

## Convierte las frutas y verduras en protagonistas de todas tus comidas

### ¿Sabías qué...?

La Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda consumir al día **400g de verduras y frutas para una buena salud.**

Entre sus beneficios están:

1

Una dieta más equilibrada

Aportan fibra dietética

2

Fuente de vitaminas y minerales

3

Contribuyen a la prevención de enfermedades

4

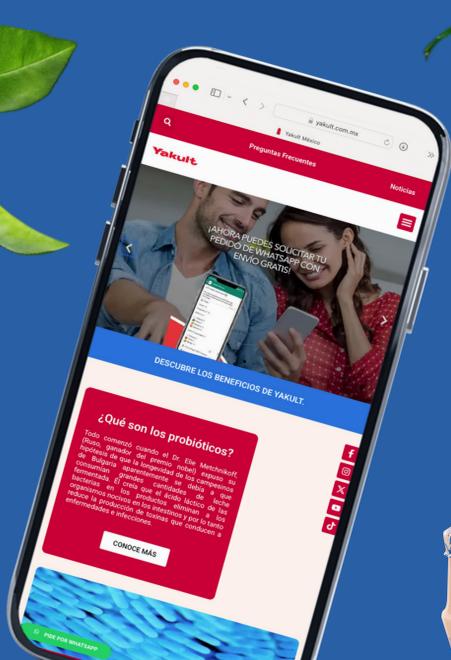
Mejoran la salud intestinal

5

La mayoría de las **bacterias probióticas** en nuestros intestinos utilizan como alimento la **fibra dietética de las frutas y verduras**, obteniendo energía para realizar sus funciones y producir sustancias que regulan el **sistema inmunológico a nivel intestinal.**

**¡Ya lo sabes!**  
Incluir verduras y frutas en todas tus comidas mantiene saludable tu microbiota intestinal.

Incluye probióticos como el *Lactobacillus casei* Shirota para mejorar tu digestión.



**¡Haz tu pedido en línea y recibe en casa!**



Todos los derechos reservados

[Cancelar suscripción](#)