

VÝHODY LYŽIČKY OLIVOVÉHO OLEJA NALAČNO



BOJUJE SO ZÁPALMI

Hlavné protizápalové účinky majú antioxidanty. Kľúčovým je oleocanthal, o ktorom sa preukázalo, že funguje podobne ako protizápalový liek ibuprofén. Antioxidanty pomáhajú aj pri bolestiach svalov a kĺbov, preto sú vhodné pre športovcov.

POMÁHA PRI CHUDNUTÍ

Olivový olej je plný mastných kyselín MUFA. Tie podporujú pocit sýtosti a spomaľujú vstrebávanie ďalších živín, takže nebudete musieť siahnuť po dopoludňajšom sladkom občerstvení.

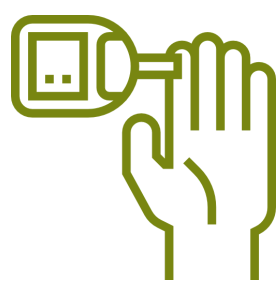
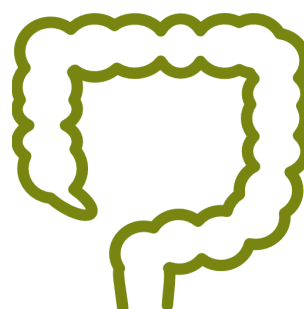


SKRÁŠLUJE PLEŤ A VLASY

Má vyživujúce a rastové účinky na nechty a vlasy. Vonkajšie využitie nachádza pri pilingových a zvlhčovacích zmesiach. Najúčinnější je však pri vnútornej konzumácii - obsahuje známe látky proti starnutiu (predovšetkým vitamín E).

LIEČI HRUBÉ ČREVO

Pomáha zbaviť telo škodlivých voľných radikálov. Štúdie dokázali, že pitie olivového oleja spomaľovalo rakovinu hrubého čreva v rôznych štádiách ochorenia. Zlepšuje tiež priechodnosť čriev a je skvelým pomocníkom pri zápche.



UDRŽUJE HLADINU CUKRU

Olivový olej výrazne znižuje hladinu cholesterolu a cukru v krvi. V jednej zo štúdií strava bohatá na olivový olej znížila riziko cukrovky 2. typu o viac ako 40%. Zároveň významne pomáha upraviť krvný tlak a chrániť srdce.

PREČISŤUJE PEČEŇ

Hromadenie tuku v pečeni je súčasťou prvého štádia ochorenia pečene. Konzumácia jednej čajovej lyžičky olivového oleja denne zlepšuje hladinu pečenejých enzýmov a tukov.



VYSKÚŠAJTE NÁŠ EXTRA PANENSKÝ
OLIVOVÝ OLEJ PRIAMO Z GRÉCKA!



STEFFIT - ZDRAVÁ STRAVA

Objednajte si kvalitný olivový olej na www.steffit.eu.