



## Ceai de menta bio 50 gr BEWELL BIO

Ceaiul de menta este una dintre cele mai frecvent consumate infuzii din plante. Are un gust placut, racoritor si cu multe proprietati benefice pentru bunastarea organismului.

Acesta este cules din plante din mediul nepoluat al padurilor Podlasie, din Polonia.

Printre principalele beneficii ale ceaiului de menta se pot enumera:

- calmeaza problemele digestive, precum: indigestie, diaree, balonare sau simptomele sindromului de colon iritabil;
- mentolul, ingredientul activ al mentei, are efect antispasmodic, relaxand muschii stomacali si imbunatatind fluxul biliar;
- ajuta la ameliorarea simptomelor de raceala si gripa; o alta caracteristica a mentolului este aceea de decongestionant, care fragmenteaza mucusul secretat in timpul racelii, facilitand expectoratia si calmând durerea in gat;
- avand efect antibacterian ajuta si la mentinerea unei igiene orale adecvate, eliminand mirosul neplacut al respiratiei;
- are efect analgezic;
- datorita faptului ca imbunatateste fluxul sangvin, poate ajuta la regenerarea firelor de par;
- regleaza nivelul de sebum si ajuta la accelerarea procesului de regenerare a tesuturilor;
- poate reduce pofta de mancare;
- poate contribui la combaterea herpesului;
- poate spori atentia si concentrarea;

Ceaiul de menta, consumat cu moderatie si la recomandarea medicului, poate fi baut si in timpul sarcinii. Acesta poate ameliora simptome, precum: greturi matinale, crampe stomacale, indigestie sau oboseala. Daca gravida se confrunta cu refluxul gastroesofagian, ceaiul de menta este contraindicat.

De asemenea, ceaiul de menta este contraindicat si atunci cand mama alapteaza bebelusul, pentru ca mentolul ii poate provoca acestuia diaree sau iritatii.

La copii ceaiul de menta se administreaza doar dupa consultul si recomandarea unui medic pediatru.

**Ceaiul de menta nu este recomandat:**

- persoanelor care sufera de boala de reflux gastroesofagian;
- femeilor insarcinate;
- femeilor care alapteaza;
- bebelusilor si copiilor.

In aceste cazuri se recomanda consultul la medicul specialist.

Se adauga 2-3 lingurite de ceai de menta in apa clocotita si se lasa la infuzat intre 3-5 minute.

Are un gust minunat atat in serile de toamna, cat si vara, cu cateva cuburi de gheata. Este un plus ideal pentru deserturi si bauturi, recomandat in special pentru prepararea de mohitos.

Ceaiul de menta este o bautura racoritoare, proaspata si aromata, cu numeroase efecte benefice pentru sanatate, dar consumat cu moderatie, tinand seama si de contraindicatii pe care le are.

**100% frunze de menta organica**

**Ingredient certificat ecologic**

Se pun 1-2 lingurite de ceai Super Mint in apa clocotita si se lasa la infuzat timp de 3 pana la 5 minute.