



## CLOROFILA



La Clorofila es un compuesto químico presente en las plantas, algunas algas y algunas bacterias, la cual es la responsable de darle ese color verde a la mayoría de los integrantes del reino vegetal y es parte fundamental, junto con la luz solar, de que el proceso de la fotosíntesis se lleve a cabo.

La clorofila se puede encontrar en una gran cantidad de verduras y frutas, sobre todo las de color verde. Consumir alimentos ricos en clorofila puede ser muy beneficioso para la salud pues tiene importantes propiedades tales como:

- **Antioxidante:** los altos niveles de vitamina A, C y E convierten a la clorofila en un poderoso antioxidante para nuestra salud.
- **Desodorizante:** cabe destacar que la clorofila también combate las bacterias de la boca, favoreciendo un mejor aliento.



- **Antiinflamatoria:** las propiedades antiinflamatorias de la clorofila hacen que esta sea una sustancia importante en ciertos tratamientos como, por ejemplo, el de la artritis. Esta actúa y combate el crecimiento de las inflamaciones provocadas por determinadas bacterias.
- **Desintoxicante:** si andas en busca de remedios caseros que ayuden a oxigenar todo el organismo (sangre y células), debes saber que la clorofila es la sustancia perfecta. Así pues, podemos decir que la clorofila mejora el funcionamiento de los órganos.

**ALIMENTOS RICOS EN CLOROFILA**

Acelga, Lechuga, Kiwi, Alcachofa, Perejil, Pimentón, Brócoli, Aguacate, Aceitunas, Habas, Espárragos, Repollo, Espinacas, Cilantro

**BENEFICIOS:**

- Equilibran los niveles de colesterol y triglicéridos en la sangre
- Regulan el funcionamiento del hígado, riñones y vesícula biliar
- Refuerzan el sistema inmunológico
- Desintoxican el organismo
- Limpian el colon
- Ayudan a la rápida cicatrización por sus propiedades antiinflamatorias y antioxidantes



## Prepara una bebida que aporta grandes beneficios a tu salud



Consumir alimentos ricos en clorofila como vegetales y frutas verdes puede ser, además de altamente recomendable, muy beneficioso para nuestra salud; sin embargo, preparar una bebida que contenga este maravilloso componente puede ser una alternativa conveniente para aquellos que no tenemos mucho tiempo disponible para comer un buen plato de ensalada o simplemente buscamos aprovechar todos los beneficios de la clorofila de una manera refrescante.

Beber agua natural con clorofila se ha vuelto muy popular entre los amantes de las bebidas saludables. Y aunque la clorofila se puede encontrar en forma de suplemento en polvo, tabletas e inclusive concentrados, una opción excelente es la presentación en botella de 800ml de Clorofila líquida que además está adicionada con esencia de menta y hierbabuena, lo que la hace mucho más sabrosa y refrescante. Ahora veamos algunos de sus beneficios.



## BENEFICIOS

- Ayuda con la oxigenación de la sangre y aumenta su producción. Además de ayudar a que el oxígeno se transporte mejor a las células, mejorando así la salud del corazón y otros órganos vitales del cuerpo.
- Reduce el colesterol y los triglicéridos.
- Aumenta el rendimiento deportivo.
- Desintoxica el cuerpo, ya que se ha demostrado que su consumo previene los efectos nocivos de la radiación y favorece la eliminación de metales pesados del organismo y otros desechos.
- Equilibra los niveles de glucosa en sangre.
- Refuerza la memoria.
- Mantiene saludable tu sistema digestivo, beneficia la flora intestinal, protege tu colon, hígado, estómago y vesícula.
- Fortalece el músculo cardíaco, mejora la circulación, baja la presión arterial y, en general, contribuye a la disminución del riesgo de accidente cardiovascular.
- Elimina la caspa al frotar en el cuero cabelludo y enjuagando después.
- Esta sustancia también te ayuda a descomponer los cálculos de oxalato cálcico para su mejor eliminación, mismos que el organismo crea para eliminar el exceso de ácido.
- Es rica en carotenoides, que una vez en el organismo activan las enzimas imprescindibles para una adecuada asimilación de nutrientes.
- Es un excelente enjuague bucal. Evita malos olores en la transpiración del cuerpo, proceso digestivo y boca.







- ¿Tienes bajas defensas? La clorofila facilita el desempeño de las funciones de defensa por parte de las células del sistema inmunológico.
- Evita flatulencias, mal aliento y pesadez estomacal. Es efectiva en la reducción del olor urinario, fecal y ayuda a aliviar el estreñimiento.
- También tiene la capacidad de alcalinizar la sangre, convirtiéndose así en un medio menos propicio para el desarrollo del virus y bacterias.
- Ayuda a cicatrizar úlceras.
- Gracias a su alto contenido de vitamina A, C y E, la clorofila es rica en antioxidantes y diversos estudios han demostrado que estas propiedades pueden prevenir diversos tipos de cáncer, así como eliminar diversas toxinas del cuerpo.
- Elimina hongos, bacterias y virus dañinos.
- Estimula la producción estrogénica (ayuda con coágulos y problemas menstruales)
- Contribuye a mejorar la absorción del calcio en huesos y dientes.
- Favorece el rendimiento muscular y nervioso.
- Beber agua con clorofila estimula la pérdida de peso.
- Ayuda en caso de efectos secundarios causados por fármacos.

### **Recomendación de consumo**

Diluir 15ml de clorofila líquida en medio litro de agua natural y tomar 3 veces al día como mínimo. Se puede consumir como agua de tiempo o bebida fría con hielos. En caso de molestias en la garganta, dolor de estómago o acidez, puede tomar 10 a 15 ml de clorofila líquida sin diluir.

