

# lifestyle

reliv



**LunaRich:**  
El próximo  
paso hacia  
el futuro



Aprovecha el día. Disfruta cada minuto. Haz que cada momento cuente.

# vive en el **now**



RELIV INTERNATIONAL PRESENTA UNA PRODUCCIÓN DE RELIV 25, UN VIDEO INSPIRADO POR RELIV NOW® CON LUNARICH® BRETT STABLER GENA WINCHELL DAVE NOWACK CON EL DR. ALFREDO GÁLVEZ Y EL DR. CARL HASTINGS EN 'VIVE EN EL NOW' PRODUCIDO PARA LOS DISTRIBUIDORES RELIV DISEÑADO PARA COMPARTIRLO CON TODOS

**AHORA EN ESTRENO**

[reliv.com/now](http://reliv.com/now)

[youtube.com/relivinternational](https://youtube.com/relivinternational)

## Tweets



**Joshua Yoder** @JoshuaYoder

¡Estamos de maravilla! El negocio está avanzando, ayudando a más personas, ¡y ya llegó X! ¿Puede haber algo mejor? ¡Sí, la Conferencia Internacional!



**Ashley González** @Ash\_Blinzinger

¡Estoy muy emocionada con el nuevo producto de Reliv! ¡Qué emoción! ¡No veo la hora de que llegue mi pedido! #lunarichx



**Christian Dembiec** @goals\_scored

Tardé años en tomar mi primer licuado Reliv. Me tardé 18 años en darme cuenta de lo impresionantes que pueden ser estos productos. Salud óptima, ¡allá voy!

## ¡Nuevo producto eXtraordinario!

Amigos, ¡ustedes sí que la hicieron en grande con LunaRich X!

¡Mi caja está en camino y tengo a tres personas que quieren 2 botellas cada una! ¡Gracias Reliv!

**Diane Helmold a través de Facebook**

¡Un volcán nutricional está a punto de hacer erupción, y se llama LunaRich X!

**Pat Smith a través del Blog de Reliv**

¡Me encanta esta empresa! Están haciendo muchas cosas buenas en un mundo en el que suceden cosas horribles. Me da mucho gusto pertenecer a una empresa tan positiva. ¡Gracias Reliv por años de investigación médica y por ayudarnos a llevar vidas más saludables y felices!

**Pam Mead a través de Facebook**

¡Estoy muy emocionado de ver lo mucho que ha crecido el negocio Reliv!

**Keith Roberts a través de Facebook**

Los escalofríos comenzaron con la cuenta regresiva. ¡Tenemos el privilegio de ser parte de unos momentos muy emocionantes!

**Zanetta Roam a través de Facebook**

¡Estamos muy emocionados con LunaRich X! La gente está obteniendo cada vez más resultados con los productos de LunaRich, ¡y ahora nos han dado esto! ¡Estoy ansiosa por comenzar a compartirlo con mis amigos!

**Rebecca Kelly a través de Facebook**

¡Vaya! Me quito el sombrero por ti Reliv. ¡Nos has colocado muy en alto este año a través de pruebas, desarrollo, investigación y mercadeo!

**Robert Anthony Sr. a través de Facebook**

¿Quieres ser el primero?



Comparte tus comentarios en estas redes sociales y podrías verlos publicados en el siguiente *Lifestyle*:  
[reliv.com/blog](http://reliv.com/blog)  
[facebook.com/reliv](https://www.facebook.com/reliv)  
[facebook.com/teamreliv](https://www.facebook.com/teamreliv)  
[facebook.com/relivkalogrisfoundation](https://www.facebook.com/relivkalogrisfoundation)  
[twitter.com/reliv](https://twitter.com/reliv)  
[pinterest.com/reliv](https://www.pinterest.com/reliv)

# Contenido

06	Buena nutrición para la gente ocupada
08	Soya mucho mejor
10	Nutrición a un nivel superior
12	Ciencia real, resultados reales
18	Línea de productos LunaRich
20	¿Cuál es tu número?
22	La oportunidad LunaRich
24	El siguiente nivel
25	¿Quieres triunfar? ¡Planifica para la acción!
26	Un faro de esperanza
28	Mi historia
30	@reliv.com



17

## La innovación significa oportunidad

**Es 2013 – ¡El momento oficial de celebrar el 25° aniversario de Reliv!**

Reliv abrió sus puertas por primera vez en 1988 con una clara visión y una creencia fundamental de que las personas debían y podían tener el control de sus vidas. Desde entonces, los Distribuidores Reliv se han puesto en contacto con el mundo y han conseguido mejorar la salud, la economía y el estilo de vida de miles de personas.

Es admirable lo que hemos logrado juntos a través de los años, ¡pero es aún más emocionante lo que estamos encaminados a lograr! **En este 2013 todo es innovador– nuestros productos, nuestro negocio y la forma en la que se maneja nuestra empresa.** Y todo comenzó el 12 de enero con el lanzamiento de LunaRich X™ y el sistema de puntuación de LunaRich®.

Nuevamente, Reliv está a la vanguardia en la ciencia de la nutrición, y se lo tenemos que agradecer al **Dr. Carl Hastings** y a nuestro socio el **Dr. Alfredo Gálvez**. LunaRich representa la culminación de años de trabajo innovador. Hemos escuchado testimonios de éxito de nuestros productos hechos a base de soya durante 25 años, y ahora la ciencia nos dice por qué funcionan – ¡y los está mejorando aun más!

**LunaRich posiciona mejor a Reliv como una empresa de bienestar nutricional** – Esta innovación puede beneficiar a los jóvenes y a la gente mayor a través de la prevención, vitalidad, bienestar... y mucho más. Así que, ¿quién necesita conocer esto? Como le gusta decir al Vicepresidente Sénior del Éxito de Distribuidores **Don Gibbons**: “¡Cualquiera que esté respirando!”

Probablemente has escuchado el rumor de los medios en torno a la lunasina y LunaRich – TV, radio, internet– y hay aun más por venir. Sólo necesitas LunaRich, su tecnología y la oportunidad masiva que representa. Mi consejo es que cuando la gente escuche hablar de lunasina, LunaRich y Reliv, hagas que piensen en TI.

Estamos celebrando 25 años de Reliv en el 2013, pero sé que nuestros mejores años se avecinan. **Creemos en nuestros productos, creemos en nuestra oportunidad de negocio y creemos en ti. ¡Aquí vamos!**



**Ryan Montgomery**  
Presidente

Mi consejo es que cuando la gente escuche hablar de lunasina, LunaRich y Reliv, hagas que piensen en TI.

### colaboradores

**editor jefe**

Mark Murphy

**editora administrativa**

Mandy Manley

**diseñadora gráfica**

Lesli Schmitt

Para mayor información acerca de Reliv, comunícate con la persona que compartió contigo esta revista o visita [reliv.com](http://reliv.com).

©2013 Reliv International, Inc.

Las declaraciones contenidas en el presente material no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos. Las declaraciones en los testimonios personales reflejan experiencias individuales de Distribuidores Reliv Independientes y no son necesariamente resultados típicos que obtendrás. No se pretende que los productos Reliv sirvan para diagnosticar, tratar, curar o evitar enfermedad alguna.

Como en cualquier negocio independiente, el éxito como Distribuidor Reliv requiere de una gran cantidad de trabajo arduo y dedicación. Los testimonios individuales aquí presentados muestran ejemplos del estilo de vida y los beneficios económicos que están disfrutando algunas personas a través de la oportunidad Reliv como resultado de sus propias cualidades y esfuerzo personal. Estos testimonios son sólo ejemplos y no reflejan resultados típicos o garantizados.

# Buena nutrición para la gente ocupada

Por la Dra. Patricia Bannan, MS, RD  
Autora de "Eat Right When Time is Tight"

Comer bien... ¿quién tiene tiempo? Si te sientes sobrecargado, abrumado y con exceso de trabajo, no estás solo. En estos días, más personas que nunca se quejan de que les gustaría comer mejor, pero simplemente no tienen tiempo. Es por eso que decidí escribir: *Eat Right When Time is Tight: 150 Slim-Down Strategies and No-Cook Food Fixes* (Come bien aunque tengas el tiempo limitado: 150 estrategias para adelgazar sin tener que cocinar), para sugerirte cómo puedes comer mejor, sin importar lo ocupado que estés, cuántos proyectos estén pendientes en la oficina ni cuántos niños requieran tu atención al mismo tiempo.

Aunque muchos de mis clientes están interesados en bajar de peso, los beneficios de comer más saludablemente van mucho más allá de adelgazar. Tomar decisiones inteligentes sobre la alimentación y el estilo de vida puede aumentar tu energía, mejorar tu estado de ánimo, embellecerte la piel y el cabello y mejorar tu salud a corto y a largo plazo.

He aquí algunos sencillos pasos que puedes seguir para "comer bien aunque tengas el tiempo limitado":



# upada

Agregar productos LunaRich a tu estilo de vida saludable es un paso rápido y fácil que puedes tomar para mejorar tu salud sin importar cuán ajetreado sea tu día.

## Come algo todas las mañanas

De seguro ya sabes que deberías desayunar todos los días. Pero si estás demasiado ocupado por la mañana como para preparar un desayuno o simplemente no tienes apetito tan temprano, no hay problema. No tienes que comer un desayuno “tradicional”, sólo algo que contenga proteína y fibra en las primeras dos horas después de despertar. Ese simple paso impulsará tu metabolismo, mejorará tu estado de ánimo y aumentará tus probabilidades de consumir las calorías que tu cuerpo necesita (sin pasarte) para el resto del día. Algo tan simple como una rebanada de pan tostado integral con mantequilla de maní natural o un yogurt descremado y un plátano, te proporcionará suficiente proteína y fibra para sentirte bien durante todo el día.

## Come frutas y verduras

Según las investigaciones, las personas que consumen dietas altas en frutas y verduras son más propensas a mantener un peso corporal saludable y menos propensas a padecer de enfermedades crónicas, como las enfermedades del corazón, la hipertensión arterial y ciertos tipos de cáncer. Pero probablemente ya sabías eso. El reto es: ¿Quién realmente tiene tiempo para contar las cinco a nueve porciones al día que se recomiendan?

