

VerduraSì[®]

il tuo sì al benessere naturale

Quando quella fresca non c'è...

VerduraSì è con te!



porro • pomodoro • zucca
carota viola • spinacio

www.verdurasì.it



porro

La letteratura scientifica identifica le verdure bianche (come aglio, cipolla, cavolfiore, porro, finocchio) come alimenti ricchi di nutrienti essenziali, spesso sottovalutati, ma fondamentali per la prevenzione di diverse patologie. Il loro colore bianco è indice di composti bioattivi specifici, in particolare antoxantine, flavonoidi (come la quercetina) e composti solforati, che offrono benefici antiossidanti, antinfiammatori e antitumorali.

Di seguito le principali proprietà scientificamente riconosciute:

- ✔ **Salute Cardiovascolare e Pressione Sanguigna:** le verdure bianche sono ricche di potassio, minerale essenziale per mantenere una normale pressione sanguigna. La ricerca suggerisce che un alto consumo di frutta e verdura bianca è inversamente associato al rischio di ictus e malattie cardiovascolari.
- ✔ **Azione Antitumorale:** alcuni ortaggi, in particolare quelli della famiglia delle *Crucifere* (cavolfiore, ravanelli), contengono glucosinolati, composti noti per le loro potenti proprietà antitumorali. Studi hanno evidenziato che un'elevata assunzione di verdure bianche (≥ 188 g/giorno) può ridurre il rischio di cancro gastrointestinale fino al 36%.
- ✔ **Supporto Immunitario e Salute Intestinale:** ricche di fibre e talvolta di amido resistente, queste verdure favoriscono la salute dell'intestino. Inoltre, aglio e cipolla contengono composti solforati con proprietà antibatteriche e antinfiammatorie, utili per il sistema immunitario.
- ✔ **Nutrienti "di scorta" (Shortfall Nutrients):** la letteratura scientifica evidenzia che verdure bianche sono ottime fonti di fibre, potassio e magnesio, nutrienti di cui la popolazione spesso è carente.
- ✔ **Antiossidanti specifici:** la **quercetina** (abbondante in cipolle e aglio) è un flavonoide con alto potere antiossidante e antinfiammatorio, utile nella protezione polmonare e ossea. I funghi, in particolare, sono una fonte rara di vitamina D.

*Il prodotto non deve essere considerato come sostituto di una dieta varia ed equilibrata, né di uno stile di vita sano.

VerduraSfè...

PRODOTTO BREVETTATO

