



doTERRA®
MetaPWR

El sistema MetaPWR





Tabla de contenido

Metabolismo.....	3
El Sistema MetaPWR.....	6
Mezcla Metabólica MetaPWR.....	7
Asistencia Metabólica MetaPWR.....	8
Ventajas Metabólica MetaPWR.....	9
Recarga MetaPWR.....	13
Salud metabólica.....	17
Envejecimiento saludable.....	18
Máximo rendimiento.....	20

Metabolismo

En el mundo moderno, la esperanza de vida promedio es más alta que nunca. Y con los constantes avances y descubrimientos en ciencia y medicina, es probable que siga aumentando. Pero, ¿somos colectivamente más saludables que nunca? ¿Los muchos años que vivimos están llenos de bienestar y vitalidad? O estamos pasando esos años adicionales sin poder hacer lo que amamos debido a la mala salud?

A diferencia de la esperanza de vida, que son estrictamente los años de tu vida, la salud general se refiere a cuánto tiempo dura tu bienestar y salud. Por supuesto, hay consecuencias inevitables del envejecimiento que eventualmente vendrán, nadie es inmortal y es parte de la experiencia humana. Pero, ¿quién dice que el envejecimiento tiene que verse de la manera en que lo hace?

Es posible que ya estés familiarizado con cómo funciona tu metabolismo. En su esencia, el metabolismo simplemente implica que tu cuerpo utiliza combustible como alimentos para crear los elementos básicos que necesita para generar la energía requerida para llevar a cabo procesos celulares.



Metabolismo (cont.)

A medida que tu cuerpo cumple su función de crear y usar energía, también genera un subproducto o escape: los radicales libres. Los radicales libres se generan durante los procesos metabólicos. Los radicales libres tienen algunos propósitos, pero su acumulación puede causar daño oxidativo, que envejece tus células. Los antioxidantes combaten los radicales libres y ayudan a prevenir el estrés oxidativo, razón por la cual comer frutas y verduras, especialmente las ricas en antioxidantes, es tan importante.

Si bien la mayoría de las personas piensan en el metabolismo como algo afectado por el envejecimiento, lo cual es parcialmente cierto, la realidad es que el metabolismo también afecta al envejecimiento saludable. Un cuerpo saludable que funciona eficientemente a nivel celular proporciona a los sistemas de órganos cantidades óptimas de energía, y este proceso puede mantenerse con elecciones de vida saludables.

Tus células pueden comportarse de manera más joven si prestas atención a tu metabolismo y a cómo tu cuerpo utiliza la energía. Sin embargo, lo contrario también es cierto: si tomas decisiones de estilo de vida poco saludables o subóptimas, tus células y sistemas corporales experimentarán pérdida de función que se acumula a lo largo de los años hasta que enfrentes desafíos directamente relacionados con tu metabolismo y elecciones de vida. Como la metáfora del motor anterior,

un motor viejo, torpe y sucio que ha sido descuidado no quema gasolina tan eficientemente como un motor que se mantiene en buen estado, con ajustes regulares y cambios de aceite.

Por supuesto, todos estamos afectados por la genética. Algunas personas simplemente tienen factores genéticos que hacen que los viajes de vida y salud sean mucho más difíciles que para otros. Sin embargo, las elecciones de estilo de vida sí marcan una diferencia significativa. Independientemente de tu situación genética, las elecciones saludables que hagas pueden mejorar tu calidad de vida, mientras que las elecciones no saludables empeorarán las cosas.

La ciencia ha afirmado que el punto de partida siempre debe ser una dieta equilibrada y rica en nutrientes, ejercicio adecuado y un sueño profundo y reparador. Una de las cosas maravillosas sobre el bienestar es cómo trabajar en un área mejora otras áreas al mismo tiempo. ¡El bienestar está verdaderamente interconectado!

Por ejemplo, la dieta rica en antioxidantes necesaria para combatir los radicales libres y prevenir el estrés oxidativo probablemente también sea buena para tu metabolismo de la glucosa y tu salud en general. Esto se debe a que muchos de estos alimentos son frutas y verduras llenas de nutrientes adicionales y fibra.



El Sistema MetaPWR



El sistema MetaPWR te ayuda a vivir tu vida más poderosa, apoyando tu metabolismo, energía y salud a nivel celular. Diseñado para ser utilizado como un sistema, cada producto ofrece una especialidad, al tiempo que apoya y mejora los beneficios de los otros productos. ¡El todo es verdaderamente más grande que la suma de sus partes con el sistema MetaPWR!

Por supuesto, no hay soluciones rápidas para lograr una función metabólica óptima. Todavía debes tomar decisiones inteligentes y saludables en tu estilo de vida, pero el sistema MetaPWR puede maximizar los efectos de esas elecciones.

¿Qué significa MetaPWR?

Puede que te estés preguntando, "¿Qué significa realmente MetaPWR?" Meta proviene de la palabra metabólico, que es apropiado porque el sistema MetaPWR está diseñado para respaldar la salud metabólica. Meta también puede significar "integral" o "trascendental". Por supuesto, power (escrito como P-W-R) puede significar "poder", como se pronuncia, pero al mismo tiempo representa "bienestar personal realizado".

Mezcla Metabólica MetaPWR

La Mezcla Metabólica MetaPWR presenta proporciones equilibradas patentadas de aceites esenciales CPTG de Toronja, Limón, Menta, Jengibre y Corteza de Canela. Está presente en todos los productos del sistema MetaPWR.

