



NEW SPIRIT NATURALS
NUTRITION WITH INTENTION[®]

2021 VOL. 1



All About Collagen



At the start of each new day, you give yourself the chance to have to new experiences, new thoughts, new ideas, new goals and new opportunities to improve your health. You have the power within you to co-create your world and your experiences. How do you do that? By beginning to set **Intentions**.

The action of intention is defined several ways. The simplest can be found in the dictionary where it is defined as an idea that you plan or intend to carry out; your goal, purpose or aim. Dr. Wayne Dryer once wrote “**Intention** is a force that we all have within us. **Intention** is a field of energy that flows invisibly beyond the reach of our normal, everyday habitual activities and patterns”. Imagine if you called upon that force when it came to improving your health. Imagine that you can be a greater person that you have ever been.

You have the power to set your **Intentions** in all aspects of your life. What a wonderful gift! With that power comes the ability to partner with like-minded people who share your **intention** or passion. In the case of your health, New Spirit Naturals is ready to be your partner. From our management team to our world-wide network of Members, we are ready to help you explore new products, unlock new educational resources, set new health goals and expand your circle of influence.

Set the intention that you will live your healthiest days yet. One way you can make that happen is by evaluating your New Spirit Naturals program. How do you do that? Try these 3 steps:

1. Be honest about how you feel and what you need. Is your energy lacking? Are you eating your daily recommended levels of fruits and vegetables? Are you trying to lose weight? Are you able to move and exercise without tension or pain? By acknowledging aspects of your health that need attention, you can make the right decision when it comes to your product options.
2. Ask yourself, what is most important. If it is getting a good night's sleep, focus on doing what it takes to make that happen. If it is improving your digestive health, make choices that will help you. Make a few adjustments in your program. A few changes done right will make all the difference.
3. Stick to it. You owe it to yourself to be consistent. Once you set your **intention** for selfcare, your body, mind and spirit will respond. Improved health doesn't happen overnight. But, doing something each and everyday will get you feeling your best every day.

I challenge you to set your **Intentions**, put them into action and enjoy the positive benefits that they can bring to your life. You CAN do it!

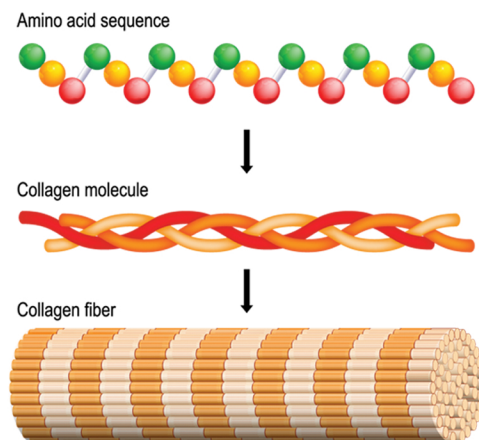
Dr. Larry Milam, CN, ND, HMD, PhD
President
New Spirit Naturals

The Role of Collagen

One of the hottest buzzwords in the wellness industry is collagen. At New Spirit Naturals, we've been buzzing about collagen for years! Let's take this opportunity to learn more about collagen and its benefits for the body inside and out.

What is collagen?

Collagen is the most abundant protein in the body. It is found in bones, skin, muscles, ligaments, tendons, blood vessels, intestinal lining and other connective tissues making it a building block for the body. It is often referred to as the glue that holds the body together. In fact, the Greek word that collagen is derived from is kolla which means glue.



The good news:

Collagen is naturally made by the body.

In order for your body to make collagen, it needs adequate supplies of amino acids which can be found in protein rich foods such as beef, chicken fish and eggs. Beans, legumes and bone broth are other great sources. Amino acids are converted into collagen in the body. The body uses stores of vitamin C, zinc and copper when it converts amino acids into collagen. Be sure to make these a part of your healthy eating and supplement program.

The bad news:

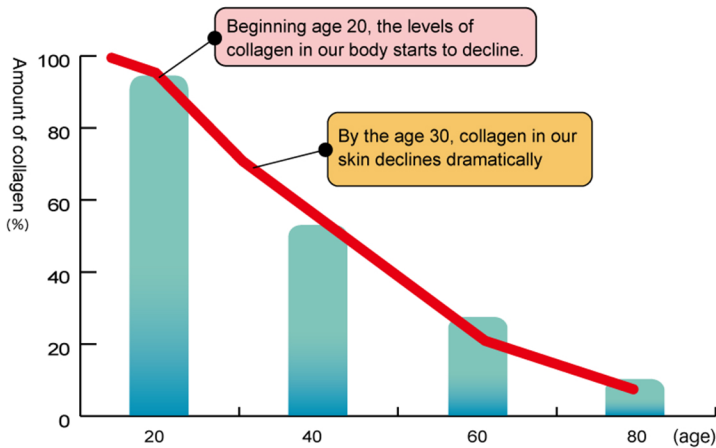
As the body ages, the production of collagen decreases.

As we age, the body needs collagen more due to wear and tear of the body over years of exercise, exposure to environmental toxins and yes, aging. But unlike other naturally occurring substances that begin to decline after the age of 30, collagen production begins to slow in the mid 20's. Women experience a large decrease in collagen production around menopause. Up to a 30% decline in collagen has been found in women in the first 5 years of menopause.



DID YOU KNOW?

Collagen is a very large molecule and too large to be absorbed by the body as a whole. It is broken down into smaller pieces (a process called Hydrolysis). Hydrolyzed collagen is collagen that is broken down so that the body can be absorbed properly. All of our collagen products are 90-95% bioavailable.



And while there is no test to check decreasing levels of collagen in the body, there are very easy ways to detect it.

- Loss of flexibility
- Loss of skin elasticity
- Increase of digestive issues
- Joint pain
- Osteoarthritis
- Muscle weakness and decrease in muscle mass

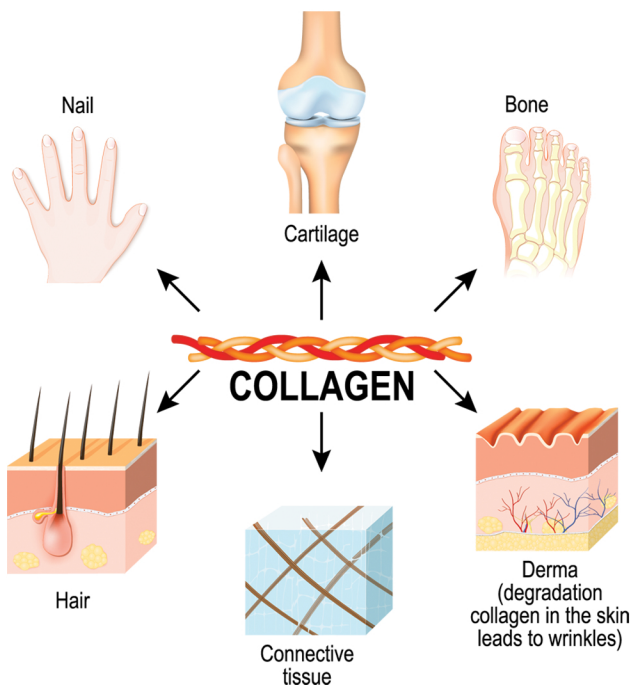
What are the different types of collagen?

