

POCHODZENIE ŻYWNOSCI

- 100% gęstość odżywcza
- więcej antyoksydantów
- więcej witamin
- więcej minerałów
- bez GMO



Żywność BIO



- pestycydy
- alergeny
- antybiotyki
- hormony
- konserwanty
- dodatki chemiczne

(np. spulchniacze, emulgatory, słodziki, barwniki, aromaty - pochodzenia syntetycznego)

Rolnictwo przemysłowe



EFEKT

Żywność ekologiczna

zapewnia sprawną odporność na patogeny - jest tym wyższa im większa jest różnorodność mikrobiomu.



Mikrobiom

Mikroflora jelit kształtuje w 80% sprawność krwinek białych i produkcję przeciwciał.

Żywność z rolnictwa konwencjonalnego

może:

- zaburzać odporność
- powodować nietolerancje pokarmowe
- wywołać alergię
- prowokować produkcję przeciwciał a następnie choroby z autoagresji np.: Hashimoto (anty-TPO, anty-TG) i przeciwciała niszczące tarczycę.



KONSEKWENCJE

Produkcja przeciwciał TPO i TG niszczących tarczycę, odczyny skórne, zapalenie stawów, zaparcia, biegunki

np. Hashimoto

Zaburzenia metaboliczne i hormonalne

Nadmierne wyrzuty prolaktyny

- Torbiele jajników, piersi.
- Cykle bezowulacyjne
- Niskie ciśnienie: zimne stopy, dłonie
- Wzrost masy ciała
- Zaburzenia koncentracji, pamięci krótkiej
- Spadek libido