8 Μαρτίου 2011

Η νηστεία κάνει θαύματα

Ορθοδοξία και Ορθοπραξία / Ορθόδοξη πίστη



Οι διατροφικές επιταγές της Ορθόδοξης Εκκλησίας φαίνεται ότι λειτουργούν... θαυματουργά για την υγεία των παιδιών. Νέα μελέτη του Πανεπιστημίου Κρήτης καταδεικνύει ότι οι 180 με 200 ημέρες νηστείας τον χρόνο όχι μόνο δεν «φρενάρουν» την ομαλή ανάπτυξη όσων παιδιών απέχουν από την κατανάλωση ζωικών τροφίμων, αλλά βοηθούν και στη διατήρηση ενός φυσιολογικού βάρους, κόντρα στη διαρκώς αυξανόμενη παιδική παχυσαρκία. (περισσότερα...)