La investigación preclínica sugiere que la Toronja, con sus niveles naturalmente altos del constituyente químico limoneno, puede apoyar un metabolismo saludable cuando se ingiere. El Limón también es alto en limoneno. Y se ha demostrado que la Menta ayuda a mejorar el rendimiento del ejercicio cuando se ingiere.

Cuando los cinco aceites esenciales se combinan en las proporciones adecuadas, algo poderoso puede suceder. La investigación preclínica sobre la Mezcla Metabólica MetaPWR sugiere que puede limitar el desarrollo de nuevas células de grasa y el crecimiento de las existentes cuando se toma internamente. Se necesita más investigación clínica confirmatoria, y dōTERRA se compromete a continuar la investigación sobre este tema importante.

Las células de grasa, o adipocitos, se desarrollan y acumulan en todo el cuerpo en un proceso llamado adipogénesis. A finales de la adolescencia, generalmente has desarrollado un número fijo de adipocitos, pero pueden crecer y disminuir. Con elecciones saludables en la alimentación y bebidas, así como actividad física regular, puedes reducir el tamaño de tus células de grasa existentes.

Y MetaPWR está aquí para ayudarte en el camino hacia tus objetivos de peso. El uso diario de esta mezcla de aceites esenciales también puede ayudar a controlar los antojos de hambre y respaldar la salud metabólica.

Cómo usar la Mezcla Metabólica MetaPWR:

El aroma de MetaPWR equilibra deliciosamente cítricos y especias con un toque de menta. Difúndelo para promover un entorno estimulante mientras te enfocas en comer conscientemente.

Puedes tomar MetaPWR internamente, lo que puede

ayudar a controlar los antojos de hambre, reducir las células de grasa adiposa y respaldar una función metabólica saludable.

La Mezcla Metabólica MetaPWR está disponible en varios formatos de entrega para ser lo más conveniente y accesible posible. Además de una botella de 15 mL, MetaPWR viene en bolitas y cápsulas vegetarianas y aptas para la dieta keto. Las bolitas y cápsulas hacen que tomar MetaPWR internamente sea simple y sin esfuerzo.

También puedes masticar el chicle MetaPWR cuando esos antojos disruptivos te golpean. Con múltiples formas de acceder a los beneficios de la Mezcla Metabólica MetaPWR en casa y mientras te desplazas, tu camino hacia la realización del bienestar personal se acaba de volver mucho más fácil.



Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Asistencia Metabólica MetaPWR



Balaceando el azúcar en la sangre

Los niveles de azúcar en la sangre son uno de los marcadores de salud más significativos. Estos niveles fluctúan naturalmente, según los hábitos alimenticios y los niveles de actividad. Picos excesivamente altos y valles bajos son características de problemas metabólicos.

A mucha gente le gusta una buena montaña rusa. La anticipación de la subida y la emoción de la caída pueden llevar a largas colas y entusiastas emocionados. Al igual que los niveles de azúcar en la sangre, un paseo en montaña rusa una o dos veces al año no debería causar problemas a largo plazo. Sin embargo, montar una montaña rusa varias veces al día, semana tras semana, podría tener consecuencias. Con el tiempo, los niveles elevados de azúcar en la sangre pueden tener consecuencias corporales.

Una dieta de alimentos integrales y ejercicio regular son las mejores formas de promover una regulación saludable del azúcar en la sangre, pero dado que menos del 7% de la población adulta de EE. UU. tiene una salud cardiometabólica óptima, la mayoría de las personas podrían usar un poco de apoyo.

¿Qué es la Asistencia Metabólica MetaPWR?

La Asistencia Metabólica MetaPWR es parte del sistema MetaPWR, que está compuesto por productos naturales que respaldan la salud metabólica. Se basa en la Mezcla Metabólica MetaPWR y presenta hierbas adicionales y fitonutrientes.

En un reciente ensayo clínico doble ciego y controlado con placebo que monitoreó los niveles de glucosa en 15 pacientes, los resultados mostraron que la Asistencia Metabólica MetaPWR disminuyó el impacto glucémico de comidas ricas en carbohidratos y redujo los picos de azúcar en la sangre cuando se tomó antes.* Sin embargo, se necesita más investigación clínica confirmatoria.

¿Cómo funciona la Asistencia Metabólica MetaPWR?

La Asistencia Metabólica MetaPWR contiene múltiples compuestos naturales que han demostrado clínicamente promover un metabolismo saludable. Entre ellos, destaca el extracto de hoja de morera, que ralentiza la absorción de todos los carbohidratos y promueve la regulación saludable de los niveles normales de azúcar en la sangre. Los iminosúcares de la morera interactúan con las enzimas digestivas que metabolizan los carbohidratos, ralentizando su digestión para que la glucosa no llegue rápidamente al torrente sanguíneo.

Cuando tomas la Asistencia Metabólica MetaPWR antes de una comida, el extracto de morera ayuda a que tu cuerpo ralentice la digestión de los carbohidratos que vas a comer. Por supuesto, la Asistencia Metabólica MetaPWR debe combinarse con una dieta equilibrada y saludable. ¡Necesitas comer carbohidratos complejos ricos en nutrientes y fibra para mantener una buena salud! A partir de ahí, la Asistencia Metabólica MetaPWR puede ayudar a mantener estables tus niveles de glucosa en sangre.

Ventaja Metabólica MetaPWR

La Ventaja Metabólica MetaPWR fue desarrollada para respaldar la función metabólica saludable a nivel celular. Si bien la mayoría de las personas piensan que el envejecimiento afecta al metabolismo, y eso es parcialmente cierto, el metabolismo también influye en el envejecimiento saludable.