Una de las maneras más fáciles de hacerlo es calculando — intenta llenar la mitad de tu plato con frutas y verduras. Y aunque lo mejor es lo fresco, las enlatadas y las congeladas pueden brindarte una opción nutritiva y conveniente cuando simplemente no te sea posible ir al supermercado. Otro consejo es escoger por colores — anaranjados, rojos, verdes y morados — entre más coloridas sean las frutas y verduras en tu plato, mayores serán los beneficios que obtendrás de sus nutrientes.

## Suplementa de manera inteligente

Aparte de tu dieta, los recientes descubrimientos en la ciencia de la nutrición siguen develando los componentes alimenticios que promueven una salud óptima. Uno de los más emocionantes descubrimientos recientes es la lunasina, un péptido natural responsable de muchos de los beneficios de la soya.

La lunasina es un componente alimenticio muy investigado y apoyado científicamente — hay más de 50 artículos, publicados por más de 25 instituciones de investigación, que demuestran que la lunasina funciona a nivel celular para aportar una amplia gama de beneficios para la salud, incluyendo la salud del corazón, el control del colesterol, la reducción de la inflamación, la inmunidad mejorada y la salud celular en general. Y la lista sigue creciendo.

Aunque la investigación es emocionante, es igualmente importante elegir un suplemento de calidad que aproveche toda esa investigación. No hay productos disponibles hoy en día que optimicen tanto el contenido de la lunasina como la línea de productos exclusivos LunaRich de Reliv. Agregar productos LunaRich a tu estilo de vida saludable es un paso rápido y fácil que puedes tomar para mejorar tu salud sin importar cuán ajetreado sea tu día.

## Cambio de enfoque

Por el Dr. Carl Hastings, Director Científico de Reliv

La innovación ha sido el enfoque de Reliv desde su creación. Classic®, la fórmula patentada de Reliv y desarrollada por el **Dr. Theodore Kalogris**, impactó a la industria de la nutrición hace más de 25 años. A eso le siguieron catorce revolucionarios productos Reliv, siete de ellos con patentes propias.

LunaRich® es el más reciente e impactante reflejo de ese compromiso de Reliv por la innovación. Este revolucionario producto aprovecha el poder nutritivo del péptido de soya lunasina, como ningún otro disponible hoy en día.

El **Dr. Alfredo Gálvez**, socio de Reliv en la creación de LunaRich, descubrió la lunasina en la Universidad de California Berkeley en 1996, y los científicos en todo el mundo han estado identificando sus beneficios desde entonces:

- **Más de 25 instituciones de investigación**
- **Más de 20 fuentes de financiamiento**
- **Más de 50 artículos de investigación publicados.**

La lunasina no es sólo un súper alimento. Lo que hace que la investigación sobre la lunasina sea especialmente innovadora es que incluye estudios pioneros en el tema de la epigenética, un nuevo campo en el estudio de la salud y la nutrición. El epigenoma, que literalmente significa “más allá del genoma”, tiene un mayor nivel de complejidad que el ADN dentro de la célula. Aunque no podemos determinar nuestro ADN, el epigenoma permite influir en cuáles genes se activan o desactivan a través de nuestras opciones de estilo de vida.

La lunasina es uno de los primeros compuestos nutricionales que demostradamente funciona a nivel epigenético para fomentar una salud óptima. Las fórmulas de polvo de soya LunaRich y LunaRich X™ son los primeros productos en proporcionar cantidades óptimas de lunasina en cada porción. Tú eres una de las primeras personas en enterarte de esta exclusiva de Reliv.

Haz de cuenta que es el mismo juego con otro enfoque.

# soya mucho mejor



**No toda la soya es igual. ¿Quieres una prueba? Sólo considera esto:**

## **Año: 1995**

**Investigación:** El análisis de pruebas clínicas demuestra que consumir 25 gramos de proteína de soya reduce el colesterol LDL en un 12.5%.

**Resultado:** En 1999 la FDA (Administración de Alimentos y Fármacos de Estados Unidos) aprueba la siguiente afirmación: "25 gramos de proteína de soya, como parte de una dieta baja en grasa saturada y en colesterol, puede reducir el riesgo de contraer cardiopatías".

## **Año: 2006**

**Investigación:** El análisis de pruebas clínicas, efectuadas después de la aprobación de la FDA, demuestra que la ingesta diaria de 50 gramos de proteína de soya, en promedio, reduce el colesterol LDL en tan sólo 3%.

**Resultado:** La Asociación Americana del Corazón de Estados Unidos (AHA) petitiona que la FDA rechace la decisión que tomó en 1999 de respaldar la afirmación acerca de la proteína de soya.

¿Qué le pasó entonces entre 1995 y 2006 a la capacidad de la proteína de soya para reducir el colesterol? La demanda de productos de soya se disparó con la recomendación de la FDA, y los productores desarrollaron procesos de elaboración más eficientes para satisfacer esa demanda. Lamentablemente, muchos de estos procesos eliminaban el componente de proteína de soya responsable de reducir el colesterol en primer lugar: la lunasina, un péptido de origen natural.

## **Descubrimiento revolucionario**

En el año 1996 el Dr. Alfredo Gálvez descubrió la lunasina en la Universidad UC Berkeley. Al descubrimiento le siguieron más de 50 ensayos clínicos sobre la lunasina, publicados en más de 25 instituciones de investigación. En el 2012 la Asociación Americana del Corazón, la misma organización que buscó suprimir la afirmación respaldada por la FDA acerca de la proteína de soya, reconoció la capacidad de la lunasina para apoyar la salud cardiovascular.

## **Año: 2008**

**Investigación:** Un ensayo clínico identifica el péptido lunasina en la proteína de soya como el ingrediente activo responsable de reducir el colesterol LDL.

**Resultado:** En el 2012 la Asociación Americana del Corazón invita al Dr. Alfredo Gálvez, el líder del ensayo y descubridor de la lunasina, a exponer en su Convención Nacional, y publica los resultados del ensayo en su revista *Circulation*.

## **Un mejor grano**

No hay producto alguno que optimice el contenido de lunasina como la línea LunaRich® de Reliv. Todo esto es gracias al proceso de selección de la semilla y a la elaboración exclusiva que realizan Soy Labs y el Centro de Ciencias Botánicas de Missouri para Reliv y sus asociados.

La selección del germoplasma de soya LunaRich se lleva a cabo en el Centro Nacional de Biotecnología de Soya (NCSB), ubicado en el Centro Bond de Ciencias de la Vida en el campus de la Universidad de Missouri. Ahí los científicos



han creado una base de datos de los rasgos de miles de variedades de granos de soya. Sólo las variedades de semillas que tienen la mayor concentración de lunasina son seleccionadas para ser usadas en LunaRich.

Continuamente se mejoran estas variedades específicas a través del cultivo natural de la planta para que cada cosecha sucesiva de semillas produzca niveles más elevados de lunasina. Eso significa que toda la soya utilizada en LunaRich es non-GMO (no modificada genéticamente), de la mejor calidad y continuamente mejorada.

## Cosecha más saludable

También es crítica la tecnología de elaboración que se utiliza para producir LunaRich. Este proceso exclusivo no utiliza sustancias químicas agresivas que puedan destruir o diluir el péptido. Muchos polvos de soya son fabricados a través de un método de extracción química. Sin embargo, LunaRich se elabora usando sólo la extracción mecánica para separar los diversos componentes de la soya.

Los productos resultantes, el polvo de soya LunaRich y el más refinado LunaRich X™, son los únicos productos en el mercado que pueden garantizar la cantidad de lunasina bioactiva que contienen. Con LunaRich puedes tener la tranquilidad de saber que estás recibiendo todos los beneficios de este sorprendente péptido de soya con cada porción.

## Breve historia de LunaRich

- 1996 – El Dr. Alfredo Gálvez descubre la lunasina en la UC Berkeley
- 1999 – La FDA aprueba la afirmación acerca de los beneficios de la proteína de soya para la salud del corazón
- 2008 – El Dr. Gálvez presenta el mecanismo epigenético que utiliza la lunasina para bajar el colesterol
- 2009 – Soy Labs recibe patente estadounidense sobre el mecanismo activo
- 2011 – El Centro de Ciencias Botánicas de Missouri se asocia con Reliv y Soy Labs
- 2012 – Reliv lanza al mercado el polvo de soya LunaRich
- 2013 – Reliv lanza LunaRich X y el sistema de puntaje LunaRich.

## Evolución de la Ciencia de la Nutrición



### Fase I: Macronutrientes

- Proteína, grasas, carbohidratos
- Funcionan a nivel fisiológico elemental



### Fase II: Micronutrientes

- Vitaminas, minerales
- Funcionan a nivel sistémico
- La base de la investigación nutricional del siglo 20



### Fase III: Compuestos Bioactivos

- Fitoquímicos, péptidos, isoflavonoides
- Funcionan a nivel epigenético celular
- Innovación nutricional y médica para el siglo 21

La lunasina es uno de los primeros compuestos bioactivos que demostradamente afectan la expresión génica y promueven una salud óptima a nivel epigenético.

