



Tomate **Autor:** Internet **Publicado:** 21/09/2017 | 06:53 pm

## **Algunas propiedades del tomate**

Gracias a su rico contenido en vitamina K y calcio proporciona salud a tus huesos sirve para combatir la osteoporosis

**Publicado:** Martes 04 abril 2017 | 12:24:25 am.

**Publicado por:** José Luis Estrada Betancourt

El tomate es fuente de vitamina C, son bajos en calorías y sin grasa. Gracias a su rico contenido en vitamina K y calcio proporciona salud a tus huesos (ayudan a fortalecerlos y repararlos) y sirven como una excelente fórmula natural para combatir la osteoporosis, pues, el licopeno (pigmento rojo) mejora en gran medida la masa ósea.

<http://www.juventudrebelde.cu/suplementos/de-impacto/2017-04-04/algunas-propiedades-del-tomate>

**Juventud Rebelde** | Diario de la juventud cubana

Copyright © 2017 Juventud Rebelde