RUFANDO BOMB NEWS Notícias sem rodeios

Domingo, 14 de Setembro de 2025

Chá anti-inflamatório regula intestino e pode ajudar a emagrecer

Dicas de saúde

Metrópoles

A gabiroba (Campomanesia xanthocarpa) é uma fruta pequena, alaranjada ou esverdeada, com sabor adocicado e de usos culinários diversificados. Ela também pode ser uma opção para quem busca bebidas naturais e com baixo teor calórico, como os chás.

O chá de gabiroba concentra compostos fenólicos solúveis, alguns minerais e pequenas quantidades de vitaminas hidrossolúveis, que podem oferecer benefícios para a digestão.