# nutrición a un nivel superior

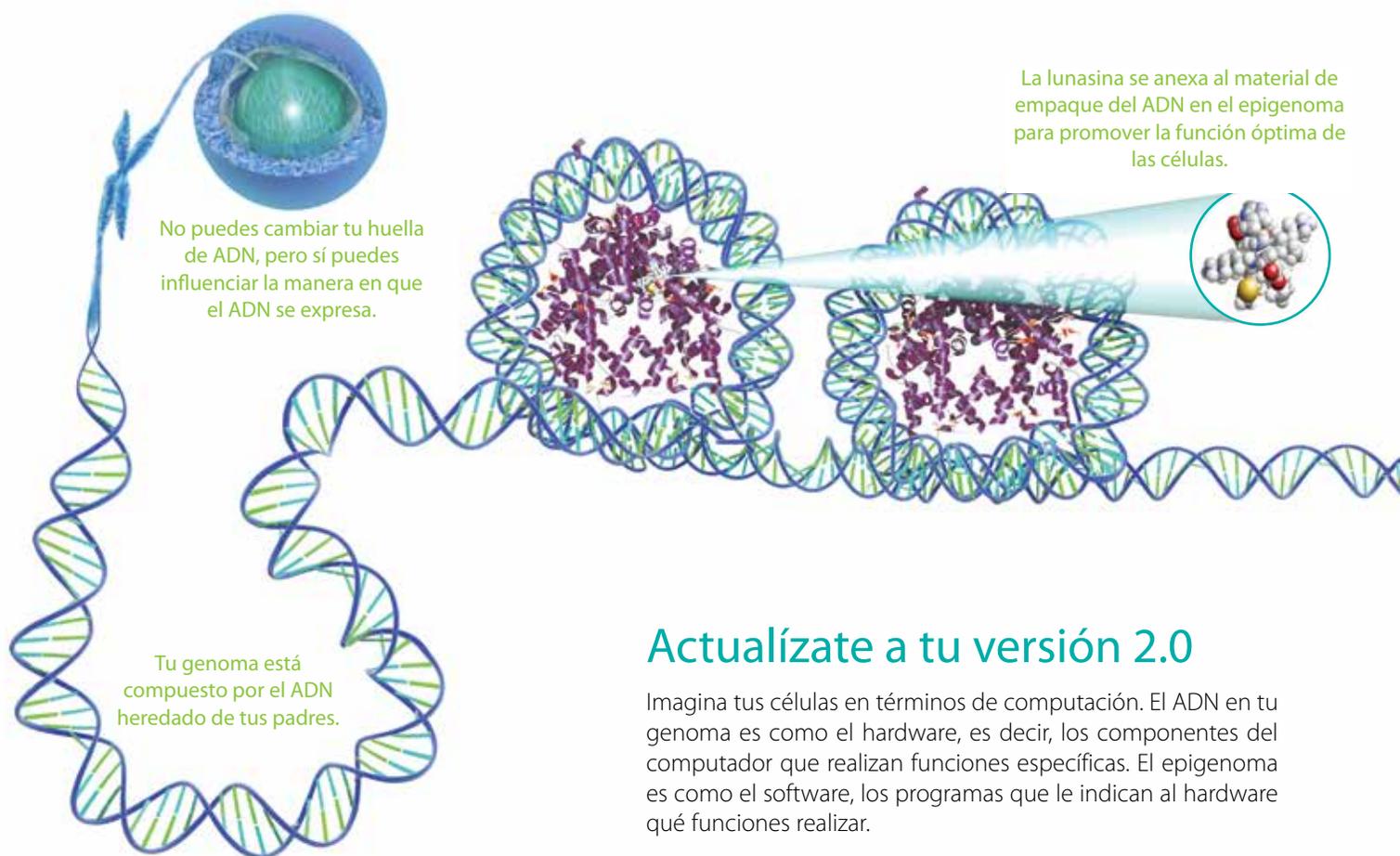
Cada célula en tu cuerpo, desde tu cerebro a las uñas de tus pies, contiene el mismo ADN, o genoma. Entonces, ¿qué hace que las diferentes células realicen diferentes funciones? La respuesta está en tu epigenoma, un mayor nivel de complejidad dentro de la célula.

El epigenoma consiste en material empaquetado de ADN y funciona como una serie de interruptores genéticos. Determina la función de las células al indicarle a tu genoma, cuáles genes encender y cuales apagar.

## Toma el control de tu salud

El epigenoma también influye en el buen funcionamiento de cada célula. En el epigenoma, las elecciones de un buen estilo de vida activan la expresión de genes saludables — los genes saludables se activan y los que no lo son se desactivan. Así que, aunque no puedes cambiar tu tipo de ADN, si puedes influir en la manera en que se expresa.

La nutrición está en el centro de todo. Y los péptidos de soya de la lunasina son unos de los primeros ingredientes alimenticios identificados que afectan la expresión del gen y promueven una salud óptima a nivel epigenético. Con la lunasina, realmente puedes tomar el control de tu salud. Y hoy en día no hay productos disponibles que optimicen el contenido de la lunasina como la soya en polvo LunaRich® y LunaRich X™ de Reliv.



## Actualízate a tu versión 2.0

Imagina tus células en términos de computación. El ADN en tu genoma es como el hardware, es decir, los componentes del computador que realizan funciones específicas. El epigenoma es como el software, los programas que le indican al hardware qué funciones realizar.

# La epigenética: la nueva frontera de la salud

Tu genética carga el arma. Tu estilo de vida aprieta el gatillo.

— Dr. Mehmet Oz

Para obtener un mapa epigenético completo se necesitan mejores avances en computación. Cuando se complete, el Proyecto Epigenética Humana (que en estos momentos se lleva a cabo en Europa) hará que el Proyecto Genoma Humano parezca algo tan simple como lo era un ábaco para los niños del siglo 15.

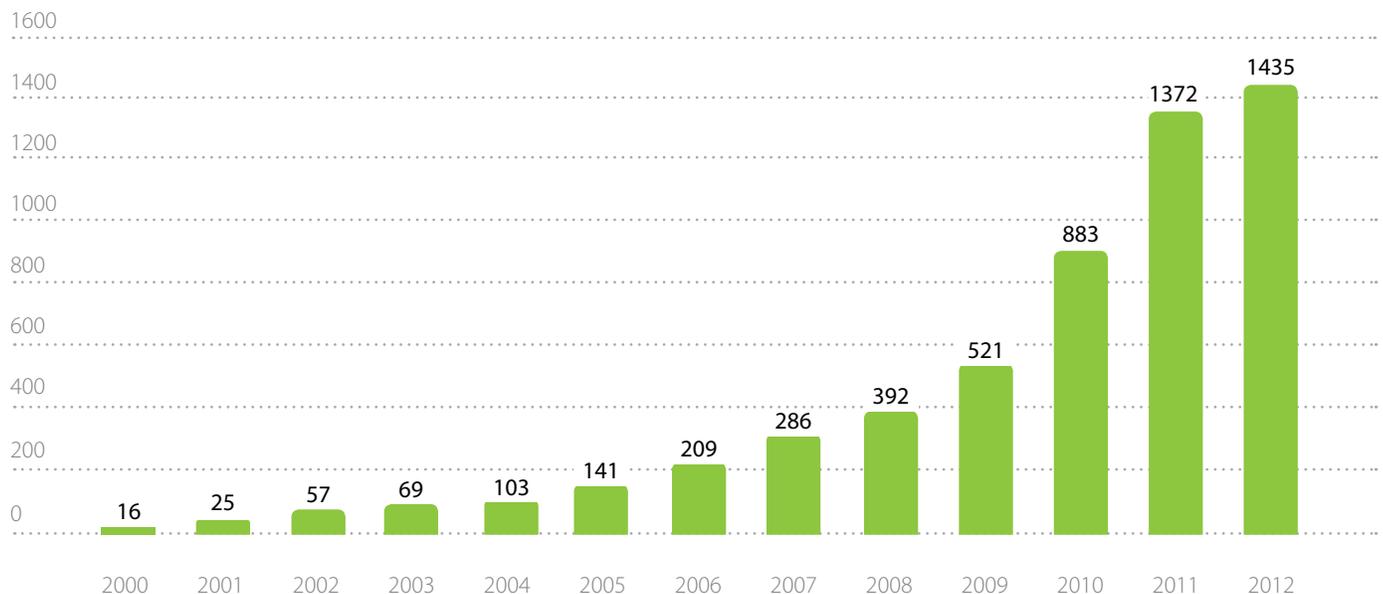
— *Revista Time*

Potencialmente, el campo de la medicina podría revolucionarse por esta perspectiva epigenética sobre el origen de las enfermedades – cambiando subsecuentemente nuestro enfoque sobre el cuidado de la salud, del tratamiento médico hacia la prevención.

— - Randy Jirtle, Ph.D., Laboratorio de Epigenética e Impresión, Duke University

## Número de publicaciones de PubMed sobre la epigenética [2000-2012]

Información extraída de una investigación independiente de PubMed, base de datos en línea de la Biblioteca Nacional Estadounidense de Medicina e Institutos Naturales de Salud

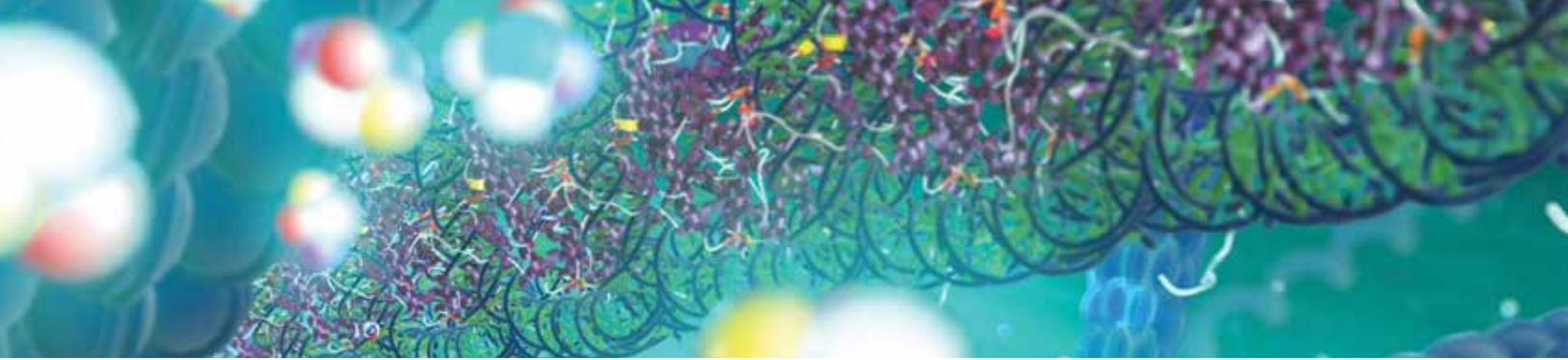


Los beneficios para la salud de la soya han sido muy bien documentados. Pero sólo recientemente los científicos han descubierto el componente más importante de la soya: la lunasina, un péptido natural de soya.

La lunasina fue descubierta por primera vez en 1996 por el **Dr. Alfredo Gálvez** durante su investigación para mejorar el perfil nutricional de la proteína de soya en la Universidad de California Berkeley. "Descubrí la lunasina accidentalmente" confiesa el Dr. Gálvez. "Desde entonces, los investigadores de instituciones líderes de todo el mundo, se han unido a mí para liberar el potencial de este péptido extraordinario. Y en gran medida, ¡apenas estamos comenzando!"

A photograph of two men in white lab coats standing behind a laboratory bench. The man on the left is of Asian descent, and the man on the right is of European descent. They are both smiling. The bench is cluttered with various pieces of laboratory glassware, including beakers, test tubes, and small bottles. The background shows laboratory shelves and equipment. The lighting is bright and clinical.

