



AZEITE DE OLIVA - EXTRA VIRGEM

Top 5 - Benefícios de saúde do Azeite de Oliva Extra Virgem

Postado em 12 de dezembro de 2012 | Elena Paravantes - Olive Oil Editor de Saúde

2 | Azeite pode ajudar a baixar a pressão arterial



Vários estudos para diferentes faixas etárias, e com um grande número de participantes, descobriram que o consumo de azeite EV está associado a uma diminuição da pressão arterial.

À luz de estudo mantido pela Universidade de Navarra, com mais de 6.000 participantes descobriu-se que o consumo de azeite de oliva EV reduziu a incidência de hipertensão em homens, enquanto outro estudo espanhol publicado este mês no American Journal of Hypertension descobriu que uma dieta rica contendo polifenóis, reduziu a pressão arterial em mulheres jovens com hipertensão leve.

Os resultados da equipe grega de estudo EPIC (Investigação Prospectiva Europeia sobre Câncer e Nutrição), que incluiu mais de 28.500 voluntários, concluiu que o consumo de azeite EV, está inversamente associada à pressão arterial sistólica e diastólica elevadas. Embora pareça que os polifenóis presentes no azeite EV sejam responsáveis por esta ação, os investigadores demonstraram que o ácido oleico, um ácido gordo de óleo de oliva EV, também contribui para induzir o efeito da redução.

RARO ALIMENTOS LIMITADA

Avenida Caxangá - nº 205 - sala 1002 - Madalena - Recife - PE. - CEP: 50.720-000

CNPJ 41 063 009/0001-29 - IE SEFAZ-PE 0399257-81 - IM PCRecife 235.814-0

Fone(Call) : +55-81-3441-1516 - www.raroalimentos.com