

OTTIMA LA PAPAYA, SPECIALMENTE SE FERMENTATA

Rinforzare le difese immunitarie del nostro organismo è una risposta allo stress della vita moderna. Studi scientifici sempre più numerosi confermano che l'eccesso di radicali liberi e lo "stress ossidativo", conseguenza di stili di vita scorretti, costituiscono una delle principali cause dell'invecchiamento cellulare. Inquinamento ambientale (smog e fumo), attività fisica discontinua, alimentazione carente di antiossidanti (a causa dei processi di lavorazione industriale a cui i cibi sono sottoposti), i tanti impegni di lavoro e familiari diventano fonti di stress psico-fisico. Il risultato è l'aumento di radicali liberi e l'abbassamento delle difese immunitarie...quindi stanchezza cronica, invecchiamento della pelle e del cervello, maggiore esposizione alle patologie stagionali. Mangiare più frutta è certamente un rimedio, soprattutto quando la frutta in questione è la famosa papaya. Purtroppo, però, non tutti sanno che il frutto fresco non è in grado di svolgere attività sul sistema anti-ossidante endogeno o di espletare azioni immunomodulanti (incrementare le difese immunitarie) che vengono attivate, invece, se il frutto è sottoposto a bio-fermentazione. La papaya fresca è buona ma quella biofermentata è più buona per la salute. Da oltre 20 anni il Giappone, paese che vanta grande esperienza nelle tecniche di fermentazione applicate all'alimentazione ed alla farmaceutica, produce una sostanza definita FPP ottenuta da un processo, che dura 10 mesi, tecnologicamente avanzato di bio-fermentazione del frutto fresco (carica papaya). La Preparazione di Papaya Fermentata (FPP- Fermented Papaya Preparation) è una polvere che durante la biofermentazione si arricchisce di un pool di nuove sostanze naturali che agiscono sia come "spazzini" dei radicali liberi, sia proteggono le membrane cellulari e il DNA dallo stress ossidativo. Inoltre, il processo di bio-fermentazione permette di modificare profondamente il contenuto di proteine e carboidrati contenute nel frutto, originando un complesso di nuove sostanze chiamate β -Glucani con proprietà immunomodulanti documentate in letteratura scientifica. I medici consigliano di assumere 1 bustina di papaya biofermentata FPP al giorno per un mese, 2-3 volte l'anno, aumentando i periodi di assunzione quando si è sottoposti a stress ambientali oppure non è possibile seguire abitudini salutari a causa di viaggi, lavoro, ecc. I maggiori benefici si sono riscontrati se la Papaya Fermentata FPP si assume al mattino appena alzati. Il succo ha un sapore lievemente dolce, pur non essendo presente glucosio, ed un gusto fruttato.