**Ciencia Real.**  
**Resultados Reales**



## Suplementos súper poderosos

“Una de las observaciones más importantes que hice durante muchas horas mirando a través del microscopio fue que la lunasina puede adherirse al epigenoma de la célula”, observa el Dr. Gálvez. “Como resultado, puede aumentar la expresión de importantes genes que se necesitan para un funcionamiento normal de las células y protegerlas del daño ambiental”.

LunaRich® y LunaRich X™ son los primeros productos que sacan el máximo provecho de los descubrimientos del Dr. Gálvez. LunaRich es un polvo de soya exclusivo que ofrece de 5 a 10 veces más la cantidad de lunasina en comparación a otros suplementos de soya comunes. LunaRich X es la fórmula más concentrada de lunasina que se haya jamás producido: más de 200 veces la potencia de la proteína de soya de alta calidad.

## Listos para trabajar

Los productos LunaRich no sólo ofrecen más lunasina, también hacen que la lunasina sea más biodisponible para su absorción por el cuerpo. “La biodisponibilidad ha sido primordial en la Diferencia Reliv desde que desarrollamos nuestros primeros productos”, explica el Director Científico **Dr. Carl Hastings**. “Con LunaRich, hemos llevado la biodisponibilidad de la lunasina a un nivel totalmente nuevo”.

El inigualable proceso de refinamiento de LunaRich retiene una “coraza” más integrada y uniforme de moléculas chaperonas protectoras para cuidar mejor que la lunasina no sea destruida en el estómago. Luego la coraza se rompe debajo para permitir una máxima absorción de lunasina en el intestino delgado, en donde puede brindar el mayor beneficio.

**El resultado:** productos que ofrecen óptimos niveles de lunasina en una forma fácilmente absorbible por el cuerpo para brindarte máximos beneficios.

## Clave del control del colesterol

En 1999, la FDA (Administración de Alimentos y Fármacos) aprobó una declaración sobre la salud: “25 gramos de proteína de soya al día, como parte de una dieta baja en grasas saturadas y colesterol, puede reducir el riesgo de sufrir enfermedades cardíacas”. Las investigaciones muestran que las dietas basadas en soya reducen el colesterol malo (LDL) y los triglicéridos a la vez que aumentan el colesterol bueno (HDL). Los científicos han descubierto que la lunasina es la clave de las propiedades de la soya que ayudan a reducir el colesterol.

El colesterol se origina de dos fuentes: del régimen alimenticio y de la propia producción de nuestro cuerpo en el hígado. Más del 80% del colesterol proviene del hígado, así que la manera más efectiva de reducir el colesterol malo es controlando la producción interna del hígado. La lunasina ayuda a reducir el colesterol en dos maneras:

### 1. Interrumpe la producción de colesterol en el hígado

### 2. Mejora la habilidad del hígado para limpiar el colesterol malo del torrente sanguíneo

#### Un nuevo enfoque

“El control del colesterol comienza con una dieta adecuada y ejercicio”, afirma el Dr. Gálvez. “Y la lunasina ofrece una manera adicional para mejorar el colesterol, que trabaja en una etapa temprana en el proceso de producción del colesterol dentro del cuerpo”.

La mayor parte del colesterol se produce en el hígado por el gen de la enzima HMG-CoA. Simplemente al bloquear la HMG-CoA puede provocar problemas de salud porque tu cuerpo necesita un mínimo nivel de colesterol para el correcto funcionamiento celular. En cambio la lunasina dirige el colesterol a una etapa previa, reduciendo la HMG-CoA sin bloquearla por completo. Así que recibes los beneficios del colesterol reducido sin interrumpir el funcionamiento natural del cuerpo.

*Importante:* Consulta a tu médico antes de alterar cualquier programa establecido para manejar el colesterol.



Tengo un historial familiar de enfermedades cardíacas, así que necesito ser proactivo con mi salud. Los licuados Reliv me han ayudado a disminuir mis niveles a un rango saludable.

**Richard Vance / Clayton, California**



Después de haber donado un riñón, los doctores estaban preocupados por mi colesterol. Comencé a tomar Reliv Now® con LunaRich, y los niveles regresaron a donde tenían que estar después de unos cuantos meses.

**Juanita Jachetta / Warden, Washington**



LunaRich realmente funciona. ¡Mi colesterol está mejorando y nuevamente he tomado el control de mi salud!

**Bob Brusa / Atkinson, New Hampshire**

## Un compañero de entrenamiento

Los estudios han demostrado lo efectiva que es la soya para mejorar el rendimiento físico, y los niveles elevados de la lunasina en LunaRich brindan beneficios adicionales. La lunasina protege contra el estrés oxidativo y la inflamación causada por el alto impacto del ejercicio. Con el tiempo, esta oxidación puede causar daño celular a través de todo el cuerpo.

De acuerdo a un estudio en la Universidad de Illinois, la lunasina protege las células al reducir los efectos negativos de la oxidación por tensión y la inflamación causada por los ejercicios de alto impacto. De esta manera la lunasina puede ofrecer protección celular a largo plazo cuando se consume regularmente.

Me dolía la espalda cada vez que montaba a caballo. He estado montando durante 40 años y no quería dejarlo. Este último año LunaRich me ha ayudado a volver a la silla de montar más rápido y disfrutar la vida.

**Gwen Morgan / Elverson, Pennsylvania**



## Aumenta la inmunidad

Ya que funciona a un nivel epigenético –desde el inicio de la expresión genética y el funcionamiento celular– la lunasina influye en múltiples aspectos de la salud humana. Uno de los estudios más recientes de la lunasina, demostró su efectividad para fortalecer el sistema inmunológico.

Los glóbulos blancos en tu cuerpo contienen receptores que son genéticamente predispuestos a responder a los gérmenes y otras toxinas ambientales y deshacerse de ellas. Si estos receptores son lentos para responder en tus glóbulos blancos, las defensas innatas de tu cuerpo no funcionan apropiadamente.

Un estudio realizado en la Purdue University Indianapolis en el 2012, demostró que la lunasina puede afectar este proceso. Los resultados del estudio concluyeron que la lunasina sirve para estimular los receptores de los glóbulos blancos, impulsando así la inmunidad innata, la primera línea de defensa del cuerpo contra las infecciones.

Hemos compartido Reliv con nuestros hijos, y ahora se lo están dando a nuestros nietos. Son muy mañosos con la comida, pero estamos tranquilos al saber que están recibiendo una nutrición adecuada de Reliv Now® for Kids. Incluso le ha ayudado a mi nieto con sus alergias.

**Steve y Joyce Holthaus / Mundelein, Illinois**



## La misma diferencia

LunaRich X es un nuevo tipo de producto de Reliv, pero también es un ajuste perfecto para el enfoque establecido en cuanto a la nutrición de Reliv, *la Diferencia Reliv*:

**Biodisponibilidad:** Cápsulas diseñadas especialmente para maximizar la absorción de la lunasina en el cuerpo.

**Sinergia:** Cuando otros nutrientes activan genes saludables, la lunasina puede hacer que estos genes sean más fácilmente reconocidos por la célula.

**Óptimos niveles de nutrientes:** Años de investigación y desarrollo han creado la fórmula más pura y concentrada de lunasina disponible en cualquier parte.

**Ingredientes de calidad garantizada:** Todos los productos de LunaRich están elaborados de acuerdo al compromiso con la calidad de Reliv.

## Fortalecedor celular

La lunasina se adhiere a los materiales de empaque del ADN denominados histonas en el epigenoma, para ayudar a que las células funcionen adecuadamente.

**La lunasina nutre:** brinda el combustible nutricional para promover una óptima expresión de genes que se necesitan para un funcionamiento celular normal.

**La lunasina protege:** reduce la inflamación y el daño celular causado por los radicales libres y otros peligros ambientales. Brinda protección en dos formas:

**1. Prevención.** Activa la expresión de los genes que ayudan a reducir el daño celular y a prevenir la expresión de genes que causan daño celular.

**2. Conservación.** Ayuda a remover el daño celular del cuerpo que puede causar problemas crónicos de salud.

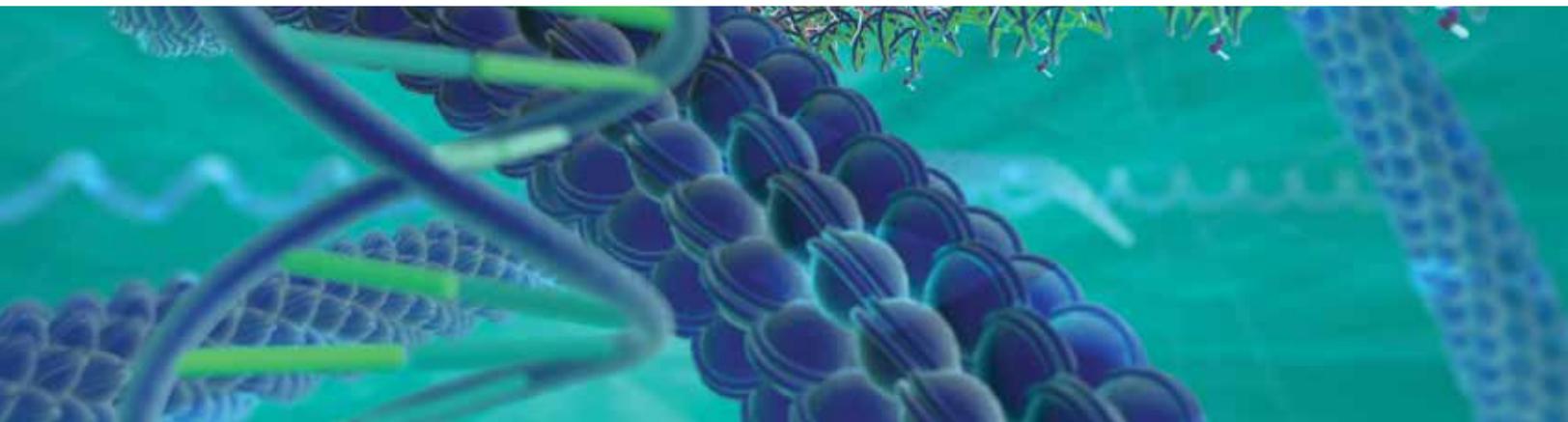
¡Con Reliv y LunaRich tengo más energía que algunas personas de la mitad de mi edad!, aparte de reducir el colesterol, tengo un gran sentido de bienestar en general. No le puedes poner precio a eso.

