

KIWI ZESPRI™:

Vitamina C y salud

La vitamina C es un nutriente esencial para la salud, pero nuestros cuerpos no pueden fabricarla, por eso tenemos que obtenerla de la dieta. El kiwi Zespri™ es rico en vitamina C y una sola pieza al día puede cubrir las necesidades diarias.

85,1 MG DE VITAMINA C
POR 100 G

161,3 MG DE VITAMINA C
POR 100 G



EL KIWI ZESPRI™ AUMENTA LA CANTIDAD DE VITAMINA C EN SANGRE, UN BUEN MARCADOR DE LOS NIVELES DE VITAMINA C.

Bibliografía:

Bøhn SK, et al. Blood cell gene expression associated with cellular stress defence is modulated by antioxidant-rich food in a randomised controlled clinical trial of male smokers. *BMC Med.* 2010;8:54.

Bozonet SM, Carr AC, Pullar JM, Vissers MC. Enhanced human neutrophil vitamin C status, chemotaxis and oxidant generation following dietary supplementation with vitamin C-rich SunGold Kiwifruit. *Nutrients.* 2015;7:2574-88.

Petruk G, Del Giudice R, Rigano MM, Monti DM. Antioxidants from plants protect against skin photoaging. *Oxid Med Cell Longev.* 2018;14:54936.

Richardson DP, Ansell J, Drummond LN. The nutritional and health attributes of Kiwifruit: A review. *Eur J Nutr.* 2018;57(8):2659-2676.

Wilson R, Willis J, Gearry RB, et al. SunGold Kiwifruit supplementation of individuals with prediabetes alters gut microbiota and improves vitamin C status, anthropometric and clinical markers. *Nutrients.* 2018;10(7):895.

U.S. Department of Agriculture (USDA), Agricultural Research Service. *FoodData Central.* <https://fdc.nal.usda.gov/index.html>. Actualizado en marzo de 2019. Consultado el 16 de octubre de 2019.

¿QUÉ PUEDE HACER LA VITAMINA C POR EL CUERPO?

- Favorece el funcionamiento del sistema inmunitario
- Ayuda a producir energía
- Contribuye a normalizar las funciones psicológicas
- Interviene en la formación de tejidos y la cicatrización de heridas
- Antioxidante: protege las células y los tejidos (como el músculo) de los daños ocasionados por las funciones normales diarias



VITALIDAD

- Contribuye al metabolismo energético normal.
- Contribuye a reducir el cansancio y la fatiga.

LA VITAMINA C ESTÁ IMPLICADA EN LAS FUNCIONES PSICOLÓGICAS NORMALES QUE AYUDAN A MEJORAR LOS NIVELES DE ENERGÍA.



INMUNIDAD

Un fantástica fuente de la vitamina C antioxidante, importante para el funcionamiento normal del sistema inmunitario.

UN ESTUDIO RECIENTE HA PUESTO DE MANIFIESTO QUE COMER DOS ZESPRI™ SUNGOLD (161,3 MG DE VITAMINA C POR 100 G DE PARTE COMESTIBLE) AL DÍA DURANTE CUATRO SEMANAS:



Mejora las funciones de los neutrófilos, un tipo de glóbulos blancos implicados directamente en las funciones inmunitarias.



Esto se traduce probablemente en una mejora de la inmunidad.



SALUD DE LA PIEL

El kiwi Zespri™ es una excelente fuente de vitaminas (p. ej., vitamina C) y de nutrientes de origen vegetal que la piel necesita para tener un buen aspecto.

FORMA COLÁGENO Y ELASTINA, ESENCIALES PARA MANTENER LA BUENA SALUD DE LA PIEL.