There are many types of collagen. Almost 90% of collagen in the body is made up of three main types¹.

Type I: Found in skin, tendons, ligaments, bone, dentin and interstitial tissues.

Type II: Found in cartilage throughout the body including the eyes.

Type III: Found in skin, muscles and blood vessels.



Collagen and its role in Heart Health

While collagen is often best known for its benefits to the skin and joints, research suggests that it may help reduce the risk of heart-related conditions. Type III collagen is found in the blood vessels that are a part of arteries which are responsible for carrying blood from the heart to the rest of the body. Without enough collagen, arteries may become weak and fragile². Weakened arteries may lead to atherosclerosis, heart attack and stroke.

No matter what you choose your collagen for, you are doing your entire body a great service...inside and out.

A Word from our Members

"ProCell Collagen is a product I started taking less than two months ago. My nails, especially my thumbs didn't grow. They were soft and just split. A member of New Spirit shared how this product helped her nails grow so I decided to try it. I can hardly believe that in such a short time my nails are growing and are hard and not splitting. Thank you, Dr. Larry Milam for making products that feed my body and make me feel healthy and look good. I am 70 years old and most people say I don't look my age."

P. M., California

For more information, connect with us!

New Spirit Naturals
615 W Allen Ave
San Dimas CA 91773
(800) 922-2766
newspirit.com



¹Preiato, D. RD, CSCS Should You Add Collagen to Your Coffee? January 20, 2020 healthline.com
²Lodish H, Berk A, Zipursky SL, et al. Molecular Cell Biology. 4th edition. New York: W. H. Freeman; 2000. Section 22.3, Collagen: The Fibrous Proteins of the Matrix. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK21582>



PentaCare™ Ageless Beauty

Marie Lyles
Nat'l. Dir. of Training

Our skin is one of the primary indicators of our health. In times of stress, pain, chronic illness, imbalance and more, the skin is often the clearest way to know that something in the body needs to be addressed. Common signals that the skin presents are:

- Dryness
- Age spots
- Wrinkles
- Sagging skin
- Puffiness
- Roughness
- Loss of elasticity and flexibility



While all of these indicators should not be ignored, many of them are signs of natural aging. But who says aging has to include wrinkles? That's where PentaCare™ Ageless Beauty comes in!

PentaCare™ Ageless Beauty benefits the body from the inside out. Remember, if the inside isn't healthy, the outside won't be either.

Why collagen is so important for skin care

Collagen makes up 75 percent of skin's support structure. "Think of collagen as the frame of your mattress; it gives [your skin] structure and support," says Joshua Zeichner, MD, the director of cosmetic and clinical research in dermatology at Mount Sinai Hospital in New York City.¹

It plays a role in strengthening skin, plus may benefit elasticity and hydration. As the body ages, it produces less collagen, which can lead to dry skin and the formation of wrinkles.²

Several studies have shown that, when used on a consistent basis, collagen may reduce the appearance of fine lines and wrinkles because it is contributing to the rebuilding of the structure of the skin. In fact, taking collagen supplements may promote the production of other proteins that help structure your skin, including elastin and fibrillin.²

One study found that women who drank a beverage mixed with a collagen supplement daily for 12 weeks experienced increased skin hydration and a significant reduction in wrinkle depth compared with a control group.²

Together, Type I and Type III make up approximately 75% of the total collagen in the body. PentaCare™ Ageless Beauty contains Type I & Type III collagen to help replenish the supply of collagen to the skin and fight off the "typical" signs of aging skin.

¹ Migala, Jessica What is Collagen? Health Benefits, Food Sources, Supplements, Types and more. October 29, 2020 everydayhealth.com

² Elliott, Brianna, RD. Top 6 Benefits of Taking Collagen Supplements. February 19, 2020 healthline.com

Collagen Type I:

- After age 35, Type I collagen begins to decline at approximately 10% every 10 years.
- PentaCare™ Ageless Beauty collagen is sourced from the skins of deep water kosher fish (cod, haddock, pollock and hack). The generic term for these is white fish.
- All fish used are wild fish and are not exposed to antibiotics or hormones as is possible with farm raised fish.
- Our special white fish collagen is a source of concentrated protein (91-95%) for nutraceutical and food applications.
- It exceeds the purity requirements of the United States, European and Japanese Pharmacopeias.

Collagen Type III:

- Type III is the second most abundant collagen in human tissue.
- Type III declines very fast after age 30 and is severely reduced in photo damaged skin.
- Type III make up approximately 30% of the total protein of the body and 70% of the protein that makes up the skin.
- This is 100% pure pharmaceutical food grade marine collagen.

Hyaluronic Acid

- Also known as HA and Hyaluron, Hyaluronic Acid has been widely used in the cosmetics industry as a natural moisturizing factor. This is due to its likeliness as a molecular sponge capable of retaining water up to a thousand times its own weight. It is one of the most hydrophilic molecules in nature which maintains skin elasticity.
- Increases hydration in the skin resulting in a more youthful glow and complexion.

No Smoking...Ever

One of the best things you can do for your skin is to never smoke. "Research suggests that smoking allows free radicals to attack collagen fibrils, rendering them weak and of poor quality. It's not surprising, therefore, that the skin of a smoker tends to look damaged and wrinkled, particularly around the mouth," says Cyndi Yag-Howard, MD, the CEO and president of Yag-Howard Dermatology Center in Naples, Florida.

Use Sunblock

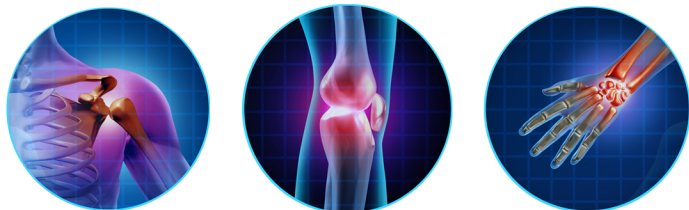
Unprotected sun exposure weakens the skins surface and causes premature aging. Always protect your skin with sunblock and remember to moisturize after sun exposure. (Learn more about our top selling PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer on page 6)

AGELESS BEAUTY BERRY MAGIC SMOOTHIE

- 1 serving PentaCare™ Ageless Beauty
- 1 serving Berry Magic™
- 8oz. water
- Stir briskly

*Note: If you prefer a warm drink, add hot water (195° F or less). This is especially relaxing before going to sleep.





Collagen is not just for keeping wrinkles away. It is a vital part of keeping the body moving. The human body has three main types of joints and are categorized by the movement they allow.