La Ventaja Metabólica MetaPWR contiene 12 ingredientes activos para respaldar una actividad metabólica vigorosa, incluyendo:

- Producción de energía celular
- Sistema circulatorio saludable
- Función del sistema nervioso
- Ritmo circadiano saludable
- Calidad del sueño
- Energía mental
- Función y rendimiento físico

El sistema MetaPWR, especialmente la Ventaja Metabólica MetaPWR, aborda la relación entre el metabolismo y el envejecimiento con NAD⁺, NADH y colágeno.

NAD⁺ y NMN

El mononucleótido de nicotinamida, o NMN, es un precursor vital en la biosíntesis del dinucleótido de nicotinamida, o NAD⁺, que es una coenzima presente en cada célula del cuerpo.

El NAD⁺ cumple numerosas funciones, pero las más críticas son los procesos metabólicos y la función mitocondrial. El NAD⁺ convierte los alimentos en energía y proporciona protección a las fábricas de energía celular. Sin niveles suficientes de NAD⁺, las células no pueden generar la energía necesaria para sobrevivir y llevar a cabo sus funciones. Para cuando alcanzas los 50 años, los niveles de NAD⁺ generalmente son la mitad de lo que eran a los 20, lo que contribuye a desafíos de salud como el manejo del peso y la disminución de los niveles de energía.

Ventaja Metabólica MetaPWR

Estudios preclínicos sugieren que la suplementación con NMN puede aumentar el NAD+, lo que conduce a un funcionamiento más juvenil de las células y sistemas del cuerpo, pero se necesita más investigación clínica confirmatoria. ¡La Ventaja Metabólica MetaPWR está formulada con polvo de levadura de NMN para ayudar a aumentar naturalmente tus niveles de NAD+ y NADH!

Colágeno

El colágeno proporciona elasticidad y firmeza a tu piel y respalda los músculos magros y los tejidos conectivos. Tu cuerpo produce colágeno de forma natural, pero su producción disminuye con la edad. Tomar suplementos puede aumentar la cantidad en tu cuerpo, pero no todos los tipos de colágeno funcionan igual de bien. La mayoría de los productos nutracéuticos de colágeno solo presentan uno o dos tipos de péptidos de colágeno (generalmente los tipos más relevantes para la elasticidad de la piel y las arrugas).

Junto con estos tipos populares de colágeno, la Ventaja Metabólica MetaPWR incluye nueve tipos únicos de péptidos de colágeno. El colágeno es la proteína más abundante en el cuerpo y desempeña funciones importantes en sus 28 tipos diferentes, por lo que destacamos el papel integral del colágeno en todo el cuerpo con la Ventaja Metabólica MetaPWR.

Aquí están los nueve tipos de colágeno en la Ventaja Metabólica MetaPWR:

- El colágeno tipo I está relacionado con la belleza de la piel.
- El colágeno tipo II está relacionado con la protección ósea y es el componente principal del cartilago.
- El colágeno tipo IV es la principal proteína de la membrana basal, conectando la dermis y la epidermis y formando una estructura de red para hacer la membrana basal maleable.
- El colágeno tipo V está relacionado con la disposición regular de las fibras de colágeno, estabilizando las estructuras de los tipos I y II de colágeno.
- El colágeno tipo VI mantiene la función mecánica en la célula, respaldando tanto la función muscular como la integridad de la membrana celular. Además, este tipo de colágeno inhibe el daño oxidativo y la apoptosis.
- El colágeno tipo IX es un componente importante del cartilago y se distribuye principalmente en las células de cartilago de las placas de crecimiento, las articulaciones y los discos intervertebrales.
- El colágeno tipo XXV inhibe la fibrilación del péptido beta amiloide.
- La proteína Col1a2 es colágeno fibrilina.
- La proteína de clasificación vacuolar 37A está involucrada en el crecimiento y la diferenciación celular.



Ventaja Metabólica MetaPWR



Cada tipo de colágeno desempeña un papel en mejorar la densidad, elasticidad e hidratación de la piel; fortalecer los vasos sanguíneos; respaldar el tejido conectivo; y mejorar la vitalidad general.

Cuando mezclas el polvo de la Ventaja Metabólica MetaPWR con agua a temperatura ambiente o fría, lo consumes como un líquido, lo que significa que tu cuerpo puede absorber fácilmente los nutrientes estables y no degradados. La mayoría de los colágenos líquidos envasados utilizan un proceso de pasteurización para esterilizar su sistema de entrega a base de agua, lo que elimina bacterias dañinas pero también destruye ingredientes activos beneficiosos como vitaminas, flavonoides y polifenoles.

A pesar de este proceso, es menos estable en el estante que un polvo como la Ventaja Metabólica MetaPWR. También requiere enviar agua pesada, lo que aumenta las emisiones de carbono. Al mezclar el polvo de la Ventaja Metabólica MetaPWR con agua, aún disfrutas de los beneficios de absorción de un formato líquido, pero sin la pérdida de valor que ocurre durante la pasteurización (y sin el contenido de azúcar que generalmente acompaña a un formato de jugo envasado).

Nuestro colágeno proviene de peces marinos cosechados de forma sostenible y ha sido hidrolizado (predigerido) por enzimas endo- y exonucleasas conocidas como proteasas. Estas enzimas crean pequeños fragmentos de tripéptidos de tres secuencias de aminoácidos para una absorción óptima.

