****

**Dale la vuelta a tus hábitos y disfruta de tus vacaciones sin perder el rumbo**

**Ciudad de México, 21 de abril de 2025.-** Con la llegada de las vacaciones, se presenta la oportunidad para descansar y disfrutar. Sin embargo, es importante mantener hábitos saludables para no descuidar el bienestar durante estos días de reposo.

Silk invita a todos a vivir esta temporada con opciones deliciosas y nutritivas de alimentos y bebidas de origen vegetal, que contribuyen a una dieta balanceada y permiten disfrutar de la celebración sin perder los hábitos saludables.

Las vacaciones son un tiempo para relajarse y disfrutar, pero también es una excelente oportunidad para incorporar alimentos de origen vegetal a nuestra alimentación.

Estos productos pueden ser una excelente fuente de nutrientes esenciales, además de ser naturalmente bajos en grasas saturadas. Incorporarlos en la alimentación diaria puede contribuir a mantener un equilibrio saludable.

Silk cuenta con una amplia variedad de productos de origen vegetal para que puedas darle vuelta a tus hábitos y disfrutar de los beneficios de incluir alimentos y bebidas de origen vegetal en tus vacaciones:

* *Elige opciones frescas:* Prepara ensaladas, bowls de frutas y batidos con bebidas de origen vegetal.
* *Disfruta bebidas vegetales:* Opta por jugos naturales y bebidas sin azúcar añadida para refrescarte y complementar tu hidratación diaria. Silk ofrece una amplia variedad de bebidas con ingredientes como almendra, avena, coco, nuez de la India, arroz y avena.
* *Moderación y balance:* Disfruta de tus comidas habituales, manteniendo el balance para que tu cuerpo se sienta bien durante tus vacaciones.

Visita [silk.mx](http://silk.mx) y conoce la variedad de productos de origen vegetal para que puedas disfrutar de comidas y bebidas saludables, desde deliciosos batidos y jugos naturales hasta snacks que pueden acompañar tu día de manera equilibrada.

*#DaleLaVuelta*

@silkmx

\_\_\_\_\_\_\_\_\_