



CUIDA *tu* SALUD ÓSEA

Un plan de alimentación equilibrado y saludable para los huesos es un buen comienzo para prevenir la osteoporosis

Añade a tu consumo diario calcio, proteínas, vitamina D y otros nutrientes saludables para los huesos.



Visita:
www.worldosteoporosisday.org

Día Mundial de la Osteoporosis
20 de octubre

