

# CHIA LIFE



## LA SEMILLA MÁS SALUDABLE. AYUDA A DISMINUIR ENFERMEDADES CARDIOVASCULARES.

Ayuda a disminuir enfermedades cardiovasculares, ciertos tipos de cánceres, fallas inmunológicas y procesos inflamatorios. Previene y controla la diabetes.

Chía Life, semillas enteras de chía: la mayor fuente vegetal de Omega-3. Un suplemento dietario que te ayuda a disminuir enfermedades cardiovasculares, ciertos tipos de cánceres, fallas inmunológicas y procesos inflamatorios. Previene y controla la diabetes. Chía Life contiene Omega-3, Omega-6, antioxidantes, fibra dietaria y proteína.

PRESENTACIÓN: 250 gr. de semillas enteras.

### Modo de empleo:

Consumir 1 a 2 cucharadas soperas por día [25 grs. = 2 cucharadas soperas]. Agregar las semillas directamente a los alimentos o bebidas, ya que no altera el sabor original de los mismos. [sopas, salsas, guisos, pasteles, yogures, amasados, etc]. Las semillas remojadas en agua liberan un mucílago, produciendo un líquido gelatinoso, el cual se saboriza con jugos vegetales o esencias y se las consume como bebida refrescante.

2 CUCHARADAS  
SOPERAS



Libre de Colesterol  
Alto contenido de OMEGA 3

1 a 2 cucharadas

agregar las semillas a los alimentos o bebidas



ENASPORT.COM

## Información Nutricional

25 gramos (2 cucharadas soperas) aportan:

		% VD
Valor Energético	130 Kcal = 547 kJ	7
Carbohidratos	10 g	3
Proteínas	5 g	7
Grasas Totales	7,7 g	14
Grasas Saturadas	0,6 g	3
Grasas Monoinsaturadas	0,6 g	*
Grasas Poliinsaturadas	6,1 g	*
Omega - 3	5 g	*
Omega - 6	1,7 g	*
Fibra Alimentaria	9,5 g	38
Calcio	217 mg	22
Hierro	12 mg	87
Fosforo	230 mg	33
Potasio	222 mg	*
Manganeso	1,4 mg	63
Zinc	1,8 mg	26
Magnesio	117 mg	45
Niacina	2 mg	13
Tiamina	0,35 mg	29
Vitamina A	323 mcg	54

No aporta cantidades significativas de sodio y grasas trans.

\* % Valores Diarios con base a una dieta de 2000 kcal u 8400 kJ. Sus valores diarios pueden ser mayores o menores dependiendo de sus necesidades energéticas.

**Ingredientes:** Semillas de Chía. Semillas provenientes de la especie Salvia Hispánica L., planta de la familia de la menta (Lamiaceae).