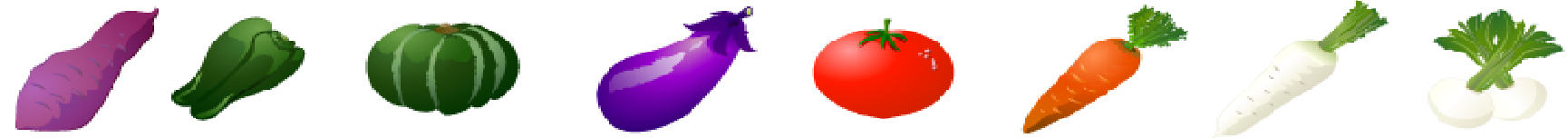


12 ть - полезных продуктов
питания
похожих на те части тела,
которым они доставляют
полезные вещества.





1. Грецкие орехи – мозг.

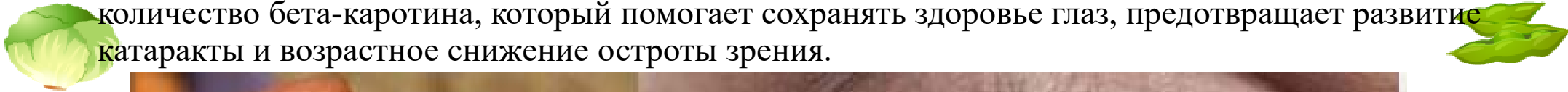
Грецкие орехи не только по своей форме и цвету похожи на наш мозг. В их составе большое количество Омега-3 и жирных кислот, повышающих его работоспособность.





2. Морковь-глаза.

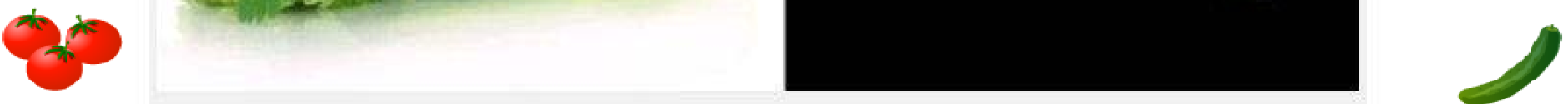
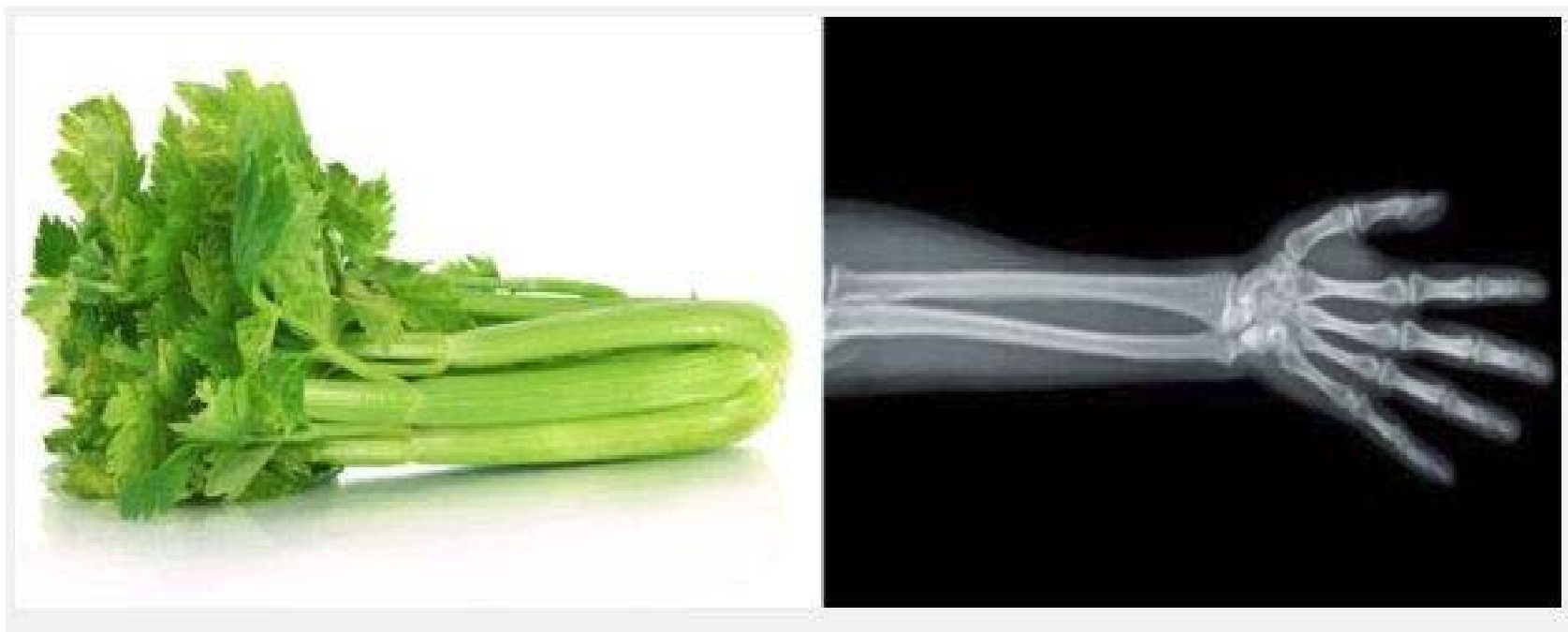
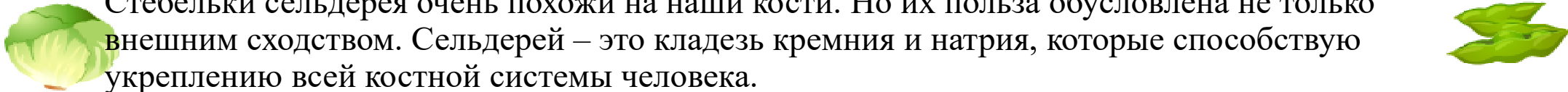
В разрезе морковь напоминает человеческий глаз. Она содержит в себе необходимое количество бета-каротина, который помогает сохранять здоровье глаз, предотвращает развитие катаракты и возрастное снижение остроты зрения.





