



Deși sănătatea noastră este parțial determinată de factorii ereditari, fiecare dintre noi este responsabil de sănătatea sa.

Și cauza îmbolnăvirilor (sau, într-adevăr, condiția noastră potrivită și sănătoasă) se datorează în mare parte modului nostru de viață. Cu alte cuvinte, sănătatea noastră depinde, în mare parte, de obiceiurile noastre și de alegerile pe care le facem când vine vorba despre alimentație și mod de viață (sport, exercițiu fizic, somn, etc.). Organismul nostru are nevoie de diferite categorii de elemente nutritive în proporții bine definite.

Un stil de viață sănătos, echilibrat, care să satisfacă aceste nevoi, necesită consumarea de produse care protejează mediul în care trăim și calitatea vieții noastre.

Ecologia se referă la modul în care produsele agricole – produsele alimentare și fibrele – sunt cultivate și procesate. Este vorba despre un sistem ecologic care se bazează pe un sol sănătos, bogat, pentru a produce plante care rezistă la dăunători și boli. Spre deosebire de agricultura convențională, în agricultura ecologică se interzice folosirea chimicelor toxice și persistente, în favoarea practicilor inovatoare care lucrează cu natura, și nu împotriva ei, cum ar fi rotația culturilor, acoperirea culturilor prin plantare, eliberarea de insecte benefice pentru grădina și compost. De asemenea, acestea sunt lipsite de contaminarea prin deseuri industriale și sunt prelucrate fără radiații ionizate sau aditivi artificiali. În cazul septelurilor, nu sunt permise antibioticele sau hormoni sintetici, folosiți în mod obișnuit în practica convențională. Producția ecologică interzice, de asemenea, folosirea organismelor modificate genetic (OMG-urilor). Practicile ecologice înseamnă:

- Fără pesticide care să contamineze solul sau apa sau să dauneze muncitorilor agricoli.
- Fără îngrășăminte chimice care prin scurgere contaminează râurile, lacurile și

oceanele.

- Un mediu mai sănătos și mai durabil pentru fiecare.
- Fără aditivi alimentari de sinteză (asa numitele E-uri, pentru îmbunătățirea gustului, mirosului, culorii).
- Fără conservanți decât cei permisi de legislația ecologică în vigoare.
- Produsele nu sunt supuse procesului de iradiere ionizantă.

Toate aceste caracteristici dezvaluie beneficiile pe care consumatorii acestui tip de produse le resimt: alimentele ecologice au un gust mult mai bun decat cele conventionale, consumul de produse ecologice reduce riscul de imbolnaviri, cum ar fi cancer, obezitate, Alzheimer si chiar ajuta la tratarea multor afectiuni, in timp ce productia de produse ecologice protejeaza apa, aerul, solul, animalele, mediul Inconjurator.

Alimentatia sanatoasa, echilibrata atat cantitativ, cat si calitativ si pastrarea unui mediu general de viata nepoluat sunt doua cai foarte importante de a ne asigura sanatatea. In teorie, pare ceva foarte simplu si frumos. In realitate, avantajele sunt nebanuit de mari.

Un produs ecologic alimentar poate fi compus din ingrediente **a caror provenienta este 100% ecologica**. Aceste produse sunt premium si se plaseaza In topul produselor bio avand un nivel al calitatii foarte Inalt.

Pana la data de 31 martie 2011, puteti beneficia de promotia „Bio la usa ta”. Biosens v-a pregatit 5 pachete 100% ecologice la preturi promotionale. Transportul este gratuit si, in plus, pimesti si un cadou! Detalii pe blogul Biosens. www.biosens.ro

[Citeste comentariile](#)

[ecologic, produse, sanatate](#)

[Adauga comentariul tau](#)

Comentarii pentru articolul : Beneficiile produselor ecologice

Pentru a putea adauga un comentariu folosind poza ta [creeaza-ti un cont nou](#).



Numele tau:

E-mail:

Cod verificare:



[Incarca alt cod](#)

Comentariul tau:

Adauga comentariul tau



[Video](#)

[Reclama Diesel Fuel](#)



- [Masina de pompieri](#)
- [Frigiderul cu internet](#)
- [D & G Fashion Show Colectia 2011](#)

[Articole](#)

- [Recente](#)
- [Populare](#)
- [Comentarii](#)

-  [Tinute de primavara Oscar De La Renta](#) 28 feb 2011 16:01
-  [Top 5 rujuri in nuante de primavara](#) 28 feb 2011 12:03
-  [Produse Bio pentru ten](#) 25 feb 2011 14:05
-  [Impachetari eficiente pentru slabit](#) 23 feb 2011 12:01
-  [Cosmetice naturale](#) 23 feb 2011 10:51

[Editorial Primul editorial](#)

