

Link do produktu: <https://www.zielarniawarminska.pl/olvita-olej-z-kielkow-pszenicy-w-opakowaniach-100-ml-p-437.html>



OLVita Olej z kielków pszenicy w opakowaniach 100 ml

Cena

28,50 zł

Opis produktu

Olej z kielków pszenicy otrzymywany jest z zarodków ziaren pszenicy, które zawierają do 17% oleju o wysokiej zawartości NNKT (kwas linolowy 52-60%, kwas oleinowy 24-28%). Olej z kielków pszenicy jest jednym z zasobniejszych olejów pod względem zawartości witaminy E (150mg/100g produktu). Witamina E odgrywa istotną rolę w naszym organizmie, dlatego powinniśmy dbać o to, aby systematycznie dostarczać je w naturalnej postaci. Warto zauważyć iż witamina E syntetyczna jest dwa razy mniej skuteczna od naturalnej. Naturalna witamina E potocznie nazywana jest witaminą młodości i płodności. Wykazuje pozytywne oddziaływanie na skórę, opóźnia procesy starzenia. Jako witamina rozpuszczalna w tłuszczach odpowiada za ochronę błon biologicznych. Jej niedobór w znacznym stopniu osłabia funkcję fibroblastów, co skutkuje zwiększonym rozkładem kolagenu i elastyny, które wpływają na elastyczność i wytrzymałość tkanki łącznej. Ponadto witamina E przyspiesza gojenie się ran, poprawia ukrwienie skóry oraz odbudowę uszkodzonej skóry.

Witamina E bierze udział w dostarczaniu składników odżywczych do komórek. Wzmacnia ścianę naczyń krwionośnych oraz chroni czerwone krwinki przed przedwczesnym rozpadem. Stosowanie witaminy E może ograniczyć, a nawet cofnąć tworzenie blaszek miażdżycowych powstałych w wyniku długotrwałego niedoboru witaminy E. Ponadto mówi się o jej wpływie skutkującym obniżeniem poziomu trójglicerydów i "złego" cholesterolu. Także będąc silnym antyoksydantem zapobiega zawałom serca i udarom mózgu. Mając właściwości antyutleniające wychwytuje wolne rodniki. Za ich sprawą utlenione płytki krwi uwalniają tromboksan, co z kolei powoduje powstawanie nieprawidłowego zakrzepu krwi. Miażdżycowe blaszki krwi powodują niedrożność tętnic.

Jak donosi literatura, brak jest możliwości przedawkowania naturalnej witaminy E w organizmie człowieka. Nie akumuluje się, jej nadmiar jest metabolizowany, a następnie wydalany z moczem. Olej z zarodków pszenicy oprócz tak dobroczynnie działającej witaminy E zawierają NNKT i dużą zawartość fitosteroli. Zwiększone spożycie fitosteroli powoduje obniżenie zawartości cholesterolu we krwi i zmniejsza jego wchłanianie z pokarmów i absorpcję żółci. Przyczynia się tym samym do zmniejszenia zachorowań na chorobę niedokrwienną serca, choroby zakrzepowe żył.

NNKT są niezbędne w naszym organizmie do prawidłowego funkcjonowania. Należy pamiętać iż do zachowania zdrowia potrzebne są nam optymalne proporcje kwasów omega-3 i omega-6, dlatego planując swoje menu pamiętajmy o dostarczeniu odpowiedniej ilości omega-3, którego bogatym źródłem jest olej lniany do diety dr Budwig. Olej z zarodków pszenicznych bardzo dobrze komponuje się z surówkami, sałatkami, sosami. Swoją największą wartość spożywczą stanowi spożywany na zimno.