3. Сельдерей – кости.

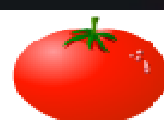
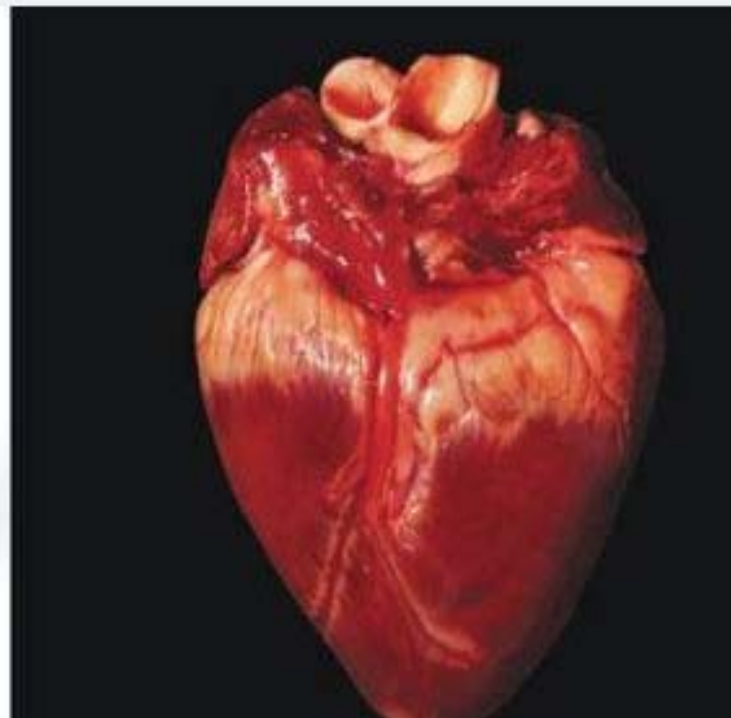
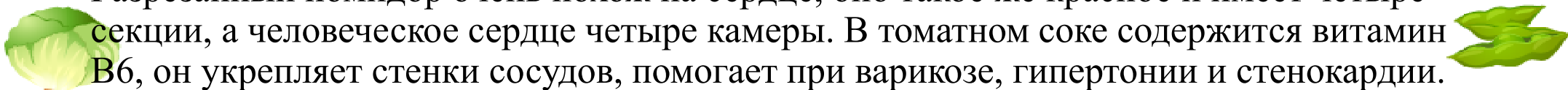
Стебельки сельдерея очень похожи на наши кости. Но их польза обусловлена не только внешним сходством. Сельдерей – это кладезь кремния и натрия, которые способствуют укреплению всей костной системы человека.





