

Take a multivitamin

every day!

Take a multivitamin with at least 400 micrograms of folic acid every day. . .

and you may lower your risk for cancer and heart disease as well as prevent some birth defects. Along with a balanced diet and regular exercise, it can help you look and feel your best.

¡Tome una multivitamina todos los días!

Existen muchas buenas razones para tomar una multivitamina. Junto con una dieta equilibrada y ejercicio regular, la multivitamina le puede ayudar a verse y sentirse mejor que nunca. Tomar diariamente una multivitamina que contenga al menos 400 microgramos de ácido fólico puede reducir el riesgo de cáncer y enfermedades cardíacas como así también prevenir algunos defectos congénitos.

Verse Bien. Sentirse Mejor.

To learn more, call
1-800-451-2229 or visit
www.folicacidnow.net

Para obtener más información,
llame al 1-800-451-2229
o visite www.folicacidnow.net



Look good. Feel better.