

CRUCIGRAMA ALIMENTACIÓN

Ayuda a Reyhan a ordenar su alimentación.



VERTICALES

Frambuesa
Manzana
Mandarina
Limón
Lima
Durazno
Carambolo
Arándano

HORIZONTALES

Melón
Mamey
Fresa
Guayaba
Kiwi
Capulín
Chabacano



VERTICALES

- Previene enfermedades cardiovasculares, tiene acción antimicrobiana, potencia el sistema inmune.
- Tiene actividad hipocolesterolémica, antioxidante, ayuda a prevenir el cáncer, mejora el tránsito intestinal.
- Tiene actividad antioxidante, acción anticancerígena, efecto antiinflamatorio, efecto antihipertensivo.
- Mejora la cicatrización, estimula el sistema inmune, tiene efecto antiséptico, tiene actividad antioxidante.
- Fortalece el sistema inmune, tiene actividad antioxidante.
- Protege los vasos sanguíneos, tiene propiedad antimicrobiana, protección al cáncer de colon.
- Tiene actividad antioxidante, mejora el tránsito intestinal, ayuda al control de glucosa en sangre.
- Tiene actividad antioxidante, actividad antiinflamatoria y previene infecciones de vías urinarias.

HORIZONTALES

- Tiene actividad antioxidante, actividad anticancerígena, previene el alzheimer.
- Tiene actividad anticancerígena, previene enfermedades cardiovasculares, modula el sistema inmune.
- Tiene actividad antioxidante, hipocolesterolemiante, aporta bajo nivel calórico.
- Tiene actividad anticancerígena, actividad antioxidante, ayuda al tránsito intestinal.
- Tiene actividad antioxidante, refuerza el sistema inmunológico, es diurética.
- Fortalece el sistema inmune, tiene propiedades antioxidantes, previene enfermedades cardiovasculares.
- Tiene actividad antioxidante, actividad antimicrobiana y regula el sistema digestivo.



GOBIERNO DE
MÉXICO

SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

SNDIF
SISTEMA NACIONAL PARA
EL DESARROLLO INTEGRAL
DE LA FAMILIA