Otros colágenos en el mercado, ya sea de origen terrestre o marino, suelen contener un contenido de tripéptidos del 15 al 35%. El colágeno de la Ventaja Metabólica MetaPWR contiene más del 70% de fragmentos de tripéptidos para una absorción superior (en algunos casos, hasta 12 veces más absorción).

Otros ingredientes de la Ventaja Metabólica MetaPWR

También incluye resveratrol, extracto de manzana rosa, ceramidas de arroz, complejo de naranja roja, espinillo amarillo, biotina, ácido hialurónico y vitamina C liposomal. Según estudios preliminares, el complejo de naranja roja y el espinillo amarillo son antioxidantes polifenólicos, pero se necesita más investigación clínica confirmatoria. Los antioxidantes combaten los radicales libres y previenen el daño oxidativo y el estrés en tus células.

Estas declaraciones no han sido evaluadas por la Administración de Alimentos y Medicamentos. Este producto no está destinado a diagnosticar, tratar, curar o prevenir ninguna enfermedad.

Ventaja Metabólica MetaPWR



Como componente principal de la matriz extracelular, el ácido hialurónico mantiene la integridad y salud de tu piel. Su capacidad única para absorber y retener agua ayuda a prevenir la piel seca o dañada.

La vitamina C liposomal no solo estimula a los fibroblastos de tu cuerpo a sintetizar nuevo colágeno, sino que también estabiliza los fibrilos de colágeno en tu cuerpo mediante la hidroxilación.

Cómo usar la Ventaja Metabólica MetaPWR

La Ventaja Metabólica MetaPWR es un polvo delicioso de naranja y limón que puedes mezclar con cinco a ocho onzas de agua fría o a temperatura ambiente (pero no caliente). Mezcla vigorosamente en una botella agitadora o incorpora a un batido, y bébelo inmediatamente.

Toma la Ventaja Metabólica MetaPWR al menos una vez al día para obtener los mejores resultados. Puedes tomarlo en cualquier momento, pero la mañana funciona bien para la mayoría de las personas. No es necesario tomar la Ventaja Metabólica MetaPWR con alimentos.

La Ventaja Metabólica MetaPWR ayuda a mantener el funcionamiento de tus células como si fueran jóvenes. ¡Extiende tu salud metabólica y experimenta muchos otros beneficios internos y externos!

Opciones de Colágeno Vegano o a Base de Plantas

dōTERRA proporciona opciones de suplementos a base

de plantas cuando es posible. Aquellos que no desean consumir productos a base de peces o marinos debido a restricciones dietéticas o preferencias personales pueden preguntarse si habrá una opción de Ventaja Metabólica MetaPWR a base de plantas. El colágeno es sintetizado por animales, por lo que está disponible exclusivamente a partir de ellos. Es posible que veas productos anunciados como "colágeno vegano"; sin embargo, si observas detenidamente, verás que suelen ser colecciones de aminoácidos de origen vegano, no tripeptidos de colágeno reales.

Pero recuerda, ¡el colágeno es algo que tu cuerpo produce de forma natural! La Ventaja Metabólica MetaPWR está diseñada para complementar el colágeno que tu cuerpo no está produciendo tan abundantemente como solía hacerlo. Piensa en el colágeno suplementario como reemplazo del colágeno que falta en tu cuerpo.

También existen alternativas para construir colágeno, que incluyen compuestos que ayudan naturalmente a tu cuerpo y aumentan su suministro de colágeno. dōTERRA ya ofrece las Cápsulas del Complejo Embellecedor Celular Milenrama|Granada (que son veganas) para apoyar naturalmente la síntesis de colágeno de tu cuerpo.



Escanea para obtener más información sobre nuestra colección Milenrama|Granada

Recarga MetaPWR

Más del 75% de las personas están constantemente deshidratadas y carecen de un equilibrio nutricional diario de electrolitos clave para mantener sus células cargadas y energizadas. La hidratación es clave para un metabolismo saludable, y las células saludables no pueden producir energía sin ella.

Tu cuerpo es increíble, con capas de protección para mantenerte sobreviviendo incluso cuando tu ingesta de agua no es la adecuada. Pero puedes ayudar bebiendo, en onzas, suficiente agua para igualar la mitad de tu peso corporal, en libras, todos los días. Mantenerse adecuadamente hidratado es esencial para mantener una salud metabólica óptima, que sabemos que es clave para la esperanza de vida y la salud en general.

¿Pero sabías que el agua sola no es suficiente?

Una hidratación adecuada requiere un equilibrio de electrolitos, que son minerales esenciales, para mantener el buen funcionamiento de tus sistemas corporales. Los suplementos pueden ayudar con este equilibrio, pero casi ninguno en el mercado tiene la combinación exacta de electrolitos, ni son efectivos para el uso diario, ya que están dirigidos principalmente a atletas de alto rendimiento.

¿Qué es la Recarga MetaPWR?

La Recarga MetaPWR es el primer y único producto que proporciona los electrolitos críticos en las cantidades y

proporciones adecuadas para un rendimiento metabólico máximo. También incluye extracto de baobab, un superalimento obtenido del "árbol de la vida" africano, que ayuda a que las células se mantengan hidratadas durante más tiempo; ginseng para obtener energía sostenida; y minerales del océano profundo provenientes de la Corriente de Kuroshio en el Océano Pacífico, que promueven un transporte efectivo de agua entre las células.

Como suplemento de hidratación, la Recarga MetaPWR comprende la naturaleza delicada del cuerpo humano y ofrece el mejor equilibrio de seis electrolitos clave, incluida una proporción perfecta de uno a tres de sodio a potasio. A menudo se culpa al sodio de aumentar la presión arterial, mientras que el potasio recibe elogios por mantenerla bajo control, pero estos dos minerales trabajan en conjunto en todo el cuerpo.



