

17-01-2017

Zespri apoya la investigación de los beneficios del kiwi

► El consumo regular de kiwis es una buena medida para promover la salud y prevenir determinadas enfermedades

FECHA: 17/01/2017 - CATEGORIAS: FRUTAS | 16 VISITAS | HAZ UN COMENTARIO

Zespri ha auspiciado el artículo de revisión 'Beneficios nutricionales y sanitarios asociados al consumo de kiwi', realizado por el Departamento de Nutrición y Bromatología de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid, dirigido por la catedrática Rosa Ortega.

El artículo apunta que "el consumo regular de kiwis es una buena medida para promover la salud y prevenir determinadas enfermedades". La compañía añade que "los kiwis, ya sean en su variedad Zespri Green o Zespri SunGold, destacan por su elevado valor nutricional y por tener una mayor densidad de nutrientes en comparación con otras frutas".



"De entre ellos, destaca que son muy ricos en vitamina C, tanto que Zespri SunGold contiene el triple de una naranja y Zespri Green el doble. También son una excelente fuente de fibra y otros nutrientes, como ácido fólico y potasio", añade la firma.

Entre los beneficios del kiwi señalados por el artículo están su contribución al buen funcionamiento del sistema inmunitario gracias a la vitamina C y otras sustancias con propiedades antioxidantes; del sistema digestivo a través de su contenido en fibra y a la enzima actinidina; del sistema respiratorio, también por la vitamina C y otros antioxidantes.

Además, su consumo también redundará en el estado de ánimo, ya que el estudio concluye que consumir dos kiwis amarillos Zespri SunGold diarios durante seis semanas hace que disminuya la fatiga, aumente la energía y mejore el estado de ánimo general.

Zespri cuenta en España con una plataforma de comunicación de salud en la que, en colaboración con investigadores médicos de primer nivel, se realizan estudios destinados a documentar a los profesionales sanitarios para que puedan recomendar el consumo de kiwis a sus pacientes con una base científica.

Fuente: www.revistainforetail.com