

¿POR QUÉ COMER...?

ALOE VERA



Penca de grandes hojas verde intenso, su piel es fina y brillante el interior de las hojas está lleno de gel transparente con grandes propiedades para la salud de nuestro organismo utilizada en remedios caseros.

BENEFICIOS

- Tiene polisacáridos que refuerzan nuestras defensas y nos protegen de bacterias.
- Sus propiedades antisépticas y fungicidas alivian infecciones bucales, gingivitis.
- Regula el reflujo ácido estomacal y equilibra la flora bacteriana.
- Tiene casi todos los minerales y 20 de los 21 aminoácidos que el cuerpo necesita.
- Ayuda a la formación de colágeno, alimenta las células de la piel y las hidrata.

CURIOSIDADES

La legislación Española, actualmente lo cataloga como ingrediente botánico, pero ya se está estudiando la posibilidad de ser reconocido como alimento.

VALOR
NUTRICIONAL
100 Gr

Calorías

91,

H.Carbono

11,2 gr

Proteínas

6,3 gr

Grasas

2,7 gr

Fibras

62,3 gr