

load zebet code - symphonyinn.com

Autor: symphonyinn.com Palavras-chave: load zebet code

Azeite de oliva: do benefícios à saúde do "ouro líquido" à descoberta de um superalimento ainda mais poderoso

O azeite de oliva, descrito como "ouro líquido" na Ilíada de Homero, é conhecido por seus benefícios para a saúde. Não só é delicioso, mas também é anti-inflamatório, bom para o intestino, benéfico para o coração e pode ajudar a sentir-se mais feliz e a viver mais tempo.

No entanto, os cientistas estão atualmente prestando atenção a um subproduto anteriormente descartado da produção do azeite de oliva - água residual do moinho de azeite (OMW) - e descobriram que pode ser um superalimento ainda mais poderoso.

A OMW é um resíduo aquoso deixado após as azeitonas serem moídas e seu óleo ser separado - um resíduo aquoso extraído do restante do mulch.

Inicialmente considerada um incômodo, pois, se não gerida adequadamente, pode contaminar o solo e a água circundantes, agora é elogiada por seu potencial protetor e anti-inflamatório.

Após ouvir relatos de agricultores de azeitonas que tomavam a água residual por motivos de saúde, os pesquisadores ficaram intrigados e começaram a investigar o resíduo.

Eles descobriram que, **load zebet code** vez de ser inútil, este líquido escuro, amargo e turvo é tão nutritivo quanto **load zebet code** fonte - e talvez ainda mais.

A OMW está cheia de compostos vegetais saudáveis, ou fitoquímicos, especialmente polifenóis, que contribuem para a saúde do intestino, entre outros benefícios. De fato, a OMW é pensada para conter, pelo menos, 10 vezes a quantidade de fitoquímicos do azeite de oliva extra virgem, que já é considerado uma fonte rica.

A cientista italiana Adriana Albini, professora pioneira de pesquisa do câncer e a primeira italiana a ser eleita para o conselho diretor da Associação Americana para Pesquisa do Câncer, está estudando a OMW há 10 anos.

Ela realizou estudos com seu time usando extrato de OMW e descobriu que pode ser útil na prevenção e no tratamento de certos cânceres, incluindo os do pulmão, próstata, cólon e mama.

Outros benefícios da água residual do moinho de azeite

Outras pesquisas mostraram que a OMW pode apoiar a recuperação do exercício, melhorar os marcadores metabólicos e ter o potencial de ajudar condições cardiovasculares e neurológicas.

"As plantas não podem correr", disse Albini. "A única defesa delas é produzir metabólitos secundários ou terciários, que afastam parasitas. Muitos desses metabólitos são venenosos e sabemos que, **load zebet code** certas concentrações, venenos podem ser terapêuticos.

"Arsênico, por exemplo, pode ser útil no tratamento da leucemia. Portanto, a ideia é que esses metabólitos podem nos ajudar a nos defender do câncer. O que as plantas usam para **load zebet code** saúde, nós também podemos usar para a nossa."

Comer alimentos ricos **load zebet code** esses químicos vegetais benéficos, como aqueles encontrados na dieta mediterrânea, está associado a um risco reduzido de desenvolver doenças.

A OMW contém, pelo menos, 30 tipos diferentes de polifenóis, sendo o hidroxitirosol o mais abundante. Também encontrado **load zebet code** azeitonas e azeite de oliva, o hidroxitirosol pode, de acordo com a pesquisa, ajudar a saúde do cérebro e do coração, além de reduzir a inflamação, o que é bom para a saúde geral.

Mas muito rapidamente, Israel e a milícia libanesa Hezbollah encerraram **load zebet code** troca

de ideias com ambos reivindicando vitória.

Esse resultado ambíguo, no entanto revelou algo: nem o Hezbollah ou seu patronor regional Irã encontrou uma maneira melhor de responder aos embaraçosos ataques israelenses **load zebet code** um caminho que poderia tanto alertar Israel para outro ataque como não provocar ainda mais guerra maior.

A resposta do Irã - se vier – continua sendo desconhecida, e Teerã ainda poderia escolher um curso de ação que os observadores regionais não previram. Mas a escolha da Hezbollah para manter-se **load zebet code** ataque limitado é uma opção alguns especialistas locais agora pensam pode refletir planos iranianos como ele considera resolver **load zebet code** própria pontuação com Israel ”.

Informações do documento:

Autor: symphonyinn.com

Assunto: load zebet code

Palavras-chave: **load zebet code - symphonyinn.com**

Data de lançamento de: 2024-11-05