

VITAMINA D (TODO LO QUE DEBES SABER)

Respondemos a varias de las preguntas que nos han hecho en el canal, sobre la VITAMINA D.

- ¿Qué es la vitamina D?
- ¿De dónde se obtiene?
- ¿Qué alimentos contienen vitamina D?
- ¿Qué cantidad necesita mi cuerpo?
- ¿Hay vitamina D vegana?
- ¿Qué propiedades y beneficios aporta la vitamina D?

Si quieres saber todo esto, te invitamos a ver este video informativo que te será de gran ayuda.

VER VIDEO