

There are no translations available.

Дієтолог Луїза Кавано досліджувала користь органічних продуктів.

За її словами звичайні фрукти і овочі вирощуються з використанням пестицидів та інших хімічних добавок, які дозволяють їм рости в будь-яких умовах, пише The Daily Telegraph.

Вчені давно довели негативний вплив пестицидів на здоров'я людини, тому дієтолог рекомендує віддати перевагу органіці. Експерт виступає проти вживання таких неорганічних овочів і фруктів як яблука, селера, броколі, персики, чорниця, картопля, листя салату, перець, полуниця, огірки і помідори, оскільки вони дуже вибагливі і заради збільшення врожаю фермери нерідко вдаються до хімічних добавок.

Але є і такі неорганічні фрукти і овочі, які можна сміливо вживати в їжу. До них належать цибуля, капуста, ананас, кукурудза, баклажани, горошок, авокадо, кавун, грейпфрут, гриби, ківі і спаржа. Всі вони можуть самостійно зростати навіть при найбільш несприятливих умовах, тому для їх вирощування не потрібні пестициди.

Дієтолог також настійно рекомендує віддати перевагу органічному м'ясу, яйцям і молоку тому що звичайні тваринні продукти шкідливі для здоров'я з тієї причини, що багато недобросовісних фермерів використовують при їх вирощуванні гормони та антибіотики.

«Безумовно, неможливо уникнути абсолютно всіх шкідливих речовин в продуктах, але, купуючи органіку, можна значно зменшити їх кількість в організмі і знизити їх негативний вплив на здоров'я. Існують чіткі рекомендації щодо того, які неорганічні продукти можна вживати в їжу, а які небажані для людського організму», - стверджує Кавано.

Звертаємо вашу увагу, що наша компанія своєму асортименті лінійку продуктів [Органік](#), якість якої підтверджено міжнародним сертифікатом.



органіка