- Synarthroses (immovable). These are fixed or fibrous joints. They're defined as two or more bones in close contact that have no movement. The bones of the skull are an example. The immovable joints between the plates of the skull are known as sutures.¹
- Amphiarthroses (slightly movable). Also known as cartilaginous joints, these joints are defined as two or more bones held so tightly together that only limited movement can take place. The vertebrae of the spine are good examples.¹
- Diarthroses (freely movable). Also known as synovial joints, these joints have synovial fluid enabling all parts of the joint to smoothly move against each other. These are the most prevalent joints in your body. Examples include joints like the knee and shoulder.¹

Altogether, the average human body has 230 joints. Almost all of them are in constant motion everyday helping you walk, twist, stretch, pivot, sleep, exercise and more. As we age, the role of collagen becomes vital since it is the glue that helps support the body and keep its structure sound.

Some studies have shown that taking collagen supplements may help improve symptoms of osteoarthritis and reduce joint pain overall. In one study, adults took 2 grams of collagen daily for 70 days. Those who took collagen had a significant reduction in joint pain and were better able to engage in physical activity than those who did not take it.²

Collagen & Bone Loss

As the body ages, bones can begin to lose density which lead to higher risks of bone fractures. And since bones are mostly made up of collagen, it is important to make sure that adequate levels of collagen are always in the body. Studies have shown that taking collagen supplements may have certain effects in the body that help inhibit the bone breakdown that leads to osteoporosis.³

In one study, women took either a calcium supplement combined with 5 grams of collagen or a calcium supplement and no collagen daily for 12 months. By the end of the study, the women taking the calcium and collagen supplement had significantly lower blood levels of proteins that promote bone breakdown than those taking only the calcium.⁴

New Spirit Naturals offers Joint Magic and ProCell Collagen & Hyaluronic Acid for those looking to maintain the integrity of joints, cartilage, bone and muscle. Both products include the three main types of collagen in the body (Type I, II & III).

Joint Magic & ProCell Collagen

Jason Milam
General Manager



Joint Magic – Collagen Type I, II & III

Get your collagen in this easy to use powder. Along with collagen and hyaluronic acid, Joint Magic includes:

Vitamin C – An ultimate antioxidant that reduces free radicals in the body which can contribute to inflammation. Vitamin C may help calm the body's inflammatory response and protect it from cell and tissue damage.

New Spirit Naturals Proprietary Blend of herbs including Ginger, White Willow Bark, Curcumin and Citrus bioflavonoids.

Ginger – Studies have shown that ginger inhibits the production of the pro-inflammatory cytokines that make inflammation happen more frequently in the body. These cytokines are directly related to chronic inflammation.

Bromelain – An enzyme extracted from pineapples that may help stimulate a healthy immune system to release inflammation-fighting immune system compounds.



ProCell Collagen & Hyaluronic Acid – Collagen Type I, II & III

With ProCell Collagen & Hyaluronic Acid, you can get your daily collagen needs met in a convenient capsule form. This formula also includes Hyaluronic Acid, MSM, Glucosamine, Chondroitin Sulfate and a Trace Mineral complex:

Chondroitin Sulfate – Major component of the lining of the joints which can promote healing within the joints and increased mobility.

MSM – A great source of biological active sulfur which is important for maintaining healthy connective tissue and joint function.

¹ Frothingham, Scott. How Many Joints Are in the Human Body? May 17, 2019 healthline.com
² Schauss AG, Stenehjem J, Park J, Endres JR, Clewell A. Effect of the novel low molecular weight hydrolyzed chicken sternal cartilage extract, BioCell Collagen, on improving osteoarthritis-related symptoms: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. J Agric Food Chem. 2012 Apr 25;60(16):4096-101. doi: 10.1021/jf205295u. Epub 2012 Apr 16. PMID: 22486722.
³ Moskowitz RW. Role of collagen hydrolysate in bone and joint disease. Semin Arthritis Rheum. 2000 Oct;30(2):87-99. doi: 10.1053/sarh.2000.9622. PMID: 11071580.
⁴ Elam ML, Johnson SA, Hooshmand S, Feresin RG, Payton ME, Gu J, Arjmandi BH. A calcium-collagen chelate dietary supplement attenuates bone loss in postmenopausal women with osteopenia: a randomized controlled trial. J Med Food. 2015 Mar;18(3):324-31. doi: 10.1089/jmf.2014.0100. Epub 2014 Oct 14. PMID: 25314004.



PentaCare™ Skin Transforming Serum

Dr. Larry Milam
President

Just as natural collagen production declines with age, so does the body's ability to hold onto water and retain balanced amounts of moisture in the skin. This loss of moisture over time results in a visible loss of firmness, pliability and the diminishing appearance of plumpness, suppleness and eventually wrinkles. Incorporating collagen into your daily health routine with products like PentaCare™ Ageless Beauty is a great way to help build your natural collagen reserves to diminish fine lines and wrinkles.

But how can you treat your skin to an anti-wrinkle, youthful glow look? PentaCare™ Skin Transforming Serum is the answer!

It's all about Hyaluronic Acid

Hyaluronic acid is a naturally produced substance in the body that is found in high quantities in the skin. It is also present in eye tissue, joints, nerves and hair. It acts like a sponge, absorbing water from the air helping to keep skin hydrated. Hyaluronic Acid is capable of retaining water up to a thousand times its own weight! This can provide moisturizing benefits, reduce the appearance of wrinkles and improve joint function along with many other anti-aging benefits.

While Hyaluronic Acid is very popular, it is important to know that you are using a high-quality product that can support the skins need for hydrating and care. PentaCare™ Skin Transforming Serum is a special blend of Hyaluronic Acid and peptides designed to gently penetrate the skin with the very best ingredients to give your skin an instant feeling of hydration and smoothness.*

What makes it unique?

- This serum is not a surface serum. It is designed to penetrate quickly into the deep layers of the skin where new cells and the skin matrix are originating.
- It contains a highly concentrated level of Sodium Hyaluronate Solution of more than 90%.
- It contains 12 skin structuring Peptides that help to increase the production of collagen and elastin. These peptides are involved in the modulation of cell proliferation and stimulation which result which in increasing the skin's permeability, stability, moisture.
- A proprietary blend of marine derived "green seaweed moisturizing agents". This nutrient dense combination of seaweed and algae helps to soothe, soften, reduce sensitivity, boost skin lifting and tightening effect and reduce wrinkles while nourishing skin cells.
- No added coloring agents, fragrance, mineral oil or ingredients that prevent fast absorption into the skin.

*Based on customer testimonials.

Benefits of PentaCare™ Skin Transforming Serum

The combination of ingredients in our formula may help:

- Reduce inflammation caused by UV rays and can reduce the production of interleukin up to 40%.
- Reduce skin roughness, fine lines, thin skin, wrinkles and sagging skin.
- Induce natural collagen production & rejuvenation for skin healing.
- Help repair visible skin damage and strengthen the skins underlying supportive elements.
- Show significant decrease in skin age of 1.8 years is visible in just one month and confirmed after 2 months that induced ageing is then delayed by 5.5 years.
- Soothe, soften, reduce skin sensitivity and boost hydration.



