

EL PESCADO AZUL

Y sus 8 propiedades

Mantienen los huesos fuertes por su contenido en vitaminas liposolubles



1. Rico en Omega-3
2. Ayuda a bajar el colesterol
3. Rico en calcio, yodo, fósforo

4. Rico en hierro y potasio
5. Tiene poder antioxidante
6. Propiedades antiinflamatorias

Previene el envejecimiento de los órganos por las vitaminas hidrosolubles



7. Recomendado para la artritis
8. Rico en vitaminas B y C