Aurora Paredes / Dallas, Texas



La investigación de la lunasina continúa en los mejores institutos de todo el país. Y estamos muy emocionados con algunos de los resultados de investigación en el Centro Botánico de Missouri con Reliv Now® y LunaRich X™. No puedo revelar los detalles de los resultados aún, pero puedo decir que son muy prometedores y que podrás verlos en los próximos meses. Así que mantente atento; pronto habrá novedades emocionantes.

Dr. Alfredo Galvez





¡MULTIPLICA TU  
BUENA SALUD CON  
EL PODER DE X!





## ¡eXtraordinario! ¡eXcitante! ¡eXclusivo!

LunaRich X™ es la fórmula concentrada más pura de lunasina que se ha producido — más de 200 veces la potencia de la lunasina de la proteína de soya. La lunasina es un péptido natural que los científicos han identificado como la clave de muchos de los asombrosos beneficios a la salud que tiene la soya. Debes consumir 25 gramos de proteína de soya de alta calidad para obtener la misma cantidad de la lunasina bioactiva que se encuentra en una cápsula de LunaRich X.



[reliv.com/lunarichx](http://reliv.com/lunarichx)

# La Línea LunaRich >

Después de haber sido rechazada por las compañías de seguros, decidí tomar el control de mi salud. ¡Hago trabajo voluntario con niños y ahora tengo la energía necesaria para seguirles el ritmo! Se lo debo todo a Reliv Now, Innergize!® y a FibRestore®



**Donna Thorman**  
Woodstock, Georgia



## **Reliv Now®**

*Nutrición Esencial*

Tu salud vale más que un granel de multivitaminas. Con un gran contenido de vitaminas, minerales y antioxidantes súper poderosos, Reliv Now ha sido desarrollado con los últimos descubrimientos en la ciencia de la nutrición. Su fórmula excepcionalmente efectiva ofrece una gama equilibrada de los ingredientes más avanzados para darle a tu cuerpo lo que necesita para prosperar. No te conformes con "estar bien" — ¡siéntete genial!

Mi hijo Alvin de 12 años, ha ganado energía y concentración con la ayuda de Reliv Now for Kids. No se ha enfermado como solía hacerlo y es un estudiante maravilloso.



**Susan Santner**  
Mundelein, Illinois



## **Reliv Now® for Kids**

*Salud infantil*

Hoy en día, la mayoría de niños no cumplen con la ingesta nutricional recomendada. Reliv Now for Kids ayuda a tu familia a compensar las deficiencias nutricionales. Las vitaminas, minerales y micronutrientes esenciales le dan a un cuerpo en crecimiento lo que necesita para prosperar, y los ingredientes avanzados aumentan la energía y el rendimiento mental. Es mucho mejor que otras vitaminas en forma de dibujos animados.

Mi marido decidió probar GlucAffect para ayudarse a manejar su azúcar sanguínea. Sus niveles mejoraron bastante y su energía y vitalidad siguen aumentando. La hinchazón de sus piernas también está mucho mejor, y la circulación de sus pies ha mejorado. Ahora nunca deja de tomar GlucAffect. ¡No es ningún jovencito pero se siente como tal!



**Karleen Tutton**  
Springfield, Missouri



## **GlucAffect®**

*Control del azúcar en la sangre*

El patentado GlucAffect ha mostrado clínicamente que ayuda a mantener niveles saludables del azúcar en la sangre y a controlar el peso. En un ensayo clínico de ocho semanas de personas con sobrepeso y con niveles elevados de glucosa sanguínea, los sujetos que tomaron 4 porciones diarias de GlucAffect bajaron su glucemia en ayunas en un promedio del 30% y bajaron en promedio casi 16 libras.

SoySentials me ayuda a desempeñarme al máximo en cada faceta de la vida durante todo el mes. Pueden apostar que siempre tendremos este producto en casa. ¡Nunca te interpongamos entre una mujer y su SoySentials!



Niki Haas  
Mayer, Arizona



### SoySentials®

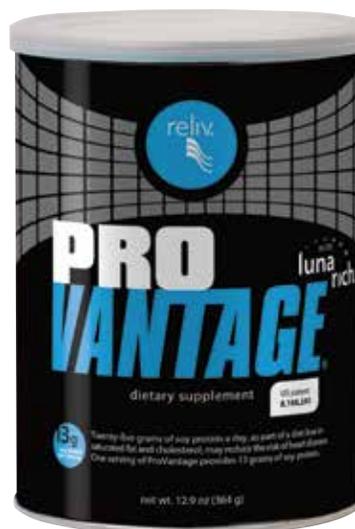
Salud de la mujer

La exclusiva mezcla de **isoflavonoides** de soya, potentes antioxidantes, probióticos y hierbas de SoySentials, ofrece un enfoque nutricional incomparable para la salud de la mujer. Los ingredientes funcionan conjuntamente para promover la salud de los huesos, ayudar al sistema inmunológico y aliviar los síntomas de la menopausia y del síndrome premenstrual para ayudarte a desempeñarte al máximo.

Comencé a correr en febrero e incorporé ProVantage con LunaRich y me he sentido mucho menos adolorida. Reliv me da la energía que necesito y mantiene mi cuerpo saludable. He completado dos medio maratones de 5 km y me he inscrito a otro medio maratón este verano. ¡Me encanta mi Reliv y me encanta correr!



Ashley González  
Provo, Utah



### ProVantage®

Nutrición para el rendimiento

ProVantage satisface las necesidades nutricionales de personas físicamente activas para mejorar el rendimiento, la resistencia, la recuperación y la reparación. La fórmula patentada ofrece 13 gramos de proteína de soya para desarrollar el músculo, además de otros ingredientes avanzados como la Tonalina®, triglicéridos de cadenas medianas, creatina, Coenzima Q10 y aminoácidos súper cargados. Es la ventaja que estabas buscando.

## ¡Multiplica tu buena salud con el poder de X!

LunaRich X™ es la fórmula concentrada más pura de lunasina que se ha producido – más de 200 veces la potencia de la proteína de soya de alta calidad. Además de sus propios beneficios, desde la reducción del colesterol a la salud celular en general, la lunasina aumenta los beneficios de otros nutrientes bioactivos en dos formas:

**Sinergia:** La lunasina funciona en conjunto con otros nutrientes, cada uno con su propio efecto en los genes y vías fisiológicas. Muchos problemas de la salud son causados por múltiples vías y sus interacciones. Si interrumpes estas vías con diferentes nutrientes bioactivos, puedes producir un medio más efectivo para la prevención.

**Aumenta la potencia:** La lunasina también puede aumentar la potencia en la eficiencia de otros nutrientes bioactivos. Por ejemplo, algunos nutrientes son activadores de importantes genes que forman parte de la conservación de la salud. Una vez que se activan estos genes, la lunasina tiene la habilidad de aumentar aún más su expresión, haciéndolos más fácilmente reconocidos por la célula.

**Esa es la manera en la que LunaRich X fortalece todos los productos de Reliv para brindarte beneficios al máximo.**



# ¿cuál es tu número?

Tú puedes hacer que la nutrición de vanguardia sea algo cotidiano en tu vida — con sólo seleccionar un número. Los puntos LunaRich hacen que sea más fácil que nunca optimizar tu ingesta diaria de lunasina.

Las investigaciones demuestran que aumentar la cantidad de lunasina que consumes incrementa los beneficios a la salud que recibes. La lunasina es más efectiva dentro de la célula, y una mayor cantidad significa una mayor probabilidad de que llegue a las células de todo tu cuerpo.

## Nutrición simplificada

Los científicos de Reliv han formulado los productos con LunaRich de tal manera que todos ofrecen la misma cantidad de lunasina bioactiva por porción. Ahora puedes determinar la cantidad de LunaRich que necesitas para una salud óptima a través de un sencillo sistema de puntuación: **1 porción de cualquier producto LunaRich = 1 punto LunaRich.**

Sólo una medida de productos Reliv con LunaRich o una cápsula LunaRich X™ contiene la misma cantidad de lunasina bioactiva que se encuentra en 25 gramos de proteína de soya de alta calidad; esta es la cantidad diaria reconocida por la Administración de Fármacos y Alimentos para ayudar a reducir el riesgo de contraer cardiopatías.

Consideramos el contenido de lunasina en cada uno de nuestros productos LunaRich que sea la cantidad mínima que todos deben tener en sus dietas”, explica el **Dr. Carl, Hastings**, Director Científico de Reliv. “Pero en Reliv no solo ofrecemos el mínimo. Por eso hemos desarrollado un sistema de puntos para ayudar a la gente a que optimicen su ingesta diaria”.

## Escoge un número

“LunaRich se desarrolló a partir de la ciencia nutricional de vanguardia. El problema es que los términos como ‘epigenoma’ y ‘expresión de genes’ no son exactamente términos cotidianos”, comenta **Ryan Montgomery**, Presidente de Reliv.

“Buscábamos una forma de hacer que la ciencia de LunaRich sea fácil de entender para los nuevos clientes y fácil de compartir para nuestros Distribuidores. Por eso ideamos los puntos LunaRich. Ahora comenzar a consumir los productos es tan fácil como elegir un número. ¡Yo soy un 4!”



**¡Yo soy un 1!** Mi mamá dice que Reliv Now for Kids nos mantiene a Peter y a mí saludables, así no faltamos al colegio ni a las prácticas. ¡Me encanta!

**Mary Murphy / St. Louis, MO**



**¡Yo soy un 3!** Yo tomo Reliv Now y LunaRich X como parte de mi nutrición esencial, y Pro-Vantage cuando hago ejercicio. Tengo más resistencia y me recupero mucho más rápido.

**Zak Grosfield / Belgrade, MT**



**¡Yo soy un 5!** He usado los productos Reliv 18 años y he tenido resultados maravillosos. Con LunaRich, mis resultados se han multiplicado — ¡mi colesterol LDL está mejor que nunca!

**Phil Wolf / Ludington, MI**



**¡Yo soy un 2!** Reliv Now y LunaRich X me ayudan a rendir en mi nuevo rol de mamá y aún tengo la energía para correr y hacer todo lo que me encanta hacer.

