

Τι Κάνουν 6 Ψημένες Σκελίδες Σκόρδο Στο Σώμα Μέσα Σε 24 Ώρες

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



1 ώρα: Κατά τη διάρκεια της πρώτης ώρας το σκόρδο χωνεύεται στο στομάχι και γίνεται τροφή για όλο το σώμα.

2-4 ώρες: Βοηθά στην καταπολέμηση των ελεύθερων ριζών και των υφισταμένων καρκινικών κυττάρων στο σώμα.

4-6 ώρες: Ο μεταβολισμός του οργανισμού αρχίζει να 'βλέπει' τα οφέλη του σκόρδου και ενεργοποιεί τη διαδικασία απομάκρυνσης της περίσσειας υγρών και της καύσης του αποθηκευμένου σωματικού λίπους.

6-7 ώρες: Οι αντιβακτηριακές ιδιότητες του σκόρδου, αφού έχουν εισέλθει στην κυκλοφορία του αίματος, αρχίζουν να εκτελούν τις απαραίτητες λειτουργίες ενάντια στα βακτήρια του σώματος.

6-10 ώρες: Κατά τη διάρκεια αυτής της περιόδου, τα θρεπτικά συστατικά έχουν ήδη παίξει σημαντικό ρόλο σε κυτταρικό επίπεδο, παρέχοντας προστασία ενάντια στην οξειδωση.

10-24 ώρες: Μετά την πέψη (κατά την πρώτη ώρα), το σκόρδο ξεκινά τη

διαδικασία καθολικού καθαρισμού του σώματος.

Επιμέλεια Κειμένου & Μετάφραση: Marva @Truelife.gr

Πηγή: naturehealthandbeauty.com