

## Beneficios de cuidar nuestra salud.

Escrito por juniors7 - 12/03/2019 03:34

---

Hoy en día las personas no entienden lo importante que es mantener nuestra salud óptima yo en lo personal me cuido tomando batidos de frutas herbalife y comiendo sano sin grasas y muchas frutas, les dejare aqui unos beneficios de los batidos herbalife

-Sus vitaminas y minerales brindan todos los nutrientes necesarios en una comida completa.

-Son una excelente fuente de antioxidantes.

-La mayoría de los batidos son hechos con una base de soya, siendo esta una de las proteínas con mayor seguridad de tomar para cualquier persona.

-Cuando es preparado del modo correcto solo aporta 200 calorías, todas ellas de excelente calidad.

-Tiene una gran variedad de sabores, los cuales pueden ser mezclados si así es deseado.

Debemos regar la informacion de como cuidarnos para evitar la obesidad y problemas de estomago en el mundo , saludos. ;)

=====