Recarga MetaPWR



La Recarga MetaPWR encaja perfectamente en el sistema general de MetaPWR, mejorando tu hidratación para aumentar tu energía general y vitalidad, permitiéndote vivir tu vida más poderosa.

Electrolitos Esenciales

Una hidratación adecuada requiere un equilibrio de electrolitos, minerales esenciales, para mantener el buen funcionamiento de tus sistemas corporales. Estos minerales determinan qué tan bien tu cuerpo convierte los macronutrientes como proteínas, grasas y carbohidratos en energía; qué tan bien crecen los músculos; y cuánto ATP se produce. Tu maquinaria para quemar grasas depende de micronutrientes.

Vamos a explorar los electrolitos incluidos en la Recarga MetaPWR, porque son esenciales para que la vida funcione y prospere.

El **sodio** es esencial para la hidratación porque ayuda a regular el equilibrio de fluidos dentro de las células y en los espacios extracelulares, así como la salud de los nervios, la absorción de nutrientes y la función muscular. Cuando el sodio dietético es demasiado bajo, tu cuerpo entra en un modo de retención de sodio, durante el cual la aldosterona, la renina y la angiotensina aumentan para ayudar a tus riñones a retener sodio. Estas hormonas también afectan tu presión arterial.

El cuerpo humano requiere una pequeña cantidad de sodio para conducir impulsos nerviosos, contraer y relajar los músculos y mantener un equilibrio adecuado de agua y minerales. ¡Si eres activo, sudas con frecuencia, sigues una dieta baja en carbohidratos, practicas el ayuno intermitente, y demás, es posible que necesites mucho más!

Como se mencionó, la Recarga MetaPWR ofrece la proporción óptima de uno a tres de sodio a potasio, respaldando la salud cardiovascular y ósea, la regulación de la presión arterial, la función renal y el bienestar general. Un equilibrio adecuado de sodio y potasio es más significativo que cualquiera de los electrolitos por separado.

Recarga MetaPWR

Sin embargo, aún es importante entender el **potasio**, ya que este mineral es esencial para todas las funciones corporales. Ayuda a que tus nervios, músculos y corazón funcionen bien, al tiempo que facilita el movimiento de nutrientes hacia dentro y de desechos fuera de tus células.

El potasio se clasifica como un electrolito porque es altamente reactivo. Cuando se disuelve en agua, produce iones cargados positivamente. Esta propiedad especial le permite conducir electricidad. Tu cuerpo utiliza esta electricidad para gestionar varios procesos esenciales, incluyendo el equilibrio de fluidos, las señales nerviosas y las contracciones musculares.

La Recarga MetaPWR está formulada con cuatro tipos de magnesio: citrato, sulfato, L-treonato y cloruro, que son utilizados por los sistemas nervioso, digestivo y musculoesquelético para obtener apoyo. El magnesio afecta a neurotransmisores como la serotonina (necesaria para la melatonina), la noradrenalina o norepinefrina y la dopamina. Tu cuerpo puede tener dificultades para producir estas hormonas relacionadas con el estado de ánimo sin magnesio.

La insuficiencia de magnesio puede afectar incluso:

- > Presión arterial
- > Estado de ánimo
- > Malestar muscular
- > Sueño
- > Sensibilidad a ruidos fuertes
- > Ritmo cardíaco
- > Niveles de energía
- > Regularidad intestinal
- > Regulación de la insulina
- > Síntomas premenstruales

Más del 75% de las personas no obtienen suficiente magnesio. De hecho, aproximadamente el 72% de los médicos recomiendan suplementos de magnesio a sus pacientes y el 79% toma suplementos ellos mismos. La Recarga MetaPWR puede ayudarte a no formar parte de la multitud con una ingesta inadecuada de magnesio.

El calcio es el mineral más abundante en el cuerpo. Junto con el sodio y el potasio, es esencial para la señalización nerviosa y la contracción muscular.



Recarga MetaPWR

Músculos que funcionan bien son cruciales para actividades físicas como el ejercicio y el gasto calórico. Cuando un nervio estimula un músculo, el cuerpo libera calcio, ayudando a que las proteínas en el músculo se contraigan. El músculo se relajará una vez que se haya bombeado el calcio fuera de él. El papel del calcio en la función muscular incluye mantener un corazón saludable. Estudios han indicado una posible relación entre el alto consumo de calcio y el mantenimiento saludable de la presión arterial.

Curiosamente, varios estudios muestran que el calcio puede aliviar los síntomas típicos del síndrome premenstrual. Las mujeres con molestias premenstruales generalmente tienen una ingesta y niveles séricos más bajos de calcio y magnesio.

Luego tenemos al **cloruro**, el principal anión de tu cuerpo, que trabaja en conjunto con el sodio y el potasio para asegurar un transporte eficiente de nutrientes, eliminación de desechos y función celular general, afectando la producción de energía. Y luego tienes al **fosfato**, que es necesario para la formación de huesos y dientes. También sirve como un bloque de construcción para sustancias increíblemente importantes en el cuerpo como las membranas celulares y el ADN.

Pero eso no es todo. La Recarga MetaPWR también proporciona **extracto de baobab**, que se obtiene del "árbol africano de la vida". Investigaciones preclínicas emergentes sugieren que el extracto de baobab mejora el transporte celular de agua, lo que significa que tus células se mantienen hidratadas por más tiempo con este increíble extracto.

