, y nosotros estamos aquí para ayudarles a conseguirlo desde el interior. Gracias a la sabiduría experta aportada por algunos de nuestros líderes, educadores en nutrición y distribuidores, podemos ofrecerte esta guía paso a paso sobre cómo crear tu negocio de forma rápida y eficaz.

A continuación encontrarás las respuestas a todas tus preguntas más candentes, además de otros consejos útiles que te ayudarán a empezar!



1 CONOCE 90 FOR LIFE

Gracias a nuestro fundador, el Dr. Joel Wallach, ahora sabemos que todos los seres humanos necesitan 90 nutrientes esenciales para alcanzar y mantener una salud óptima. Las primeras investigaciones del Dr. Wallach demostraron que sin el equilibrio adecuado de vitaminas, minerales, aminoácidos y otros nutrientes vitales, tenemos más probabilidades de sufrir carencias, enfermedades crónicas y muerte prematura. Como parte de su misión de garantizar que todo el mundo disponga de los conocimientos adecuados y de una fuente fiable de estos 90 nutrientes esenciales, para que todos podamos vivir más tiempo jóvenes, lanzó Youngevity.

Aunque muchos de estos elementos esenciales están presentes de forma natural en nuestro organismo y en los alimentos que ingerimos, algunos sólo pueden obtenerse (o mantenerse adecuadamente) mediante suplementos. Y lo que es peor, nuestras prácticas agrícolas modernas han reducido la densidad de nutrientes del suelo de cultivo, lo que se traduce en productos menos nutritivos. En pocas palabras, la suplementación puede ser la única forma de mantener una dieta verdaderamente sana. Nuestros productos 90 For Life ofrecen una solución sencilla a este problema, facilitando a todo el mundo el mantenimiento de una dieta sana con 90 nutrientes esenciales.

2 ENCUENTRA TU MEZCLA NUTRICIONAL Y TU PASIÓN

Nuestros productos están formulados para proporcionar todas las vitaminas, minerales y otros nutrientes beneficiosos necesarios para mantener una salud óptima. ¡La mejor manera de conocerlos es experimentándolos uno mismo! El día que recibas tu primer pedido de Youngevity, te animamos a que abras tus productos y los pruebes. A medida que encuentres lo que mejor te funciona, empieza a hacer un seguimiento de tus resultados e incorpora tus favoritos a tu rutina diaria. Diviértete y experimenta: ¡nunca se sabe cuándo puedes inventar una receta increíble!

Lo mejor de todo es que no es necesario tener toda la investigación o los ingredientes memorizados de inmediato para convertirse rápidamente en un vendedor experto. Como tú mismo has probado los productos, sabes realmente lo que funciona, una parte del proceso que nos gusta llamar convertirse en un “producto de los productos”. Demostrar lo mucho que te han ayudado los suplementos personalmente contribuye en gran medida a demostrar tus nuevos conocimientos. Estudia los conceptos básicos, la historia y algunos de nuestros principales productos visitando el Centro de Recursos o nuestra tienda web. Antes de que te des cuenta, ¡serás un experto Youngevity!

3 ENCUENTRA A TU GENTE

Sal y empieza a conocer gente. Expandir tu círculo, tanto en línea como en persona, te ayudará a hacerte una idea de las distintas necesidades de salud de tu comunidad para que puedas ayudarles mejor a levantarse contigo. Cuanto antes



conozcas a tu comunidad, más pronto podrás llevarla por el buen camino con su salud. Utiliza lo que has aprendido sobre 90 For Life y nutrición para llevar los suplementos adecuados a las personas que los necesitan.

Lo más importante para encontrar a las personas adecuadas es dar a conocer que tú también eres una de esas personas: alguien que busca mejorar su nutrición con la ayuda de una comunidad de apoyo. Compartir tu pasión por la salud, la nutrición o ayudar a la gente atraerá a todas las personas adecuadas hacia ti y les demostrará que te importan. Asegúrate de dar prioridad a la sinceridad y la autenticidad mientras hablas con tu comunidad. No temas en preguntar a tu alrededor, averigua cómo se encuentra la gente, qué problemas de salud les preocupa y qué limitaciones pueden estar frenándolos. Tu trabajo es asegurarte de que tengan a alguien en quien apoyarse y a quien pedir consejo, y eso empieza estableciendo un vínculo genuino y de confianza.

AQUÍ TIENES ALGUNAS PREGUNTAS QUE PUEDES HACER PARA QUE LA CONVERSACIÓN FLUYA EN LA DIRECCIÓN CORRECTA:

- Hola Bryan, ¡te veo corriendo todas las mañanas! ¿Te importa si te pregunto cómo complementas tus rutinas de ejercicio?
- Hola Nancy, sé lo importante que es para ti la salud de las articulaciones cuando empezamos a envejecer. ¿Conoces los beneficios del colágeno como apoyo para las articulaciones y mucho más?
- Llevo 3 meses tomando este increíble producto nutricional y he notado un aumento de energía. ¡Incluso he perdido algunos kilos! ¿Te interesaría probar alguno de estos productos?



4 COMPARTE TU PROPÓSITO

Es fundamental poder compartir por qué te gusta ayudar a los demás en su trayectoria de salud. Antes incluso de mencionar tu suplemento, entrenamiento o receta favorita, tus seguidores querrán conocer tu historia. ¿Qué te atrajo de Youngevity? ¿Qué es lo que te hace despertar cada día con ganas de compartir el don de la buena salud con los demás? ¿Hubo algún momento “clave” que cambió tu vida? ¿Tu trayectoria de salud te ayudó a superar dificultades difíciles? Hacerte este tipo de preguntas te ayudará a conectar mejor con tu propósito y, en última instancia, a construir relaciones plenas y profundas con tu comunidad.

ALGUNOS EJEMPLOS DE MISIONES QUE SE PUEDEN CONSIDERAR:

- Quiero ayudar a los demás a comer mejor porque sé lo que es luchar contra un peso poco saludable.
- Compartir el don de una buena nutrición es importante para mí porque quiero que todos vivamos nuestra vida al máximo.
- Mi comunidad lo es todo para mí, y me motiva verlos a todos sentirse lo mejor posible a medida que envejecen.

5 INVÍTALOS A UNIRSE

¡Es hora de atreverse! Una vez que hayas encontrado a las personas adecuadas, tendrás que diseñar la mejor estrategia y hacerles saber que crees que encajarían bien (ya sea por los productos, por unirse al equipo de distribuidores, ¡o por ambas cosas!). A la hora de planificar, es importante tener en cuenta el trayecto y la perspectiva de cada uno de ellos; asegúrate de que se sientan bienvenidos, pero no presionados.

ÉSTAS SON ALGUNAS FORMAS DE AFIRMAR A TUS AMIGOS QUE SABES QUE SON ADECUADOS PARA EL ESTILO DE VIDA YOUNGEVITY:

- Destaca las pasiones compartidas. “Parece que realmente conectaste con lo que hablamos antes” o “¡Puedo ver cuánto te entusiasma este producto!”
- Dale permiso para decir que no. “Tal vez no he dado en el clavo, pero parece que encajas muy bien en esto.”
- Recuérdales todo lo que pueden ganar. “¿No sería genial que toda la comunidad se uniera en torno a una mejor salud?” o “Creo que vender realmente podría ayudar a permitir ese nuevo horario de trabajo remoto que has estado queriendo probar.”



¡Recursos para ti!

¿Listo para empezar? Nuestro Centro de Recursos tiene todo lo que necesitas para triunfar: vídeos de formación detallados, materiales de marketing, información sobre productos, blogs, anuncios de eventos y mucho más. Consulta nuestra Guía de Inicio en youngevityrc.com.

¿COMIENDO BIEN?

■ Por qué los alimentos integrales ya no bastan - Con demasiada frecuencia se nos dice lo importante que es añadir alimentos integrales a nuestra dieta para una salud óptima. Sin embargo, varios factores, entre ellos la agricultura de alto rendimiento, han disminuido la calidad general de nuestros alimentos, haciéndolos mucho menos nutritivos de lo que eran antes. Esto, combinado con la disminución de la capacidad de nuestro organismo para absorber los nutrientes de los alimentos, nos lleva a preguntarnos: ¿cómo podemos proporcionar a nuestro cuerpo la nutrición que necesita para evitar una mala salud?

LA SUPLEMENTACIÓN ALIMENTICIA ES UN COMPONENTE NECESARIO PARA MEJORAR LA SALUD

En pocas palabras, no obtenemos los nutrientes que necesitamos únicamente de los alimentos. Incluso si consumimos las mejores dietas, nuestros suministros de alimentos simplemente no satisfacen las necesidades nutricionales de nuestro cuerpo. Esto, combinado con la disminución de la capacidad de nuestro organismo para absorber los nutrientes de los alimentos a medida que envejecemos, puede aumentar nuestro riesgo de desarrollar problemas de salud. Esta brecha entre las necesidades nutricionales y lo que nuestro cuerpo realmente obtiene sólo puede salvarse con suplementos.

Utilizar los suplementos adecuados junto con una dieta de alimentos integrales puede ayudar a garantizar la ingesta adecuada de una amplia gama de vitaminas y minerales, sin los cuales probablemente tendríamos carencias. Siguiendo unas pautas básicas para comprar sabiamente, determinar nuestras necesidades de suplementos y consultar periódicamente a un profesional médico, podemos encontrar el equilibrio adecuado en nuestra búsqueda de una mejor salud.



Sigue la Lista de Alimentos Buenos y Alimentos Malos del Dr. Wallach

Para obtener una pequeña orientación sobre qué alimentos son la mejor opción para un estilo de vida saludable, puedes empezar por seguir la Lista de Alimentos Buenos y Alimentos Malos del Dr. Wallach. Esta lista puede servir de base para las mejores fuentes de alimentos.

ALIMENTOS BUENOS:

- Huevos — revueltos con mantequilla, hervidos, pochados
- Mantequilla
- Sal
- Lácteos
- Pescado
- Pollo
- Cerdo
- Cordero
- Carne — rojo/medio
- Verduras
- Fruta
- Mezcla de frutos secos salados — sin cacahuetes
- Mantequilla de nueces — sin azúcar extra
- Arroz
- Mijo
- Alforfón puro (no es trigo)
- Frijoles
- Cuscús (sólo de mijo perla)
- Maíz
- Café, té, té verde, vino tinto.
- 4-8, 8oz vasos de agua filtrada cada día. Evite las botellas de plástico blando.



ALIMENTOS MALOS

- Trigo
- Cebada
- Centeno
- Avena (excepto sin gluten)
- Alimentos fritos — ¡nada frito!
- Debes hervir, asar o cocer al horno y nunca más bien cocido que medio
- Aceites — cocinar o ensalada. Sí, ¡¡¡esto incluye el aceite de oliva!!! ¡NINGÚN TIPO DE ACEITE!
- Carne bien cocida (término rojo o medio está bien) Carnes frías... No



- Nitratos ni nitritos — Lee las etiquetas. Dile a tu carnicero ¡NO NITRATOS ni NITRITOS!
- NO tomar bebidas gaseosas una hora antes, durante o una hora después de las comidas. Piel de papa horneada.

DETERMINA TUS NECESIDADES SUPLEMENTARIAS.

Con la enorme cantidad de suplementos que existen actualmente en el mercado, elegir los adecuados puede resultar un poco abrumador.

Aquí tienes los cuatro factores clave que pueden ayudarte a identificar qué suplementos necesitas:

- Edad
- Problemas de salud actuales
- Tipos de alimentos que comemos
- Enfermedades de las que corremos riesgo



Cada individuo tiene necesidades únicas, pero estos cuatro factores ayudarán a identificar lo que puede hacer falta en una dieta determinada. Por ejemplo, las personas con riesgo de osteoporosis pueden necesitar un suplemento de calcio o vitamina D; a las embarazadas se les suele pedir que tomen suplementos de folato; muchos veganos toman suplementos de B12.

Como siempre, asegúrate de consultar con tu profesional médico antes de tomar suplementos nutricionales, ya que algunas vitaminas pueden interactuar negativamente con algunos medicamentos. Para obtener más información sobre los 90 Nutrientes Esenciales que necesitamos a diario para gozar de una salud óptima, visita nuestra página 90 For Life en Youngevity.com.

MEJORA TU RUTINA DE COLÁGENO CON YOUNGevity

Los productos de colágeno de Youngevity están cambiando tu forma de verte y sentirte.

