

# 10 Benefici Salutari del latte di Cocco



**1** **Fonte di minerali:**  
selenio, magnesio,  
potassio, ferro  
e zinco

**10** **Azione  
antibatterica  
e antivirale**

**9** **Combatte i  
radicali liberi:**  
perchè ricco di  
antiossidanti

**2** **Fonte di vitamine:**  
vitamine C ed E,  
utili per rafforzare le  
difese immunitarie

**8** **Contrasta il  
reflusso:** aiuta ad  
eliminare tutti i  
sintomi tipici da  
reflusso acido

**3** **Abbassa il  
colesterolo LDL:**  
diminuire i livelli di  
colesterolo (cattivo)

**7** **Fa bene  
all'intestino:**  
da sollievo alla  
gastrite

**4** **Aiuta a perdere  
peso:** è un ottimo  
regolatore  
di sazietà

**5** **Uso estetico:**  
è utilizzato per  
la bellezza della  
pelle, la rende  
più morbida

**6** **Lenisce le  
scottature:**  
indicato in caso  
di bruciateure o  
di arrossamenti