Benefits from repeated use:

- 39.4% reduction in surface occupied by deep wrinkles
- 37.9% reduction in main wrinkle density
- 19.9% reduction in main wrinkle average depth
- 16.2% in lifting effect
- 5.5% improvement in elasticity

Use PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer for added benefits!

PentaCare™ Skin Transforming Serum does not replace a skin moisturizer. It is a deep penetrating serum adding moisture and nutrients under the skin. Without PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer the surface of the skin may feel dry. This dryness is often the sensation of new skin becoming plumper and the lifting and tightening effects of the serum. As it works, new skin cells beneath the skin need at least 28 days to develop. Best results occur after 2 to 3 months of usage. For best results, apply PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer as the final step.



PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer

Use this product day and night to soothe and hydrate the skin.

- Plant & Marine Extracts
- Protect the skin from inflammation
- Smooth and Plump Skin with Moisture
- Replenishes the skin's Natural Moisturizing Factor (NMF)
- Rich in proteins that dramatically reduce inflammation
- Increases elastin, collagen, and fibronectin, resulting in a reduction in fine lines.

“Let food be thy medicine, and medicine be thy food.”

-Hippocrates

A well balanced diet and active lifestyle can contribute to better absorption of nutrients that are beneficial for collagen levels in the body. Here are a few supportive products and healthy eating tips that can further the benefits of collagen.

Foods to boost collagen formation:

- Oranges
- Red bell peppers
- Asparagus
- Strawberries
- Nuts
- Lentils
- Avocados
- Leafy green vegetables

¹ Eustice, Carol. The Effects of Vitamin C on Arthritis. September 13, 2020 verwellhealth.com

² Studies on the Mechanism of Action of Collagenase: Inhibition by Cysteine and Other Chelating Agents - Harper - 1974 - Israel Journal of Chemistry - Wiley Online Library



Boosting Collagen Levels

Victoria Dauer
Nat'l. Dir. of Marketing



Magnum C:

Vitamin C is one of the most important vitamins in assisting the body with collagen production. Often referred to as a “collagen builder”, vitamin C work to help the body naturally produce collagen.

A growing body of research suggests the vitamin may ease pain, reduce inflammation and protect against cartilage damage associated with rheumatoid arthritis.¹



Vitamin E:

This fat-soluble vitamin is needed for collagen formation. It is the most found in the skin and works in partnership with vitamin C to assist the body in collagen productions.



Zinc:

Zinc is an essential trace mineral that is needed for collagen to work properly in the body. Just as with vitamin C, the body needs since to create collagen. It is also the activator for a protein called “collagenase” which assists in wound healing.²

Gluten Free!



Lysine:

Lysine promotes the formation of both collagen and muscle protein and may speed recovery from surgery and sport injuries as well. It acts as a against enzymes that breakdown collagen in the body. Lysine can be found in Meal in a Glass™ and Ultra Whey-Pro™ Protein.



Proline:

Proline is an amino acid needed for the production of collagen and cartilage. It keeps muscles and joints flexible and helps reduce sagging and wrinkling that occur from UV exposure and the normal aging of the skin. Proline and Lysine are both needed to make hydroxyproline and hydroxylsine, two amino acids that form collagen. Check out CocoAmino and Pre-Amino for this essential amino acid.





Es el momento de hacer algo nuevo.

Al comienzo de cada nuevo día, hay la oportunidad de tener nuevas experiencias, nuevos pensamientos, nuevas ideas, nuevas metas y oportunidades para mejorar la salud. Tienes el poder dentro de ti para co-crear tu mundo y tus experiencias. ¿Cómo haces esto? Empezando a fijar intenciones.

La acción de la intención se puede definir de varias formas. La más simple la puedes encontrar en el diccionario, donde la palabra intención se explica como una idea que planeas o pretendes llevar a cabo una meta, un propósito u objetivo. El Dr. Wayne Dryer escribió una vez: "La intención es una fuerza que todos tenemos dentro de nosotros. La intención es un campo de energía que fluye de manera invisible más allá del alcance de nuestras actividades y patrones habituales y cotidianos". Imagínate que todos los días recurrieras a esa fuerza para mejorar tu salud. Imaginate que tú puedes ser una persona extraordinaria como nunca lo has sido.

Tienes el poder de establecer tus intenciones en todos los aspectos de tu vida. ¡Qué regalo tan maravilloso! Con ese poder viene la capacidad de asociarte con personas de ideas afines que comparten tu intención o pasión. En el caso de tu salud, New Spirit Naturals está lista para ser tu socio. Desde nuestro equipo de administración hasta nuestra red mundial de miembros, estamos listos para ayudarte a explorar nuevos productos, nuevos recursos educacionales, establecer nuevos objetivos de salud y expandir tu círculo de influencia.

Establece la intención de vivir tus mejores días. Una forma en que puedes hacer que esto suceda es evaluando tu programa de New Spirit Naturals. ¿Cómo haces eso? Prueba estos 3 pasos:

1. Se honesto acerca de cómo te sientes y lo que necesitas. ¿Te falta energía? ¿Estás consumiendo los niveles diarios recomendados de frutas y verduras? ¿Estás tratando de perder peso? ¿Puede moverte y hacer ejercicio sin tensión ni dolor? Al reconocer los aspectos de tu salud que necesitan atención, puedes tomar la decisión correcta cuando se trata de escoger tus productos.
2. Hazte esta pregunta, qué es lo más importante. Estás durmiendo bien por la noche, concéntrate en hacer lo que sea necesario para que eso suceda. Si estás mejorando tu salud digestiva, toma decisiones que te ayuden. Realiza algunos ajustes en tu programa. Unos pocos cambios bien hechos marcarán la diferencia.
3. Enfócate en tu propósito. Te debes a ti mismo, se consistente. Una vez que establezcas tu intención de autocuidado, tu cuerpo, tu mente y tu espíritu responderán. Mejorar la salud no ocurre de la noche a la mañana. Pero hacer algunos cambios todos los días hará que se sienta mejor todos los días.

Te desafío a que establezcas tus intenciones, las pongas en acción y disfrutes de los beneficios positivos que pueden aportar a tu vida. ¡Puedes hacerlo!

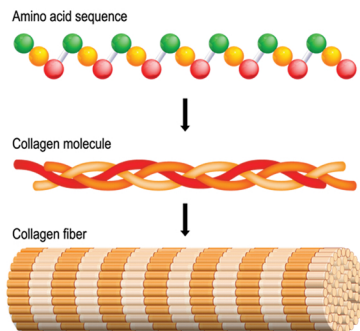
Dr. Larry Milam, CN, ND, HMD, PhD
President

Todo acerca del Colágeno

Una de las palabras de moda más populares en la industria del bienestar es el colágeno. ¡En New Spirit Naturals, hemos estado hablando sobre el colágeno durante años! Aprovechemos esta oportunidad para compartir más sobre el colágeno y sus beneficios para el cuerpo por dentro y por fuera.