Quando se trata de vernos y sentirnos lo mejor posible, el colágeno es uno de nuestros aliados más importantes. No sólo nos ayuda a tener huesos y articulaciones fuertes, sino también a mantener una piel, un cabello y unas uñas bonitas. Por desgracia, nuestro cuerpo produce cada vez menos colágeno a medida que envejecemos.¹ La disminución de los niveles de colágeno puede afectar nuestra calidad de vida al manifestarse en forma de piel arrugada o seca, caída del cabello, rigidez articular y movilidad limitada. Añadir un suplemento de colágeno a su rutina diaria puede ayudarte a combatir estos síntomas y apoyar un envejecimiento saludable.

APOYO PARA ARTICULACIONES Y HUESOS

El colágeno es vital para la salud articular y ósea por su papel en el mantenimiento de los tejidos conjuntivos. Tiene un efecto protector y fortalecedor en los cartílagos y tendones, ayudando a amortiguar las articulaciones. Tomar un suplemento de colágeno puede ayudarte a evitar la rigidez y el dolor articular asociado a la degradación natural del cartílago con el paso del tiempo. También desempeña un papel importante en la formación de masa ósea, garantizando una buena mineralización y un apoyo general.^{1,2,3,4}



BELLEZA

Famosamente, el colágeno es conocido por su influencia positiva en el envejecimiento de la piel. Para empezar, el colágeno ayuda de forma natural a cicatrizar las heridas y es una parte importante del proceso natural de cicatrización de nuestro cuerpo. Cuando se toma como suplemento, puede mejorar la hidratación, la elasticidad y la aspereza de la piel, lo que puede ayudar a disminuir la aparición de arrugas. También se ha demostrado que el colágeno contribuye a mejorar el crecimiento y la fortaleza de las uñas y el cabello.^{5,6,7,8,9}

TIPOS DE COLÁGENO

TIPO I forma el 90% del colágeno que se encuentra en el cuerpo. Este tipo de colágeno se encuentra en casi todos los tejidos de nuestro cuerpo, como la piel, los huesos, tendones, vasos sanguíneos, cartílagos y tejidos conectivos. Dado que es el tipo de colágeno más abundante en el cuerpo, a medida que envejecemos también es el más visible. Una disminución del colágeno tipo I puede observarse en las arrugas, el adelgazamiento del cabello y las líneas de expresión. La fuente principal de colágeno tipo I es el ganado bovino, el pescado y el huevo (clara y cáscara).

TIPO II es esencial para construir el cartílago que sostiene las articulaciones en el cuerpo. El cartílago proporciona a los huesos y articulaciones la amortiguación que necesitan para su protección. También ayuda a dar estructura al oído, la nariz, los bronquios, la caja torácica, etc. Las mejores fuentes de colágeno tipo II son el colágeno de pollo y el caldo de huesos.

TIPO III es el segundo tipo de colágeno más abundante que se encuentra en el cuerpo, junto con el colágeno tipo I, que a menudo se encuentra en el mismo lugar. El colágeno tipo III se encuentra en la piel, los órganos y los vasos sanguíneos. Entre las fuentes de colágeno de tipo III se encuentran el bovino, el caldo de huesos y el pescado.

TIPO V, aunque es un componente menor del colágeno, desempeña un papel importante en la regulación del desarrollo de las fibras de colágeno en el tejido conectivo. A menudo se encuentra junto al colágeno de tipo II y es conocido por ayudar en el apoyo del cartílago articular.

¹ Can Collagen Supplements Help Arthritis?, Arthritis Foundation, 2022

² Collagen Supplementation for Joint Health: The Link between Composition and Scientific Knowledge, 2023

³ The effects of collagen peptide supplementation on body composition, collagen synthesis, and recovery from joint injury and exercise: a systematic review, 2021

⁴ Is collagen helpful for osteoporosis?, Medical News Today, 2023

⁵ Turning Down the Volume on Scar Formation to Promote Healthy Wound Healing, The University of Arizona College of Medicine, 2022

⁶ Collagen in Wound Healing, 2021

⁷ A Collagen Supplement Improves Skin Hydration, Elasticity, Roughness, and Density: Results of a Randomized, Placebo-Controlled, Blind Study, 2019

⁸ Oral supplementation with specific bioactive collagen peptides improves nail growth and reduces symptoms of brittle nails, 2017

⁹ Hair-Growth-Promoting Effects of the Fish Collagen Peptide in Human Dermal Papilla Cells and C57BL/6 Mice Modulating Wnt/ β -Catenin and BMP Signaling Pathways, 2022

Mejora Tu Rutina de Colágeno con Youngevity

A. COLLAGEN HAIR, SKIN & NAILS SUPPORT

#USYG300007

- Apoya la salud del cabello, la piel y las uñas a través de la ingesta diaria de colágeno y vitaminas esenciales.†
- Incluye colágeno de tipo I y II, antioxidantes botánicos, biotina, vitamina B12 y ácido alfa lipoico.
- Sabor natural a bayas.

B. COLLAGEN CREAMER

#USYG300009

- Aporta 7.5 g de colágeno por barra para ayudar a mantener niveles saludables de colágeno en el cuerpo.†
- Incluye colágeno de tipo I y II, triglicéridos de cadena media, calcio, potasio y 7 g de proteínas por barra.
- Sin gluten, sin lácteos y sin soya; cremoso sabor a vainilla perfecto para el café.

C. MULTI-COLLAGEN PEPTIDE GUMMIES

#USYG100506

- Aporta 6 tipos de colágeno (I, II, III, IV, V, X) para un apoyo inmunitario óptimo y unos tejidos conectivos sanos.†
- Incluye 1000 mg de péptidos de colágeno por gomita.
- Creado utilizando sólo fuentes limpias y sostenibles y mejorado con enzimas que impulsan el colágeno para una máxima absorción.

D. COLLAGEN PEPTIDES

#USYG300005

- Promueve la salud general con apoyo específico para las articulaciones, los huesos y la piel.†
- Proporciona 5 tipos de colágeno y enzimas para ayudarte a absorber mejor el producto.
- Ingredientes limpios y sostenibles procedentes de animales alimentados con hierba y libres de jaulas; sin saborizantes añadidos.

E. COLLAGEN PEPTIDES JOINT HEALTH SUPPORT

#USYG300006

- Aporta 5 tipos de colágeno, ácido hialurónico, cúrcuma, MSM y glucosamina para el apoyo específico de articulaciones, cartílagos y tendones.†
- Ingredientes limpios y sostenibles procedentes de animales alimentados con hierba y libres de jaulas.
- Sabor a bayas tropicales.



¡LOS EVENTOS ESTÁN DE VUELTA!

■ Inicia tu próximo evento exitoso siguiendo estos consejos

Probablemente has oído la frase “Nunca tienes una segunda oportunidad para causar una primera impresión”. Lo mismo puede decirse acerca de la organización de un evento presencial exitoso. Tanto si es el primero como el 40° que organizas, se trata de que tus invitados se sientan bienvenidos, cómodos y satisfechos de principio a fin. ¡Con la ayuda de los súper anfitriones, Raymond y Yolanda Brown, Louise Adrian y Kara Hinton, a continuación te ofrecemos algunos consejos útiles que te ayudarán a dar un arranque impecable a tu próximo evento!

Antes del Evento

1. Haz tu lista de invitados

Invita a todas las personas que creas que sacarían el mayor provecho de este evento: amigos, familiares, vecinos, tus conocidos favoritos y contactos de Facebook. Una vez que tengas una cifra aproximada de invitados, te resultará más fácil planificar el resto del evento.

2. Envía una invitación personal

Este paso es muy importante. Lo mejor es enviar una carta personalizada por correo, pero también puedes enviar un correo electrónico. Verifica dos veces la fecha y asegúrate de que toda la información sobre el evento está claramente especificada en la nota.

3. ¡No olvide los recordatorios!

Envía recordatorios por texto o correo electrónico para mantener informada a la gente antes del evento. Recomendamos enviar un recordatorio tres días laborables antes del evento.



Durante el Evento

1. Pon el Ejemplo

Vístete profesional, crea un espacio acogedor y prepárate para darlo todo cuando llegue el momento. Los pequeños detalles que demuestran lo bien que estás preparado y lo profesional que eres, como el horario del programa del evento, los encargados de los asientos o la música añadida, pueden causar una buena impresión.

2. Mantente presente

Asegúrate de divertirte y dedicar tiempo para conectar realmente con los presentes. Demuestra a los asistentes lo mucho que te gusta lo que haces y cómo te hacen sentir los productos, basándote en tu propia experiencia personal.

3. Lleva producto contigo

Es una buena idea tener algunos productos a mano. Una vez que tus invitados vean cuántos tipos diferentes de suplementos ofrece Youngevity, ¡querrán probar o comprar algunos! Los paquetes de stick son ideales para compartir con tus invitados.

Después del Evento

1. Seguimiento

Dar seguimiento después del evento es otra forma estupenda de demostrar a tus invitados lo mucho que te importan y valoras sus opiniones. Pregúntales qué fue lo que más les gustó del evento o cuál fue su muestra favorita.

2. Invítalos a unirse a Youngevity - De la manera correcta

Cuando des seguimiento, evita presionar a tus invitados de inmediato con preguntas como "¿Qué te parece?" o "¿Te parece una oportunidad que te interesaría?". Asegúrate de acercarte a los asistentes con sinceridad y paciencia.

3. Ayúdeles a ponerse en marcha

Cuando alguien esté listo para comenzar, ¡asegúrate de tener todo lo que necesitará para iniciar su trayectoria en Youngevity! Proporcionales tus mejores conocimientos y recuérdales que visiten el Centro de Recursos.



¿CANSADO DE SIEMPRE ESTAR CANSADO?

Si estás leyendo esto, probablemente estés familiarizado con la ansiedad, la frustración y el agotamiento profundo que suelen acompañar a una noche de sueño inadecuado. Tampoco estás solo. Según el Instituto Nacional del Corazón, los Pulmones y la Sangre (NHLBI), entre 50 y 70 millones de estadounidenses padecen trastornos del sueño.¹ Además, el CDC ha informado que uno de cada tres adultos no duerme lo suficiente todas las noches.² Además de ser muy, muy frustrante, la falta de sueño también puede tener un impacto negativo en tu salud en general.

La buena noticia es que, en realidad, tienes más control sobre tu horario de sueño del que imaginas. Si estás listo para sumergirte y centrarte en lograr una mejor salud en 2024, el sueño es un buen punto de inicio. Dormir bien puede hacer mucho por tu mente, tu cuerpo y tu estado de ánimo. Aquí tienes un desglose de lo que tus horas de sueño hacen por ti cada noche.

SOURCES

- 1 What Are Sleep Deprivation and Deficiency?, NIH National Heart, Lung, and Blood Institute
- 2 Do You Get Enough Sleep?, Centers for Disease Control and Prevention
- 3 The Benefits of Slumber, NIH News in Health
- 4 Sleep and immune function, 2012
- 5 Sleep Disorders and Sleep Deprivation: An Unmet Public Health Problem, Chapters 3 & 4, 2006
- 6 Relationship Between Sleep Quality and Mood: Ecological Momentary Assessment Study, 2019
- 7 Mental Health and Sleep, Sleep Foundation, 2023
- 8 How much REM sleep do you need?, Sleep Cycle Center
- 9 The Role of Sleep in Interpersonal Conflict : Do Sleepless Nights Mean Worse Fights?, 2013
- 10 How Sleep Affects Your Relationships, According to Science, TIME
- 11 How Inadequate Sleep Affects An Athlete's Performance, Sleep Cycle Center

NUEVO Beyond Sleep System

Relaja tu cuerpo con magnesio, descansa con melatonina de origen vegetal y recupérate con aminoácidos esenciales.

#USYG5133P



Dormir bien por las noches significa...