4. Помидор – сердце.

Разрезанный помидор очень похож на сердце, оно такое же красное и имеет четыре секции, а человеческое сердце четыре камеры. В томатном соке содержится витамин В6, он укрепляет стенки сосудов, помогает при варикозе, гипертонии и стенокардии.





5. Шампиньоны – уши.

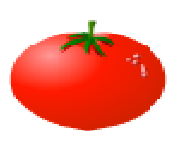
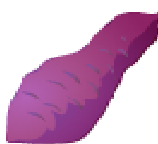
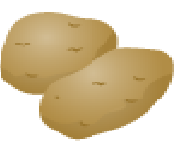
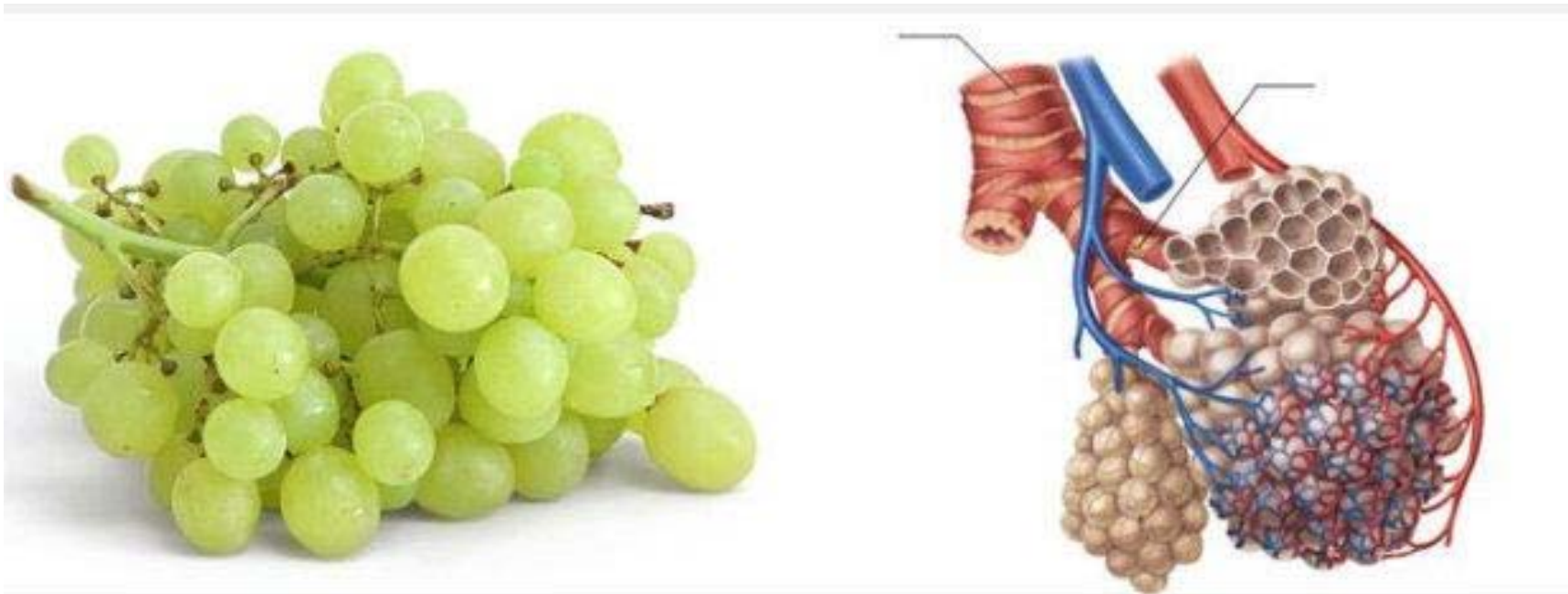
Разрезанные шампиньоны напоминают ушную раковину. Содержащийся в них витамин D укрепляет кости в ушах, которые отвечают за передачу звуков в мозг.





