

Opiniones

Carmen Rosa e Inés, tienen diferentes formas de pensar cuando se trata de comer

Ella es Carmen Rosa



Se alimenta exclusivamente de vegetales como:



Zanahorias



Tomates

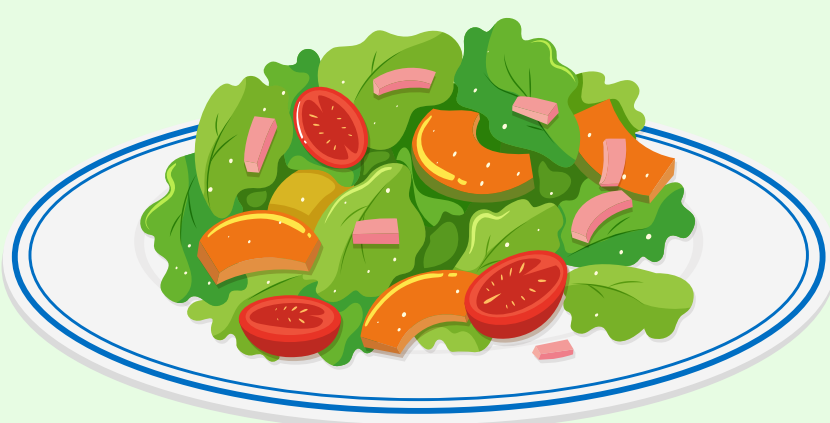


Lechugas

Ella está convencida que las personas no necesitan comer carne para llevar una vida sana

El hombre no necesita comer ningún alimento que provenga de un animal. Todos los elementos nutritivos que se encuentran en estos alimentos pueden obtenerse de fuentes vegetales. Sobran las razones para demostrar que el régimen vegetariano es el más adecuado para las personas. Todos deberíamos intentar seguirlo para mejorar nuestra salud integral.

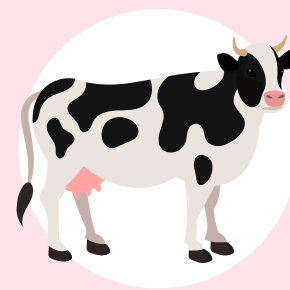
Cuando está junto a sus amigos prepara ricas ensaladas



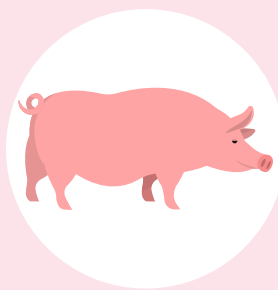
Ella es Inés



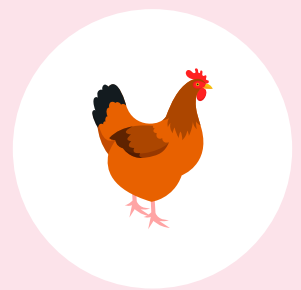
Se alimenta con diferentes tipos de animales como:



Vacas



Cerdos



Aves

Ella está convencida que las personas necesitan comer carne para llevar una vida sana

Los humanos necesitamos proteína animal. Según la Autoridad Europea de Seguridad Alimentaria (AESA) se ha comprobado que nutrientes como el hierro y el calcio se encuentran en mayor cantidad en los alimentos de procedencia animal (carnes, huevos, leche). Por ello, optar por una dieta estrictamente vegetariana puede ser muy riesgoso. Es increíble cómo los vegetarianos quieren otorgar derechos a los animales.

Cuando está junto a sus amigos prepara deliciosas carnes al horno