MÁS ENERGÍA

Cuando duermes toda la noche, estás preparado para afrontar el día con más energía y resistencia. También es menos probable que te lesiones o que te quedes dormido accidentalmente cuando no debes hacerlo (como en el trabajo o en la escuela).^{5,11}



UN MEJOR RENDIMIENTO COGNITIVO

¡Dile adiós a la niebla cerebral! Con una capacidad de atención mejorada, tiempos de respuesta más rápidos y una mayor capacidad de memoria, podrás conseguir todo lo que te propongas.⁵



ESTADO DE ÁNIMO REFORZADO

¿Quieres despertarte tranquilo en vez de gruñón? Necesitas más sueño REM. El sueño REM es esencial para procesar las emociones y los recuerdos, así que asegúrate de dormir unas 2 horas de sueño REM cada noche para sentirte lo mejor posible.^{6,7,8}



MEJOR COMUNICACIÓN

Construir una buena relación con los compañeros de piso, de trabajo y con nuevas parejas empieza por el cuidado propio. Según la ciencia, la forma más fácil de fomentar una mayor empatía, paciencia y un ambiente tranquilo es asegurarse de dormir lo suficiente.^{9,10}



SALUD FÍSICA ÓPTIMA

¿Sabías que tu cuerpo se cura a sí mismo durante la noche? Si duermes lo suficiente, tu sistema inmunitario y tu organismo se mantendrán fuertes, lo que se traduce en menos resfriados y en un menor riesgo de padecer enfermedades crónicas relacionadas con la falta de sueño.^{3,4,5}

CONCLUSION

Como puedes ver, cuanto más duermas, mejor. — Pero te estarás preguntando: "¿Cómo puedo dormir más?". La respuesta NO son los somníferos extra-fuertes, que sinceramente sólo harán que te sientas súper cansado por la mañana de todos modos. Sigue leyendo para conocer nuestras instrucciones paso a paso sobre cómo reconstruir tu rutina de sueño.

CÓMO MEJORAR TU RUTINA A LA HORA DE ACOSTARTE

¡PON TU SALUD EN PRIMER LUGAR DURMIENDO LO SUFICIENTE!

Según los expertos, crear una rutina nocturna constante y relajante es clave para descansar mejor.¹⁴ Puedes arreglar tu ciclo de sueño practicando una reducción gradual para dormir, y hemos reunido un montón de información y consejos útiles para ayudarte a construir una rutina de sueño más saludable:

01

DEJA DE COMER TENTEMPÍES NOCTURNOS

Puede que sea un hábito difícil de abandonar, pero vale la pena. Los estudios demuestran que los tentempiés nocturnos pueden dificultar el sueño y provocar interrupciones no deseadas durante la noche.¹² Para evitarlo, la Fundación del Sueño recomienda ingerir la última comida o tentempié entre dos y cuatro horas antes de acostarse. Si no puedes resistir las ganas de morder algo mientras ves la tele, los expertos recomiendan al menos evitar los alimentos con alto contenido en proteínas, grasas, azúcar y cafeína (si, eso significa alcohol, pre-entrenamiento, y café con la cena).³

02

PROGRAMA TIEMPO PARA PREOCUPACIONES

Los pensamientos desenfadados pueden ser un gran obstáculo para un sueño reparador, especialmente para los más de 40 millones de adultos con trastorno de ansiedad diagnosticado.⁴ Según los expertos, la mejor forma de evitar que las preocupaciones diarias inunden tu cerebro durante toda la noche consiste simplemente en dedicar unos minutos para afrontar tus preocupaciones cada día, de modo que puedas relajarte para dormir. De hecho, un pequeño estudio en 2018 encontró que los participantes que completaron listas de tareas antes de dormir se durmieron más rápido que aquellos que no hicieron una lista.⁵ Después de afrontar tu lista de tareas pendientes, ya sea tachándolas o reprogramándolas, puedes centrarte en actividades y pensamientos más tranquilizantes.

03

DEDICA TIEMPO PARA LA SALUD FÍSICA Y MENTAL

La ciencia dice que hacer ejercicio durante al menos 30 minutos al día puede repercutir en lo bien que se duerme por la noche, así que es importante darle prioridad.⁶ Por suerte, incorporar una actividad física ligera a tu rutina nocturna es muy fácil y de poco esfuerzo. Utiliza parte de tu tiempo de descanso para estirarte mientras escuchas un podcast relajante, una meditación guiada o música relajante. Los expertos han dicho que puede que tengas que experimentar con el horario para encontrar qué hora de la noche te va mejor. Animamos a todo el mundo a cuidar de su salud física y mental también fuera de las horas nocturnas, incluyendo la visita a un médico o terapeuta si tienes algún síntoma inusual recurrente. Los jadeos, por ejemplo, pueden ser un síntoma de apnea del sueño,⁷ mientras que despertar confundido o asustado puede indicar terrores nocturnos.⁸

04

GUARDA O APAGA LAS PANTALLAS

Con todas nuestras opciones de entretenimiento favoritas al alcance de la mano las 24 horas del día y los 7 días de la semana, puede resultar increíblemente difícil alejarse de las pantallas, aunque sólo sea durante unos minutos al día. La mala noticia es que nuestros teléfonos nos mantienen despiertos hasta demasiado tarde la mayoría de las noches y pueden impedirnos conciliar un sueño de calidad. La luz azul que emiten nuestras pantallas engaña a nuestro ritmo circadiano haciéndole creer que es de día, por lo que nuestras mentes permanecen más activas de lo que deberían a la hora de dormir.⁹ Nuestros cerebros también son adictos a la dopamina que producimos al relacionarnos con las redes sociales y nuestros entretenimientos favoritos. Como señaló Harvard Health, “cada notificación, ya sea un mensaje de texto, un “me gusta” en Instagram o una notificación de Facebook, tiene el potencial de ser un estímulo social positivo y un influxo de dopamina.”¹⁰

Puedes romper este ciclo dejando a un lado las pantallas por completo, o reducir el brillo de la pantalla con un filtro de luz nocturna (que la mayoría de los teléfonos incluyen hoy en día). Recomendamos realizar una actividad tranquila que involucre los cinco sentidos del cuerpo, una técnica aprobada por los terapeutas que puede ayudar a aquietar la mente y relajarse para conciliar el sueño.¹¹

05

ACUÉSTATE A LA MISMA HORA TODAS LAS NOCHES

Esto puede ser una obviedad, pero puede marcar la diferencia en el mundo. Según la CDC, mantener una hora de acostarse constante durante toda la semana (sí, incluso los fines de semana) es crucial para conciliar mejor el sueño.¹² Si entrenas tu reloj corporal para que se apague a las 10pm y se ponga en marcha a las 6am, te resultará más fácil tener sueño a las 10pm y despertarte fresco a las 6am. Además, mantener un horario constante a la hora de acostarse también puede ayudar a prevenir ciertas enfermedades por su influencia en la salud intestinal.¹³



¡TÚ PUEDES!

Estamos seguros de que estos consejos pueden ayudarte a conseguir una rutina constante a la hora de acostarte cada noche, pero es importante tener en cuenta que cada persona es diferente y que no todas las noches serán perfectas. Qué tan tarde te quedes despierto y cuánto duermas depende de ti. Lo importante es que te levantes descansado la mayoría de los días y estés satisfecho con lo bien que has dormido.

Para facilitarte la adaptación a tu nuevo horario de sueño y prepararte para las molestias nocturnas inesperadas, te sugerimos que tengas a la mano un par de auriculares o tapones para los oídos, un antifaz para dormir y nuestro sistema Beyond Sleep. Relájate con magnesio, descansa con melatonina vegana y recupérate con aminoácidos. Dedica menos tiempo a dar vueltas en la cama y más a contar ovejas.

FUENTES

- 1 Relationship between food intake and sleep pattern in healthy individuals, 2011
- 2 Associations between bedtime eating or drinking, sleep duration and wake after sleep onset: findings from the American time use survey, 2021
- 3 Is Eating Before Bed Bad?, Sleep Foundation
- 4 Anxiety Disorders – Facts & Statistics
- 5 The effects of bedtime writing on difficulty falling asleep: A polysomnographic study comparing to-do lists and completed activity lists, 2018
- 6 High Sensitivity of the Human Circadian Melatonin Rhythm to Resetting by Short Wavelength Light, 2003
- 7 Dopamine, Smartphones & You: A battle for your time, Harvard University Science in the News, 2018
- 8 Nightmares and Night Terrors, Johns Hopkins Medicine
- 9 Grounding Exercises: Using Your 5 Senses for Anxiety Relief
- 10 Exercising for Better Sleep, Johns Hopkins Medicine
- 11 What Is Sleep Apnea?, NIH National Heart, Lung, and Blood Institute
- 12 Tips for Better Sleep, Centers for Disease Control and Prevention
- 13 Why you should go to sleep at the same time all week, BBC
- 14 Are You Getting Enough Sleep?, Centers for Disease Control and Prevention

HISTORIAS DE ÉXITO

Enfoque siempre en el producto primero



LOUISE ADRIAN

Louise conoció Youngevity hace 10 años gracias a Sean y Annelise Brown, dos de los distribuidores estrella de Youngevity desde hace mucho tiempo. Empezó vendiendo aceites esenciales y maquillaje, pero se mostró indecisa a la hora de probar nuestros suplementos debido a su experiencia negativa con otras empresas de nutrición. Sin embargo, no tardó en darse cuenta de lo diferentes que son los productos nutricionales de Youngevity.

“Tengo artritis reumatoide y fibromialgia, así que los productos nutricionales han sido un cambio de juego para mí”, afirma. “Pude dejar de tomar siete medicamentos utilizando algunos de los productos de Youngevity, y llevo seis años sin tomar medicamentos para todo eso”. Desde entonces, ha podido ayudar a personas de todo el mundo con condiciones similares a obtener el apoyo nutricional que necesitan para llevar una vida más feliz y saludable.

Quando se trata de construir un negocio exitoso, Louise dice que es tan fácil como mostrar a todos lo bien que funcionan los productos. “Mi enfoque es siempre en el producto primero, porque si la gente usa los productos, sentirá la diferencia y se quedará en ellos”, explicó. “La conclusión es: si el producto funciona, se lo contarán a otras personas y se construirá de forma natural”.

Antes de unirse a Youngevity tiempo completo, Louise era organizadora de fiestas, por lo que pudo empezar a trabajar con una gran experiencia en redes y organización de eventos. Afirma que los eventos en las redes sociales, las llamadas personales y los seguimientos frecuentes han sido sus mejores herramientas para ampliar su negocio de nutrición. “Si sólo eres un enviador de enlaces, no vas a construir tan rápido o tan grande porque simplemente van a pedir el magnesio de calcio [u otro producto]”, añadió. “En cambio, si hablo con ellos... entonces puedo ayudarles a conseguir dos o tres productos que les van a ayudar.”

“

“Pude dejar de tomar siete medicamentos utilizando algunos de los productos de Youngevity...”

Youngevity tiene algo para todos

HALLIE REDD

La pasión de Hallie por los álbumes de recortes la llevó a Heritage Makers, y finalmente a Youngevity, hace unos 10 años. En aquel entonces, era madre primeriza y quería compartir la historia de su familia (sobre todo la de su padre) con sus hijos a través de los álbumes de recortes. Aunque al principio ella y su equipo dudaban en probar suplementos nutricionales después de que Heritage Makers fuera adquirido por Youngevity, todos se enamoraron de los productos inmediatamente. “En cuestión de un mes o seis semanas, todos se dieron cuenta y pudieron notar la diferencia con los Healthy Body Paks”, afirma. “La mayoría de ellos siguen fuertes en nutrición y se han diversificado.”



El producto nutricional favorito de Hallie en estos momentos es el sistema Beyond Sleep, que incluye magnesio, aminoácidos y melatonina vegana de origen vegetal. “Siempre me despertaba a media noche, como un reloj”, explica. “En cuanto sacaron el sistema Sleep, ya no tengo problemas para dormir.”

A Hallie le gusta trabajar para Youngevity de tiempo completo porque dice: “Tenemos algo para todos”. Y añadió: “Si alguien no quiere un álbum digital, pero le interesa dormir mejor, tener más energía o estar más sano, tenemos todo eso que podemos ofrecerle”. Anima a los nuevos distribuidores a que elijan dos o tres de sus pasiones a la hora de decidir qué productos Youngevity vender; de esta forma, disfrutarás lo que haces y podrás vender desde el corazón. Hallie también ha tenido un gran éxito en la incorporación de nuevos miembros compartiendo el gran negocio suplementario que puede ser esta oportunidad, especialmente para los que tienen familia. Esto es lo que les dice: “Si alguien aquí está buscando un plan B en la economía actual, definitivamente tengo algo que funcionaría para ustedes.”

Planta semillas para Fomentar Crecimiento



FORREST STIVENS

Forrest inició con Youngevity gracias a su madre y a un amigo de la familia, que le presentaron la empresa hace ocho años. Su familia se dedica a la agricultura orgánica, por lo que la nutrición siempre ha sido el centro de enfoque para él. Mucho antes de unirse a Youngevity, se enteró de las deficiencias de nutrientes en el suelo y buscó una manera de llenar los vacíos con suplementos.

