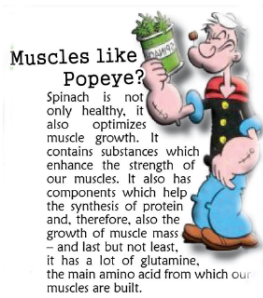


Músculos como Popeye

Escrito por Carlos Barbon

Domingo, 16 de Junio de 2013 19:15 -



Músculos como Popeye

La espinaca no es sólo sana, sino que mejora el crecimiento muscular. Contiene fitoquímicos y octacosanol, sustancias que aumentan la fuerza muscular. También contiene sustancias que mejoran la síntesis de las proteínas, lo que hace aumentar la musculatura. Y también contiene mucha glutamina, el aminoácido del cual se compone el músculo al 50%.