**Shalin Clark / Lexington, SC**

**¡Yo soy un 4!** Agregué dos cápsulas de LunaRich X a mi régimen Reliv diario y he notado más energía para aprovechar cada día al máximo. Estoy haciendo más ejercicio, bajando de peso y ¡me siento de maravilla!

**Karen Turner / Orem, UT**



## Pregunta al Dr. Carl >

### ¿Cómo sé cuántos puntos LunaRich necesito?

Tú determinas tu propio régimen LunaRich. Recomendamos que los adultos prueben desde el nivel 2 como punto de partida y que partan de ahí. Reliv Now con LunaRich X te brinda una nutrición diaria esencial con un impulso extra de lunasina para potenciar tus beneficios. Puedes seleccionar productos LunaRich adicionales para satisfacer tus necesidades específicas. Si haces ejercicio, por ejemplo, podrías agregar ProVantage®. ¿Quieres controlar tus niveles de azúcar en la sangre? Prueba GlucAffect®. Personalmente, soy un 5 casi todo el tiempo, pero voy en aumento cuando quiero un impulso adicional.

### ¿Tomar una porción de polvo de soya LunaRich o de LunaRich X es lo mismo que consumir 25 gramos de proteína de soya?

No. De hecho, LunaRich X no contiene proteína. Las porciones de polvo de soya LunaRich contienen cantidades variables de proteína de soya, dependiendo del producto, desde 5 gramos en Reliv Now for Kids a 13 gramos en ProVantage. Sin embargo, cada porción de cualquier producto LunaRich proporciona el contenido de lunasina bioactiva equivalente al que se encuentra en 25 gramos de proteína de soya de alta calidad. Es importante recordar que la lunasina no brinda en sí una nutrición completa. Aun necesitas vitaminas, minerales, proteínas y otros nutrientes en tu dieta, y al consumir la lunasina incrementas los beneficios que obtienes de todos ellos.

## Para comenzar:

- 1 Conoce la línea de productos LunaRich
- 2 Selecciona los productos que satisfacen tus necesidades
- 3 ¡Orienta tu salud en la dirección correcta!

## LunaRich tiene sentido empresarial

por Phil Wolf, miembro del Salón de la Fama Reliv

Estoy tan emocionado hoy acerca de la oportunidad Reliv como hace 18 años, cuando Betty y yo decidimos iniciar un negocio Reliv para nuestra familia, porque necesitábamos reemplazar los ingresos que se habían perdido. Pero trabajando con nuestra línea ascendente y con amigos, llegamos al nivel de Directores Presidenciales en 15 meses.

En los últimos años ha persistido una pregunta: "¿Cómo presentar una gran oportunidad de negocio de tal manera que atraiga a nuevas personas que viven en tiempos de incertidumbre?" La respuesta para nosotros es hablar de Reliv como una parte importante de la industria del *bienestar*. Esto nos lleva por encima de la crisis de salud y lejos de la palabra "nutrición", que a menudo se presta a controversias. Quiero mostrar a la gente cómo Reliv puede ayudarles a alcanzar un óptimo bienestar físico y económico.

Y como Reliv simplifica la nutrición, yo buscaba un mensaje simple para presentar a LunaRich®, algo que pudiera ser recordado fácilmente y que diera una sensación de pertenencia. Yo sabía que LunaRich funcionaba, pues mi colesterol había alcanzado niveles más saludables en cuatro meses de consumir Reliv Now® con LunaRich, de lo que había estado en diez años. Eso me convenció de que teníamos otro gran avance en la ciencia de la nutrición y que teníamos que darlo a conocer al mundo. Cuando **Steve Hastings** [Vicepresidente Sénior de Ventas en Norteamérica] me dijo que la compañía estaba diseñando un plan de bienestar con LunaRich, me emocioné aun más. Los puntos LunaRich venían a cerrar el círculo.

Con LunaRich en más productos, llegué hasta un "3" aun antes de que existiera tal sistema de puntos LunaRich. Luego, conforme se desarrolló el plan de puntos y las cápsulas LunaRich X™ estuvieron disponibles, llegué a un "5". Sentí un marcado incremento en mi vitalidad, algo que había estado disminuyendo en los últimos años. Ahora con un ingrediente exclusivo y clínicamente probado, y un sistema de puntos con múltiples niveles de bienestar, le puedo llevar a la gente un mensaje de Reliv aun más emocionante. Voy a platicarles a las personas de todas las edades y orígenes acerca de LunaRich, de nuestra micronutrición esencial y de nuestra atractiva oportunidad de negocio. Quiero mostrar a las generaciones mayores una mejor forma de disfrutar el resto de sus vidas y a las familias jóvenes cómo Reliv puede ayudarles con todas las etapas en la crianza de niños sanos y a iniciar un sólido futuro económico.

Hablando de "sumar victorias para la humanidad"... ¿quién más puede ofrecer lo que nosotros ofrecemos? Estoy yendo de nuevo con amigos y familiares para proyectar una imagen aun más grande de lo que ahora podemos hacer juntos. Mi objetivo para el 2013 es hablar con cinco personas al día, por lo que puedo mostrar a mil prospectos por qué convertirse en propietario de un negocio Reliv tiene mucho sentido.

# La oportunidad Luna



# nidad Rich



## Lugar correcto, momento oportuno

por Ryan Schmidt Presidente y Director General de Soy Labs, Inc.

Yo formé Soy Labs en el 2005 como una forma de llevar al mundo la tecnología de la lunasina. Las investigaciones ya habían establecido muchos de sus beneficios; el desafío era crear un producto que optimizara el contenido de la lunasina y que lo hiciera de la manera más biodisponible.

En el 2010 dimos un salto gigante con la apertura del Centro de Ciencias Botánicas de Missouri. El MPSC es un centro de uso compartido que reúne a socios gubernamentales, universitarios y privados para estimular la innovación. Era la plataforma perfecta para desarrollar nuevos procesos de elaboración que llevaría la tecnología de lunasina del laboratorio al consumidor.

El último paso fue encontrar un socio para llevar al mercado dicho avance. Tenía yo muchos años de haber conocido al **Dr. Carl Hastings** [Director Científico de Reliv] como colega y sabía de su experiencia y reputación en la industria. De hecho, el Dr. Carl colaboró como consultor y desempeñó un papel importante en el desarrollo del MPSC. No es de sorprenderse entonces que Reliv estuviera en la parte superior de nuestra lista de socios potenciales.

Reliv se veía como una empresa consolidada con un modelo de negocio comprobado. La venta directa es el vehículo ideal para distribuir un producto nutricional como LunaRich. Los Distribuidores independientes pueden tomar el tiempo para explicar la ciencia detrás de LunaRich y ofrecer testimonios de éxito para respaldarla. Los Distribuidores Reliv que he conocido no dejan duda de que hemos encontrado a los socios ideales.

Yo he sido empresario toda mi vida adulta y como lo veo, ser un Distribuidor Reliv significa la mejor oportunidad de negocio disponible en la actualidad. Como tal, cuentas con un exclusivo avance nutricional en un mundo que desesperadamente busca soluciones de salud preventiva. También cuentas con un modelo de negocio comprobado y un medio para empezar a ganar de inmediato en una economía que lucha por encontrar su equilibrio.

Ha sido un largo camino para llegar hasta aquí, pero estoy convencido de que ya hemos combinado los mejores productos con la oportunidad adecuada, en el lugar correcto y en el momento oportuno. Y tú eres la persona ideal para darle continuidad a todo.

**Ciencia de última generación:** Más de 50 artículos publicados

**Productos exclusivos:** Sólo hay un LunaRich

**Empresa establecida:** 25 años en el negocio

**Modelo de negocios comprobado:** Gran auge en la industria de las ventas directas

**Alta demanda:** Lo que la gente quiere: mejor salud y seguridad económica

**Emprendedores instantáneos:** Tu propio negocio a partir de hoy



## Un estilo de vida totalmente nuevo

**Earl y Marcia Jantz**  
Embajadores Presidenciales  
Oklahoma City, Oklahoma

Cuando Earl fue a buscar a Henry Leissing (miembro del Salón de la Fama Reliv) al aeropuerto nunca soñamos que nuestras vidas cambiarían para siempre. Henry le contó a Earl sobre Reliv, y decidimos empezar en el nivel de Master Afiliados para sacar ventaja de todo lo que Reliv ofrece para nuestra salud y nuestra economía.

Siete años después, tenemos la bendición de contar con un ingreso que nos brinda oportunidades que no habríamos podido tener de otra manera. El año pasado pudimos tomarnos dos vacaciones diferentes: una con nuestra hija y nuestros padres a las montañas de Utah y la otra con nuestro hijo y su esposa a una hacienda campestre en las montañas de Colorado. Antes de Reliv nunca habríamos podido hacer eso, y estamos muy contentos de tener la oportunidad de disfrutar de este nuevo estilo de vida.

## Los que marcan la diferencia

Reliv continúa brindando los mejores productos nutricionales en cualquier lugar. Como conocemos la diferencia que han hecho en nuestra salud y bienestar, nos encanta compartir sus beneficios maravillosos con los demás. Incluso hemos visto más resultados al agregar LunaRich® a la línea de productos, y estamos muy entusiasmados de poder compartir este avance. Lo más gratificante y divertido de ser Distribuidores Reliv es ser una parte permanente de la vida de la gente y mejorar su estilo de vida con la ayuda del poder de los productos Reliv y su ¡oportunidad!

## Emocionados por lo que viene

**Leonard y Margaret Nafziger**  
Directores Presidenciales  
Bryan, OH

Tenemos una familia numerosa con 10 niños, y siempre hemos creído en el trabajo desde casa para poder estar con ellos. Tuve un negocio de fabricación de cortinas durante 30 años para complementar el sueldo de Leonard. En el verano del 2006, cerré ese negocio pero pronto me vi en la necesidad de encontrar otra manera de ayudar a pagar la hipoteca que nos tenía con la sogá al cuello.

Habíamos estado buscando ayuda para nuestro hijo Johnny, que había perdido la función renal a causa de un defecto de nacimiento. Él había tenido problemas de salud toda su vida. A los 17 años, estaba durmiendo siestas de 4 horas todos los días, estaba totalmente exhausto. Sabía que necesitaba una nutrición adecuada que lo ayudara a mejorarse

## Una vida plena

Marcia Jantz me contó sobre los asombrosos resultados que obtuvo con los licuados Reliv. Sabía que a Johnny le gustaban las malteadas así que decidimos darle una oportunidad a Reliv. El cambió de ser negativo y sentirse cansado a estar lleno de vida y hacernos reír. ¡Luego ya no le permitimos perderse ni un licuado Reliv!