Estaba en búsqueda de una oportunidad de negocio que fuera más allá de mejorar su salud cuando finalmente se conectó con Youngevity. Tras su mala experiencia con otras empresas de suplementos nutricionales, se alegró al ver que ofrecíamos algo que merecía la pena. “Aunque habíamos estado tomando estos otros suplementos nutricionales durante 17 años, una vez que empezamos con los 90 For Life™, hubo

múltiples cosas que notamos que todavía teníamos problemas y que simplemente desaparecieron”, explicó. Aunque toma todos los productos esenciales de 90 For Life, sus suplementos favoritos son Osteo FX™, Ultimate Selenium™ y Rebound FX™.

A partir de 2023, ayudar a las personas a obtener una mejor nutrición con las enseñanzas del Dr. Wallach es el trabajo de tiempo completo de Forrest, ¡y le encanta! Le ha permitido mantener su pasión por la música y el DJ. Incluso ha ayudado a deportistas de alto nivel, como el levantador de pesas Benjamin Creagh, a alcanzar nuevas cotas. Con tantos recursos disponibles en línea en comparación con hace una década, dijo que difundir la palabra y ampliar su negocio a nuevas partes del mundo también es más fácil que nunca. Recalcó que las historias de éxito y la calidad de los productos hablan por sí solas. “Si de verdad quieres ayudar a la gente y conseguir que se involucre más gente, capta al 100% los testimonios de tu gente: son como oro.”

Para quienes sean nuevos en el mundo de la distribución, recomienda escuchar atentamente a los clientes o distribuidores potenciales, llegar a conocerlos como verdaderos amigos y estar disponible con la información adecuada cuando la persona esté preparada para incorporarse. “Cuando te pregunten qué haces con tu vida, simplemente comparte las historias de cómo ayudas a la gente, planta semillas y, al final, crecerá algo absolutamente hermoso.”

Un salto de Fe Puede Transformar Tu Vida



“Creo en ella porque he visto que funciona con mucha gente.”

ROCÍO DEL CARMEN MONTAÑEZ CHAVEZ

La trayectoria de Rocío con Youngevity comenzó poco después de que su vida diera un giro radical debido a una enfermedad crónica. Enfrentada a tratamientos médicos invasivos que no deseaba, Rocío optó por la nutrición para intentar sanar su cuerpo desde dentro. Dijo: “No quería seguir lo que hace todo el mundo con el sistema médico, así que busqué otra oportunidad, una solución más natural, y encontré Youngevity... Los médicos no se lo podían creer porque mis estudios iban bien y cada vez estaba mejor después de sólo tres meses. Con estos productos, nunca, nunca estuve tumbada en la cama; seguí viviendo mi vida.”

Mientras seguía recuperándose, viajó desde Chihuahua, México a California para conocer al Dr. Wallach en persona. Tras haber obtenido toda la información que pudo de él, regresó a casa, entusiasmada por dar a conocer los productos nutricionales que tanto le habían ayudado. “Vine con algo así [inspiración] en mi mente y en mi corazón”, explicó. “Me dije: ‘Seguro que voy a ayudar a mucha gente’, así que empecé con mi familia”. Aunque en general recomienda los Mega Paks para la mayoría de la gente, dice que es importante tener en cuenta las necesidades de salud individuales de cada persona y hacer un seguimiento cada 30 días al principio para asegurarse de que cada producto es adecuado.

El trabajo duro de Rocío y su dedicación a ayudar a los demás dieron fruto. Ella ha ayudado a muchas personas en su comunidad a recuperarse y, en el proceso, comenzó a ganar suficiente dinero para iniciar su propio negocio con Youngevity en 2016. Le apasiona poder cambiar vidas con buena nutrición. “Tengo mucha fe en el producto, en la investigación del doctor, en la empresa y en todos los que trabajan para Youngevity”, dijo. “Creo en ella porque he visto que funciona con mucha gente”. A nivel personal, Rocío dijo que también está muy agradecida por la oportunidad porque le ha dado la habilidad de viajar, mantener a su familia e incluso hacer joyas en su tiempo libre, cosa que le encanta hacer.

Difundir el mensaje de salud

REBECCA KOZAK

La introducción de Rebecca a Youngevity ocurrió en 2016 en medio de lo que ella describe como uno de los momentos más difíciles de su vida. Escuchó por primera vez sobre las investigaciones del Dr. Wallach a través de su programa de radio y decidió probar los suplementos después de hacer su propia investigación. “A las dos semanas [de tomar los suplementos], se me quitaron las migrañas que sufría desde los 8 años y empecé a perder peso”, dijo. “También tenía una enfermedad degenerativa ósea y discal, que me producía mucho dolor... y ese dolor empezó a disminuir.”

Mucho antes de descubrir Youngevity e iniciar su propio negocio, Rebecca era apasionada respecto a una buena salud y nutrición. Solía realizar análisis estadísticos en el campo de la medicina y también era una orgullosa propietaria de una granja. Un día, tras revisar información sobre catéteres de angioplastia (que se utilizan para abrir arterias obstruidas por enfermedades cardíacas), se comprometió a llevar una vida más sana. “Me juré a mí misma que haría lo necesario para no necesitar ese aparato jamás”, explicó. “Ese no es el camino que quiero seguir.”

Debido a las dificultades por las que pasó, y gracias a su dedicación a una mejor salud, ha podido ayudar a muchísimas personas y difundir más cada año el mensaje de esperanza del Dr. Wallach. Aunque sus dos programas de entrevistas en directo con el Dr. Wallach, “Ask Doc Live” y “Daily with Doc”, han sido su principal fuente de recién llegados, también ha podido ayudar a muchas personas a través de las redes sociales y en reuniones individuales. Empezar su negocio con Youngevity le proporcionó el tiempo extra y la flexibilidad que necesitaba para criar a su hijo y ayudar a personas de todo el mundo como ella a recuperarse. “Como los productos me aportaron beneficios que me dieron ganas de seguir viviendo, quise compartirlos”, dijo.

Gracias a su régimen diario de suplementos, Rebecca pudo dar un giro a su vida y ahora puede disfrutar jugando con sus nietos, algo que no pudo hacer con sus propios hijos durante su crisis de salud. “Hace siete años, no habría sido capaz de hacerlo como lo hago ahora”, añadió. “Subir y bajar del suelo antes era una tarea; ahora todos son bailarines y yo bailo con ellos, me lo paso muy bien.”



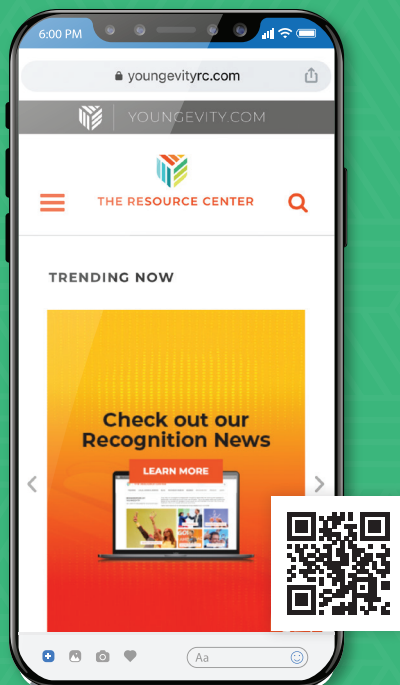
“Como los productos me aportaron beneficios que me dieron ganas de seguir viviendo, quise compartirlos.”

HERRAMIENTAS Y CAPACITACIÓN YGY

De dispositivos móviles a tabletas y de escritorio. De Facebook a Zoom. Youngevity ofrece capacitación, recursos y herramientas para que apoyes a tu equipo a dirigir tu negocio.

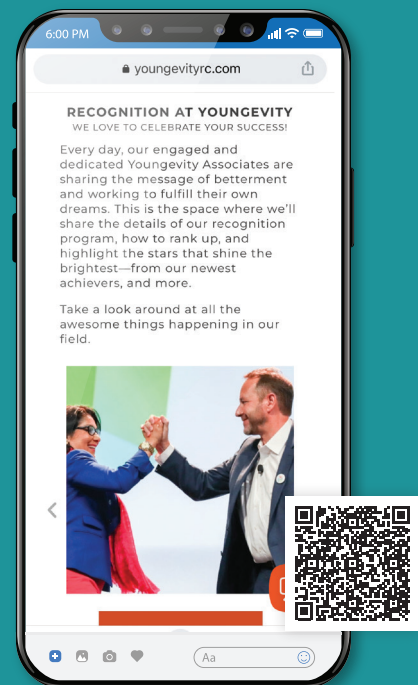
CENTRO DE RECURSOS YOUNGEVITY *Noticias, Capacitación y Más*

YoungevityRC.com tiene todo lo que necesitas. Navega eventos en tu zona u organiza eventos para promover. Capacitación, herramientas de ventas y archivos PDFs para descargar. Además, mantente al día en nuestro blog y noticias cada semana.



UNIVERSIDAD YOUNGEVITY *30, 60 y 90 días Capacitación Onboarding*

Seas nuevo o no, Youngevity ha creado una guía de capacitación comprensiva para ayudarte a comenzar o para refrescar tus habilidades.



CENTRO DE NEGOCIOS YOUNGEVITY 2.0

Panel de Control de Negocio y Más

Tú propia página con acceso a administrar a tus clientes, hacer pedidos y monitorear tus ganancias.



GRUPO PRIVADO YOUNGEVITY EN FACEBOOK

Tu Comunidad YGY

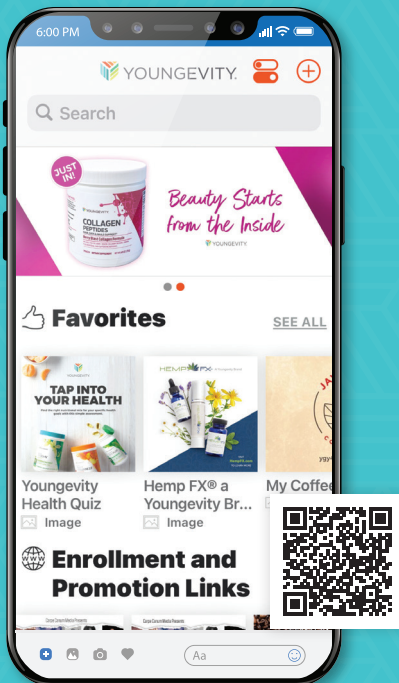
Acceso exclusivo a una comunidad de Distribuidores de Youngevity para preguntas, consejos, eventos y especiales.



APLICACIÓN YOUNGEVITY GO2

Una Constructora de Negocios al Alcance de Tus Manos

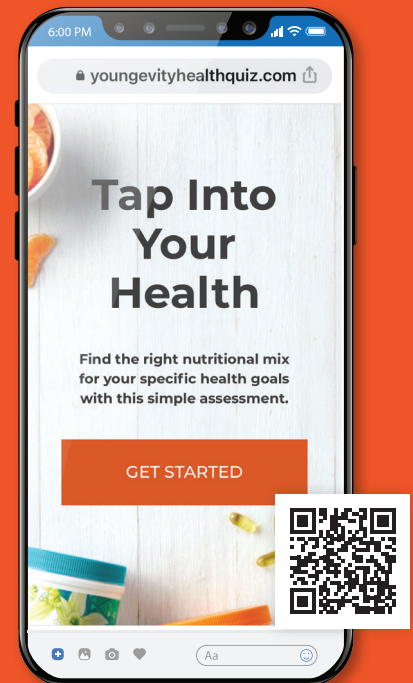
Ya sea que estés en tu aplicación móvil o una computadora, conéctate directamente con tus clientes y equipo para compartir materiales exclusivos de marketing, videos y más.



CUESTIONARIO DE SALUD DE YOUNGEVITY

Personalizado para Ti y Tus Clientes

¿No estás seguro de qué productos sugerir? Los clientes que completan el cuestionario de salud tienen un 65% más de probabilidades de comprar en Youngevity.com y obtener los productos que buscan.





ACTOS ALEATORIOS *DE BONDAD*

En un mundo que a menudo parece caótico, un simple acto de bondad tiene el poder de generar cambios profundos, no sólo en las personas, sino en comunidades enteras. Los actos de bondad al azar -esos gestos inesperados que calientan el corazón y elevan el espíritu- son la clave para fomentar un sentimiento de unidad y bienestar que trasciende las divisiones sociales.

En Youngevity, siempre hemos apoyado el servicio a la comunidad y la reciprocidad, ¡hasta el punto de que hemos lanzado nuestros propios días de Actos de Bondad al Azar (RAK, por sus siglas en inglés)! Creemos que es una inversión en la felicidad colectiva de una comunidad, por eso promovemos los días RAK el primero de cada mes. La bondad y la generosidad son un lenguaje universal que va más allá de las diferencias y resalta nuestra humanidad común.