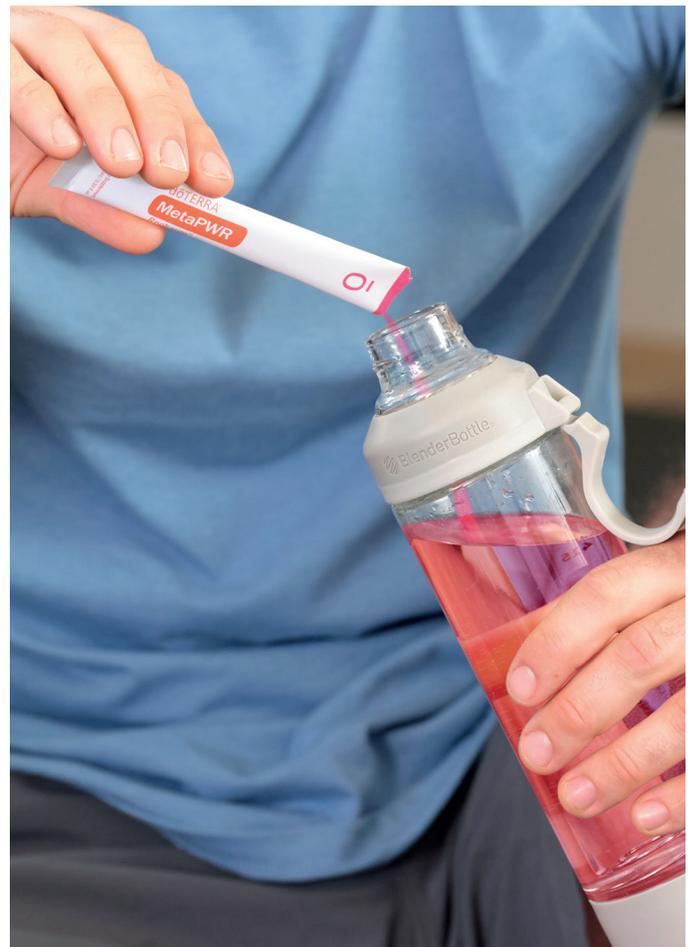
Profundizando aún más, encontrarás la esencia del agua mineral profunda en cada sorbo, cargada con más de **70 nutrientes minerales y elementos traza**. Hay un vasto tesoro de minerales en el océano que ha permanecido intacto durante siglos. Estos minerales del océano profundo se extraen con microfiltración y ósmosis inversa para ayudar al transporte de agua y electrolitos dentro y fuera de tus células.

Finalmente, tenemos la raíz de ginseng. Estudios a dosis más altas han relacionado el ginseng con la reducción del estrés oxidativo celular y el apoyo a una mayor producción de energía en las células.

¿Por qué Recarga MetaPWR?

Con la Recarga MetaPWR, no se trata solo de saciar deliciosamente tu sed. Se trata de rejuvenecer tu cuerpo y mente.

¡Y la Recarga MetaPWR está diseñada para todos! Ya seas una mamá ocupada que olvida beber agua y se siente agotada durante el día; un entusiasta del ejercicio activo que busca un rendimiento máximo en salud; o un abuelo que quiere seguir el ritmo de sus nietos veloces, la Recarga MetaPWR hace que el agua funcione de manera más



MetaPWR Mito2Max

Mito2Max es ahora un miembro bien merecido del sistema MetaPWR. Te beneficia tanto física como mentalmente, promueve un rendimiento óptimo de las baterías mitocondriales de tus células y apoya la adaptación metabólica, todo sin nerviosismo, caídas u otros efectos secundarios no deseados comunes en otros suplementos.* MetaPWR Mito2Max está listo para acompañarte durante tu día.

Billones y billones de células conforman cada cuerpo humano. Es notable reflexionar sobre la sinergia que ocurre entre esas células para que tu cuerpo funcione correctamente y prospere. La "energía" para la vida proviene del interior de las mitocondrias de cada una de estas células.

Dentro de tus células se encuentran las mitocondrias, organelos responsables de los procesos biomecánicos de la respiración y la producción de energía. A medida que envejeces, la función mitocondrial de tu cuerpo se vuelve menos eficiente, por lo que se vuelve progresivamente más difícil mantener tus niveles de energía y participar en las actividades que disfrutas.

Sea cual sea la causa de las bajadas en la energía diaria, tus mitocondrias son en última instancia responsables de tu energía mental y física a nivel celular. Estas organelas microscópicas en forma de frijol se encuentran en miles en cada célula de tu cuerpo. Ya sea que funcionen bien o mal depende en gran medida de tu dieta y estilo de vida, con factores que incluyen:

- Privación del sueño
- Falta de ejercicio
- Acumulación de toxinas (metales pesados, contaminantes del aire, glifosato, y así sucesivamente)
- Daño oxidativo y producción de radicales libres
- Envejecimiento

Y ahí es donde entra en juego MetaPWR Mito2Max. Apoyar a las mitocondrias es el principal objetivo de este complejo energético.*

Cómo usar MetaPWR Mito2Max

MetaPWR Mito2Max es un enfoque probado y comprobado para obtener energía natural y duradera. Mejora la energía yendo directamente a la fuente: las células. Este complejo energético apoya la función mitocondrial saludable, lo que resulta en niveles de energía mejorados, resistencia y capacidad aeróbica, así como apoyo a la cognición mental y la memoria.* Y a diferencia del café, las bebidas energéticas y los suplementos dietéticos llenos de estimulantes que vienen con efectos secundarios no deseados y altas cantidades de azúcar, MetaPWR Mito2Max no causará un bajón de energía más tarde en el día.

