

Salud & prevención



Dra. Denisse Bretel M.

Jefe de Medicina Integrativa de Oncosalud.

Médico graduada de la Universidad Nuestra Señora de La Paz, especializado en cirugía oncológica general con mención en tumores mixtos y mama en el Instituto Nacional de Enfermedades Neoplásicas (INEN).

5 razones para comer fresas

Las fresas no son solo una deliciosa fruta, sino que también es un alimento lleno de beneficios para la salud.





1

Se pueden consumir solas, en batidos, mezcladas con otras frutas o cereales.



2

Deshacen las grasas y toxinas acumuladas en el cuerpo.



3

Su consumo regular reduce los riesgos de cáncer, especialmente el de colon.



4

Disminuye el riesgo de enfermedades cardiovasculares.



5

Mejora las defensas del cuerpo contra enfermedades crónicas

¿Te convencieron estos beneficios?
¡Qué esperas para empezar a consumirlas hoy!

 **ncosalud**
Tu lucha, *mi lucha.*