GIRONA NOTICIES.COM + Periodisme

¿Cuáles son las ventajas de la chía hispánica?

Actualidad Empresarial | 11/06/2022 | 00:00

La chía hispánica, también conocida como salvia hispánica, es una planta milenaria, originaria de México y Centroamérica, con propiedades terapéuticas y medicinales, que ha ganado notoriedad por su eficacia para tratar múltiples afecciones y mejorar la calidad de vida de sus consumidores.

Las semillas de chía hispánica tienen un alto perfil nutricional y proporcionan minerales necesarios para tener una buena salud y longevidad. En España, estas son comercializadas por compañías como Fayle Seeds, empresa mexicana que ha ganado un lugar especial en el mercado nacional por la calidad de sus productos, su eficiente proceso de trazabilidad y precios competitivos.

Ventajas de la chía hispánica Fayle Seeds

La chía es una fuente natural de proteínas de origen vegetal, grasas omega-3 y fibra. Además, contiene fósforo, calcio, magnesio, manganeso, zinc, potasio, hierro, ácido fenólico y vitaminas B1, B2 y B3. Se trata de un producto apto para personas de todas las edades, incluidos adultos mayores y niños, también es ideal para deportistas, personas intolerantes a la lactosa, personas vegetarianas y veganas, enfermos de diabetes y celíacos, puesto que no tiene gluten.

La chía hispánica es un alimento conveniente para quienes desean bajar de peso, quemar grasa o mantener un peso saludable, ya que, con una dieta balanceada, coadyuva a perder medidas optimizando el sistema digestivo y excretor. Es decir, ayuda a evacuar heces y orinas saludablemente porque regulariza la digestión. Por sus componentes naturales, la chía tiene acción antioxidante, fortalece el cabello, proporciona energía, reduce los niveles de estrés y reduce el apetito.

El alimento saludable y nutritivo que marca tendencia en España: la chía

La chía es beneficiosa para la salud y es recomendada por especialistas porque estabiliza los niveles de lípidos sanos y puede consumirse en todas las comidas del día a través de zumos, ensaladas, batidos, sopas o yogures. Se aconseja conservar este producto en un ambiente fresco y seco, evadiendo la luz solar.

Asimismo, Fayle Seeds ofrece semillas de chía en presentaciones de bolsa de 250 y 400 gramos; además, dispone de cajas de 10 bolsas de las mismas referencias a precios asequibles. La chía hispánica de Fayle Seeds es recolectada en México y distribuida por toda Europa. Esta compañía es referente en la venta online de semillas de chía y ha participado de ferias

reconocidas centradas en productos alimenticios de alta calidad. Su éxito en países como España se debe a los notables resultados para el organismo que se reflejan desde el primer uso.

Consumir semillas de chía es provechoso, ya que las mismas contribuyen a generar la sensación de saciedad, equilibrar los niveles de tensión arterial y azúcar en sangre y aminorar la propensión a padecer de enfermedades cardiovasculares. De igual forma, no contiene ningún componente tóxico y es un acertado método preventivo para diversas patologías.

Autor: Redacció

https://gironanoticies.com/empresarial/176796-cuales-son-las-ventajas-de-la-chia-hispanica.htm