¿Qué es el colágeno?

El colágeno es la proteína más abundante del organismo. Se encuentra en los huesos, la piel, los músculos, los ligamentos, los tendones, los vasos sanguíneos, el revestimiento intestinal y otros tejidos conectivos, lo que lo convierte en un componente básico del cuerpo. A esta proteína se le conoce como "pegamento" porque mantiene unido el cuerpo. De hecho, la palabra griega de la que se deriva el colágeno es kolla, que significa pegamento.



Buena noticia: El cuerpo produce el colágeno de forma natural.

Para que su cuerpo produzca colágeno, necesita un suministro adecuado de aminoácidos que se pueden encontrar en alimentos ricos en proteínas como la carne de res, pollo, pescado y huevos. Los frijoles, las legumbres y el caldo de huesos son otras excelentes fuentes. Luego, los aminoácidos se convierten en colágeno en el cuerpo. El cuerpo utiliza reservas de vitamina C, zinc y cobre cuando convierte los aminoácidos en colágeno. Asegúrese de incluirlos en su programa de alimentación saludable y suplementos.

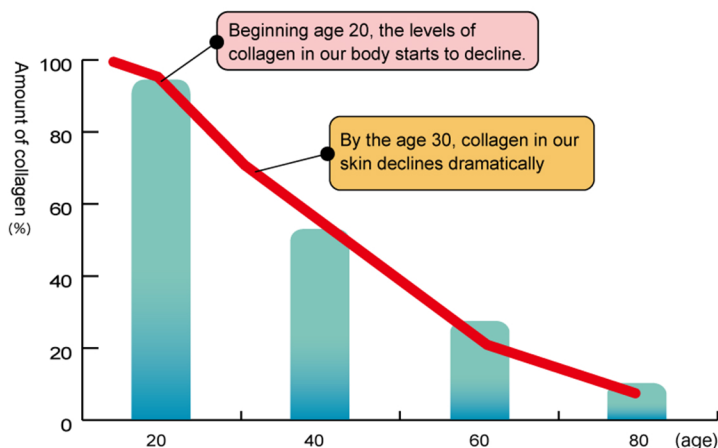
La mala noticia: A medida que el cuerpo envejece, la producción de colágeno disminuye.

A medida que envejecemos, el cuerpo necesita colágeno más que nunca debido al desgaste del cuerpo durante años de ejercicio, la exposición a toxinas ambientales y al envejecimiento. Pero a diferencia de otras sustancias naturales que comienzan a disminuir después de los 30 años, la producción de colágeno disminuye a mediados de los 20 años. Las mujeres experimentan una gran baja de producción de colágeno al inicio de la menopausia. Se ha encontrado mujeres en los primeros 5 años de la menopausia que van perdiendo hasta un 30% de colágeno.



¿SABIAS?

El colágeno es una molécula muy grande y demasiado grande para ser absorbida por el cuerpo en su conjunto. Se descompone en trozos más pequeños (un proceso llamado hidrólisis). El colágeno hidrolizado es colágeno que se descompone para que el cuerpo pueda absorber correctamente. Todos nuestros productos de colágeno tienen una biodisponibilidad del 90-95%.



Y aunque no existe una prueba para verificar la disminución de los niveles de colágeno en el cuerpo, existen formas muy fáciles de detectar el problema:

- Pérdida de flexibilidad.
- Pérdida de elasticidad de la piel
- Aumento de problemas digestivos.
- Dolor en las articulaciones
- Osteoartritis
- Debilidad muscular y disminución de la masa muscular.

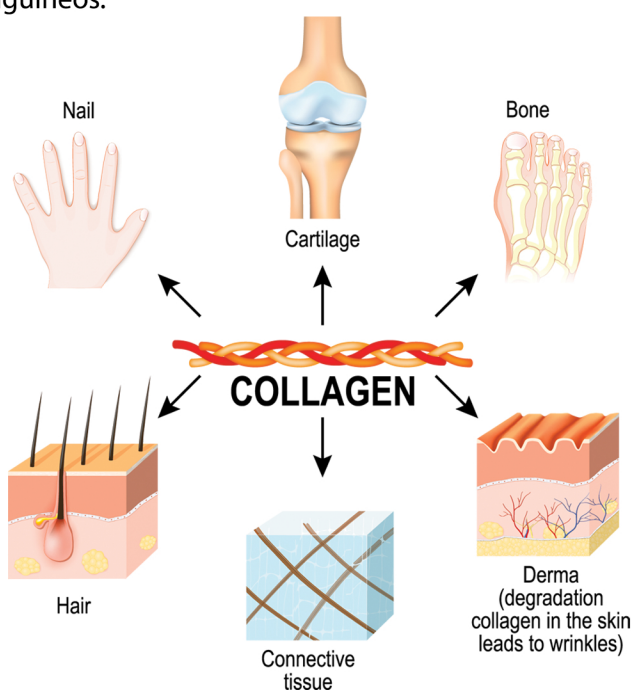
¿Cuáles son los diferentes tipos de colágeno?

Existen muchos tipos de colágeno. Casi el 90% del colágeno del cuerpo se compone de tres tipos principales.¹

Tipo I: se encuentra en la piel, los tendones, los ligamentos, los huesos, los dientes y los tejidos intersticiales.

Tipo II: se encuentra en el cartílago de todo el cuerpo, incluidos los ojos.

Tipo III: se encuentra en la piel, los músculos y los vasos sanguíneos.



El colágeno y su desempeño en la salud del corazón

Si bien el colágeno a menudo es mejor conocido por sus beneficios para la piel y las articulaciones, las investigaciones sugieren que puede ayudar a reducir el riesgo de afecciones relacionadas con el corazón. El colágeno tipo III se encuentra en los vasos sanguíneos que forman parte de las arterias que son responsables de transportar la sangre desde su corazón al resto de su cuerpo. Sin suficiente colágeno, las arterias pueden debilitarse y volverse frágiles.² Las arterias debilitadas pueden provocar aterosclerosis, ataque cardíaco y accidente cerebrovascular.

No importa para qué elijas tu colágeno, estás haciendo un gran servicio a todo tu cuerpo... por dentro y por fuera.

Una palabra de nuestros miembros

"Pro Cell™ Collagen es un producto que comencé a tomar hace menos de dos meses. Mis uñas, especialmente mis pulgares, no crecieron. Eran suaves y simplemente divididos. Un miembro de New Spirit compartió cómo este producto ayudó a que le crecieran las uñas, así que decidí probarlo. Apenas puedo creer que en tan poco tiempo mis uñas estén creciendo y estén duras y no se partan. Gracias, Dr. Larry Milam por hacer productos que alimentan mi cuerpo y me hacen sentir saludable y lucir bien. Tengo 70 años y la mayoría de la gente dice que no parezco de mi edad."

