

Les effets bénéfiques de la grenade



1. Diminue le vieillissement

Elle contient un pourcentage élevé d'antioxydants qui éliminent les radicaux libres de la peau.

2. Protège les reins

Une nouvelle recherche publiée, a montré qu'un extrait de grenade protège les reins des toxines nocives.

3. Revitalise le foie

Les scientifiques ont conclu que le jus de grenade non seulement protège le foie, mais aide à le régénérer.

4. Renforce le système immunitaire

La vitamine C qu'elle contient, s'avère un bouclier contre les virus et le rhume.

5. Il a une action antiallergique

Les grenade ont une teneur élevée en substances connues sous le nom de

polyphénols ; a été démontrée leur capacité à réduire les processus biochimiques associés aux allergies.

6. empêche les maladies cardiaques

Une nouvelle recherche publiée montre que la grenade améliore la capacité du corps à synthétiser le cholestérol et élimine les radicaux libres du système vasculaire.

7. Prévient le cancer de la prostate

Le jus et les extraits de grenade protègent les hommes contre le cancer de la prostate.

8. Cela fonctionne contre le cancer du sein

Les scientifiques ont étudié les effets du jus de grenade et de ses nutriments sur le cancer du sein ; leurs rapports indiquent que la consommation constituait un traitement potentiellement très efficace pour prévenir ce cancer.

9. Protège du cancer de la peau

La consommation de grenade a été associée au déclin des deux principaux types de cancer de la peau: le Carcinome Basocellulaire et le carcinome Épidermoïde, selon une nouvelle étude publiée dans un journal de dermatologie.

10. Protège l'ADN

Les composants phyto-nutritionnels et antioxydants de la grenade semblent interagir avec le matériel génétique du corps et le protéger.

11. Il normalise la pression artérielle

Les premières recherches ont montré que l'extrait de grenade peut aider à prévenir la pression artérielle.

12. Régule le syndrome métabolique

La recherche a montré que la grenade contribue à la régulation de la glycémie, améliore la sensibilité à l'insuline, combat l'inflammation et améliore de nombreux autres facteurs impliqués dans le syndrome métabolique.

13. Protège contre la maladie d'Alzheimer

Ce fruit peut prévenir ou ralentir la progression de la maladie, selon des expériences effectuées chez la souris.

14. protège contre l'arthrose

La grenade s'est avérée bénéfique pour l'arthrose, car elle contient de l'acide hélicoïdal et des polyphénols, phyto-nutriments de la guérison des os.