4

SAÚDE INTESTINAL E VAGINAL

A água é muito importante para hidratar as fezes e regular o transito intestinal. Ajuda a aumentar a produção de urina impedindo a acumulação de bactérias patogênicas na bexiga e em todo o trato reprodutor feminino. Aumenta a quantidade de sêmen. Consumo de 2 L de água por dia ou chás de ervas sem cafeína.

Sonho Fértil

Os Pilares para a Fertilidade

Noélia Arruda
NUTRICIONISTA