Paula M., Southern California

¹Preiato, D. RD, CSCS Should You Add Collagen to Your Coffee? January 20, 2020 healthline.com
²Lodish H, Berk A, Zipursky SL, et al. Molecular Cell Biology. 4th edition. New York: W. H. Freeman; 2000. Section 22.3, Collagen: The Fibrous Proteins of the Matrix. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK21582>

For more information, connect with us!

New Spirit Naturals
 615 W Allen Ave
 San Dimas CA 91773
 (800) 922-2766
 newspirit.com



newspiritnaturals



new.spirit.naturals.inc



PentaCare™ Ageless Beauty

Marie Lyles
Nat'l Dir. of Training & Development

La piel es uno de los principales indicadores de nuestra salud. En momentos de estrés, dolor, enfermedades crónicas, desequilibrio y más, la piel suele ser la forma más clara de saber que algo en el cuerpo necesita ser atendido. Señales comunes de desgaste que presenta la piel son:

- Sequedad
- Manchas de la edad
- Arrugas
- Piel flácida
- Hinchazón
- Áspera
- Pérdida de elasticidad y flexibilidad
- Pérdida de brillo y tonicidad



Si bien no se deben ignorar todos estos indicadores, muchos de ellos son signos de envejecimiento natural. Pero ¿quién dice que el envejecimiento tiene que incluir las arrugas? ¡Ahí es donde entra en juego PentaCare™ Ageless Beauty!

PentaCare™ Ageless Beauty beneficia al cuerpo desde adentro hacia afuera. Recuerde, si el interior no es saludable, el exterior tampoco lo estará.

Por qué el colágeno es tan importante para el cuidado de la piel

El colágeno constituye el 75 por ciento de la estructura de soporte de la piel. "Piensa en el colágeno como si fuera el marco de un colchón; esto le da [a tu piel] estructura y apoyo", dice Joshua Zeichner, MD, director de la Clínica de Investigación cosmética en dermatología del Hospital Mount Sinai en la ciudad de Nueva York.¹

El colágeno desempeña el fortalecimiento de la piel, además de que puede beneficiar la elasticidad y la hidratación. A medida que el cuerpo envejece, produce menos colágeno, lo que puede provocar sequedad en la piel y la formación de arrugas.²

Varios estudios han demostrado que, cuando se usa de manera constante, el colágeno puede reducir la apariencia de líneas finas y arrugas porque ayuda a la reconstrucción de la estructura de la piel. De hecho, tomar suplementos de colágeno puede promover la producción de otras proteínas que también ayuden a la estructura de la piel, tales como la elastina y la fibrilina.²

Un estudio encontró que las mujeres que bebieron una bebida mezclada con un suplemento de colágeno diariamente durante 12 semanas experimentaron una mayor hidratación de la piel y una reducción significativa en la profundidad de las arrugas en comparación con un grupo de control.²

El producto Ageless Beauty™ contiene colágeno Tipo I y Tipo III para ayudar a reponer el suministro de colágeno y combatir el signo "típico" del envejecimiento de la piel. Esta combinación de colágeno y ácido hialurónico es una herramienta nutricional que ayuda a reducir las líneas finas, arrugas e hidratar la piel.

Colágeno tipo I:

- Después de los 35 años, el colágeno tipo I comienza a disminuir aproximadamente en un 10% cada 10 años.
- Nuestro colágeno Ageless Beauty se obtiene de la piel de pescado kosher de aguas profundas (bacalao, eglefino, abadejo y hack). El término genérico para estos es pescado blanco.
- Todos los peces utilizados son peces silvestres y no están expuestos a antibióticos u hormonas, en comparación con los peces criados en granjas.
- Nuestro colágeno especial de pescado blanco es una fuente de proteína concentrada (91-95%) para aplicaciones nutracéuticas y alimentarias.
- Supera los requisitos de pureza de las farmacopeas de Estados Unidos, Europa y Japón.

Colágeno tipo III:

- El tipo III es el segundo colágeno más abundante en el tejido humano que presenta propiedades elásticas como la piel.
- El tipo III se disminuye muy rápidamente después de los 30 años y se reduce severamente en la piel foto dañada.
- El tipo III constituye aproximadamente el 30% de la proteína total del cuerpo y el 70% de la proteína que compone la piel.
- Juntos, el Tipo I y el Tipo III constituyen aproximadamente el 75% del colágeno total del cuerpo.
- Este es colágeno marino de grado alimenticio farmacéutico 100% puro.

Ácido hialurónico

- Aumenta la hidratación de la piel, lo que resulta en una tez y un brillo más juveniles.
- También conocido como AH e Hialurón, el ácido hialurónico se ha utilizado ampliamente en la industria cosmética como factor hidratante natural. Esto se debe a su similitud con una esponja molecular capaz de absorber y retener agua hasta mil veces su propio peso. Es una de las moléculas más hidrófilas de la naturaleza que mantiene la elasticidad de la piel.

No fumar ... nunca

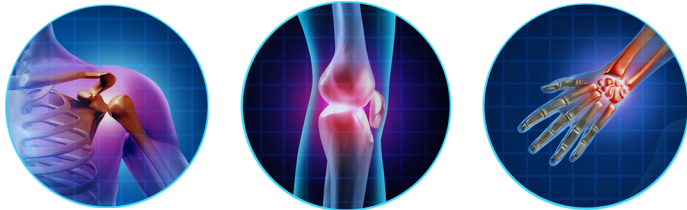
Una de las mejores cosas que puedes hacer por tu piel es no fumar nunca. "Las investigaciones sugieren que fumar permite que los radicales libres ataquen las fibras del colágeno, dejándolas débiles. Por lo tanto, no es de admirar, que la piel de un fumador tienda a verse dañada y arrugada, particularmente alrededor de la boca ", dice Cyndi Yag-Howard, MD, Directora Ejecutiva y Presidenta del Centro de Dermatología Yag-Howard en Naples, Florida.

Usa bloqueador solar

La exposición al sol sin protección debilita la superficie de la piel y provoca un envejecimiento prematuro. Protege siempre tu piel con bloqueador solar y recuerda hidratar después de la exposición solar. Obtenga más información sobre nuestro humectante más vendido de PentaCare HydraBalance MicroCollagen Moisturizer™ lo encontrarás en la página 6 de nuestro catálogo.

¹ Migala, Jessica What is Collagen? Health Benefits, Food Sources, Supplements, Types and more. October 29, 2020 everydayhealth.com

² Elliott, Brianna, RD. Top 6 Benefits of Taking Collagen Supplements. February 19, 2020 healthline.com



El colágeno no es solo para mantener alejadas las arrugas. También es una parte vital para mantener el cuerpo en movimiento. El cuerpo humano tiene tres tipos principales de articulaciones y se clasifican según el movimiento que permiten.

