

ABC de la canneberge

Les canneberges sont riches en antioxydants !
Ces ingrédients protègent l'organisme contre le stress oxydatif, qui endommage l'ADN et favorise le vieillissement prématuré. et le développement de maladies.

Il a été prouvé que la composition chimique des canneberges inhibe la croissance des bactéries. La recherche montre que les canneberges détruisent environ 80 % des souches bactériennes résistantes aux antibiotiques!

Les différentes anthocyanes, les flavonoïdes et la vitamine E présents dans les fruits de la canneberge sont un facteur important de réduction du développement des processus pathologiques dans notre corps.

Le potentiel antioxydant des canneberges augmente lorsqu'elles sont consommées avec d'autres fruits, en particulier des pommes.

La teneur élevée en proanthocyanidines de type A protège le système urinaire contre les bactéries qui se fixent sur les parois de l'urètre et de la vessie.

Les infections des voies urinaires sont traitées par les canneberges depuis de nombreuses années. Les anthocyanidines et la quercétine présentes dans les canneberges protègent contre les maladies cardiovasculaires.

La faible valeur énergétique des canneberges, seulement 49 kcal pour 100 g, et leurs bonnes propriétés nettoyantes font des fruits et du jus de canneberges un allié de choix pour la perte de poids.

Pouvez-vous utiliser les canneberges dans vos soins quotidiens ?
L'extrait de fruit possède des propriétés antibactériennes, antifongiques, hydratantes, raffermissantes et tenseurs.

