Cereja
Informações
Fruta rica em fibras e vitamina C as quais promovem através dos seus antioxidantes proteção contra o envelhecimento, doenças neurológicas, condições de pré-diabetes e alguns cânceres. Outro antioxidantes presentes colaboram também para um efeito calmante sobre os neurônios do cérebro, acalmando a irritabilidade do sistema nervoso, e consequentemente aliviando problemas de neurose, insônia e dor de cabeça.