

NOPAL (TODO LO QUE DEBES SABER)

PROPIEDADES Y BENEFICIOS DEL NOPAL

El nopal se consume desde la época prehispánica por su sabor, pero sobre todo por sus grandes beneficios.

- Disminuye los niveles de azúcar en sangre.
- Previene la osteoporosis.
- Controla la gastritis.
- Combate el envejecimiento prematuro.
- Regenera las células de la piel.
- Ayuda al proceso digestivo.
- Ayuda a contrarrestar el colesterol.
- Ayuda a prevenir el cáncer.
- Mantiene el colon sano.
- Es bajo en calorías.




Si quieres saber más sobre el nopal, dar click en el video.

@lorenaosoriosrimati1452

Maravilloso video, gracias por compartir. Lo recomendaré a mis pacientes, las imágenes les ayudarán a entender mucho mejor la información. Gracias hermano Alfonso por compartir tu hermoso don creativo, gracias por tu tiempo, gracias por tu bondad para cada uno de nosotros, gracias mamita Vegan por dar al mundo un hijo

tan misericordioso para el ser humano., bendiciones 


@carvazquez1712

Wooh wooh  tenemos un tesoro y super nutritivo, en casa de mis papás sembró y hemos estado comiendo mucho nopal gracias por tan valiosa información, que no sabía Saludos  

@fenobacarrera932

hace 1 año

Padezco gastritis y con licuados de nopal y zanahoria he mejorado bastante. Ya no me inflamo y mi estreñimiento ha disminuido. Excelente alimento. Seguiré comiendo nopal.

@jimrancid

Muchísimas gracias por esta información super importante de los beneficios de los nopales! No es común comer nopales aquí en los Estados Unidos, pero ahora el nopal va ser un ingrediente mandatorio en mis comidas! Aprecio el tiempo y amor que le pusiste a este video!