



Th   Pocas Instant Honey Ginger Tea Original     Lot de 32 Sachets

Description

Voici les bienfaits de cette tisane (Pocas Instant Honey Ginger Tea Original     Lot de 32 Sachets) en base gingembre et citron .

Perte de poids

La combinaison gingembre et citron fait souvent partie du régime alimentaire des personnes qui souhaite maigrir.

Effectivement, ils possèdent tous les deux des vertus amincissantes permettant d   aider    br   ler la graisse de l   organisme.

De plus, le gingembre permet une am   lioration de l   efficacit   de la leptine, aussi appelée    hormone de la satiété   , qui est une hormone digestive qui régule les réserves de graisse dans l   organisme, ainsi que l   app  tit, en contrôlant la sensation de faim. En parallèle, il permet d   inhiber la production de cortisol qui régule le métabolisme des lipides.

De son côté, le citron permet de stimuler l    limination des déchets et des graisses de l   organisme, de favoriser la digestion, de détoxifier, etc.

L   association gingembre et citron aide donc    perdre du poids naturellement et de fa  son plus saine. Pour cette action, il est recommandé de prendre le gingembre et le citron sous forme d   infusion.



Action d'antitoxifiante et purifiante, renforçant le métabolisme

L'association gingembre et citron possède de nombreuses vertus antibactériennes, antivirales, diurétiques, antiseptiques, et fluidifiantes.

On prête donc au mélange de très excellentes propriétés d'antitoxifiantes, notamment pour aider l'organisme à purifier et nettoyer le sang en se débarrassant des déchets et toxines.

Aussi, le gingembre et le citron sont deux aliments qui permettent d'aider à lutter contre le mauvais cholestérol, et de stimuler la circulation sanguine. Cette association permet aussi de lutter directement contre l'athérosclérose, c'est-à-dire la perte d'élasticité des artères due à la sclérose, provoquée par le dépôt de gras sur les artères.

Ainsi, l'organisme nettoyé est renforcé, et devient plus solide face aux éventuelles infections ou maladies, pour un meilleur état de santé général.

Cette action est aussi bénéfique pour les fumeurs, car le tabac pollue notre corps par le sang, et le gingembre au citron aidera le corps à se débarrasser de ces toxines.

Action sur le système immunitaire et l'état de santé général

Le gingembre et le citron possèdent de nombreux bienfaits sur le système immunitaire : antiseptique, anti-inflammatoire, antibactérien, antiviral, réchauffant, etc.

Ils permettent de prévenir, de soulager, voire de soigner tous les maux de l'hiver : rhumes, coups de froid, toux, angines, etc.

Il est particulièrement efficace pour éliminer la toux, car en plus des vertus qu'on a citées, c'est un puissant expectorant qui améliore l'expulsion du mucus accumulé dans les poumons, ce qui est idéal en cas de toux glaireuse.

Pour cela, il suffit de consommer régulièrement des tisanes de gingembre au citron et vous passerez l'hiver sans encombre, ou bien de se confectionner un sirop à base de miel, gingembre et citron (recette plus bas).

Accessoirement, cette tisane permettra aussi de prendre soin de vos cordes vocales et éventuellement de retrouver votre voix en cas d'aphonie.

Action sur la digestion

Le gingembre et le citron oeuvrent en totale synergie afin de faciliter le transit intestinal et de protéger tout l'appareil digestif. Ils permettent de réduire l'acidité gastrique, de stimuler les enzymes produits par le foie et le pancréas.

date création

10 mai 2020

Auteur

ikasougou

default watermark