



ALLA SALUTE!

I benefici per la salute associati ai latticini vanno ben oltre la costruzione e il mantenimento di ossa e denti sani.

Consumare abbastanza latte, yogurt e formaggi può apportare vantaggi a tutto l'organismo.

I nutrienti di latte e derivati contribuiscono al normale funzionamento di diversi processi:

Funzione cognitiva
Funzionalità tiroidea
Salute della pelle

Iodio

Sviluppo osseo
Salute dei denti
Metabolismo energetico

Fosforo

Sviluppo osseo
Salute dei denti
Funzionalità muscolare

Calcio

Crescita muscolare
Sviluppo osseo

Proteine

Funzionalità del sistema nervoso
Funzionalità muscolare
Pressione sanguigna

Potassio

Funzionalità del sistema nervoso
Salute della pelle
Salute della vista

Vitamina B2

Riduzione della stanchezza
Formazione dei globuli rossi
Funzionalità del sistema immunitario

Vitamina B12

Vitamina B5

Metabolismo energetico
Riduzione della stanchezza
Performance mentale

Fonte: EU Register of nutrition and health claims made on foods