

BIO 3 Manzanilla Flor Eco 25 Filtros

EAN: 8470003533539 FABRICANTE: BIO3



La manzanilla se utiliza tradicionalmente como infusión para aliviar problemas digestivos, tales como digestiones pesadas y ardor de estómago.

DESCRIPCIÓN

¿Qué es la manzanilla?

La Manzanilla, científicamente conocida como **Chamaemelum nobile**, es una planta herbácea perteneciente a la **familia Asteraceae**. Es ampliamente conocida y utilizada tanto en medicina tradicional como en la industria alimentaria por sus numerosas **propiedades beneficiosas para la salud**.

Beneficios de la manzanilla

Propiedades antiinflamatorias

La manzanilla posee compuestos como los flavonoides y los terpenoides, que tienen efectos antiinflamatorios comprobados. Estos compuestos ayudan a reducir la inflamación y aliviar dolores musculares y articulares.

Efectos antioxidantes

Los antioxidantes presentes en la manzanilla, como los flavonoides, ayudan a combatir el estrés oxidativo en el cuerpo. Esto es esencial para proteger las células del daño causado por los radicales libres, que pueden conducir a enfermedades crónicas y al envejecimiento prematuro.

Propiedades digestivas

La manzanilla es conocida por sus efectos positivos en el sistema digestivo. Ayuda a calmar el malestar estomacal, reducir la acidez y aliviar los síntomas de trastornos digestivos.

Efectos calmantes y sedantes

Consumir infusiones de manzanilla ayuda a reducir la ansiedad, promover la relajación y mejorar la calidad del sueño.

