

ЭКОЛОГИЧЕСКИ ЧИСТЫЕ ПРОДУКТЫ И ИХ СПОСОБНОСТЬ ВОЗВРАЩАТЬ ЗДОРОВЬЕ

Уже достаточно долгое время человек модифицирует естественное развитие природы, вмешивается в строение почвы путем внесения химических удобрений, применяет в рационе птиц и животных фармакологические препараты. Все эти действия не могут не отразиться на качестве продуктов, употребляемых в пищу.



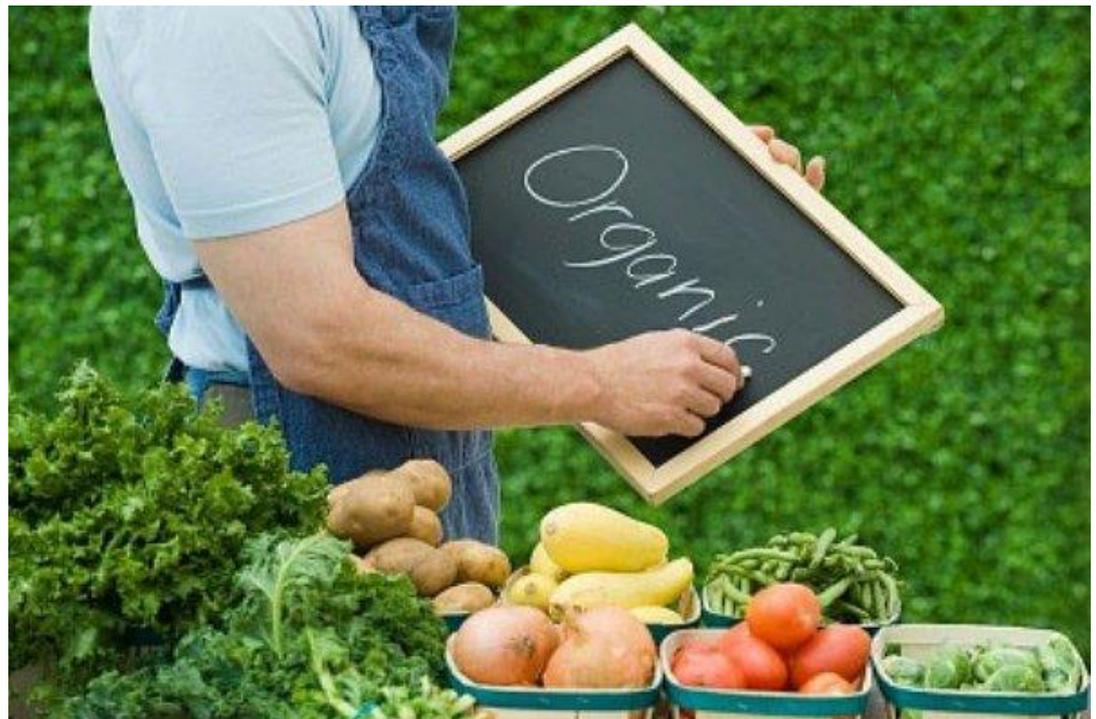
К тому же производители, чтобы снизить стоимость продовольствия, подвергают многие из продуктов генной обработке. Куда выгоднее производить долгосрочные продукты, чем продавать скоропортящиеся дешевле, нанося себе убыток.

В результате, употребляя данные продукты, организму человека наносится непоправимый вред в виде:

- интоксикации;
- нарушения обмена веществ;
- гиповитаминоза;
- аллергии;
- повышенной утомляемости;
- расстройств различных систем;
- снижение иммунитета, склонность к заболеваниям и многое другое.

Почему необходимо питаться здоровой пищей?

В связи с этим возникает необходимость в экологически чистых продуктах. Потребление их поможет человеку очистить организм от вредного влияния загрязненной пищи, восстановит нормальные функции и увеличит продолжительность жизни. Ведь нет ничего на свете дороже, чем здоровье. Если человек прекрасно себя чувствует, он может плодотворно трудиться на благо семьи и общества.



Ежегодно вопрос употребления экологически чистых продуктов становится всё актуальнее. Население стремится питаться здоровой пищей, что требует больших финансовых затрат.

Что же представляют собой экологически чистые продукты? Их ещё называют органическими. Эти продукты питания не содержат:

- гербицидов, пестицидов;
- ГМО;
- консервантов, красителей, пищевых добавок.

К ним относят овощи, фрукты, яйца, сахар, хлебобулочные изделия, молочные продукты и детское питание. Такие продукты помечаются знаком «ЭКО», а также «БИО» и «ОРГАНИК».

Но подобные знаки используют как добросовестные производители, так и не совсем добросовестные. В России нет закона, регулирующего органическое сельское хозяйство и производство органических продуктов. Есть только проект, который внесён в Государственную Думу.

По вопросу органического продовольствия можно обращаться лишь к заинтересованным людям, которые могут гарантировать безопасность продуктов, и которые продвигают идею лицензирования в соответствии с международными стандартами.



Итак, знаки «БИО», «ЭКО», «ОРГАНИК» обозначают, что продукты чисто экологические, изготовленные согласно принципам органического сельского хозяйства.

В соответствии с европейскими и американскими стандартами, эта надпись показывает, что на 95% продукт является органическим. Другие продукты могут содержать 70% органики или чуть меньше, при этом на упаковке должны стоять соответствующие надписи.

Полезные свойства органической продукции:

- имеет большое количество витаминов;
- не вызывает аллергию;
- полезна для детей любого возраста;
- её усвоение происходит легко и быстро в ЖКТ.



Вывод

Употребление в пищу экологически чистых продуктов питания оздоравливает организм человека настолько, что он сможет себя чувствовать хорошо всю оставшуюся жизнь. Происходит прилив энергии, активизируется жизнедеятельность, повышается иммунитет.

Даже если питаться только органическими овощами, организм может оздоровиться на 30–40%.

Конечно, стоимость подобной продукции несколько выше всей остальной, но пользы от неё больше.

Продолжительное употребление обработанных

продуктов приводит к накоплению в организме вредных веществ, которые вытекают потом в различные хронические заболевания.