

Το νεροκάρδαμο πάει κόντρα στον καρκίνο

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Θρεπτικό, πλούσιο σε αντιοξειδωτικά και όπλο κατά του καρκίνου το νεροκάρδαμο.

Η καθημερινή κατανάλωση του πλούσιου σε αντιοξειδωτικά νεροκάρδαμου, βρέθηκε ότι έχει σημαντική επίδραση στη μείωση του κινδύνου για καρκίνο του εντέρου και των λεμφαδένων, όπως έχει δείξει μελέτη δημοσιευμένη στο American Journal of Clinical Nutrition. Σύμφωνα με την μελέτη, όσοι έβαλαν στο καθημερινό διατροφικό τους πρόγραμμα το νεροκάρδαμο, μείωσαν την καταστροφή του DNA κατά 20%, μειώνοντας ταυτόχρονα και τον κίνδυνο καρκίνου.

Το νεροκάρδαμο είναι διαθέσιμο όλο το χρόνο και πωλείται σε μικρές δεσμίδες. Δοκιμάστε το και πρόσθεσέ το στα ζυμαρικά ή στο σάντουιτς για την έξτρα γεύση του και τις ευεργετικές του ιδιότητες.

Πηγή: clickatlife.gr