

PROPIEDADES DE FRUTAS Y VEGETALES POR COLOR



Protegen al corazón y fortalecen las coyunturas.



Proveen Vitamina A y C para cicatrizar heridas, previenen infecciones, mejoran la piel y la visión.



Protegen el estómago y mantienen la piel sana.



Reducen infecciones y refuerzan sistema inmunológico.



Mejoran la memoria y los nervios. Previenen diferentes tipos de cáncer.



Protegen al corazón.