

# 10

# Benefici Salutari del

# Melone



## 1

**Rinforza il sistema immunitario:** perchè ricco di vitamina C



## 10

**Adatto per i diabetici:** aiuta il corpo a regolare il contenuto di zucchero nel sangue



## 9

**Elevata presenza di antiossidanti:** combatte i danni provocati dai radicali liberi



## 2

**Efficace contro lo stress:** perchè ricco di Potassio che induce una sensazione di calma



## 8

**Aiuta la digestione:** un toccasana per l'intestino e la salute digestiva.



## 3

**Proprietà anti-infiammatorie:** riduce lo stress ossidativo di ossa e muscoli



## 5

**Migliora la salute degli occhi:** la vitamina A riduce il rischio di malattie come la cataratta



## 6

**Benefico per la pelle:** il beta-carotene rallenta il processo di invecchiamento



## 4

**Indicato per le diete dimagranti:** basso apporto calorico, aiuta il senso di sazietà



Carla Zaplana **siQuri**<sup>TM</sup>  
Official siQuri Nutrizionist [www.siquri.com](http://www.siquri.com)

[www.siquri.com](http://www.siquri.com)