



# LA MIEL PURA DE ABEJA ES EL ENDULZANTE NATURAL MÁS SANO Y BENEFICIOSO PARA LA SALUD.



## POLEN



Las propiedades del polen, hacen de este producto secretado por las plantas, un excelente complemento de la dieta diaria. El consumo de polen reporta importantes beneficios al organismo, que son notables rápidamente. Entre los efectos del polen se destacan el aumento de la resistencia a la fatiga y de la capacidad intelectual, además de ser beneficioso para muchas enfermedades.



**El polen es el producto de secreción de los órganos masculinos de las plantas**, cuya función es fecundar los órganos femeninos. Por tal motivo, en su composición, se encuentran elementos indispensables para la vida.

Entre ellos, **se destaca su alto contenido en proteínas, vitaminas y hormonas que favorecen el crecimiento.** Además, el polen posee hidratos de carbono, lípidos complejos, diastasas y oligoelementos.

**Los beneficios del polen derivan de sus propiedades depurativas, energizantes y revitalizantes.** Estimula el apetito, eleva la capacidad de trabajo y baja la tensión arterial. Los efectos del consumo de polen se comienzan a notar a los pocos días, aumentando la resistencia a la fatiga y la capacidad intelectual.

Tomar suplementos de polen **es bueno para la anemia**, ya que favorece la producción de glóbulos rojos, también ayuda a la cicatrización, por lo que está indicado en caso de úlceras. Además, es ideal para recuperar la vitalidad, razón por la cual se recomienda su consumo a personas débiles, convalecientes, estresadas, de edad avanzada y mujeres embarazadas. **En los niños, el polen favorece el crecimiento.**

**Entre otras propiedades medicinales**, el polen es útil para evitar la prostatitis. Por otra parte, hipertensión, várices, problemas intestinales y hepáticos, asma bronquial, eczemas, diabetes, trastornos visuales, estados de ansiedad, irritabilidad y nerviosismo, entre otros trastornos, también se benefician con el consumo de polen.

## INSTRUCCIONES DE CONSERVACIÓN Y CONSUMO DEL PRODUCTO.

Consérvese evitando la luz solar y calor excesivo. Debe estar envasado en recipientes bromatológicamente aptos, de vidrio o plástico rígido transparente, con cierre hermético que impida que absorba humedad.

Se recomienda tomar dosis:

- En personas que lo necesitan mas: 30-40 gr.
- Para las personas con buena salud: 15-20 gr

En niños:

- De 3-5 años: 5-10 g.
- De 6-12 años: 10-15 g.

## CADUCIDAD DEL PRODUCTO EN LAS CONDICIONES CORRECTAS DE CONSERVACIÓN.

Se aconseja el consumo del polen dentro de los 180 días de la fecha de elaboración, y tiene como fecha de caducidad 1 año después de su envasado. La fecha de caducidad se indica con la leyenda "consumir preferentemente antes de fin del..." seguida de mes y año.

Pueblo de San Pablo Oztotepec, Delg. Milpa Alta C.P: 12400  
Pedidos: 58625078 / 044 38931887

Atención a clientes: Adriana Gomez Gonzalez

<https://ruanitamiel.jimdo.com>

e-mail: [mielruanita@hotmail.com](mailto:mielruanita@hotmail.com)