- Sinartrosis (inamovibles). Son articulaciones fijas o fibrosas. Se unen con dos o más huesos en estrecho contacto, no tienen movimiento. Los huesos del cráneo son un ejemplo. Las articulaciones inmóviles entre las placas del cráneo se conocen como suturas.¹
- Anfiartrosis (ligeramente móviles). También conocidas como articulaciones cartilaginosas, estas articulaciones se unen entre dos o más huesos que se mantienen tan juntos que solo se pueden realizar movimientos limitados. Las vértebras de la columna son buenos ejemplos.¹
- Diartrosis (que se mueven libremente). También conocidas como articulaciones sinoviales, estas articulaciones tienen líquido sinovial que permite que todas las partes de la articulación se muevan suavemente unas contra otras. Estas son las articulaciones con más desgaste de su cuerpo. Ejemplos: articulaciones como la rodilla y el hombro.¹

En total, el cuerpo humano promedio tiene 230 articulaciones. Casi todos están en constante movimiento todos los días, lo que ayuda a caminar, girar, estirar, dormir, hacer ejercicio y más. A medida que envejecemos, el papel del colágeno se vuelve vital, ya que es un pegamento que ayuda a sostener el cuerpo y que mantiene su estructura sana.

Algunos estudios han demostrado que tomar suplementos de colágeno puede ayudar a mejorar los síntomas de la osteoartritis y reducir el dolor articular en general. En un estudio, los adultos tomaron 2 gramos de colágeno al día durante 70 días. Aquellos que tomaron colágeno tuvieron una reducción significativa del dolor en las articulaciones y pudieron realizar mejor actividad física que aquellos que no lo tomaron.²

Pérdida de colágeno y hueso

A medida que el cuerpo envejece, los huesos pueden comenzar a perder densidad, lo que aumenta el riesgo de las fracturas óseas. Y dado que los huesos están compuestos principalmente de colágeno, es importante asegurarse de que siempre haya niveles adecuados de colágeno en el cuerpo. Los estudios han demostrado que tomar suplementos de colágeno puede tener ciertos efectos en el cuerpo que ayudan a inhibir la degradación ósea que conduce a la osteoporosis.³

En un estudio, en mujeres, un grupo, tomaron suplemento de calcio combinado con 5 gramos de colágeno y otro grupo tomaron suplemento de calcio sin de colágeno, durante 12 meses, todos los días. Al final del estudio, las mujeres que tomaban el suplemento de calcio y colágeno tenían niveles sanguíneos significativamente más bajos en proteínas que promueven la ruptura ósea que las que solo tomaron calcio.⁴

Joint Magic & ProCell Collagen

Jason Milam
General Manager



New Spirit Naturals ofrece Joint Magic y ProCell Collagen & Hyaluronic Acid para aquellos que buscan mantener la integridad de las articulaciones, cartílagos, huesos y músculos. Ambos productos incluyen los tres tipos principales de colágeno del cuerpo (Tipo I, II y III).

Joint Magic – colágeno tipo I,II & III

Obtenga colágeno y ácido hialurónico en polvo, fácil de usar, Joint Magic incluye:

Vitamina C – un esencial antioxidante que reduce los radicales libres que pueden contribuir a la inflamación en el cuerpo. La vitamina C puede ayudar a calmar la respuesta inflamatoria del cuerpo y protegerlo del daño celular y daño en los tejidos.

New Spirit Naturals Mezclas Patentadas de hierbas. Jengibre, White Willow Bark, Curcumin y Citrus bioflavonoids.

Jengibre – los estudios han demostrado que el jengibre inhibe la producción de citocinas proinflamatorias que hacen que la inflamación ocurra con más frecuencia en el cuerpo. Estas citocinas están directamente relacionadas con la inflamación crónica.

Bromelina – una enzima extraída de la piña que puede ayudar a estimular el sistema inmunológico saludable para liberar compuestos que combaten la inflamación.

ProCell Collagen & Hyaluronic Acid – colágeno tipo I,II & III

Con ProCell Collagen & Hyaluronic Acid, puede satisfacer sus necesidades diarias de colágeno en una conveniente forma de cápsula. Esta fórmula también incluye ácido hialurónico, MSM, glucosamina, sulfato de condroitina y un complejo de oligoelementos:

Sulfato de condroitina – componente principal del revestimiento de las articulaciones que puede promover la curación dentro de las articulaciones y una mayor movilidad.

MSM – una gran fuente de azufre activo biológico que es importante para mantener el tejido conectivo sano y la función articular.

¹ Frothingham, Scott. How Many Joints Are in the Human Body? May 17, 2019 healthline.com
² Schauss AG, Stenehjem J, Park J, Endres JR, Clewell A. Effect of the novel low molecular weight hydrolyzed chicken sternal cartilage extract, BioCell Collagen, on improving osteoarthritis-related symptoms: a randomized, double-blind, placebo-controlled trial. J Agric Food Chem. 2012 Apr 25;60(16):4096-101. doi: 10.1021/jf205295u. Epub 2012 Apr 16. PMID: 22486722.

³ Moskowitz RW. Role of collagen hydrolysate in bone and joint disease. Semin Arthritis Rheum. 2000 Oct;30(2):87-99. doi: 10.1053/sarh.2000.9622. PMID: 11071580.

⁴ Elam ML, Johnson SA, Hooshmand S, Feresin RG, Payton ME, Gu J, Arjmandi BH. A calcium-collagen chelate dietary supplement attenuates bone loss in postmenopausal women with osteopenia: a randomized controlled trial. J Med Food. 2015 Mar;18(3):324-31. doi: 10.1089/jmf.2014.0100. Epub 2014 Oct 14. PMID: 25314004.



PentaCare™ Skin Transforming Serum

Dr. Milam
President

Así como la producción de colágeno natural disminuye con la edad, también disminuye la capacidad del cuerpo para retener cantidades equilibradas de humedad en la piel. Esta pérdida de humedad en la piel, con el tiempo da como resultado la pérdida visible de firmeza, flexibilidad y la disminución de la apariencia de llenura, y las arrugas. Incorporar colágeno en su rutina diaria de salud con productos como PentaCare™ Ageless Beauty, es una excelente manera de ayudar a desarrollar sus reservas naturales de colágeno para disminuir las líneas finas y las arrugas.

Pero ¿cómo puedes mantener tu piel con un brillo juvenil y sin arrugas? ¡El PentaCare™ Skin Transforming Serum es la respuesta!

Todo acerca del Ácido Hialurónico

El ácido hialurónico es una sustancia producida naturalmente por el cuerpo y se encuentra en grandes cantidades en la piel. También está presente en el tejido ocular, las articulaciones, los nervios y el cabello. Actúa como una esponja, absorbiendo el agua del aire ayudando a mantener la piel hidratada. ¡El ácido hialurónico es capaz de retener agua hasta mil veces su propio peso! Esto puede proporcionar beneficios hidratantes, reducir la aparición de arrugas y mejorar la función de las articulaciones junto con muchos otros beneficios de anti-envejecimiento.

