

7

# SELÊNIO-ZINCO

Um organismo mais inflamado gera óvulos e espermatozoides de pior qualidade. Superalimentos distinguem-se por terem uma riqueza nutricional que supera as necessidades nutricionais do organismo. Consumam 3 castanhas do Pará (Brasil) por dia.

**Sonho Fértil**  
**Os Pilares para a Fertilidade**