

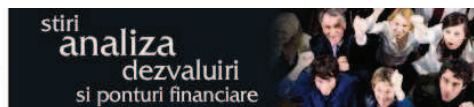
[\[+\] adauga la site-uri favorite](#)

lady4ever.ro

Shopping

BANII NOȘTRI

www.baniinoștri.ro



SANATATE SI DIETE

FRUMUSETE

MODA SI COAFURI

MAMICI SI COPII

TIMP LIBER

CASA SI GRADINA

DRAGOSTE SI SEX

CARIERA

VIDEO NOU

SHOPPING

SHOPPING

toate categoriile

Ingrijire corp

- Sapunuri (23)
- Deodorante (17)
- Protectie solara (24)
- Creme corp (70)
- » toate categoriile

Aromaterapia & Masaj

- Uleiuri masaj (2)
- Aparatura masaj (8)
- Betisoare parfumate & uleiuri (1)

Ingrijire picioare

- Creme & Lotiuni (4)
- Tratamente farma (4)

Epilare

- Epilare temporara (16)
- Epilare definitiva (10)

Articole Sport

- Imbracaminte sport (27)
- Incaltaminte sport (33)
- Aparate fitness & gimnastica (1)
- Echipamente ski (13)
- » toate categoriile

Aparate de masura

- Tensiometre (4)

Produse de slabit

- Produse de slabit (10)

Vitamine, Suplimente

- Vitamine & Minerale (76)
- Ceaiuri & plafar (7)
- Homeopatie (128)
- Energizante (1)
- » toate categoriile

Ingrijire dantura

- Pasta de dinti (18)
- Apa de gura (2)
- Albire dinti (8)

Memorii XMS2 Classic DDR2, 2x1GB, 800MHz (CL5) Evomag.ro 93.26 ron

*Tip RAM: DDR2Capacitate: 2GB (2x1GB)*Frecventa:... [...]

HOME / SANATATE & DIETE / SANATATE

Totul despre antioxidanti

Biosens.ro

Email Print RSS +more

TEXT: A A A



Antioxidantii incetinesc procesul de imbatranire! Radicalii liberi distrug celulele din organismul nostru care sunt vitale pentru un aspect tineresc si o stare buna de sanatate. Consumul de fructe si legume (proaspete sau sub forma de sucuri), are ca rezultate incetinirea pierderii elasticitatii musculare, care duce la aparitia ridurilor; intarirea sistemului imunitar, facandu-ne mai putin predispusi bolilor; si intarzierea pierderii memoriei, radicalii liberi afectand celulele creierului necesare pentru pastrarea informatiei. Desi se gasesc si sub forma de suplimente, antioxidantii cu adevarat puternici sunt cei pe care ii luam din produsele integrale.

Fructele care contin o cantitate mare de antioxidanti sunt: coacazele negre, afinele, lamaia, capsunile, zmeura, portocalele, merisoarele, rodiile, prunele uscate, grapefruitul, merele, pepenele verde etc. Dintre legumele bogate in antioxidanti amintim telina, rosiile, morcovii, spanacul, varza, conopida, fasolea verde etc. Si sa nu uitam de ceaiul verde care ar trebui sa fie o sursa zilnica nelipsita de antioxidanti!

Este foarte important ca atunci cand cumparam fructe si legume pentru noi si pentru familia noastra, sa mergem la un magazin specializat pe produse ecologice. Produsele disponibile in majoritatea magazinelor nu mai contin cantitatea necesara de nutrienti pe care o contineau acum 100 de ani. Din cauza pesticidelor si a nivelurilor scazute de minerale din sol, produsele neecologice nu asigura necesarul de antioxidanti (sau vitamine si minerale) de care are nevoie organismul. In medie, produsele ecologice contin cu aproape 30% mai multi nutrienti decat cele neecologice si sunt cultivate fara folosirea produselor chimice care faciliteaza in continuare expunerea noastra la radicali liberi.

Primavara este momentul ideal de a dobandi un obicei nou sanatos impreuna cu familia, iar consumul de 5-9 portii de fructe si legume ecologice pe zi, o cana de ceai verde bauta fiecare zi si cerealele din fructe de la micul dejun, cu siguranta vor tine medicul la distanta!

Biosens va pune la dispozitie sursa zilnica de antioxidanti din sucuri pe baza de fructe si legume ecologice, cereale integrale ecologice pentru micul dejun, diferite tipuri de ceai verde ecologic, diverse sortimente de dulceturi din fructe ecologice, precum si o noua gama de siropuri si sucuri ecologice acidulate sau neacidulate pe baza de fructe!

Pagina 2 din 2

Voteaza articolul

1 | 2

Nota 5.0/5 (1 vot)

Inapoi | Inainte

Taguri: antioxidanti sanatate nutritie

ADAUGA COMENTARIU

*Username

*Adresa de email



Introduceti codul din imaginea de mai sus

adauga comentariu

Ti-a placut continutul articolului ?

Aboneaza-te la newsletter



CATALOG DE SERVICII

toate serviciile

Servicii de infrumusetare (4)

Sali de fitness & intretinere (3)

Clinici medicale (3)



Articole

Discutii

Incepe discutie noua

eficient pentru celulita

Recomand gelul anticelulitic cu menta biokrauter si ciorapii speciali conceputi pentru eliminarea... [...]

26 ianuarie 2010

Pastile de Slabit

Ce parere aveti de pastilele de slabit? Eu vreau sa iau Slimero. Au luat colegele mele de la... [...]

4 noiembrie 2009

CARTI (va rog poate ma puteti ajuta)

Buna fetelor, Am un anunt sa va fac si poate ma puteti ajuta in vreun fel. Sunt mare fana a... [...]

19 august 2009

Info Mario Plaza

Buna, am o intrebare: stie cineva daca in Mario Plaza din Dorobanti se gaseste vreun magazin cu... [...]

4 august 2009

weekend in Bucuresti

Cum se anunta un sfarsit de saptamana canicular iar eu nu pot pleca din Bucuresti, ma gandeam ca... [...]

24 iulie 2009



BANII NOȘTRI

ADVERTISING