



Perché la gente mangia carne?

Nessun tavolo da pranzo è completo senza deliziosi piatti di carne: cotolette, bistecche, goulash, gnocchi e molte altre delizie.

La carne non lascerà indifferenti né adulti né bambini. Tuttavia, per quanto riguarda i bambini: fino a 10 anni, non tutte le briciole amano mangiare carne, il più delle volte preferiscono latticini e dolci. È una questione di gusti.

Ma perché la gente mangia carne? Qual è il suo segreto? Mettiamo le cose in chiaro.

Alcuni fatti storici

Durante il sistema primitivo, quando le persone dovevano estrarre commestibili cacciando animali predatori, a volte entrando in situazioni pericolose confinanti con la vita e la morte, con piacere mangiavano carne. E, per colazione, pranzo e cena. Il cibo più primitivo ma ad alto contenuto calorico è SOSOY. Da allora, la gente mangia carne.

È il materiale da costruzione principale per la formazione di nuove cellule che sono attivamente coinvolte nel metabolismo, forza e formazione di energia.

I benefici della carne

La carne contiene un sacco di sostanze nutritive.

Aiuta a regolare i livelli di glucosio nel sangue.

Indispensabile nel lavoro del cervello e del midollo spinale.

Contiene un gran numero di lipidi, proteine minerali.

Aiuta a regolare il livello di zucchero.

Svolge la funzione biliare, influenza così positivamente il fegato.

Non dimenticate di mangiare lo strutto come uno dei componenti importanti per il corretto e pieno funzionamento del corpo. Sostanze contenute nel grasso, combattere l'aterosclerosi, distruggere il colesterolo, che ha un'alta densità. A proposito: questo è un fatto dimostrabile scientificamente. La carne è un tesoro di proteine, vitamine, aminoacidi. Alcuni di loro sono attivamente coinvolti nella sintesi dell'ormone somatotropina, che promuove la produzione di prolattina e lattogene placentare. Abbiamo già visto questi ormoni. Non è vero? Prolattina e lattogeno sono importanti durante i periodi di gravidanza e di allattamento al seno. Leggi l'articolo "Punti salienti della gravidanza".

Qual è la carne più grassa?

Per le carcasse di anatra, oca e maiale. Si potrebbe pensare che la carne grassa è inutile per il corpo. Non è così. Non è possibile trovare un [ad oggi, i problemi intimi non si vergognano di discutere con psicologi e patologi sessuali](#) prodotto più prezioso che dà una grande fornitura di energia. Ma non mangiare questo tipo di carne ogni giorno. Perché le persone mangiano carne e ottengono importanti aminoacidi dall'esterno, non prodotti dall'organismo, è comprensibile. Ma perché non è necessario abusare della carne grassa, ora impariamo.

Danni da carne

La carne grassa con consumo frequente contribuisce al blocco delle vene e dei vasi sanguigni, aumentando al contempo il rischio di malattie del sistema cardiovascolare, del metabolismo, dell'oncologia.

La carne può essere una fonte di vermi. Se la carne non viene trattata correttamente, è possibile infettarsi con elodonti.

Se c'è una mancanza di enzimi che aiutano a elaborare piatti di carne, il processo di marciume può iniziare. Questo aumenta l'intossicazione nel corpo umano, che di solito porta a un letto d'ospedale e il risciacquo dello stomaco.

La carne è sia benefica che dannosa. Ma ci sono molti altri aspetti positivi. Ecco perché la gente mangia carne e mangerà sempre. Non può essere sostituito con vitamine sintetiche e aminoacidi.