Los adultos pueden tomar dos cápsulas al día para aumentar la resistencia, la energía y la agudeza mental.* Este suplemento no está necesariamente destinado a niños, y las mujeres embarazadas o en período de lactancia y las personas con enfermedades conocidas deben consultar a un médico antes de usarlo.



Salud metabólica

cooperativa con tus células para que no tengas que esforzarte mucho para mantenerte hidratado.

¿Te suena familiar esto?

Parece que lo he intentado todo: dietas, suscripciones al gimnasio, columnas de consejos, rutinas de ejercicio. ¿Por qué no puedo perder

¡Los productos del sistema MetaPWR pueden ayudar en tres pasos!

1

Apunta a las células de grasa, controla los antojos y apoya la salud metabólica con la Mezcla Metabólica MetaPWR:*

- Agrega un par de gotas a tu agua a lo largo del día.
- Toma una perla o cápsula blanda cada mañana y noche.
- Mastica un trozo de chicle entre comidas.

2

Aborda la glucosa en la sangre con la Asistencia Metabólica MetaPWR:*

- Toma una cápsula, hasta tres veces al día, con ocho onzas de agua, 15 a 30 minutos antes de tu comida más grande.

3

Apoya la producción de energía, la resistencia y la agudeza mental con MitozMax:*

- Toma dos cápsulas al día con comida, evitando su uso antes de dormir.

estos últimos cinco kilos?

Apilamiento de hábitos

Si ya tienes el hábito de tomar los suplementos del paquete Vitalidad Vitalicia de dōTERRA todos los días, puedes añadir fácilmente la toma de las Cápsulas Blandas de MetaPWR al mismo tiempo. Si ya estás utilizando la Proteína, Fibra y Greens (Verduras y vegetales) de dōTERRA, para ayudarte con tus objetivos dietéticos y de alimentación saludable, agrega la Ventaja Metabólica MetaPWR a tu batido de

proteínas o un par de gotas de la Mezcla Metabólica MetaPWR a tu batido verde.

Aquí tienes algunos de los mejores productos para apilar hábitos con el sistema MetaPWR para la salud metabólica, el control de peso y los niveles de energía.*

> Paquete Vitalidad Vitalicia de dōTERRA

> Proteína, Fibra y Greens (Verduras y vegetales) de dōTERRA

"Estaba llegando al punto en que pensaba, Este es el nuevo cuerpo de mamá. Vas a tener que vivir con él. No volverás a ver esos días. En los primeros 30 días, bajé de la marca de 200, que no había visto en cinco años. Sentir la energía y claridad mental, ver el cambio en el cuerpo, ha sido un cambio de juego." — Dra. Ashley Anderson

Envejecimiento Saludable

> Complejo ProBioma dōTERRA PB Restore™

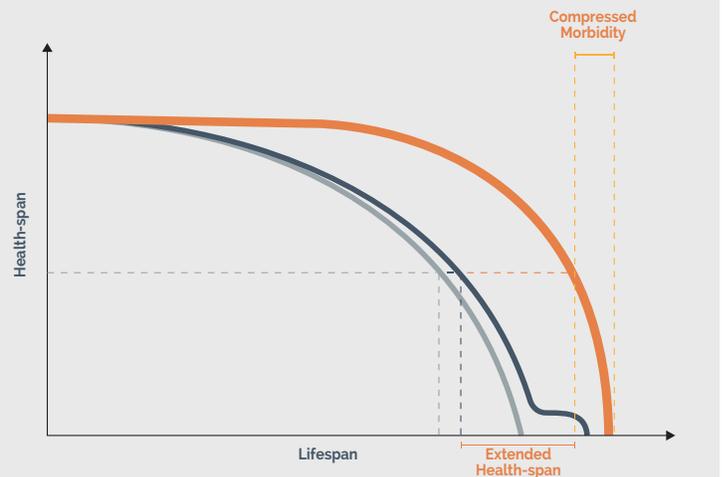
La edad es solo un número. La meta es la edad biológica. Descubre los secretos de envejecer bien con los productos del sistema MetaPWR.

Longevidad versus Salud Longeva

- > Longevidad es el número de años en tu vida.
- > Salud longeva es el número de años saludables en tu vida.



Mira el video del Dr. O: Profundiza en la salud longeva con el Dr. Osguthorpe.



Tres Pasos

1. Apoya a las células que funcionan más jóvenes con la Ventaja Metabólica MetaPWR:*

> Toma al menos un sobre de MetaPWR Advantage diariamente con cinco a ocho onzas de agua fría o a temperatura ambiente. Remueve o agita bien antes de beber.

2. Enfrenta la glucosa en sangre con la Asistencia Meabólica MetaPWR:*

> Toma una cápsula, hasta tres veces al día, con ocho onzas de agua, de 15 a 30 minutos antes de tu comida más grande.

3. Atiende la salud metabólica con la Mezcla Metabólica MetaPWR:*

> Toma una cápsula blanda todas las mañanas y noches. Cepíllate en seco con la mezcla de aceites esenciales.

Apilamiento de Hábitos

El sistema MetaPWR te ayuda a vivir tu vida más poderosa, brindándote apoyo a nivel celular para que te veas y te sientas más joven de adentro hacia afuera.* Puedes ir aún más lejos acumulando hábitos con otros productos de dōTERRA para apoyar un envejecimiento saludable.

