

¡DIGIERA ESTO!

Por Luigi Gratton, M.D., M.P.H.

P: ¿POR QUÉ ES TAN VALIOSA LA SALUD DIGESTIVA?

R: La mayoría de las personas han experimentado problemas digestivos en algún momento de sus vidas. Muchas dietas modernas carecen de nutrición suficiente, como fibra, para una buena salud digestiva. La fibra es esencial para la nutrición y la salud intestinal, pero la mayoría de las personas apenas consumen la mitad de la ingesta diaria recomendada de fibra en la dieta.

P: ¿QUÉ PUEDO HACER PARA INCREMENTAR MI INGESTA DE FIBRA?

R: Yo siempre aliento a las personas a que consuman de cinco a siete porciones de frutas y verduras al día para obtener su ingesta diaria de fibra. Sin embargo, me doy cuenta de lo difícil que esto puede ser con nuestra dieta moderna y estilo de vida tan apresurado. Por eso recomiendo tomar suplementos que contribuyan a promover la regularidad, una sensación de saciedad y el desarrollo de bacteria intestinal favorable.

P: ¿DE QUÉ MANERA LA Alóe DE HERBALIFE® PROMUEVE LA SALUD DIGESTIVA?

R: La fórmula de Alóe de Herbalife® es suave y da alivio porque eliminamos la aloína, un laxante estimulante, para producir así un producto con todos los nutrientes orgánicos de la planta de Alóe. Esta planta contiene más de 75 sustancias conocidas por sus propiedades de alivio. Alóe de Herbalife® calma el estómago, alivia la indigestión ocasional y apoya la inmunidad.*

*Estas afirmaciones no han sido evaluadas por la Food and Drug Administration.
Este producto no tiene el propósito de diagnosticar, tratar, curar ni prevenir enfermedad alguna.