

## Relatia dintre fructe, legume si corpul uman

**Fructele si legumele sunt cunoscute pentru beneficiile asupra corpului uman, insa nu multi dintre noi stiu ca exista o legatura si intre forma acestora si forma diferitelor organe umane.**

### Morcovi si ochi

Rondelele de morcovi seamana cu ochiul uman. In plus, numeroase studii au demonstrat ca morcovul creste fluxul de sange si imbunatateste functiile ochilor. Daca vrei sa ai o vedere mai buna, nu ezita sa consumi morcovi zilnic.



### Rosia si inima

Rosia este impartita in patru camere si este de culoare rosie. Inima umana este impartita tot in patru camere si este tot rosie. Tomatele contin lycopina, un carotenoid care protejeaza organismul impotriva daunelor radicalilor liberi, fiind in stransa legatura cu imbunatatirea functiei autoimune.



### Strugurii si inima

Un ciorchine de strugure seamna perfect cu forma inimii umane. De asemenea, boabele de struguri sunt extrem de bune pentru sanatatea inimii si pentru sange. Strugurii reprezinta o sursa extrem de importanta de vitamina A, vitamina B, vitamina B6 si acid folic. Semintele de struguri au proprietati antivirale, anticancerigene si asigura o buna circulatie a sangelui.



### Nucile si creierul

Nucile si creierul uman seamana foarte mult. Sunt impartite in emisfere, iar consumul nucilor ajuta foarte mult functiile creierului. Persoanele care mananca de doua sau mai multe ori pe saptamana 30 de grame de nuci vor trai mai mult si vor avea o memorie mai buna.



### Fasolea si rinichii

Fasolea rosie este foarte gustoasa si sanatoasa si seamana izbitor de bine cu un rinichi.



Oamenii de stiinta au demonstrat de-a lungul anilor ca fasolea este foarte buna pentru sanatatea ochilor si a functiei renale. Totodata, specialistii au demonstrat ca o dieta de cateva luni cu fasole reduce cu 22% riscul aparitiei bolilor cardiovasculare.

### Telina si oasele

Telina este o leguma ce are forma oaselor. In plus, oasele contin 23% sodiu, iar telina contine tot 23% sodiu. Daca nu asimilezi destul sodiu din alimente, organismul il va lua din oase si din acest motiv acestea devin mai slabe. 220 de mililitri de suc de telina zilnic, consumat timp de o luna, reprezinta un real ajutor in prevenirea hipertensiunii arteriale.



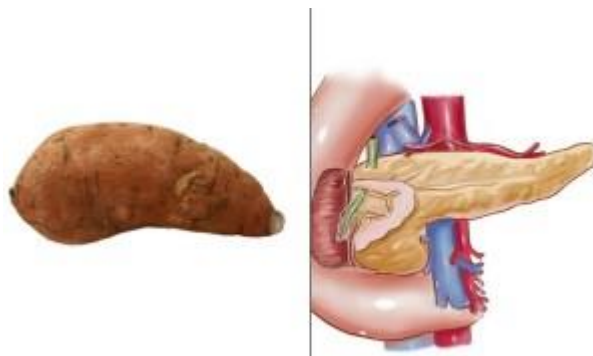
### Maslinele si celula umana

Maselinele au forma celulelor umane si contribuie foarte mult la sanatate. Maslinele sunt un bun energizant, normalizeaza valoarea colesterolului si sunt perfecte pentru persoanele in varsta, predispuse infarctului si bolilor cardiovasculare.



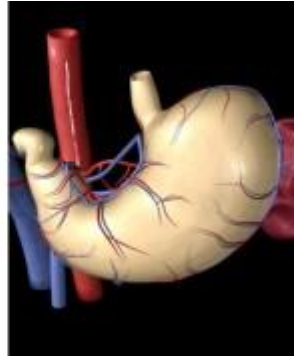
### Cartofi dulci si pancreas

Cartoful, asemanator cu pancreasul omului, este recomandat persoanelor ce au diabet, pentru ca are un indice caloric scazut. Cartofii reprezinta o sursa importanta de vitamina C, care il face foarte important pentru sistemul imunitar, inima si piele.



## Ghimbir si Stomac

Radacina de ghimbir oarecum arata ca stomacul. Mirosul patrunzator si gustul contribuie la combaterea bolilor si simptomele de intoxicatie alimentara. Cercetatorii danezi au descoperit ca radacina de ghimbir suprima greata si varsaturile, chiar si in cazurile grave care necesita spitalizare. Acesta amelioreaza greturile de dimineata din timpul sarcinii, reduce gazul, trateaza inflamatia, si are un efect de ameliorare in boli digestive.



## Mustul si Sangele

Mustul, bogat in antioxidanti si polifenoli, seamana cu sangele. Un pahar de must, te va proteja impotriva bolilor cardiovasculare prin scaderea cantitatii de colesterol rau. Mustul are, de asemenea, proprietati anticoagulante. Se elimina cheaguri de sange care cauzeaza probleme de inima si accident vascular cerebral.