Además, el acto de corresponder tiene un profundo impacto en el bienestar individual. Un estudio reciente del Journal of Happiness indica que ser voluntario influye positivamente en cómo te sientes mental y físicamente. Participar en actos de bondad libera hormonas del bienestar, como la oxitocina, que contribuyen a una sensación de plenitud y felicidad. Al ayudar a los demás, nos ayudamos inadvertidamente a nosotros mismos, creando un circuito de respuestas positivas que refuerza el tejido del bienestar de la comunidad.

Entonces, ¿cómo puedes participar? No es necesario donar grandes sumas de dinero ni realizar un gran esfuerzo filantrópico. A veces, los pequeños gestos en tu propia comunidad son los que más se pasan inadvertidos, y los más necesarios.

Únete al movimiento y comparte tus actos de bondad al azar con nosotros en nuestro grupo de Facebook Youngevity RAK.

A CONTINUACIÓN TE SUGERIMOS ALGUNAS FORMAS EN QUE PUEDES RETRIBUIR:

- Crear o entregar paquetes de apoyo a personas confinadas en casa o sin vivienda
- Donar sangre o ayudar a otros a llegar al lugar de donación
- Ayudar a un vecino o a una persona mayor a quitar la nieve, trabajar en el jardín u otras tareas
- Voluntario para leer a alumnos de primaria en una clase o en un programa extraescolar
- Voluntario como cuidador de perros o realizando otras tareas en el refugio de animales de su localidad
- Dona tu tiempo a Big Brothers/Big Sisters u otra organización similar
- Voluntario en la sede local de Hábitat para la Humanidad
- Enseñar computación u otros temas a personas mayores en centros comunitarios
- Organizar una limpieza de parques o carreteras

Éstas son sólo algunas de las formas en que puedes retribuir a tu comunidad y organizaciones. ¡Las opciones son infinitas! El punto es que incluyas en tu rutina el dedicar unas horas al mes a realizar un acto de bondad o servicio al azar. Al incorporar activamente este tipo de donaciones a nuestras vidas, no sólo creamos un presente más brillante, sino que también sentamos las bases de un futuro marcado por la empatía, la compasión y la alegría compartida. Al fin y al cabo, son los pequeños actos los que tienen el poder de cambiar el mundo, una comunidad a la vez.

UN DOCTOR EN *UNA MISIÓN*

Nuestro co-fundador, el Dr. Joel Wallach, lleva muchas décadas desafiando el status quo de nuestra comprensión de la salud y la nutrición. Su vida de investigación y servicio ha descubierto la correlación entre las deficiencias nutricionales de nuestra alimentación y el aumento de las enfermedades. Ha llevado a cabo una incansable misión para educar al mundo sobre cómo contrarrestar el impacto de la mala nutrición, y todos somos beneficiarios de su visionario trabajo.

Desde muy joven, Joel Wallach sintió curiosidad por las conexiones entre animales y humanos, y por cómo el medio ambiente, la contaminación y las enfermedades afectaban a ambos. Su curiosidad lo llevó a la facultad de veterinaria y a la investigación, lo que acabó conectándolo con dos importantes mentores: Marlin Perkins y William Albrecht. Estos dos hombres eran expertos en animales y plantas/suelo, respectivamente, dos temas clave que se convertirían en la piedra angular del trabajo del Dr. Wallach.

Desde un proyecto de conservación de rinocerontes blancos en África hasta el estudio de la contaminación como fuente de enfermedades en los animales, el Dr. Wallach no podía quitarse de la cabeza la idea de que todo estaba conectado y que los problemas que plagaban a los animales también podrían afectar a los humanos. Mientras trabajaba en el Centro Nacional de Investigación de Primates de Emory (Yerkes), sus investigaciones le llevaron a un descubrimiento que cambió su vida: una deficiencia nutricional era la causa de la fibrosis quística y la muerte de algunos de los primates con los que trabajaba (anteriormente sólo considerada una enfermedad humana), pero el resultado podía cambiarse tomando selenio y vitamina E.

Había descubierto por qué los animales (y las personas) se enfrentaban a tantos problemas de salud, y todo tenía que ver con la nutrición. Poco después se doctoró como médico naturópata y empezó a formalizar la comprensión del papel que la nutrición -específicamente, los minerales y otros nutrientes esenciales- desempeñaba en la salud y el bienestar

general. Descubrió que había 90 nutrientes esenciales, vitaminas, minerales, aminoácidos y ácidos grasos esenciales necesarios, no sólo para gozar de buena salud, sino para evitar enfermedades y dolencias. Su investigación descubrió la razón por la que no bastaba con comer “alimentos sanos.”

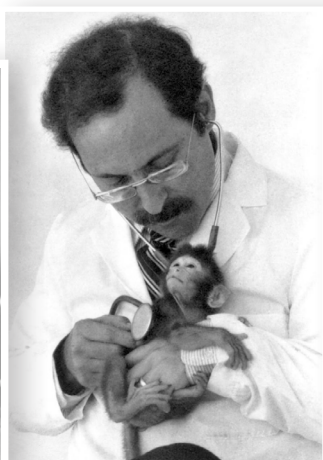
40 años después, el Dr. Wallach sigue impulsado por su misión a favor de la nutrición. De hecho, todos lo estamos. Nos mostró cómo el agotamiento del suelo afecta el nivel nutricional de los alimentos que de él proceden. Algunas de sus ideas iban en contra de las teorías e ideas convencionales de la época, específicamente sus creencias sobre los huevos, los aceites y las grasas saludables, que desde entonces han sido validadas. Nadie había hablado de nutrición y suplementos como él. Insistió en que la epigenética (factores ambientales) influye enormemente en nuestras vidas y que las enfermedades no sólo están relacionadas con la genética. Hoy en día, la epigenética se considera la clave para entender la salud.

Su misión lo llevó a combatir la desinformación sobre nutrición y a luchar por la libertad de la información sobre la salud. Se asoció con el abogado Jonathan Emord y solicitó al Congreso de EE.UU. la aprobación de la Ley DHSE, que garantizaba que las vitaminas y los minerales no tuvieran que dispensarse con receta médica. También contribuyeron a la aprobación de la Ley de Etiquetado y Educación Nutricional y la Ley de Educación sobre Suplementos Alimenticios.

Ha recibido invitaciones para hablar en las Naciones Unidas sobre sus descubrimientos y fue el primer médico naturópata en recibir el prestigioso premio Klaus Schwarz por su trabajo con los microminerales. Varios de los resultados de sus investigaciones han recibido la aprobación de la FDA. En resumen, el trabajo de toda una vida -su misión- sentó las bases de Youngevity, nuestra línea de productos y toda una organización de promotores de la salud.



Estamos orgullosos del legado de investigación y defensa de la información sobre la salud del Dr. Wallach.



ENCUENTRA TU HEALTHY BODY START PAK IDEAL

Youngevity ofrece soluciones inmediatas a través de nuestro cuestionario de salud.

Tu cuerpo necesita una amplia gama de vitaminas, minerales, aminoácidos y ácidos grasos esenciales para funcionar de manera óptima. Pero muchos de estos nutrientes se necesitan en concentraciones y no están disponibles únicamente en los alimentos. Por eso, después de décadas de investigación, el Dr. Wallach pudo establecer 90 nutrientes esenciales como base para una salud óptima. Estos 90 nutrientes esenciales abarcan el Youngevity Healthy Body Start Pak™.

El Healthy Body Start Pak reúne 60 minerales, 16 vitaminas, 12 aminoácidos y una mezcla poderosa de tres EFA: 90 componentes cuidadosamente mezclados para crear la combinación óptima que su cuerpo necesita para prosperar y sentirse mejor. Eso es un total de 90 razones para amar 90 For Life™.

60 minerales. Los minerales juegan muchos papeles vitales en el cuerpo, incluyendo el desarrollo de los huesos y la síntesis de hormonas. Los macro minerales, tales como calcio y magnesio, son minerales que el cuerpo necesita en grandes cantidades, los minerales traza como el selenio, cobre y zinc son necesarios pero se necesitan en menores cantidades.

16 Vitaminas. Las vitaminas son cruciales para el crecimiento y desarrollo normales. Por ejemplo, el cuerpo usa la Vitamina C para formar el colágeno en los huesos, cartílago, músculos y vasos sanguíneos. También ayuda en la absorción del hierro. La investigación científica es sólo el inicio para descubrir los numerosos beneficios de la Vitamina D, que incluye el soporte para los huesos, el corazón, la salud del sistema inmune y celular.

12 Aminoácidos. Estos “bloques constructores de vida” se combinan para formar proteínas. Su gran variedad de usos incluye el crecimiento, el desarrollo muscular y la digestión. Los aminoácidos están clasificados en tres grupos, esenciales (el

cuerpo no los puede producir, se deben obtener de la dieta), los no esenciales (sintetizado por el cuerpo humano) y los condicionales (esenciales cuando el cuerpo está bajo estrés o mala salud).

3 Ácidos Grasos Esenciales. Los ácidos grasos Omega-3, Omega-6 y Omega-9 son esenciales para la salud humana, jugando un papel importante en una amplia gama de sistemas biológicos, tales como el reproductivo, respiratorio, cardiovascular, mental y nervioso, y la salud de los ojos. Los estudios muestran que la mayoría de las personas no están obteniendo suficiente de estos nutrientes.

El Healthy Body Start Pak™ incluye un suministro de nutrientes para 30 días en tres componentes sabrosos: Beyond Tangy Tangerine 2.0, Ultimate EFA Plus y Beyond Osteo-FX™. Beyond Tangy Tangerine apoya sus sistemas de defensa naturales del cuerpo. Ultimate EFA plus mantiene un corazón, articulaciones y piel saludables. Y Beyond Osteo FX mantiene a los huesos en óptimas condiciones y a las articulaciones sanas.

Metabolismo y energía TUS INTERESES !



MUY BUENA

Nutrición base de amplio espectro creada para ayudar a mantener niveles de azúcar en la sangre saludables y metabolismo.

Healthy Body Blood Sugar Pak™ 2.0 (Paquete para tener un cuerpo saludable con buenos niveles de azúcar en la sangre)

\$225.64 Venta al menudeo
\$157.95 Venta al por mayor*

SKU #10254

Este paquete te proporciona la nutrición fundamental que incluye los 90 nutrientes esenciales que necesitas para desarrollarte más extractos naturales adicionales que ayudan al cuerpo a metabolizar la glucosa. Creamos este paquete en específico para promover niveles saludables de azúcar en la sangre que ayudan a



LA MISIÓN DE UN DOCTOR.

La investigación innovadora sobre medicina y nutrición del Dr. Joel Wallach acerca de los beneficios para la salud del selenio y otros minerales lo llevó a descubrir que todos los humanos necesitan 90 nutrientes esenciales para alcanzar una salud óptima y mantenerla. Fundó Youngevity en 1997 con la misión de compartir los beneficios de estos 90 nutrientes esenciales. Estudió nutrición durante más de 30 años y asumió un compromiso profundo para asegurar que Youngevity le brinde al mercado productos innovadores y de vanguardia que satisfagan las necesidades del estilo de vida moderno. Descubra lo bien que puede sentirse cuando usa 90 nutrientes esenciales durante 90 días, un enfoque de salud en el que confió una gran cantidad de personas de todo el mundo.

Una combinación nutricional exclusiva para ti

Todos los humanos tienen necesidades nutricionales básicas, nuestro Healthy Body Start Pak 2.0 mantiene esas necesidades, pero entendemos que cada individuo tiene propiedades y requisitos específicos. ¿Cuáles son los tuyos? Para ayudarte a seleccionar el Healthy Body Start Pak que mejor te convenga, necesitamos conocerte un poco mejor. Nuestro cuestionario de salud en línea te hace preguntas sobre tus objetivos y preferencias, y vuelve con soluciones de salud reales, como un entrenador personal realmente sintonizado. Sugiere el Healthy Body Start Pak y otros productos Youngevity para abordar tus preocupaciones y objetivos de salud. Dedica sólo unos minutos a estas preguntas, no hay respuestas "incorrectas", sólo estamos determinando lo que es correcto para ti y poder recomendarte soluciones para algunas de tus mayores prioridades de salud.

La base de la salud y el bienestar es una buena nutrición; ayuda a tener un cuerpo sano. Youngevity® ofrece una línea de productos de bienestar para ayudarte a vivir la mejor vida, para cualquier edad, cualquier estilo de vida, cualquier necesidad.

