Proprietățile celor mai benefice frunze de ceai

BUCURESTI - 7 martie 2018 ora 13:32
Comunicat tip Produse / Servicii in Retail

Deși multe cercetări științifice au decoperit beneficii semnificative pentru sănătate în ceaiurile negre, albe și verzi, unii oameni preferă amestecuri de plante, deoarece acestea sunt de obicei lipsite de cofeină și dețin multe proprietăți de vindecare.



livadacuceai.ro

Site-ul livadacuceai.ro oferă o gamă diversificată din punct de vedere al acestor timpuri de ceai și chiar cu diferite arome.

Ceaiul Rooibos

Unul dintre cele mai sănătoase ceaiuri este Rooibos din Africa de Sud. Descoperirea recentă a conținutului polifenolic ridicat a dus la creșterea rapidă a popularității sale în întreaga lume. Aroma ușoară, dar delicioasă a rooibos (pronunțată Roy-Boss) l-a făcut foarte popular.

În plus față de nivelul ridicat de antioxidanți polifenolici, un alt motiv pentru care ceaiul rooibos a devenit atât de popular este faptul că acesta este complet lipsit de cofeină. De asemenea, posedă un nivel scăzut de tanin și, prin urmare, îi lipsește gustul amar regăsit la alte ceaiuri. Conținutul redus de tanin din rooibos este un avantaj pentru persoanele cu probleme digestive - taninul reduce absorbția de fier din organism. Acest lucru poate fi semnificativ pentru cei cu un aport marginal de fier.

Datorită conținutului bogat de flavonoide, se constată că rooibos are proprietăți

antispastice și este frecvent utilizat în Africa de Sud pentru a trata copiii care au crampe, colici și afecțiuni ale stomacului. În Africa de Sud se folosește de asemenea pentru calmarea spasmelor intestinale și a afecțiunilor digestive.
Ceaiul Rooibos este frecvent utilizat în cazul tulburărilor respiratorii, fiind bogat în flavonoide care asigură efecte bronhodilatatoare selective și activitate antiinflamatoare. Unii au susținut că rooibos poate ajuta de asemenea în cazul alergiilor, eczemelor și altor boli, însă acest fapt nu a fost dovedit științific.
Ceaiul Gynostemma
Un alt ceai sănătos este un ceai vechi - Gynostemma Pentaphyllum (nume botanic), sau Jiaogulan (nume chinezesc) care este o planta adaptogenică cu cinci frunze. Are capacitatea unică de a restabili homeostatis (echilibrul) în toate cele cinci sisteme din corp, sistemul cardiovascular, digestiv, imun, nervos și reproductiv.
Componentele chimice responsabile pentru caracteristica adaptogenică a Gynostemma sunt saponinele. Gynostemma conține cea mai largă gamă de saponine din toate plantele din natură. Există mai mult de 75 de saponine diferite în Gynostemma Pentaphyllum, lucru care înseamnă de aproape patru ori mai mult decât numărul de saponine găsite în Ginseng.
Gynostemma și-a dezvoltat un rol foarte important în monitorizarea greutății în Asia. Ea are o eficacitate dublă în ceea ce privește greutatea corporală. Acesta va ajuta la reducerea greutății la persoanele supraponderale și va ajuta oamenii cu greutate sub cea normală dar și atleții să ia în greutate.
Această plantă contribuie la ajustarea nivelului zahărului din sânge și la reducerea grăsimii din sânge (hiperlipidemia), apecte care reprezintă pași vitali pentru atingerea unei funcții metabolice sănătoase. Gynostemma ajută la menținerea intestinelor sănătoase pentru că acționează ca un dezinfectant în stomac și intestine, eliminând din corp toxine.
Ceaiul ajută la ameliorarea stresului prin calmarea și relaxarea sistemului nervos central, reduce și combate stările de iritabilitate și stimulează mintea în stările de depresie și anxietate pentru că studiile au demonstrat că Gynostemma este utilă într-o serie de condiții neurologice, incluzând depresia, anxietatea dar și stresul.
Ceai din frunze de afine
Frunzele de afine sunt ierburi excelente care au proprietăți benefice precum fructele de pădure care sunt bogate în antioxidanți. Folosiți frunzele uscate și preparați ceai din acestea care se poate bea răcit sau fierbinte, în funcție de preferințe.
Dacă este consumat până la două cești pe zi acționează ca un purificator al sângelui. Ceaiul de afine este de asemenea cunoscut pentru faptul că ajută la ameliorarea rinichilor inflamați. Acest ceai este oarecum amar, așa că se poate îndulci cu puțin nectar de agave sau miere.
Ceai din frunze de căpșun
Ceaiul din frunze de căpșun este cunoscut ca fiind folosit pentru a trata o multitudine de simptome de la eczeme până la probleme de stomac. Este important să fiți siguri

că frunzele sunt complet uscate, pentru că altfel ele pot deveni toxice. Dar odată complet uscate le puteți folosi pe tot parcursul anului.

eAdvertising Departament PR - Vice president PR Department
office@e-advertising.co
0743243307
EUROPEAN ADVERTISING HOLDING SRL