6. Виноград – легкие.

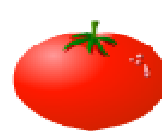
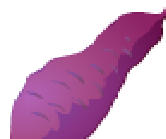
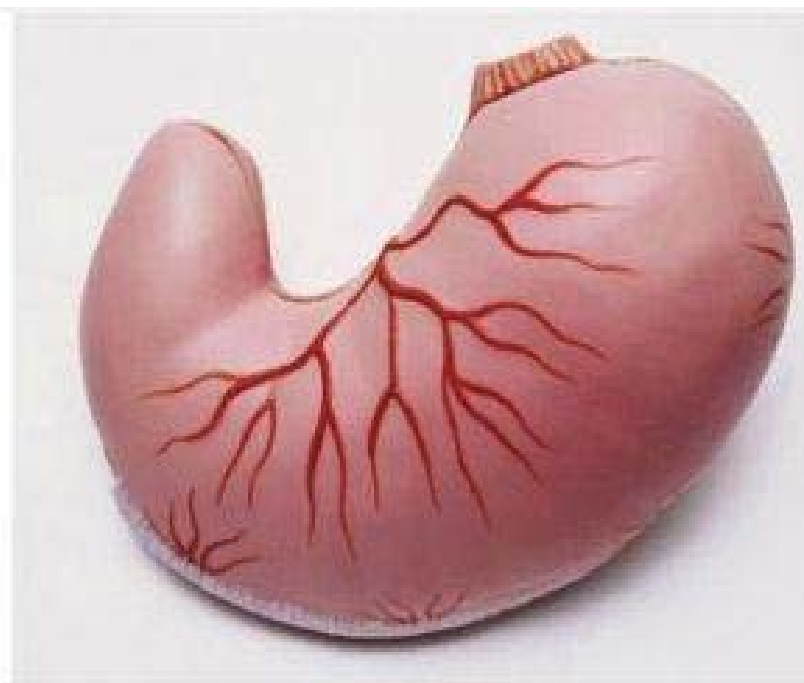
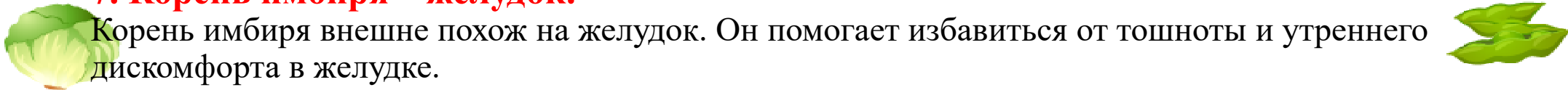
Плоды винограда внешне напоминают альвеолы – легочные образования, которые насыщают кровь кислородом. Виноград снижает риск развития рака и борется с аллергическими симптомами астмы.





7. Корень имбиря – желудок.

Корень имбиря внешне похож на желудок. Он помогает избавиться от тошноты и утреннего дискомфорта в желудке.





8. Папайя – пищеварительная система.

Она способствует очищению толстой кишки и улучшает пищеварение.





9. Клубника – зубы

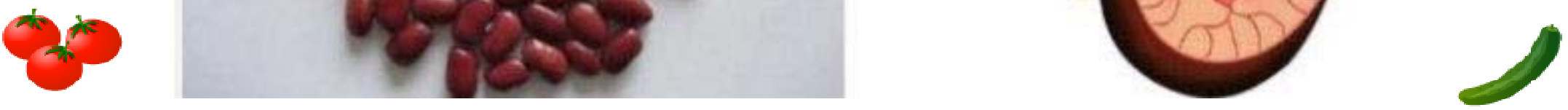
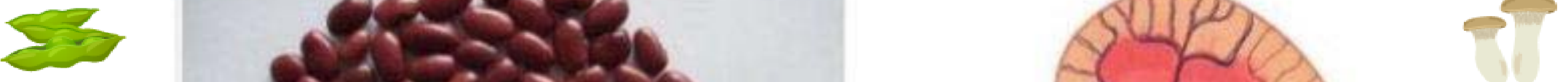
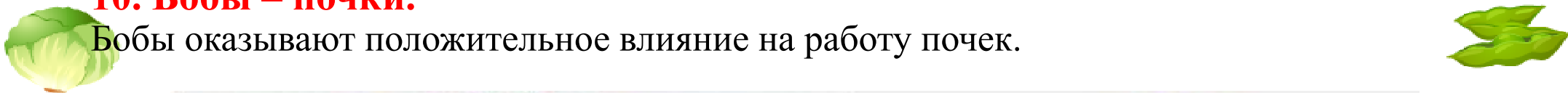
Эта ягода укрепляет зубную эмаль и уменьшает кровоточивость десен.