Todo comienza aquí

HEALTHY BODY START PAK 2.0

El corazón de lo que hacemos en Youngevity está ayudando a las personas a vivir una vida más saludable y más feliz. Nuestro Healthy Body Start Pak se desarrolló para brindar los 90 nutrientes esenciales que todos necesitamos para prosperar. El Healthy Body Start Pak es el punto inicial y lo recomendamos para cada individuo.



Para realizar el cuestionario, visita youngevityhealthquiz.com o escanea el código QR con tu teléfono para dar un paso saludable hacia adelante.



MÁS DE 58,000 CLIENTES Y
DISTRIBUIDORES YOUNGEVITY

PUEDEN

Ahorrar hasta 50%
EN SU SIGUIENTE PEDIDO.*



¡ASÍ ES! MÁS DE 58,000 PERSONAS TIENEN POR LO MENOS 250 PUNTOS EN EL PROGRAMA DE YOUNGEVITY REWARDS. ¿ERES TU UNA DE ELLAS?

¡Nuestro programa de recompensas realmente hace honor a su nombre! Lanzado en enero de 2020, el programa Youngevity Rewards ofrece descuentos increíbles a nuestros Clientes y Distribuidores más leales y activos. Puedes ganar puntos casi por todo. Youngevity te recompensa por cada dólar que gastas; cada referencia; cada pedido de autoenvío que generes; ¡Hasta por conectarte con nosotros en Facebook o Twitter!

Y todos esos puntos se suman a grandes ahorros. Un promedio de más de 3700 pedidos al mes han ahorrado hasta un 50 % al canjear sus recompensas en Youngevity.com

Y recuerda: ¡Úsalos o piérdelos! ¡Los puntos que ganes se vencerán a los 6 meses, así que asegúrate de canjear hoy los puntos que aun tengas disponibles! utilizado.

A los distribuidores de Youngevity les encanta el programa Rewards, especialmente cuando se trata de compartir los beneficios adicionales con sus clientes.



“Mi parte favorita del programa Rewards es como me da una gran razón más para acercarme a mi equipo y a mis clientes.”

Jennifer S.

Distribuidora Youngevity, Washington

Un distribuidor de Colorado agrega, “Personalmente, ¡Me encanta! Yo espero hasta tener 1,000 puntos, ¡así me ahorro \$100 de un pedido de \$200!” Lisa también cree firmemente en los puntos fuertes que el programa ofrece a los clientes y distribuidores nuevos.



“El secreto mejor oculto del programa Rewards es que la gente gana el triple de puntos en todas las compras hechas dentro de los primeros 30 días después de la inscripción. ¡Es un GRAN PROGRAMA!”

Lisa B.

Distribuidora Youngevity, Colorado

DESDE EL LANZAMIENTO ...

- ✓ Más de 91 millones de puntos han sido canjeados por descuentos en Youngevity.com
- ✓ Distribuidores y clientes han ahorrado más de 7 millones de dólares
- ✓ Puntos han sido canjeados en más de 131,000 pedidos

Para más información sobre el programa Youngevity Rewards, visita: Youngevity.com/Rewards

Para saber si tienes puntos canjeables, accede a Youngevity.com, haz click o toca la pestaña de Rewards en el tablero de tu cuenta: Youngevity.com/Login.



¡Visite youngevity.com/yphoto para ver nuevos productos y ventas destacadas!



Si eres nuevo en Youngevity, puede que estés empezando a adoptar nuestra línea comprensiva de productos. Un vertical de producto que quizá no te esperas es YPhoto, la plataforma de fotografía digital de Youngevity. Hay dos grandes razones por las que forma parte de nuestra oferta de productos: es bueno para el negocio y es bueno para tu salud.

No es ninguna sorpresa que el mercado de la nutrición y los suplementos sea una gran oportunidad de negocio, ya que casi el 75% de los adultos toman algún tipo de suplemento.¹ El mercado fotográfico es aún mayor. Casi todos tienen fotos, y cada año se toman y acumulan más. Las cifras podrían asombrarte. Según un estudio, en 2022 se tomaron más de 57,000 fotos por segundo mundialmente, lo que equivale a 1.81 trillones al año, ¡y la cifra sigue aumentando! La oportunidad de hacer crecer tu negocio con este vertical es enorme. A la gente le encantan sus fotos y, lo más probable, es que tengan años de fotos llenando su disco duro o su memoria en línea.

Entonces, ¿qué puedes hacer con esos trillones de fotos en Youngevity? ¡Podemos hacer casi cualquier cosa que se te ocurra! Ofrecemos un amplio surtido de álbumes de fotos con temas para bebés, bodas, viajes, recuerdos del año y mucho más. También ofrecemos una enorme colección de decoración para el hogar: desde lienzos y láminas metálicas, hasta pósters, láminas acrílicas, cojines, mantas y calendarios. Luego están los artículos de regalo perfectos, porque ¿quién no quiere una taza (o rompecabezas, esfera, imán o posavasos) con la imagen de su nieto, su querida mascota o simplemente un momento especial? Nos encantan las posibilidades que están a la punta de tus dedos con el programa YPhoto.

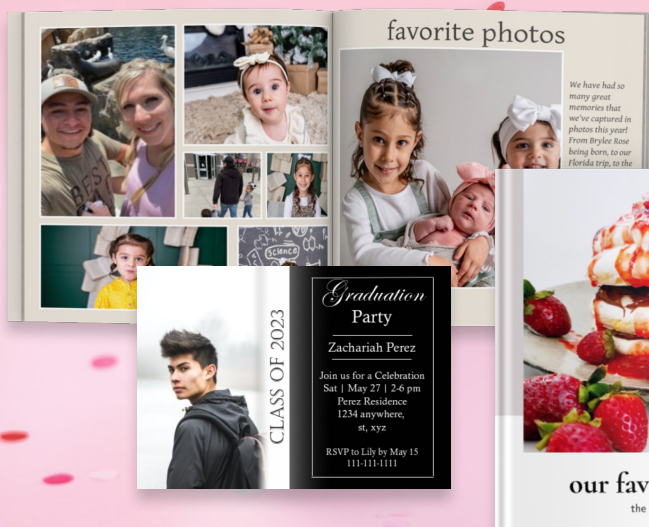
Pero lo que más nos gusta es lo que la combinación de tus fotos y nuestros productos puede hacer por tu salud. Youngevity cree en la salud holística, y apreciamos el poder que tienen las fotos, y por consiguiente, los productos fotográficos, para apoyar e incluso mejorar la salud mental.

Desde el momento en que se inventaron las fotos, se convirtieron en preciados artefactos y tesoros de nuestras vidas. Son pruebas tangibles de la gente a la que amamos, de dónde venimos y de las aventuras que emprendemos.

De hecho, estas fotos son mini máquinas del tiempo que nos ayudan a revivir momentos grandes y pequeños. Nos recuerdan que pertenecemos a una maravillosa red de personas que hacen que la vida sea especial. Nos recuerdan que hemos logrado grandes cosas y nos ayudan a revivir celebraciones.

¡TODO eso contribuye a un estado mental positivo! De hecho, los estudios han demostrado que revivir esos momentos felices puede reducir el cortisol, la hormona del estrés, en nuestro organismo. También puede brindar una sensación de logro y pertenencia, especialmente a los niños.

Creemos en aprovechar el poder de nuestras fotos para la felicidad. Y no tiene por qué ser complicado. Si quieres simplemente colocar tus fotos en una plantilla prediseñada, ¡puedes hacerlo! O puedes ser tan creativo como quieras. El punto es que es fácil crear algo, y aún más fácil invitar a otros a unirse a ti. Pronto notarás los beneficios en tu negocio y en tu salud.



PLAN DE COMPENSACIÓN

■ En Youngevity, estamos comprometidos en brindar a nuestros distribuidores y clientes los productos de calidad, servicios confiables y oportunidades maravillosas. El plan de compensación de Youngevity sirve a los distribuidores interesados en obtener diferentes niveles de ingresos, recompensándoles con porcentajes generosos y bonos. Aquellos interesados en ganar lo suficiente cada mes para cubrir el pago de su auto pueden usar el plan de compensación para hacerlo. Aquellos listos para construir una línea descendente lo suficientemente fuerte como para apoyar los sueños de matrícula universitaria de sus hijos también pueden hacerlo con los programas de Youngevity.

Para más información, visita youngevityrc.com.



RESUMEN DEL PLAN DE COMPENSACIÓN

	Asociado (A)	Asociado de Nueva Generación (BR-A)	Asociado de Ventas (SA-A)	Asociado Preferentes (SR-A)	Ejecutivo 1 Estrella (1SE)	Ejecutivo 2 Estrellas (2SE)	Ejecutivo 3 Estrellas (3SE)	Ejecutivo 4 Estrellas (4SE)	Ejecutivo 5 Estrellas (5SE)	Embajador Esmeralda ^a	Embajador Rubi ^a	Embajador Diamante ^a	Embajador Diamante Negro ^a
PQV (Volumen Personal de Calificación)	50	100	150	200	250	300	300	300	300	300	300	300	300
GQV¹ (Volumen de Calificación Grupal)				1,000 (línea 3 niveles)	5,400 (línea 3 niveles)	7,500 (línea 3 niveles)	10,500 (línea 3 niveles)	27,000 (línea 3 niveles)	43,200 (línea 3 niveles)	75,000 (línea 3 niveles)	75,000 (línea 3 niveles)	75,000 (línea 3 niveles)	75,000 (línea 3 niveles)
TCQV (Valor General de Calificación Total)										750,000	1,500,000	3,000,000	6,000,000
Team			(3) Clientes Preferentes, Asociados o rango Superior (línea nivel)	(3) Clientes Preferentes, Asociados o rango Superior (línea nivel)	(3) Asociados de Ventas superior (línea nivel)	(3) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(5) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(6) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(9) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(12) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(12) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(12) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella	(12) Ramas de Ejecutivo 1 Estrella
1	5%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%
2	5%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%
3		7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%	7%
4		6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%
5		6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%	6%
6		8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%	8%
7 Bono Infinito²		2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%
8		2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%
9+		2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%	2%
I. Bonos de Codificación Referirse a la página 2 para más detalles.		\$15	hasta \$35	hasta \$100	hasta \$140	hasta \$170	hasta \$180	hasta \$190	hasta \$190	hasta \$190	hasta \$190	hasta \$190	hasta \$190
II. Bono de Automóvil Referirse a la página 3 para más detalles. Proximamente el manual de entrenamiento.				\$300 ^{3,6}	\$600 ⁶	\$800 ⁶	\$1,000 ⁶	\$1,500 o \$2,000 ⁶	n/a	n/a	n/a	n/a	n/a
III. Acumulado de Ingresos Globales Ejecutivo 5 Estrellas que califiquen o rango superior reciben una parte equitativa del volumen global de negocio de la compañía.													
IV. Reconocimiento Ver manual de entrenamiento para más detalles (Proximamente).													

- Volumen de Calificación Grupal (GQV) se extiende a través de 3 niveles de Global Residual Comp. Plan (incluido el suyo) con comprensión. La comprensión ocurre cuando el volumen de un distribuidor / cliente preferido sube 1 o más niveles debido a un volumen inferior a 50 PQV en esos niveles.
 - Los Ejecutivos 1 Estrella y superiores desde el nivel 7 en adelante obtienen un 2% de Bono Infinito pagado a un número potencialmente ilimitado de niveles o hasta la 6ta generación de Asociados de Ventas.
 - Ya incluye 2% Bono Infinito.
 - Para lograr el rango de Embajador, debe alcanzar las calificaciones correspondientes durante tres meses consecutivos, y no más del 60% de Valor General de Calificación Total (TCQV) de una rama descendente.
- 5** Solo los Ejecutivos 1 Estrella requieren un mínimo de 12 Clientes Preferidos calificados inscritos personalmente y / o Asociados de Marca o superior, donde al menos 6 son pagados como Asociados de Marca o superior y cada uno tiene un mínimo de 100 PQV durante el periodo de calificación.
- 6** El Bono de Automóvil obtenido después de dos meses consecutivos de calificación en cualquier rango de Estrella por primera vez (no tiene que ser el mismo rango de Estrella). Una vez que esto se haya logrado, el bono del automóvil se pagará en cualquier mes posterior, mientras que se cumplan los requisitos para ese Rango de Estrellas. Consulte "Desglose del pago del Bono de Automóvil" en la página 3 para obtener más detalles.



