

BIO 3 Fiori di Camomilla Eco 25 Filtri

EAN: 8470003533539 FABRICANTE: BIODES



La camomilla è tradizionalmente utilizzata come infuso per alleviare i problemi digestivi, come la digestione pesante e il bruciore di stomaco.

DESCRIPCIÓN

Cos'è la camomilla?

La camomilla, scientificamente conosciuta come **Chamaemelum nobile**, è una pianta erbacea appartenente alla **famiglia delle Asteraceae**. È ampiamente conosciuto e utilizzato sia nella medicina tradizionale che nell'industria alimentare per le sue numerose **proprietà benefiche per la salute**.

Benefici della camomilla

Proprietà antinfiammatorie

La camomilla contiene composti come flavonoidi e terpenoidi, che hanno comprovati effetti antinfiammatori. Questi composti aiutano a ridurre l'infiammazione e ad alleviare i dolori muscolari e articolari.

Effetti antiossidanti

Gli antiossidanti presenti nella camomilla, come i flavonoidi, aiutano a combattere lo stress ossidativo nel corpo. Ciò è essenziale per proteggere le cellule dai danni causati dai radicali liberi, che possono portare a malattie croniche e invecchiamento precoce.

Proprietà digestive

La camomilla è nota per i suoi effetti positivi sul sistema digestivo. Aiuta a calmare il mal di stomaco, ridurre l'acidità e alleviare i sintomi dei disturbi digestivi.

Effetti calmanti e sedativi

Consumare infusi di camomilla aiuta a ridurre l'ansia, favorire il rilassamento e migliorare la qualità del sonno.