10. Бобы – почки.

Бобы оказывают положительное влияние на работу почек.







11. Брокколи – клетки рака.

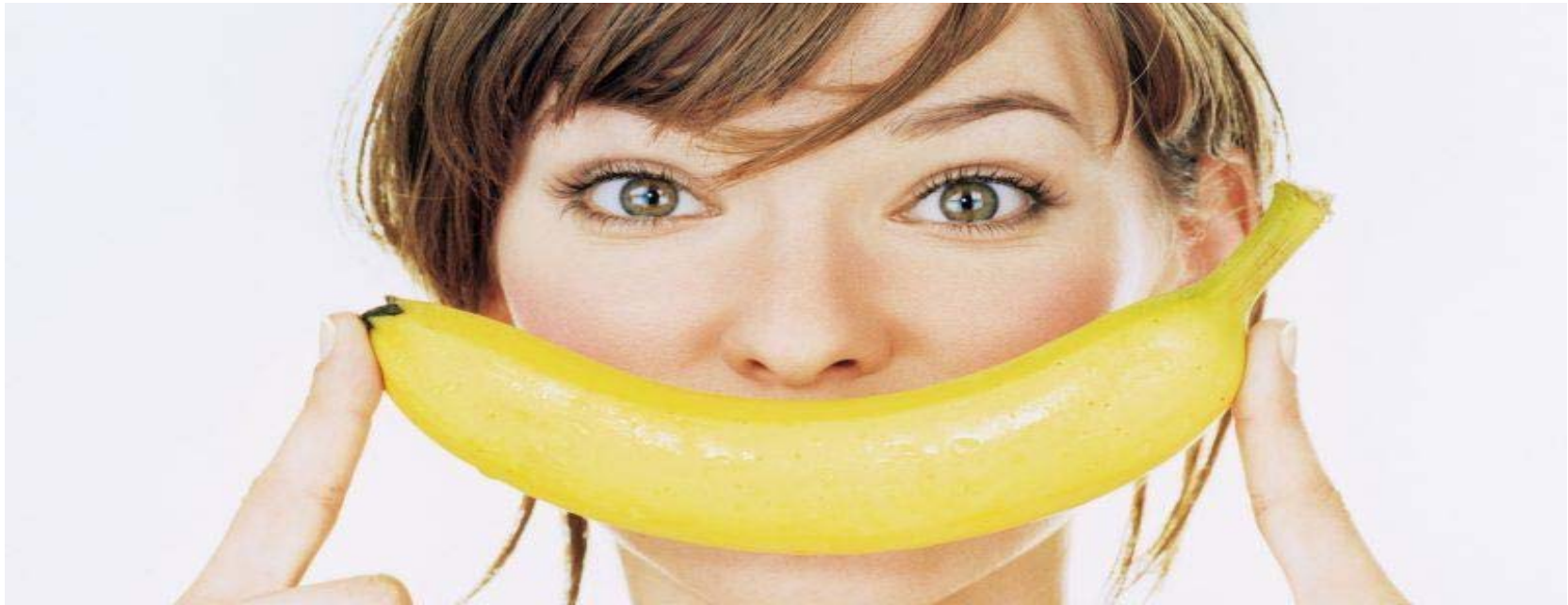
Согласно последним исследованиям, если ежедневно употреблять брокколи, можно значительно снизить риск развития рака предстательной железы.





12. Бананы – улыбка.

 Это питательный и вкусный фрукт. Он заряжает хорошим настроением, стимулирует выработку серотонина, который считается гормоном радости. 





Спасибо за внимание!