©2019, Youngevity. Todos los derechos reservados. (1219) . 2400 Boswell Rd. Chula Vista, CA 91914 - 1-800-982-3189 - www.Youngevity.com
 Youngevity prohíbe a sus asociados realizar declaraciones de ganancias relativas a la promoción de las oportunidades de negocio de Youngevity. El hecho de que una persona se convierta en asociado de Youngevity y gane más de lo que él o ella ha ganado anteriormente no garantiza que esa persona obtendrá ganancias. Los asociados deben comprender los riesgos de inversión y los factores económicos que pueden afectar a los productos, como también, al talento para las ventas que posee cada asociado en particular.

DESGLOSE DE PAGO DEL BONO CEO MEGA PAK

Como Funciona La Codificación

- Se genera cuando se compra un CEO Pak o Business Builder Pak.
- La bonificación del patrocinador está determinada por su rango codificado en el momento de la inscripción, que inicia un nuevo grupo codificado.
- Los bonos de la línea descendente están determinados por la diferencia entre el rango codificado en la línea ascendente y el grupo codificado del patrocinador.

BONO DE INICIACIÓN

Reciba un Bono de Iniciación de \$70 dólares** por cualquier Distribuidor personalmente inscrito que adquiriera un CEO Mega Pak.*

*También conocido como el Business Builder Kit.

**Aplica a paquetes de E.U. Solamente. Paquetes CEO Internacionales pagan \$100.00 Cualquiera paquete BellaVita con el costo de \$599.00 USD paga \$200.00 FSB.

Detalle de Pago Acumulado

El pago acumulado recibido depende del rango del enrolador el día que inscribe al afiliado, no del rango del enrolador en la fecha en que se compra el producto.

EJEMPLO

Michelle inscribe a Steve el 1° de agosto, cuando ella es Ejecutivo 1 Estrella (1SE). Steve espera para comprar su CEO Mega Pak al 8 de agosto. El 8 de agosto, Michelle se convierte en Ejecutiva de 2 estrellas (2SE). Michelle recibe un pago acumulado de \$ 100 dólares (tarifa de 1SE) no de \$140 de pago acumulado (tarifa de 2SE) porque ella era un Ejecutivo 1 Estrella (1SE) en el momento de la inscripción de Steve.

Calificación para Bono de Codificación

- Conviértase en CEO calificado al comprar cualquier CEO Mega Pak* o alcanzando un mínimo de 500 PQV (acumulativo durante la vida útil de su cuenta).
- Debe tener un rango máximo alcanzado de Asociado de Ventas (SA-A) o superior.
- Debe tener un Rango de Pago como Asociado de Marca o superior dentro del periodo de calificación.

Calificación para Bono de Iniciación

- Debe tener un Rango de Pago como Asociado de Marca o superior dentro del periodo de calificación.

Rango	Bono de Codificación (Basado en la fecha de ingreso)	Pago Acumulado (pagado hasta)
Asociado	---	---
Asociado de Marca	---	---
Asociado de Ventas (SA-A)	\$15	\$15
Asociado Senior (SR-A)	+	\$35
Ejecutivo 1 Estrella (1SE)	+	\$100
Ejecutivo 2 Estrella (2SE)	+	\$140
Ejecutivo 3 Estrella (3SE)	+	\$170
Ejecutivo 4 Estrella (4SE)	+	\$180
Ejecutivo 5 Estrella (5SE) o mas	+	\$190 (pago maximo del grupo)

DESGLOSE DE PAGO DE BONO DE CODIFICACIÓN



©2019, Youngevity. Todos los derechos reservados. (1219), 2400 Boswell Rd. Chula Vista, CA 91914, 1-800-982-3189 - www.Youngevity.com
Youngevity prohíbe a sus asociados realizar declaraciones de ganancias relativas a la promoción de las oportunidades de negocio de Youngevity. El hecho de que una persona se convierta en asociado de Youngevity y gane más de lo que él o ella ha pagado por la oportunidad de negocio, depende de múltiples variables dependientes e independientes que son imposibles de predecir. Estas pueden deberse, entre otros, tanto a factores económicos específicos de la ubicación donde se pretenda vender los productos, como también, al talento para las ventas que posea cada asociado en particular.

EJEMPLO DE PAGO ACUMULATIVO

Semana 1 - Michelle inscribe a Steve. La codificación de Steve se muestra en la tabla a continuación. El rango máximo alcanzado por Michelle es Ejecutivo 5 Estrellas y un Rango de Pago como Asociado de Marca o superior. Michelle obtiene \$190 dólares del bono de codificación + \$70 dólares del bono de iniciación cuando Steve compra su CEO Mega Pak.

Rango	Quien está Codificado al Afiliado	Pago Acumulativo de Bono de Codificación (Basado en el momento de inscripción)	Pago Acumulativo (Pagado hasta)	Bono de Iniciación	Total (Incluye Bono de Iniciación)
Asociado de Ventas (SA-A)	Michelle	\$15 +	---	---	---
Asociado Senior (SR-A)	Michelle	\$20 +	---	---	---
Ejecutivo 1 Estrella (1SE)	Michelle	\$65 +	---	---	---
Ejecutivo 2 Estrella (2SE)	Michelle	\$40 +	---	---	---
Ejecutivo 3 Estrella (3SE)	Michelle	\$30 +	---	---	---
Ejecutivo 4 Estrella (4SE)	Michelle	\$10 +	---	---	---
Ejecutivo 5 Estrella (5SE) (o más)	Michelle	\$10 =	\$190 =	\$70 =	\$260

Semana 2 - Steve inscribe a Dave. La codificación de Dave se muestra en la tabla a continuación. Steve ya tiene el rango Ejecutivo 1 Estrella cuando inscribe a Dave. Steve obtiene \$100 dólares del bono de codificación + \$70 dólares del bono de iniciación y Michelle obtiene \$90 dólares cuando Dave compra su CEO Mega Pak.

Rango	Quien está Codificado al Afiliado	Pago Acumulativo de Bono de Codificación (Basado en el momento de inscripción)	Pago Acumulativo (Pagado hasta)	Bono de Iniciación	Total (Incluye Bono de Iniciación)
Asociado de Ventas (SA-A)	Steve	\$15 +	---	---	---
Asociado Senior (SR-A)	Steve	\$20 +	---	---	---
Ejecutivo 1 Estrella (1SE)	Steve	\$65 =	\$100 =	\$70 =	\$170
Ejecutivo 2 Estrella (2SE)	Michelle	\$40 +	---	---	---
Ejecutivo 3 Estrella (3SE)	Michelle	\$30 +	---	---	---
Ejecutivo 4 Estrella (4SE)	Michelle	\$10 +	---	---	---
Ejecutivo 5 Estrella (5SE) (o más)	Michelle	\$10 =	\$90 =	\$0 =	\$90

Semana 3 - Dave inscribe a Jim. La codificación de Jim se muestra en la tabla a continuación. Dave ha alcanzado el rango de Asociado Mayor y entonces inscribe a Jim. Dave obtiene \$35 dólares del bono de codificación + \$70 dólares del bono de iniciación. Steve obtiene \$65 dólares y Michelle \$90 dólares.

Rango	Quien está Codificado al Afiliado	Pago Acumulativo de Bono de Codificación (Basado en el momento de inscripción)	Pago Acumulativo (Pagado hasta)	Bono de Iniciación	Total (Incluye Bono de Iniciación)
Asociado de Ventas (SA-A)	Dave	\$15 +	---	---	---
Asociado Senior (SR-A)	Dave	\$20 =	\$35 =	\$70 =	\$105
Ejecutivo 1 Estrella (1SE)	Steve	\$65 =	\$65 =	\$0 =	\$65
Ejecutivo 2 Estrella (2SE)	Michelle	\$40 +	---	---	---
Ejecutivo 3 Estrella (3SE)	Michelle	\$30 +	---	---	---
Ejecutivo 4 Estrella (4SE)	Michelle	\$10 +	---	---	---
Ejecutivo 5 Estrella (5SE) (o más)	Michelle	\$10 =	\$90 =	\$0 =	\$90



©2019, Youngevity. Todos los derechos reservados. (1219) : 2400 Boswell Rd, Chula Vista, CA 91914, +1-800-982-3189 - www.Youngevity.com
 Youngevity prohíbe a sus asociados realizar declaraciones de ganancias relativas a la promoción de las oportunidades de negocio de Youngevity. El hecho de que una persona se convierta en asociado de Youngevity y gane más de lo que él o ella ha pagado por la oportunidad de negocio, depende de múltiples variables dependientes e independientes que son imposibles de predecir. Estas pueden deberse, entre otros, tanto a factores económicos específicos de la ubicación donde se pretenda vender los productos; como también, al talento para las ventas que posea cada asociado en particular.

DESGLOSE DE PAGO DEL BONO DE AUTOMOVIL

Comience a ganar un bono de automóvil después de dos meses consecutivos de calificación en cualquier rango de Estrella por primera vez (no tiene que ser el mismo rango de Estrella). Una vez que esto se haya logrado, el bono del automóvil se pagará en cualquier mes posterior, mientras que se cumplan los requisitos para ese Rango de Estrellas.

Por ejemplo: El rango alcanzado en enero es 1SE, por lo que comienza los 2 meses consecutivos de calificación en cualquier rango de Estrellas. El rango logrado en febrero es 2SE, esto completa el requisito de calificar 2 meses consecutivos en cualquier rango de Estrella. 3SE se logra en marzo, por lo que se pagará el bono de \$800.

***EJECUTIVO 1 ESTRELLA (1SE)** Requiere un mínimo de 12, Pagados como Clientes Preferidos y / o Asociados de Marco o superior inscritos personalmente, y donde al menos 6 (seis) son Pagados como Asociados de Marca o superior y cada uno tiene un mínimo de 100 PQV dentro del periodo de calificación.

EJECUTIVO 5 ESTRELLAS (5SE) Recibe un bono de Automóvil de \$1,500 si califica 5SE y no califica para el 2% de acumulativo de ingresos globales (NPQ). Recibe \$2,000 si es calificado 5SE y calificado para el 2% de acumulativo ingresos globales (PQ).

EJEMPLO #1

	Desglose	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
MARIA	RANGO	*1SE	2SE	3SE	4SE	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ
	PAGO	\$0	\$0	\$800	\$1,000	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500

*1SE (debe cumplir requisitos de bonificación adicionales, ver arriba) se logró en enero y 2SE en febrero, esto satisface el requisito de calificar en cualquier rango de Estrella por primera vez (no tiene que ser el mismo rango de Estrella). Ahora el Bono de Automóvil se pagará en cualquier mes posterior, una vez que los requisitos se hayan cumplido para el Rango de Estrella. 3SE se realizó en marzo, por lo que se pagó el bono de \$800. 4SE se realizó en abril, pagando el bono de \$1,000 y 5SE (NPQ) por los demás meses, pagando el bono de \$1,500 por cada mes.

EJEMPLO #2

	Desglose	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
PEDRO	RANGO	*1SE	*1SE	SR-A	3SE	*1SE	*1SE	SR-A	SR-A	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ
	PAGO	\$0	\$0	\$0	\$800	\$300	\$300	\$0	\$0	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500

1SE (debe cumplir requisitos de bonificación adicionales, ver arriba) se logró en enero y febrero, esto cumple con el requisito de calificar en cualquier rango de Estrella por primera vez (no tiene que ser el mismo rango de Estrella). Ahora el Bono de Automóvil se pagará en cualquier mes posterior, una vez que los requisitos se hayan cumplido para el Rango de Estrella. Bono de Automóvil no se pagó en marzo porque el rango alcanzado fue solo SR-A. 3SE se realizó en abril, por lo que se pagó el bono de \$800. *1SE (debe cumplir requisitos de bonificación adicionales, ver arriba) fue cumplido en mayo y junio así que se pagó el Bono de \$300. El Bono de Automóvil no se pagó en julio y agosto porque el rango alcanzado fue solo SR-A. 5SE (NPQ) fue cumplido desde septiembre hasta diciembre, pagando el bono de \$1,500 por cada mes.

