

CONTEXTO

Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Dieta do Suco Verde

Data: Junho/2014

Colunas/Editoria:

Pág(s): 12

DIETA do SUCO VERDE

Faz uma faxina no corpo e emagrece!

DETONE ATÉ

**10KG
EM
1 MÊS**

Com suco verde em jejum para
**SECAR GORDURA, PERDER BARRIGA
e ELIMINAR TOXINAS**



+ **20 RECEITAS**

Varie a bebida com **couve** para desintoxicar, **pera** para regular o intestino, **maçã** contra o colesterol...



R\$ 3,99



Cliente: Clínica Helena Costa

Veículo: Revista Dieta do Suco Verde

Data: Junho/2014

Colunas/Editoria:

Pág(s): 12

VÁ DE ORGÂNICOS!

O método de cultivo garante refeições mais saudáveis para você

A produção mundial de produtos orgânicos vem aumentando de 10 a 20% ao ano. Só no Brasil o crescimento é avaliado de 20 a 40% anualmente. São mais de 30 tipos de alimentos produzidos, entre eles açúcar, hortaliças, frutas, café, cacau, arroz e suco de laranja em mais de 10 estados pelo país. Ao contrário do que muita gente pensa, o termo "orgânico" não significa que o alimento é produzido somente sem agrotóxicos. "Também não deve conter nenhum tipo de adubo químico, nitratos, metais pesados, drogas veterinárias, hormônios, antibióticos e organismos geneticamente modificados", explica a nutricionista Thaianna Velasco, da Clínica Helena Costa, do Rio de Janeiro. Durante o processamento desses alimentos é proibido o uso de aditivos como corantes, aromatizantes, emulsificantes e radiações ionizantes, que produzem benzeno e formaldeído, substâncias cancerígenas.

Bom para a saúde

Alimentos orgânicos são considerados altamente saudáveis e de elevado valor nutricional, com mais qualidade e sabor do que o convencional. Eles são isentos de agentes contaminantes que colocam em risco a saúde dos consumidores, dos agricultores e do meio ambiente. O corpo fica livre de agrotóxicos e toxinas, diminuindo as chances de desenvolver doenças graves, como câncer, e acelerando o processo de emagrecimento.

OS MAIS CONTAMINADOS

Segundo uma pesquisa feita por técnicos da ANVISA, o pimentão é o alimento que tem maior teor de agrotóxicos no mercado brasileiro. Em segundo lugar vem o morango, que quanto menor o preço, mais as chances de estar contaminado com tóxicos. A alface e a cenoura, alimentos populares na mesa dos brasileiros, ficam em terceiro na lista.

