



Le parole più cercate: Pancia piatta Influenza Cefalea

Google Ricerca personalizzata

Cerca

Video
Home FitnessSondaggi
Vota anche tu

Salute e benessere

Bellezza

Dieta

Mamma e bambino

Test e psiche

Sesso e coppia

Fitness

Animali

Oroscopo

Sanihelp.it > Dieta > News

I segreti del Wheatgrass, il succo d'erba amato dalle star

di Roberta Camisasca
Pubblicato il: 06-03-2018

Sanihelp.it - Per le tavole del 2018 si aprono nuovi scenari, con un maggiore consumo di **superfood**, cresciuto, secondo il nuovo rapporto dell'Osservatorio Vegano Veg, dell'8,2% nel 2017. Un italiano su quattro, secondo i dati, sceglie di integrare la dieta con questi prodotti: dalle **bacche di açai a quelle di goji**, dalla maca alla moringa, dalla pitaya alla graviola, tutti energizzanti naturali e ricchi di vitamine, sali minerali e fibre. Per il 2018 si prevede un incremento del 24,5% sui lanci di prodotti a base di superfood.

Contenuti correlati

- **Come ridurre le cicatrici in modo naturale**
- **Malattia di Crohn: si a cura basata su marker infiammatori**
- **Composizione della flora batterica e spondiloartrosi**

Sono però i cibi bio ad aver avuto il maggiore incremento nell'ultimo anno: secondo i dati raccolti da Nomisma, nel 2017 le **vendite di biologico** in Italia hanno raggiunto i 3,5 miliardi nel mercato domestico (+15% rispetto al 2016 e +153% rispetto al 2008) a cui si aggiunge il dato dell'export del bio made in Italy, che vale quasi 2 miliardi e pesa per un 5% (+16% rispetto al 2015, +408% rispetto al 2008) sul totale dell'export agroalimentare italiano (la cui crescita rispetto al 2008 si ferma al +45%). Le vendite bio, domestiche + export, hanno superato i cinque miliardi (+9% rispetto al 2016 e +218% rispetto al 2008).

Come sempre gli Stati Uniti si sono dimostrati precursori in questa tendenza, con l'apertura di **catene totalmente dedicate al bio**, come Whole Food Markets, dove è possibile trovare la più ampia scelta di prodotti di origine controllata e naturale, senza conservanti artificiali, né coloranti, aromi, dolcificanti o grassi idrogenati. Negli Stati Uniti, il Paese con il più alto tasso al mondo di malattie legate al peso, dove, secondo un rapporto dei *Centers for Disease Control*, il 39,8% degli adulti e il 20,6% degli adolescenti sono obesi, così come il 18,4% dei bambini compresi tra i 6 e gli 11 anni e il 13,9% tra i 2 e i 5 anni, l'attenzione all'alimentazione e a uno **stile di vita più sano** sta crescendo di pari passo.

«L'ultima novità è il **Wheatgrass**, il succo di erba di grano, un alimento ricco di clorofilla, vitamine, minerali ed enzimi dalle numerose proprietà benefiche che gli americani stanno dimostrando di apprezzare moltissimo - dichiara Stefano Versace, titolare di varie gelaterie negli Stati Uniti - Sono sempre più numerosi quelli che per pranzo si fermano in gelateria e insieme al succo di wheatgrass chiedono una porzione di frutta con banana, mango e granola».

Anche se non è da sostituire al consumo di verdura fresca, il succo di wheatgrass fornisce numerosi benefici, antiossidanti e nutrienti, in un'unica porzione. Un alimento dalle numerose virtù, eletto come **beauty juice** da *celebs* del calibro di Kate Moss, Angelina Jolie e Liz Hurley. Questa bevanda stimola il metabolismo e migliora i processi digestivi, tramite l'attivazione della flora batterica intestinale.

Le ultime News

- Quali sono gli animali più pericolosi per l'uomo?
- I segreti del Wheatgrass, il succo d'erba amato dalle star
- Co-sleeping e rischio depressione
- Italiani sempre più sordi, ma pochi se ne preoccupano
- Addio alle cicatrici da acne con il laser frazionato
- Evitare la carie nei bambini
- Sigari e pipa sono davvero meno dannosi della sigaretta?
- **Archivio News**
- **News Bellezza e Moda**


40 30
30Dieta Zona
Magri per sempreProva la nostra
Dieta OnlineDomande - risposte
Esperto risponde

Lo sapevate che...

“ **Bevande dolci da piccoli, cuore a rischio da grandi** ”

I bambini che consumano alti livelli di bevande dolcificate e carboidrati hanno un...**continua**

Fornisce **benefici vitali alcalinizzanti** e l'assorbimento di sostanze nutritive come elettroliti, vitamina C e vitamina E. Riduce i livelli di infiammazione e il rischio di malattie del fegato e cardiache. Aiuta a ridurre i livelli di colesterolo e **trigliceridi** insieme all'infiammazione da stress ossidativo; può anche aiutare ad attenuare gli effetti collaterali correlati alla chemioterapia, come affaticamento, malassorbimento e carenze.



Kamasutra.
Le posizioni illustrate
Scopri in: sesso e dintorni

Fonte - CONFLITTO DI INTERESSI:
redazione

© 2018 sanihelp.it. All rights reserved.

VOTA:



3.5 stars / 5

Vuoi ricevere la newsletter di Sanihelp.it?

La tua email

ISCRIVITI

Ti potrebbe interessare:



La nuova tendenza fitness si chiama plogging



Studenti universitari? Consapevoli in tema alimentazione



Scrub per viso, corpo e capelli



Pilates facile col cuscino

Video del Giorno:

**Promozioni:
Commenti**

Test

Quanto sei onesto?



L'onestà è una virtù di cui spesso ci si riempie la bocca. Misura il tuo livello di onestà a partire da esempi di vita quotidiana. **Fai il test**

Quiz

Cosa sono i polifenoli?



Tra i più potenti antiossidanti naturali la Ricerca indica i polifenoli. Che cosa sono e a cosa servono? Metti alla prova le tue conoscenze con il nostro test! **Fai il test**

[Chi siamo e contatti](#) - [Registrazione e newsletter](#) - [Mappa del sito](#) - [RSS](#) - [Termini e condizioni](#) - [Privacy policy](#)

Eventuali decisioni che dovessero essere prese dai LETTORI, sulla base dei dati e delle informazioni qui forniti sono assunte in piena autonomia decisionale e a loro rischio. Le informazioni qui riportate hanno carattere puramente divulgativo e orientativo; non sostituiscono la consulenza medica. $\frac{1}{2}$ vietata la riproduzione anche parziale senza autorizzazione scritta. Reg. Tribunale di Monza n° 1556 del 18 dicembre 2001. Direttore responsabile: Marco Tarantola. P.IVA 03194560961