

---



## Bioespirulina Arcoíris

*Un batido de alimentos reales para crecer sano y descubrir nuevos sabores.*

---





### Un legado que se construye día a día

Enseñar a un niño que la salud se construye — que no viene en una caja, ni en un empaque brillante, ni en un sabor artificial — es uno de los legados más poderosos que una familia puede dejar. Los hábitos que se forman en la infancia no solo moldean los años de la niñez: la evidencia científica muestra que definen la salud décadas después.

Este batido tiene una base de ingredientes reales — espirulina fresca, avena, yogur y leche — que juntos aportan proteína, fibra, vitaminas y compuestos que ayudan al cuerpo a estar fuerte y saludable. Sobre esa base, cada niño elige su fruta del día. Cada fruta diferente es una nueva aventura de sabor y una nueva manera de nutrir el cuerpo. No hay fruta incorrecta — cada una aporta algo especial.

---

### ¿Qué hace cada ingrediente?

-  Espirulina Neka fresca: el ingrediente estrella. Un alga cultivada con cuidado que aporta proteína, hierro, vitaminas y compuestos que ayudan al cuerpo a defenderse. En muchos países del mundo se ha usado para ayudar a niños a crecer más fuertes y saludables.
-  Avena: fibra que alimenta las bacterias buenas del intestino — el lugar donde vive gran parte del sistema de defensa del cuerpo. También da energía duradera para el colegio y el juego.
-  Yogur o kéfir: lleno de bacterias buenas que ayudan al intestino a funcionar bien y al sistema inmune a estar alerta. El kéfir tiene aún más variedades de estas bacterias que el yogur.
-  Leche entera: completa el batido con proteína, calcio para los huesos y grasa para la absorción de vitaminas.

- 🍓 Fruta fresca: vitaminas, antioxidantes y sabor. Cada fruta tiene su propio conjunto de nutrientes — por eso probar frutas distintas cada día es la mejor estrategia.

## 🌈 Fórmula — Base diaria

🟢 10 g Espirulina Neka fresca <i>½ porción adulto</i>
🌾 30 g Avena en hojuelas ( <i>1/3 taza</i> )
🥛 150 g Yogur natural entero sin azúcar / kéfir
🍼 100 ml Leche entera <i>ajustar según consistencia deseada</i>

🎨 ¡Elige tu fruta del día!			
🍓 Fresa	🥭 Mango	🍌 Banano	🫐 Arándano
🍊 Mandarina	🍑 Durazno	🍇 Uva	🫐 Mora
🌿 Agraz	☀️ <i>¡o la fruta que tú quieras!</i>		

Cantidad de fruta sugerida: 80–120g (un puñado generoso). Puede ser una sola fruta o combinación.

## 🥤 ¿Cómo se prepara?

Poner la avena, el yogur y la leche en la licuadora primero. Agregar la fruta elegida del día. Incorporar la espirulina al final. Licuar hasta obtener una mezcla cremosa. Tomar de inmediato.

*¡Invitar al niño a elegir su fruta y a poner los ingredientes es parte del aprendizaje!*

---

## Por qué los hábitos de hoy definen la salud de mañana

La ciencia es clara: los patrones alimentarios que se forman en la infancia tienen consecuencias medibles décadas después. Una revisión sistemática que incluyó estudios de seguimiento hasta los 41 años de edad encontró que 14 de 16 estudios documentaron asociaciones significativas entre la calidad de la dieta en la infancia y resultados de salud en la adultez — incluyendo obesidad, riesgo cardiometabólico, salud hepática y función cognitiva. Lo que un niño come hoy construye — o erosiona — su salud futura.

Al mismo tiempo, los ultraprocesados nunca han sido tan accesibles ni tan presentes en la vida de los niños como hoy. La evidencia acumulada es alarmante: datos de vigilancia en Estados Unidos documentaron un aumento del 253% en obesidad severa en menores entre 2008 y 2023. Una revisión paraguas publicada en el BMJ en 2024 identificó 25 resultados de salud negativamente asociados con el consumo de ultraprocesados — y no encontró un solo estudio que reportara algún beneficio para la salud de estos productos. Entre los niños y adolescentes, el consumo frecuente de ultraprocesados se asocia con obesidad, resistencia a la insulina, dislipidemia, hipertensión y enfermedades crónicas no transmisibles desde edades tempranas.

Un estudio transversal en 42 países encontró que el consumo de fruta fresca fue el factor con mayor impacto positivo sobre la salud y el bienestar en niños en edad escolar — por encima de cualquier otro alimento o hábito evaluado.

*Este batido no busca reemplazar ninguna comida ni tratar ninguna condición. Su propósito es construir, desde temprano, una relación real con los alimentos frescos — que cada niño aprenda a elegir, a preparar y a disfrutar lo natural. Ese aprendizaje, repetido día a día, es una de las inversiones más poderosas que una familia puede hacer en la salud de sus hijos.*

---

## Filosofía Bioespirulina Neka

Bioespirulina Neka integra ciencia, fisiopatología y alimentos reales en formulaciones diseñadas para acompañar de manera sostenible distintos procesos de bienestar físico y metabólico. En los más pequeños, el mayor impacto está en sembrar desde temprano el amor por los alimentos frescos, reales y naturales.