También decidimos empezar un negocio Reliv. En nuestro primer año ganamos más de \$15,000 dólares en comisiones y bonos. El año siguiente estábamos ganando \$30,000 dólares y Leonard pudo dejar su empleo de tiempo completo para ayudarme con nuestro negocio Reliv. El año pasado, ¡superamos nuevamente el doble! Cancelamos nuestra hipoteca y ya no tenemos deudas. Y con este nuevo auge del negocio a causa de LunaRich, ¡estamos incluso más emocionados por lo que viene!





# ¿Quieres triunfar?

## ¡planifica para la acción!

por la Fundación Educativa de Venta Directa

LunaRich® ha llegado, haciendo que éste sea un momento perfecto para llevar a tu negocio Reliv al siguiente nivel y seguir ese camino hasta llegar a ser Director Presidencial. Para alcanzar tus sueños, necesitarás establecer tus metas. Pero no basta con sólo establecer una meta. Debes diseñar un plan de acción que te lleve a alcanzarla. Aquí tienes una lista de cosas a tener en cuenta cuando diseñes tu plan de acción.

**Visualiza:** Imagínate alcanzando la meta y celebrando el triunfo. Ten una recompensa preparada para el momento en el que cumplas con tus tareas. Las personas exitosas tienen la convicción de que van a ganar incluso antes de comenzar la carrera.

**Prioriza:** La mayoría de los proyectos o metas requieren de una serie de pasos para completarlos, mismos que a menudo se superponen y dependen unos de otros. Como en cualquier otro aspecto del negocio, el tiempo es esencial, y no vas a poder dedicarte a este proyecto exclusivamente las 24 horas, todos los días. Por ese motivo, establece prioridades entre los pasos incluidos en tu plan, de modo que puedas trabajar primero en los que son más esenciales.

**Divide los proyectos a largo plazo en pequeñas tareas.** Si tienes que hacer algo para dentro de los próximos seis meses, por ejemplo, establece más puntos de control a corto plazo, de modo que puedas completar el proyecto a tiempo. De esta manera, incluso si no puedes trabajar en ello todos los días o todas las semanas, continuarás teniendo un plan en ejecución en miras de completarse ya que las tareas que implica son más fáciles de llevar. Cuando algo nos parece

demasiado abrumador, solemos no hacer nada porque no sabemos por dónde empezar. Al dividir los proyectos en pequeñas tareas vamos a prevenir que eso pase.

**Establece un plan realista:** Eres la columna vertebral de tu negocio; debes tener muy buen criterio de cuánto tiempo necesitas comprometer para cumplir con todas tus responsabilidades. Ten esto en cuenta cuando estés diseñando tu plan de acción, especialmente cuando establezcas los plazos y los puntos de avance. No sólo debes considerar tus responsabilidades empresariales sino también las personales. Estar planeando demasiado, todo el tiempo, sólo te frustrará, te estresará e incluso te impedirá alcanzar tu meta final.

**Revisa tu plan y adáptalo según la situación:** A veces en la vida y en los negocios, las cosas no salen como esperábamos o como lo habíamos planeado. Para prepararte y lidiar con lo inesperado tienes que tomar la iniciativa de revisar tu plan de acción y cambiarlo si es necesario. Como propietarios de negocio, debemos ser flexibles siempre, estar preparados y con la predisposición de adaptarnos a los cambios y a las circunstancias inesperadas.

*La Fundación Educativa de Venta Directa informa al público acerca de cómo la venta directa faculta a las personas, ayuda a las comunidades y fortalece las economías de todo el mundo. La Fundación Educativa de Venta Directa ofrece un libro virtual gratuito, "Mapa de ruta del propietario de negocio para alcanzar el éxito", con técnicas para todo lo que un propietario de un pequeño negocio necesita manejar. Visita [dsef.org](http://dsef.org) para mayor información.*

# un faro de esperanza

por Tony Pezzullo y Joni Schwartz

*Tony y Joni, ganadores del concurso de la Fundación Kalogris de Reliv "Carta a Santa Claus", se unieron a la FKR en diciembre, en un viaje rumbo a Haití.*

Llegamos a un mundo irreconocible. Pueblos con montañas de escombros, falta de agua, comida, electricidad y baños, además llenos de estructuras que no podríamos ni remotamente pensar en llamarlos casas. Había olor a madera quemada y lejía. Las calles eran caóticas y estaban saturadas de animales desnutridos, mujeres embarazadas con canastas llenas de cosas en la cabeza y niños sin hogar y completamente desnudos. Encontramos fácilmente a los que estaban sufriendo de desnutrición: tenían el cabello naranja.

Finalmente, llegamos a un edificio en ruinas donde el **Dr. Emmanuel Mareus** ("Dr. Manno") atendía a los pacientes que dejó el último brote de cólera. Había una niña de 10 años acostada haciendo gestos de dolor y retorciéndose. Al poco tiempo murió. Siempre la recordaremos. ¿De quién fue la idea de venir a Haití? Ah sí. Fue nuestra.

## Navidad Mágica

Afortunadamente, St. Jude's es la siguiente escuela en la que nos esperan 200 niños felices, llenos de vida y vestidos de uniforme amarillo claro. Hoy les toca pollo con arroz, además del "mágico" Reliv que los mantiene en desarrollo. Toma un buen tiempo repartir 200 platos de comida. Asombrosamente, cada niño espera hasta que se les haya servido a todos y que se hayan dado gracias antes de tomar el primer bocado.

Estos niños no tienen nada, pero te ofrecen sonrisas, agradecimiento y amor. Esto es más de lo que pudiéramos pedir.

Lo más destacado viene al día siguiente en el hogar de niños de la Fundación Kalogris de Reliv, que fue construido con las donaciones de los Distribuidores. Aquí se atiende las 24 horas, toda la semana, a 38 huérfanos que, de otro modo, estarían muriendo en la calle. Tienen comida, cama, ropa y agua potable. Y ahora, por primera vez, ¡están recibiendo regalos de Santa Claus! Uno pensaría que los niños que han conocido el hambre la mayor parte de su vida serían posesivos con sus regalos. Pero lo comparten todo, incluso las paletas. ¡Son hermosos! Quisiéramos llevarlos a todos con nosotros.

## Un toque de realidad

Sin embargo, lo que se ve detrás del orfanato, es el caso de pobreza más extremo, repletos de inundaciones, montañas de basura, niños desnutridos y desnudos, y "casas" que no pueden ni siquiera brindar el más mínimo refugio. Nos dirigimos a la estación alimenticia esperando a 150 niños. Aparecieron 300 y se nos acabó la comida. Quedamos devastados viendo a los niños tender sus manos, sin tener nada más para darles. Es una realidad que nos hace llorar. El sustento que Reliv les brinda a 11,000 niños haitianos diariamente es espectacular. Aún queda mucho por hacer. Nos deja más tranquilos saber que el faro de esperanza brilla más cada día, gracias a la Fundación Kalogris y a tu generosidad.





## Innovación en acción

Elegimos asociarnos con Reliv para crear LunaRich a causa de su compromiso con la nutrición de vanguardia, su base de Distribuidores dedicados, la devoción hacia las prácticas éticas de negocio y la responsabilidad social, tal como la que representa el trabajo de la Fundación Kalogris de Reliv, mejorando vidas.

La primavera pasada, cuando lanzamos LunaRich en las Filipinas, pude visitar los centros alimenticios y ver a la FKR en acción, con mis propios ojos. Es gratificante saber que el trabajo de mi vida en el laboratorio está marcando una diferencia en el mundo real, en la vida de aquellos que más lo necesitan. Y el hecho de que esté ocurriendo en mi país de origen, Filipinas, lo hace aún más gratificante para mí, personalmente.

— Dr. Alfredo Gálvez

**Nombre:** Ashley González

**De:** Provo, Utah

**Ocupación:** Enfermera registrada y Reliv

**Régimen Reliv:** Reliv Now®, ProVantage®

**Descansando del agotamiento:** Mi trabajo de enfermera implica que esté trabajando turnos de 12 horas y que esté de pie. Antes de empezar a tomar Reliv Now con LunaRich, siempre me sentía débil, cansada y con náuseas. Tenía dificultad para concentrarme y cuando regresaba a casa siempre tenía dolor de cabeza.

**Encontrando el alivio:** Poco después de que empecé con los productos, regresé a trabajar con mucha energía y motivación. ¡Fue un giro de 180 grados y me encanta! Nunca dejaré de tomar Reliv.

**Entrando a la pista:** Empecé a correr en febrero. Incorporé ProVantage con LunaRich apenas fue lanzado al mercado. Reliv me da la energía que necesito y mantiene a mi cuerpo saludable. He corrido una maratón de 5 kilómetros y dos medio maratones. ¡Me encanta Reliv y me encanta correr!

**Nombre:** Heidi Westrom

**De:** Santa Ana, California

**Ocupación:** Reliv, Coordinadora del Departamento de Teatro de la Universidad de Santa Ana

**Régimen Reliv:** Reliv Now, Innergize®, FibRestore®, SoySentials®, Slimplicity®, ProVantage y 24K™.

**Un comienzo saludable:** Durante mi crecimiento, supe que en mi vida necesitaba vitaminas para completar lo que le faltaba a mi dieta.

**Buscando Respuestas:** Estaba frustrada tratando de tomar una variedad de píldoras y sintiéndome como si no me fueran a servir. También era muy activa en el gimnasio y quería un polvo proteínico para complementar mi rutina.

**Atando cabos:** Luego de oír los testimonios de éxito y de ver lo fácil que era, sabía que necesitaba Reliv. En verdad, Reliv hace de la nutrición algo simple. ¡No me he enfermado desde entonces, mis articulaciones no están tan inflamadas y me siento genial!

**Llegar a Máster:** El 31 de diciembre me convertí en Máster Afiliada. ¡Dos semanas después salí sorteada como ganadora de un viaje a Jamaica! Estoy tan emocionada de comenzar a cambiar la vida de la gente, ¡empezando por la mía!