EJEMPLO #3

	Desglose	Ene	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Dic
JOHN	RANGO	2SE	SR-A	3SE	3SE	*1SE	*1SE	SR-A	SR-A	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ	5SE NPQ
	PAGO	\$0	\$0	\$0	\$0	\$300	\$300	\$0	\$0	\$1,500	\$1,500	\$1,500	\$1,500

2SE se logró en enero, SR-A en febrero y 3SE en marzo. Dado que 2SE y 3SE no fue consecutivo, no cumple con el requisito de calificar en cualquier rango de Estrella por primera vez. 2 meses consecutivos. 3SE se logró en marzo y abril, esto satisface el requisito de calificar en cualquier rango de Estrella por primera vez (no tiene que ser el mismo rango de Estrella). Ahora el bono automóvil se pagará en cualquier mes después, una vez que los requisitos se han cumplido para el Rango de Estrella. *1SE (debe cumplir requisitos de bonificación adicionales, ver arriba) fue cumplido para mayo y junio, por lo que se pagó un bono de \$300. El Bono de Automóvil no se pagó en julio y agosto porque el rango alcanzado fue solo SR-A. 5SE (NPQ) fue cumplido desde septiembre hasta diciembre pagando el bono de \$1,500 por cada mes.



©2019, Youngevity. Todos los derechos reservados. (1219) 2400 Boswell Rd. Chula Vista, CA 91914 - 1-800-982-3189 - www.Youngevity.com
 Youngevity prohíbe a sus asociados realizar declaraciones de ganancias relativas a la promoción de las oportunidades de negocio de Youngevity. El hecho de que una persona se convierta en asociado de Youngevity y gane más de lo que él o ella ha vendido por sí mismo no garantiza que esa persona obtendrá ganancias. Estas ganancias pueden variar debido a factores económicos específicos de la ubicación donde se pretenda vender los productos, como también, al talento para las ventas que posea, está asociado en particular.

BONO DE INICIO RÁPIDO (QSB)

- **26% PAGADO SEMANALMENTE**
- **MITAD DEL RESIDUAL NORMAL PAGADO MENSUALMENTE**

Disfrute hasta 30% de Bono de Inicio Rápido (26% QSB real pagado semanalmente y mitad del residual normal pagado el día 15 del mes siguiente) en el BV de compras del distribuidor recién inscrito (o del cliente) dentro de los 30 días posteriores a la fecha de inscripción. Estos bonos se pagan con un límite de 750 BV en total por nuevo inscrito. Cualquier BV superior a 750 dentro del mes se pagará en las comisiones regulares de línea ascendente.

Requisitos

- 1 Debe ser el patrocinador.
- 2 Debe pagarse en BR-A o superior

Ejemplo de Bono de Inicio Rápido

- El afiliado (colocación de primer nivel al patrocinador) inscrito: 1.º de agosto.
- El patrocinador inscribe al afiliado el 1.º de agosto. El patrocinador está calificado para ganar hasta 30% QSB (26% QSB y mitad de pago residual normal, según la colocación) durante los primeros 30 días a partir de la fecha de inscripción del afiliado.

Bono de Reinicio Rápido

Un Bono de Reinicio Rápido (Quick Start Bonus) activará a los afiliados que NO hayan realizado una orden en los últimos 12 meses desde el último mes en que se realizó un pedido. Este bono solo se paga una vez durante el tiempo de vida de cada afiliado inscrito.

Ejemplo de Pago de Bono de Inicio Rápido

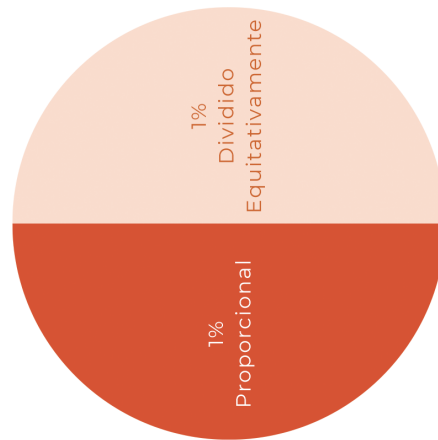
El afiliado realiza su primera orden por 250 BV el 1 de agosto. La semana en que se realiza el pedido se llama semana de calificación. Hay un período de espera de 2 semanas después de la Semana de Calificación para garantizar que el afiliado cumpla con todos los requisitos (Consulte los Requisitos anteriores) para su pago.

Si se cumplen todos los requisitos, el Bono de Inicio Rápido del 26% se pagará como un bono semanal el tercer lunes apartir de la fecha de la orden del patrocinado.

26% QSB pagado a la persona inscrita por orden del afiliado = 250 BV X 26% = \$65.00. El patrocinador también recibirá la mitad del pago residual normal del afiliado el día 15 del mes siguiente. Mitad del residual normal basado en la colocación en el primer nivel del afiliado = 250 BV X 4% = \$10.

Para financiar el Bono de Inicio Rápido, la línea ascendente hasta 8 niveles arriba del inscrito obtendrá la mitad de las comisiones normales ganadas durante el período residual. Entonces, si tuvieron que programar para ganar el 8% Comisiones de Bonificación a nivel Unitario, ahora ganarán el 4% de comisiones de bonificación residual, el 7% ganarán el 3.5% y así sucesivamente.

ACUMULADO DE INGRESOS GLOBALES*



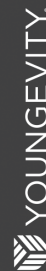
Comisión

- 1 Paga el 1% a cada calificado proporcional al BV de su Equipo
- 2 1% es dividido equitativamente entre todos los distribuidores calificados
- 3 Cuenta el 100% de tu BV que no esté debajo de otro distribuidor calificado
- 4 Más 50% de los BV bajo otros calificados que están debajo de su línea

Ejemplo

Cualquier distribuidor que haya alcanzado 5SE o más en 9 de los últimos 12 meses hasta enero de 2020 recibirá acumulado de ingresos globales.

*Elegibilidad para compartir en el 2% de BV de la compañía cada mes requiere que alcances 5 estrellas o más y consigas 500,000 OGV durante 9 de los últimos 12 meses.



©2019, Youngevity. Todos los derechos reservados. (7219) .2400 Boswell Rd. Chula Vista, CA 91914 - 1-800-982-3189 - www.Youngevity.com
 Youngevity prohíbe a sus asociados realizar declaraciones de ganancias relativas a la promoción de las oportunidades de negocio de Youngevity. El hecho de que una persona se convierta en asociado de Youngevity y gane más de lo que él o ella ha ganado anteriormente no garantiza que esa persona obtendrá ganancias. Estas oportunidades de negocio pueden implicar riesgos financieros y otros riesgos que son imposibles de predecir. Estas pueden incluir, entre otros, tanto a factores económicos específicos de la ubicación donde se pretenda vender los productos, como también, al talento para las ventas que posea cada asociado en particular.

RECETAS YOUNGevity

■ Crea sabrosas comidas y tentempiés con algunos de tus productos favoritos.

Te estamos facilitando aún más que obtengas la nutrición que necesitas para mantenerte sano. Combinando alimentos ricos en nutrientes con nuestros suplementos nutricionales de alta calidad, estarás apoyando tu salud en todos los aspectos que necesitas para prosperar.



Nieve Mineral STX

Receta de Christy Berry

INGREDIENTES:

- 1 paquete de Youngevity Majestic Earth® Mineral STX™
- 1/2 cucharadita de extracto de vainilla
- 1 taza de crema para batir
- 1/2 cucharadita de extracto de fresa
- 8 oz de fresas congeladas

INDICACIONES:

1. Pica las fresas congeladas.
2. Mezcla todos los ingredientes hasta obtener una textura suave.
3. Añadir nueces si se desea.



Majestic Earth® Mineral STX
 #USYG400401
 Retail \$55.99 | W/S \$44.95



Sta-Natural®
Total Meal Replacement
 #USSN100001
 Retail \$71.99 | W/S \$57.95

Super Greens
 #USYG300001
 Retail \$64.99 | W/S \$51.95

Spearmint Essential Oil
 #67074
 Retail \$24.99 | W/S \$19.95

Malteada Skinny Minty

Receta de Barlet Wilbert

INGREDIENTES:

- 2 cucharadas de Sta-Natural® TMR Chocolate Shake
- 1 cucharada de Youngevity® Super Greens
- 8 -10 oz de leche de su gusto
- 1-2 gotas de Youngevity Spearmint Essential Oil
- 3-4 cubos de hielo (opcional)

INDICACIONES:

1. Mezcla en una batidora y ¡a disfrutar!





Envoltura de Salmón

Receta de Allison Johnston

INGREDIENTES:

- 2-3 cucharadas de queso crema
- Salmón ahumado
- 1 cápsula de cada una 20 Daily y 18 Daily Fruit
- Rodajas de aguacate
- Repino pelado
- Repollo picado en cubitos
- 1 hoja de papel de arroz grande
- 1 hoja de lechuga grande
- 1 tallo largo de chalota, rápidamente escaldado

INDICACIONES:

1. Espolvorear la cápsula de 18 frutas diarias sobre el salmón.
2. Mezcla la cápsula de 20 Daily veggie el queso crema y mézclalo bien.
3. Coloca primero la hoja grande de lechuga y encima la hoja de papel de arroz. Esto ayuda a evitar que se apelmace y mantiene el rollo unido.
4. Unta la hoja de papel de arroz con el queso crema, el salmón y los demás ingredientes.
5. Humedece el papel de arroz en los extremos. Corta la chalota por la mitad a lo largo.
6. Átalo en 2 secciones para que cuando se corte por la mitad se mantenga unido.



**18 Daily Super Fruit Blend
& 20 Daily Super Veggie Blend**
#USYG1006
Retail: \$86.99 | W/S: \$69.95



Collagen Peptides
#USYG300005
Retail \$38.99 | W/S \$30.95

Nutmeg Baking Spice
#USSF500102
Retail \$9.99 | W/S \$7.95

Sopa de Calabaza cargada de Colágeno

Receta de Allison Johnston

INGREDIENTES:

- 2 tazas de caldo de pollo
- 2 cucharadas de ghi
- 1 libra de calabaza pelada y cortada en cubos
- 1 cebolla amarilla grande, pelada y cortada
- 2 dientes de ajo grandes, pelados
- 1 cucharadita de Nutmeg Blend Baking Spice
- 1.5 cucharadas de Collagen Peptides
- Sal y Pimienta al gusto
- Cebollino picado
- Gotas de salsa Tabasco (opcional)

INDICACIONES:

1. Calienta un sartén grande. Añade el ghi y derrítelo. Pon la calabaza, la cebolla, el ajo y el Nutmeg Blend Baking Spice en la sartén. Revuelve de vez en cuando hasta que la calabaza se dore.
2. Añade el caldo de pollo y cocina durante 20 minutos.
3. Añade el Collagen Peptide y ponlos en la licuadora.
4. Una vez mezclado, sazona con sal y pimienta. Añade unas gotas de tabasco y espolvorea perejil o cebollino.





AUTOENVÍO



PROGRAMA DE AUTOENVÍO YOUNGevity

Ahorros, Conveniencia y Bonos de Rewards

El programa de Autoenvío Youngevity aporta muchos beneficios estupendos:



OBTEN ENVÍO GRATIS EN PEDIDOS DE AUTOENVÍO DE \$99* O MÁS

Recibe tus pedidos directamente en tu puerta cada mes, automáticamente y sin complicaciones.



PROGRAMACIÓN DE ENTREGA FLEXIBLE

Cambia tu fecha de entrega cada mes o cancela cada vez que quieras. ¡Sin sanción!



PERSONALIZA TU AUTOENVÍO O PONLO EN ESPERA UN MES

Agrega o elimina productos fácilmente, escoge de tu práctica lista de deseos, o pon tu autoenvío en espera (Máximo 3 veces por año calendario).



OBTÉN BONOS DE YOUNGevity REWARDS

Los pedidos de autoenvío ganan 20 puntos de Rewards adicionales al total del valor de tu pedido de autoenvío.

Nuestro programa de autoenvío es divertido y flexible – porque tenemos muchos productos increíbles para elegir, puedes hacer cambios a tu autoenvío para probar algo nuevo cada mes.

Si estas construyendo un negocio con Youngevity, te alegrará saber que los autoenvíos incrementan la retención, la lealtad y la previsibilidad de tu volumen mensual, y todos los participantes de autoenvío tienen un pedido promedio más alto que los pedidos regulares.

Ya que mencionamos lealtad, los participantes de autoenvío obtienen **20 PUNTOS REWARDS** adicionales como agradecimiento por su lealtad aparte del envío gratis.



**SATISFACCIÓN
GARANTIZADA**

OBTÉN MÁS INFORMACIÓN Y EMPIEZA YA

Visita Youngevity.com/Autoship para obtener más información y empezar hoy.

¿YA TIENES AUTOENVÍO?

Difunde las noticias con tus amigos, familiares y tu organización.

*Envío gratis es de \$99 para Clientes Preferidos y Distribuidores y \$125 para clientes de menudeo en Estados Unidos y Canadá. Consulte otros mercados para las reglas de envío gratis.