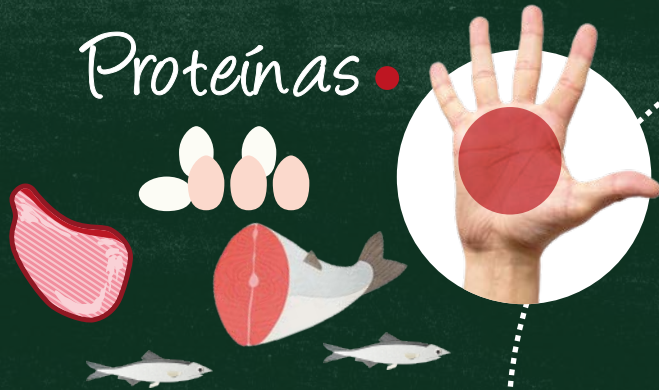


¿Cómo calcular las raciones?

Proteínas



Hidratos de carbono



En tu mano pequeños trucos para tu día a día

Frutas



Vegetales



Grasas