Las declaraciones en esta presentación no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Fármacos (de Estados Unidos). Los testimonios personales reflejan experiencias individuales de Distribuidores Reliv independientes y no son necesariamente los resultados que cualquier Distribuidor puede llegar a obtener. No se pretende que los productos Reliv sirvan para diagnosticar, tratar, curar o prevenir enfermedad alguna.

**Nombre:** Roger Rodríguez

**De:** La Puente, California

**Ocupación:** Asistente de producción en Clear Channel

**Régimen de Reliv:** Reliv Now, Slimplicity e Innergize!

**La meta:** Estaba entusiasmado por el potencial de Reliv para bajar de peso. En la preparatoria solía ser activo, pero una vez que entré en la universidad, aumenté de peso. Estaba cansado de las cosas que no me funcionaban.

**Progresando:** Comencé a tomar Slimplicity. Una noche estaba caminando y se me bajaban los pantalones. ¡Reduje una talla! ¡He bajado 18 libras hasta ahora!

**Mejora la inmunidad:** Trabajo en una estación de radio y siempre tocamos los mismos botones y teclados todos los días. Podría contraer alguna enfermedad, pero no es así y estoy agradecido de que Reliv me está funcionando.

**Sentido de Comunidad:** Tengo más energía, más confianza y siento que sé lo que quiero de mi vida. ¡He hecho grandes amigos gracias a Reliv!

**Nombre:** Gary Allen

**De:** Great Cranberry Island, Maine

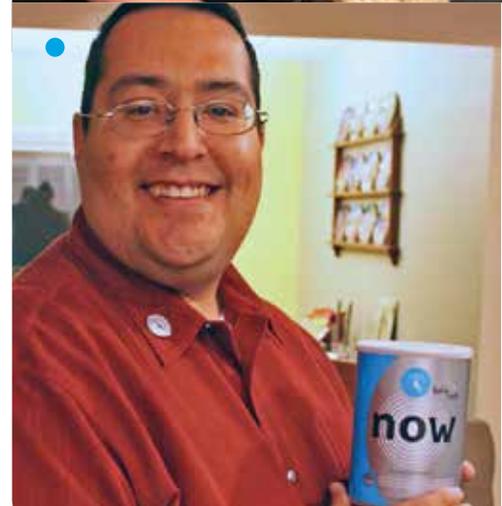
**Ocupación:** Reliv, director de carrera, orador motivacional, corredor

**Régimen Reliv:** Reliv Now, Innergize!, ProVantage y 24k

**Milla tras milla:** Voy a correr desde Maine hasta Washington DC para apoyar al Proyecto Soldado Herido y a la Sociedad Estadounidense del Cáncer. En mi vida he corrido más de 100,000 millas, incluyendo 20 maratones de Boston y 14 maratones de New York.

**Integrando la Nutrición:** ¡Empecé a tomar Reliv hace unos pocos meses y estoy impresionado con el aumento de energía que obtuve! La gente de mi edad nota cuando algo que han estado haciendo toda la vida se vuelve más fácil de repente. ¡Yo lo describo como dinámico!

**Traspasando el muro:** Como los corredores de larga distancia saben, el muro es un punto en el cual nuestros cuerpos dicen "basta", debido a factores mentales y físicos. Reliv me está ayudando con la limitación de la parte física y me mantiene en el camino.





**Nombre:** Lou Ann Pecorelli

**De:** Orem, Utah

**Ocupación:** Reliv

**Régimen Reliv:** Reliv Now, Innergize!, FibRestore, Arthafect®, GlucAffect®, ReversAge® y 24K

**LunaRich Mejorado:** Siempre me encantó compartir Reliv, pero parece que la gente está obteniendo resultados más rápido con LunaRich. No puedo ir lo suficientemente rápido para hacer que la gente conozca Reliv y así puedan mejorar sus vidas con una mejor salud y a través de la oportunidad de ganar un ingreso adicional.

**Mirando al mundo:** Reliv nos permitió tomar nuestras primeras vacaciones en 16 años. Fuimos a Malasia y a Hawái con la Fundación Kalogris; un sueño de toda la vida que nunca hubiera ocurrido sin Reliv. También hemos tomado un crucero a las Bahamas. ¡El cielo es el límite!

**Orgullosa de Reliv:** Estoy orgullosa de ser parte de esta empresa y sé que tengo la oportunidad de ganar una cantidad excepcional de dinero, ¡y eso es lo que planeo hacer! Reliv es mi futuro.



**Nombre:** Maureen Soens

**De:** Rochester Hills, Michigan

**Ocupación:** Reliv, Artista de restauración histórica

**Régimen Reliv:** Reliv Classic® and Now, Innergize!, FibRestore, ProVantage, Arthafect, 24K, ReversAge, Ccelebrate®

**Doble recompensa:** Luego de seis meses de ser Distribuidora, ganamos un crucero a Disney. En ese momento, sabíamos que teníamos algo que valía la pena. También tuvimos el honor de ganar el viaje a Jamaica. ¡Es grandioso formar parte de una empresa que nos sigue recompensando!

**Acertando distancias:** ¡Reliv nos ha permitido ganar suficiente y tener la libertad de volar para visitar a nuestro nieto y nuestra hija cada ocho semanas! Hemos decidido utilizar el dinero en beneficio de toda nuestra familia, pasando tiempo juntos.

**Sabiduría:** Trata de no pensar en todas las cosas que no has hecho. En su lugar, concéntrate en aquellas que puedes hacer este mes para ayudar a los demás y en hacer que tu negocio siga avanzando. Reliv siempre va a estar ahí para ayudarte y recompensarte por tu esfuerzo.



**Nombre:** Veryl Cisco

**De:** St. Marys, Ohio

**Ocupación:** Reliv, agente de bienes raíces

**Régimen Reliv:** Reliv Now, Innergize!, FibRestore, Ccelebrate, CardioSentials®, SoySentials.

**Cambio total:** He tenido molestias en las articulaciones durante años y he padecido mucho de hinchazones e inflamación. Empecé a tomar licuados Reliv todos los días. Poco después, ¡pude constatar una gran diferencia y sentirme ¡genial!

**Una oportunidad infinita:** Todos los días le hablo a la gente sobre Reliv. Hay personas que necesitan lo que ofrecemos. El dinero que gano (¡más de \$1,000 dólares, tan sólo en mi segundo mes!) es nada más que un extra cuando estás en la cima cambiando la vida de la gente. ¡Las oportunidades son infinitas!

**Energía renovada:** Solía estar cansada todo el tiempo. Luego de tomar Reliv, puedo saber finalmente lo bien que me puedo sentir. ¿Cómo no voy a querer compartirlo con todo el mundo? Creo firmemente en estos productos. Cuando no te has sentido bien durante 20 años, esto te emociona.

**Nombre:** Sue Driedger

**De:** La Crete, Alberta, Canadá

**Ocupación:** Reliv, Guardián.

**Régimen Reliv:** Reliv Classic, Optain!®, Herbal Harmony®, A-Affect®

**Vínculos familiares:** ¡Tengo cuatro hermanas y todas somos Máster Afiliadas Reliv! Hemos descubierto tanto éxito trabajando juntas. Nos concentramos en mejorar la salud de las personas que nos rodean.

**Oh, Canadá:** Me concentraba en compartir los beneficios a la salud que brindan los productos Reliv, ¡y terminé ganando un viaje a Jamaica! Es gratificante representar a Reliv Canadá y terminar como el mejor Distribuidor de todo Norteamérica entre noviembre y diciembre. Mi plan es ahorrar más para cuando me retire.

**Desarrollando un negocio:** Me encanta trabajar con la gente, es algo que va muy bien conmigo. ¡He ganado \$450 dólares en bonos y \$3,000 dólares en un mes de trabajo! Con la incorporación de LunaRich a los productos, la gente está incluso más emocionada por lo que Reliv puede hacer por su salud.



## ¿Quieres saber más sobre LunaRich®? ¡Velo en línea!

### [lunarichpoints.com](http://lunarichpoints.com)

- Programa de bienestar Reliv basado en puntos
- “¿Cuál es tu número?”, folleto para descargar
- Video de puntos LunaRich

### [reliv.com/lunarichx](http://reliv.com/lunarichx)

- Descripción del producto más novedoso de Reliv
- El folleto de LunaRich X™ disponible para descargar
- Videos de eventos de lanzamiento del producto
- Preguntas frecuentes sobre el producto

### [reliv.com/lunarich](http://reliv.com/lunarich)

- Información detallada sobre el polvo de soya LunaRich
- Videos sobre biodisponibilidad, reducción del colesterol y más
- Comunicados de prensa y cobertura de medios
- Infografías para compartir

### [reliv.com/lunasin](http://reliv.com/lunasin)

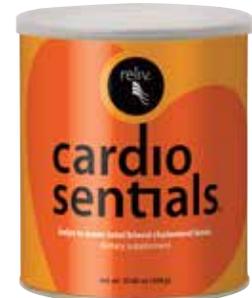
- Los beneficios de la lunasina
- Lunasina y epigenética, video incluido
- Sinergia de LunaRich con todos los productos Reliv



## ¡gana artículos de Reliv este año!

En el año del 25º aniversario, Reliv va a llevar a cabo concursos cada mes en su blog. Únete a la diversión y podrás ganar tu propia playera de los 25 años de Reliv con el lema HEALTHY AND I KNOW IT (“saludable y lo sé”).

[reliv.com/blog](http://reliv.com/blog)



**nosotros?**



**LunaRich hace que todos los productos Reliv sean mejor...  
¡incluso los productos que no contienen LunaRich!**

Los estudios muestran que la lunasina aumenta la potencia y la eficacia de otros nutrientes. Cuando los nutrientes activan los genes saludables, la lunasina puede hacer que estos genes sean más fácilmente reconocidos por la célula, aumentando así los resultados saludables. Así es como agregar LunaRich a tu régimen mejora los beneficios que recibes de todos los productos Reliv.



Reliv International, Inc.  
PO Box 405  
Chesterfield, MO  
63006-0405  
800 RELIV US (735.4887)  
**reliv.com**

**¡conecta con nosotros!**



UN SECRETO DE  
ÉXITO EN LA VIDA  
DEL HOMBRE ES  
ESTAR PREPARADO  
PARA SU OPORTUNIDAD  
CUANDO ÉSTA  
SE PRESENTE.

— Benjamin Disraeli

**Haz que LunaRich sea tu oportunidad revolucionaria.**

[reliv.com/opportunity](http://reliv.com/opportunity)