

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



Le thé vert, l'éllixir 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.

?