Écrit par Carlos Barbon
Dimanche, 09 Juin 2013 19:06 -

Té verde,
el elixir que te permite vivir más años y mantener la línea.

Parece que el té verde es aún mejor que su fama. Todos sabemos que nos ayuda a quemar grasa. Pero ahora la ciencia ha descubierto, en estudios prolongados, que 5 tazas diarias protegen eficazmente tu corazón.

Es decir, que la milagrosa fuerza saludable de esta bebida nos ayuda a vivir más sanos y con un cuerpo más attractivo.

Según este estudio, científicos japoneses han observado a 40.000 participantes de entre 40 y 79 años. Todos son del noroeste de Japón, una región en donde se suele beber mucho té verde a diario. Al comienzo del estudio no se han detectado en ningún participante problemas, enfermedades cardiovasculares o cáncer.

Se ha podido comprobar que cuanto más alto era el consumo de té, mejor era la condición de la persona y más años había vivido. Por lo tanto, el efecto positivo del té es, entre otros, la prevención del Alzheimer, de enfermedades cardiovasculares y, en general, un cuerpo mucho más sano y en forma.

Entre los participantes que tomaban más de 5 tazas al día, la tasa de fallecimientos era un 16% menor si se comparaba con el grupo que sólo tomaba una taza de vez en cuando.

Analizando las muertes causadas por enfermedades cardiovasculares, eran de hasta un 26% menos.

Y encima se ha podido observar que las mujeres parecen poder beneficiarse aún más de las ventajas de esta bebida aromática puesto que las que solían beber mucho té verde, habían sufrido un 31% menos de enfermedades cardiovasculares.

Le thé vert, l'élixir qui vous permet de vivre plus longtemps et rester mince

Il semble que le thé vert est encore mieux que sa réputation le laisse entendre. Nous savons tous que nous aide à brûler les graisses, mais maintenant, la science a découvert, après avoir effectué de longues études, 5 tasses par jour protéger efficacement votre cœur. Autrement dit, le pouvoir miraculeux de cette boisson saine nous aide à vivre corps plus sain et plus attrayant.

Dans l'étude, les scientifiques japonais ont examiné 40.000 participants entre 40 et 79 ans. Tous sont venus du nord-ouest du Japon, une région où l'on boit généralement beaucoup de thé vert par jour. Au départ, les participants ont été détectés dans tous les problèmes, les maladies cardiovasculaires ou le cancer.

Il a été constaté que, plus la consommation de thé, meilleure est la condition de la personne âgée avait vécu. Par conséquent, l'un des effets positifs du thé est, entre autres, la prévention de la maladie d'Alzheimer, les maladies cardiovasculaires et, plus généralement, l'obtention d'un corps plus sain et en forme.

Parmi les participants qui buvaient plus de cinq tasses par jour, le taux de mortalité était de 16% inférieur par rapport au groupe qui a seulement pris une tasse de temps en temps. L'analyse des décès causés par les maladies cardiovasculaires, le nombre a augmenté à 26% de moins.

Outre tout cela, il a été observé que les avantages de cette boisson aromatique sont plus nombreux pour les femmes car, ils l'habitude de boire beaucoup de thé vert, avait souffert d'une maladie cardiovasculaire de 31% inférieur.

?