- **Complejo Embellecedor Celular Milenrama|Granada** ayuda a activar proteínas que protegen la piel, inhibe enzimas que descomponen la elasticidad y el colágeno, y promueve la producción de colágeno.*

- La diversidad de tu microbioma disminuye con la edad. Pero el **Complejo ProBioma dōTERRA PB Restore** puede ayudar a restaurar lo que se ha perdido.*

- Mantente activo con el **Complejo Polifenólico Deep Blue**. Está diseñado para brindar un soporte calmante a los músculos adoloridos y otras molestias ocasionales.*

"He comenzado a amar cómo me siento y me veo. Me siento segura de adentro hacia afuera. Por primera vez en mucho tiempo, tengo la esperanza de que me quedan muchos años para seguir el ritmo de mis hijos. Hazlo todo con energía, alegría y satisfacción. El sistema de productos MetaPWR me ha dado esa esperanza." — Courtney Moses Shepard

Envejecimiento Saludable

Tres pasos



1. Apoya el funcionamiento más joven de las células con la Ventaja Metabólica MetaPWR:*

> Toma al menos un sobre de la Ventaja Metabólica MetaPWR diariamente con cinco a ocho onzas de agua fría o a temperatura ambiente. Remueve o agita bien antes de beber.



2. Aborda la glucosa en sangre con la Asistencia Metabólica MetaPWR:

> Toma una cápsula, hasta tres veces al día, con ocho onzas de agua, de 15 a 30 minutos antes de tu comida más grande.



3. Atiende la salud metabólica con la Mezcla Metabólica MetaPWR:*

> Toma una cápsula blanda todas las mañanas y noches. Cepíllate en seco con la mezcla de aceites esenciales.

Apilamiento de hábitos

El sistema MetaPWR te ayuda a vivir tu vida más poderosa, brindándote apoyo a nivel celular para que te veas y sientas más joven desde adentro hacia afuera.* Puedes ir más allá al combinar hábitos con otros productos de dōTERRA para respaldar un envejecimiento saludable.



> **Complejo Embellecedor Celular Milenrama|Granada** ayuda a activar proteínas protectoras de la piel, inhibe enzimas que descomponen la elasticidad y el colágeno, y promueve la producción de colágeno.*



> La diversidad de tu microbioma disminuye con la edad. Pero el **Complejo ProBioma dōTERRA PB Restore** puede ayudar a restaurar lo que se ha perdido.*



> Mantente activo con el **Complejo Polifenólico Deep Blue**. Está diseñado para proporcionar un apoyo calmante a los músculos doloridos y otras molestias ocasionales.*

"He empezado a amar cómo me siento y cómo luzco. Me siento segura de adentro hacia afuera. Por primera vez en mucho tiempo, tengo la esperanza de que me quedan muchos más años para seguir el ritmo de mis hijos. Hazlo todo con energía, alegría y satisfacción. El sistema de productos MetaPWR me ha dado esa esperanza." —Courtney Moses Shepard

Máximo rendimiento

No estableces metas, las superas. Sabes que la verdadera salud se basa en los cimientos de una dieta rica en nutrientes, ejercicio adecuado y un sueño reparador. Haces lo que puedes para comer bien y obtener suficientes nutrientes, pero a veces las cosas aún pueden sentirse desequilibradas.

El sistema MetaPWR está aquí para ayudarte a alcanzar tu potencial de forma natural.

Tres pasos



1. Desbloquea el rendimiento cognitivo y físico mejorado a nivel celular con la Ventaja Metabólica MetaPWR:

> Toma al menos un sobre de la Ventaja Metabólica MetaPWR al día con cinco a ocho onzas de agua fría o a temperatura ambiente. Revuelve o agita bien antes de beber.



2. Optimiza tu energía abordando la glucosa en la sangre con la Asistencia Metabólica MetaPWR:

> Toma una cápsula, hasta tres veces al día, con ocho onzas de agua, de 15 a 30 minutos antes de tu comida más grande.



3. Recarga tus células con la Recarga MetaPWR y MetaPWR Mito2Max:

> Añade un sobre de la Recarga MetaPWR a 16 onzas de agua una o dos veces al día y bebe. Toma dos cápsulas de MetaPWR Mito2Max al día con alimentos, evitando su uso antes de dormir.

Apilamiento de hábitos

El sistema MetaPWR te ayuda a vivir tu vida más poderosa. Puedes aprovechar tu potencial ilimitado y enfrentar cualquier desafío al combinar hábitos con otros productos de dōTERRA junto con el sistema de productos.*

> El **Paquete Vitalidad Vitalicia de dōTERRA** alimenta tu cuerpo con nutrientes esenciales y minerales que faltan en la mayoría de las dietas modernas.*

> **Las Cápsulas de Doble Compartimiento de Cúrcuma** proporcionan un golpe natural contra los radicales libres y promueven una respuesta inflamatoria saludable.*

> La **Proteína dōTERRA** es conocido por su perfil equilibrado de aminoácidos, necesario para mejorar la energía y aumentar la resistencia.*

> El **dōTERRA PB Restore** ayuda a desbloquear los beneficios para la salud metabólica y la función cognitiva de tu microbioma.

"He estado estableciendo una base de bienestar durante años, y creo que porque tengo una buena base en su lugar, realmente puedo detectar el impacto que un cambio está teniendo en mi cuerpo. Y vi que estaba haciendo mucho más a lo largo del día sin más esfuerzo. Pude ver que mi salud metabólica estaba funcionando en un nuevo nivel en mi cuerpo." — Ange Peters