



APORTE NUTRICIONAL DE LA LECHE FORTIFICADA LICONSA

Toda la leche Liconsa, líquida y en polvo, está fortificada con hierro, zinc, ácido fólico y vitaminas A,C, B2 Y B12, nutrientes de los que la dieta de un gran número de niños mexicanos acusa déficit.

La leche fortificada Liconsa ha demostrado su eficacia para reducir la anemia y la desnutrición infantil, así lo han puesto de manifiesto los estudios sobre impacto nutricional de este producto, elaborados por el Instituto Nacional de Salud Pública.

«El consumo diario de medio litro de leche fortificada Liconsa (dos vasos aproximadamente) cubre un porcentaje importante de los nutrientes que requieren los niños para crecer y mantenerse sanos».



NUTRIENTES	PORCENTAJE DE COBERTURA	APORTE NUTRICIONAL
HIERRO	50%	Esencial en el embarazo, parto y lactancia, así como en los primeros años de vida. Favorece la formación de hemoglobina en la sangre. Transporta el oxígeno en la sangre y es indispensable para el correcto funcionamiento de la cadena respiratoria.
ZINC	50%	Esencial para el crecimiento y para el correcto funcionamiento metabólico. Aumenta la inmunidad natural, favorece la cicatrización y alivia alergias.
CALCIO	60%	Vital para la formación y buena salud de los huesos, dientes y tejidos duros. Es un importante regulador nervioso y nerviomuscular, permite la coagulación de la sangre.
ACIDO FOLICO	40%	Vital durante el crecimiento. Previene la anemia y mantiene la piel sana. Resulta importante para la correcta formación de las células sanguíneas.
VITAMINA C	100%	Interviene en el mantenimiento de huesos, dientes, cartilagos y vasos sanguíneos. Desarrolla acciones contra las infecciones e intoxicaciones y ayuda a la absorción del hierro.
VITAMINA B2	55%	Es necesaria para la buena visión y cuidado de la piel y mucosas, interviene en procesos de respiración celular y en la síntesis de ácidos grasos.
VITAMINA B12	45%	Es factor antianemia; nutriente esencial para todas las células del cuerpo; interviene en la regeneración de la médula ósea y de los glóbulos rojos.
VITAMINA A	47%	Esencial para el crecimiento, especialmente del esqueleto, la piel y los tejidos conjuntivos. Previene enfermedades respiratorias. Importante para la visión y el mantenimiento de la piel.
PROTEINA	29%	Por su alta digestividad es de gran valor nutritivo. Resulta esencial para el crecimiento, respiración de tejidos, protección del sistema inmunológico, así como la formación de anticuerpos, hormonas y enzimas.