

## Higo



[1]

Conocido científicamente como Ficus Carica.

Sus propiedades y beneficios por su gran cantidad de fibra insoluble es un alimento muy eficaz para tratar el estreñimiento, problemas de tránsito intestinal, sistema inmunológico: aumenta las defensas; anticancerígeno, colón, problemas cardiovasculares, enfermedades degenerativas, hipertensión arterial, situaciones de estrés, colesterol, colágeno, mucosas, huesos, dientes.

NO apto para diabéticos.

> [3]CRISTALIZADA  
FRUTA

### Links:

[1] <https://mail.laonce.com.mx/sites/default/files/higos.jpg>

[2] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/PILONCILLO>

[3] <http://www.laonceproductossecos.com/productos/pi%C3%B1>