

16 razones para consumir Aceite de Oliva Virgen Extra (AOVE)

1 Es un zumo 100% Natural: conserva el olor, aroma, vitaminas y todas las propiedades del fruto del que procede: la aceituna 

3 El ácido graso mayoritario es el Ácido oleico: ácido graso monoinsaturado el más saludable de los que existen 

5 Previene enfermedades cardiovasculares y disminuye la Hipertensión: aumentando los niveles de HDL (colesterol bueno) y disminuyendo los de LDL (colesterol malo) 

7 El mejor Antiinflamatorio Natural: oleocantal es la sustancia natural del aceite de oliva que produce los mismos efectos que el Ibuprofeno. 

2 Es la base de la Dieta Mediterránea: la dieta más sana y equilibrada donde se recomienda su consumo diario 

4 Contiene ácidos grasos esenciales, Omega 3 y Omega 6: nuestro organismo no los puede formar, hay que ingerirlos en la dieta y el aceite de oliva los contiene en proporción muy adecuada 

6 Es el Antioxidante por excelencia: por su alto contenido en ácido oleico, vitaminas y polifenoles actúa contra el envejecimiento 

8 Fortalece el sistema Inmunológico: aumenta la resistencia y la protección frente a virus, bacterias y hongos 

