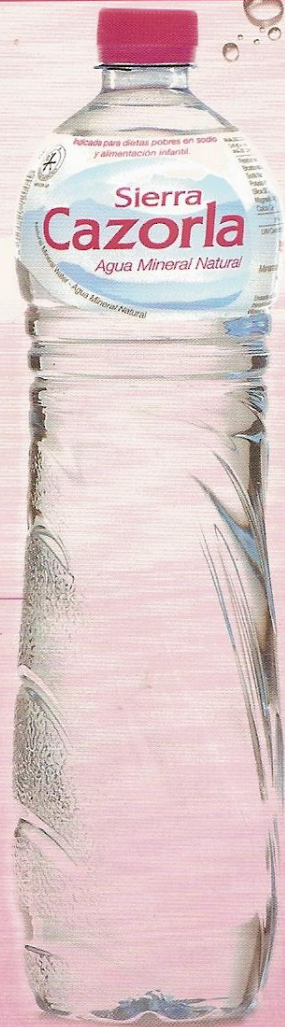




Si aún no sabes interpretar la información de las etiquetas de agua, quizá es porque a los demás no les interesa enseñarte.

Agua Mineral Natural Sierra Cazorla, minerales esenciales para tu organismo.

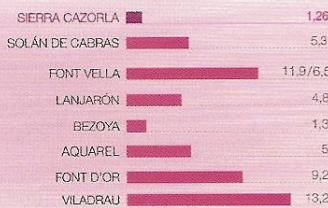


## - Sodio menos es mejor

### Comparativa de SODIO\*

Los profesionales de la salud recomiendan generalmente aguas bajas en sodio.

mg/litro

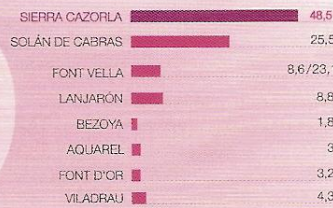


## + Magnesio más es mejor

### Comparativa de MAGNESIO\*

Cantidades recomendadas\*\*

mg/litro



El agua baja en sodio está indicada para la preparación de alimentos infantiles. También es ideal para dietas pobres en sodio y ayuda a mantener tu tensión arterial.

El magnesio ayuda a fijar el calcio y el fósforo en huesos y dientes. Actúa controlando la flora intestinal y contribuye al buen funcionamiento de intestino y corazón.

## + Calcio más es mejor

### Comparativa de CALCIO\*

Cantidades recomendadas\*\*

mg/litro



## + Bicarbonatos más es mejor

### Comparativa de BICARBONATOS\*

Cantidades recomendadas\*\*

mg/litro



El calcio juega un papel importante en el fortalecimiento de huesos y dientes. Está especialmente recomendado en épocas de crecimiento y para la tercera edad ayudando a proteger sus huesos.

Alto poder digestivo. Los bicarbonatos tienen un efecto neutralizante de las secreciones gástricas, por lo que estimulan y favorecen una buena digestión. Además, el bicarbonato ayuda a regular la concentración de sustancias insolubles en el riñón.

\* Los datos expresados en los gráficos han sido obtenidos de las etiquetas de las marcas mencionadas, salvo error tipográfico.  
\*\* Organización Mundial de la Salud. Nutrients in drinking water. WHO Ginebra 2005.

Descubre además nuestras nuevas bebidas funcionales:



Descubre más en: [f](#) [t](#) [You Tube](#) o entra en [blog.aguasierracazorla.com](http://blog.aguasierracazorla.com) para conocer todos los beneficios de nuestro agua. Proveedores oficiales de:



La Fespa  
2012  
Constitución Española