

Sport & Grani Antichi

La relazione tra sport e alimentazione rappresenta un fattore importante per ottenere le migliori performance. In questi ultimi anni la ricerca scientifica ha dimostrato come l'impatto di alcuni alimenti industriali possano interferire negativamente sul nostro sistema metabolico digestivo, causando oltre a diverse patologie, certamente una maggior difficoltà nell'attività sportiva.

Uno dei principali fattori di rischio è proprio quello del consumo delle cosiddette farine bianche ricavate dalla manipolazione dei grani effettuata dall'uomo. Come sappiamo gli alimenti OGM sono vietati in Italia ma questo non ne impedisce l'utilizzo da parte di aziende industriali che ne acquistano grandi quantità dall'estero.

Ultimamente sentiamo sempre più spesso parlare di intolleranze al glutine, di infiammazioni al colon di persone che pur non soffrendo di celiachia vera e propria hanno grandi problemi a livello digestivo.

La mia esperienza personale come sportivo Master nella disciplina del canottaggio e come Direttore di una residenza Sanitaria, mi ha sensibilizzato verso un sempre più attento regime alimentare portandomi ad eliminare completamente le farine bianche.

Questa scelta mi ha portato dei benefici immediati riducendo lo stato di gonfiore e migliorando sensibilmente la fase digestiva con degli evidenti benefici sia nella prestazione atletica sia nella qualità di vita quotidiana.

La ricerca effettuata per individuare alimenti di qualità mi ha condotto alla scoperta di un meraviglioso progetto di panificazione legato ai Grani Antichi. I prodotti realizzati sono senza nessun tipo di agente chimico e sono prodotti interamente naturali, integrali, nati da una sperimentazione della coltivazione dei Grani Antichi originari. Questo pane Toscano, unisce alla qualità superiore del prodotto un gusto che ne rende il consumo piacevole oltre che salutare.

Luca e Paola del Bimbo titolari del forno Grani Antichi, desiderano dare la possibilità ai consumatori di sperimentare questo prodotto e attraverso il suo consumo di farli riflettere sulla genuinità e qualità rispetto ai pani industriali.

Il pane è salutare e può dare un contributo al benessere delle persone con sapori e odori di altri tempi.

Il pane di Grani Antichi è possibile trovarlo a Roma a Largo Somalia, 62.

Vi aspettiamo per farvi scoprire il nostro pane e i tanti prodotti artigianali biologici.

Nicolò Cavalcanti

Titolare del Bio Store a Roma in Largo Somalia, 62