Si bien el ácido hialurónico es muy popular, es importante que sepas que estás utilizando un producto de alta calidad, con el que puedes satisfacer tus necesidades de hidratación y cuidado de la piel. PentaCare™ Skin Transforming Serum es una mezcla especial de Ácido Hialurónico y péptidos diseñada para penetrar suavemente la piel con los mejores ingredientes para darle a tu piel una sensación instantánea de hidratación y suavidad.*

¿Qué es lo que la hace única?

- Este suero, no es un suero que se queda en la superficie de la piel. Está diseñado para penetrar rápidamente en las capas profundas donde se originan las nuevas células y la matriz cutánea.
- Contiene un nivel altamente concentrado de solución de hialuronato de sodio de más del 90%.
- Contiene 12 Péptidos estructurales de la piel que ayudan a incrementar la producción de colágeno y elastina. Estos péptidos están involucrados en la proliferación y estimulación celular, lo que resulta en un aumento de la permeabilidad, estabilidad y humedad de la piel.
- Una mezcla patentada de "agentes humectantes de algas marinas verdes". Estos extractos son uno de los ingredientes más poderosos, porque poseen una gran cantidad de elementos minerales y micronutrientes del océano. Esta combinación densa en nutrientes de algas, ayudan a calmar, suavizar, reducir la sensibilidad, potenciar el efecto reafirmante de la piel y reducir las arrugas mientras nutre las células de la piel.
- Sin colorantes, fragancias, aceites minerales, ni ingredientes añadidos que impidan una rápida absorción en la piel.

*Basado en testimonios de clientes.

Beneficios del PentaCare™ Skin Transforming Serum

La combinación de ingredientes en nuestra fórmula:

- Reduce la inflamación provocada por los rayos ultravioleta y puede reducir la producción de interleucina hasta en un 40%.
- Reduce la aspereza de la piel, las líneas finas, la piel delgada, las arrugas y la piel flácida.
- Induce la producción y el rejuvenecimiento del colágeno natural para una piel sana.
- Ayuda a reparar el daño visible de la piel y fortalece los elementos de apoyo subyacentes de la piel.
- Presenta una disminución significativa en la edad de la piel de 1.8 años, siendo visible en solo un mes y se confirma después de 2 meses que el envejecimiento de la piel ha retrasado por 5.5 años.
- Calma, suaviza, reduce la sensibilidad de la piel, e impulsa la hidratación.



Beneficios del uso repetido:

- 39.4% reducción de la superficie marcada por las arrugas profundas
- Reducción del 37.9% en la densidad de las principales arrugas
- Reducción del 19.9% en la profundidad media de las principales arrugas principales
- 16.2% efecto reafirmante de la piel
- Mejora 5.5% la elasticidad

¡Usa PentaCare HydraBalance Moisturizer para obtener beneficios adicionales!

PentaCare™ Skin Transforming Serum no reemplaza un humectante para la piel. Es un suero de penetración profunda que agrega humedad y nutrientes debajo de la piel. Sin el humectante PentaCare™ HydraBalance MicroCollagen Moisturizer, la superficie de la piel puede sentirse seca. Esta sequedad es a menudo la sensación de que la piel nueva se vuelve más tersa. A medida que funciona, las nuevas células debajo de la piel necesitan al menos 28 días para desarrollarse. Los mejores resultados se obtienen después de 2 a 3 meses de uso. Para obtener mejores resultados, aplique PentaCare™ Hydra Balance MicroCollagen Moisturizer como paso final.



PentaCare™ Hydra Balance MicroCollagen Moisturizer

Utilice este producto de día y de noche para calmar e hidratar la piel. Extractos de plantas marinas

- Protege la piel de la inflamación
- Piel tersa y con humedad
- Repone el factor hidratante natural (NMF) de la piel
- Rico en proteínas que reducen drásticamente la inflamación.
- Aumenta la elastina, el colágeno y la fibronectina, lo que resulta en una reducción de las líneas finas.

Una dieta bien equilibrada y un estilo de vida activo pueden contribuir a una mejor absorción de los nutrientes que son beneficiosos para los niveles de colágeno en el cuerpo. Aquí hay algunos consejos y productos de apoyo para una alimentación saludable que pueden promover los beneficios del colágeno.

Alimentos que estimulan la formación de colágeno:

- naranjas
- pimientos rojos
- espárragos
- fresas
- nueces
- lentejas
- aguacates
- vegetales de hojas verdes

¹ Eustice, Carol. The Effects of Vitamin C on Arthritis. September 13, 2020 verwellhealth.com
² Studies on the Mechanism of Action of Collagenase: Inhibition by Cysteine and Other Chelating Agents - Harper - 1974 - Israel Journal of Chemistry - Wiley Online Library



Aumentando los niveles de colágeno

Victoria Dauer
 Nat.'l Dir. of Marketing



Magnum C:

La vitamina C es una de las vitaminas más importantes para ayudar al cuerpo con la producción de colágeno. A menudo conocida como "constructor de colágeno", la vitamina C trabaja para ayudar al cuerpo a producir colágeno de forma natural. Un creciente cuerpo de investigación sugiere que la vitamina C puede aliviar el dolor, reducir la inflamación y proteger contra el daño del cartílago asociado con la artritis reumatoide.¹



Vitamina E:

Esta vitamina soluble en grasa es necesaria para la formación de colágeno. Es la que más se encuentra en la piel y trabaja en asociación con la vitamina C para ayudar al cuerpo en la producción de colágeno.



Zinc:

El Zinc es un oligoelemento esencial que se necesita para que el colágeno funcione correctamente en el cuerpo. Al igual que la vitamina C, por lo que, el cuerpo los necesita para crear colágeno. También el zinc es un activador de una proteína llamada "colagenasa" que ayuda en la cicatrización de heridas.

Gluten Free!



Lysine:

La lisina promueve la formación de colágeno y proteína muscular y también puede acelerar la recuperación de la cirugía y las lesiones deportivas. Protege de las enzimas que descomponen el colágeno en el cuerpo. Lisina se puede encontrar en Meal in a Glass y Ultra Whey-Pro Protein



Proline:

La prolina es un aminoácido necesario para la producción de colágeno y cartílago. Mantiene los músculos y las articulaciones flexibles y ayuda a reducir la flacidez y las arrugas que se producen por la exposición a los rayos UV y el envejecimiento normal de la piel. Tanto la prolina como la lisina son necesarias para producir hidroxiprolina e hidroxilsina, dos aminoácidos que forman el colágeno. Prueba CoCoAmino y Pre-Amino para que conozcas los beneficios de este aminoácido esencial.

