



Estudo: Queijo previne doenças cardiovasculares

Terça-feira, 05 de Maio de 2015



O estudo foi publicado no *Journal of Agriculture and Food Chemistry*

Não há melhor desculpa para atacar a tábua de queijos.

[Investigadores dinamarqueses](#) afirmam que, ao contrário do que se pensava, usar e abusar deste derivado do leite ajuda a evitar doenças cardiovasculares ao reduzir os níveis de colesterol.

A investigadora principal, Hanne Bertram, da Universidade de Aarhus, considera que estes novos dados podem explicar o facto da população francesa ter uma taxa reduzida de doenças cardiovasculares, apesar do elevado consumo de gorduras saturadas presentes no queijo.

Até agora, a explicação era atribuída ao consumo de vinho tinto, rico em antioxidantes, mas a nova investigação indica que o queijo também tem um papel fundamental na prevenção destas doenças.

A equipa de Hanne Bertram quis investigar o modo como o queijo é digerido pelo estômago, para perceber de que forma influencia o funcionamento do metabolismo.

FERRAMENTAS



RELACIONADO

- Chocolate pode prevenir AVC e ataque cardíaco
- Coração: Dieta mediterrânica protege mais que exercí
- Meditação ajuda a reduzir risco de enfarte e AVC
- Queijo de azeitão entre os melhores produtos do mundo
- Carrinha vai promover sabores portugueses pela Europa
- Menos sal reduziu em 40% mortes por enfarte e AVC
- Luz do Sol previne problemas cardiovasculares

SAÚDE

- Chocolate pode prevenir AVC e ataque cardíaco
- Frutos secos previnem cancro e outras doenças
- Coimbra: Estudo abre novo caminho para tratar cancro
- Portugueses provam que café combate a depressão
- Dieta saudável pode incluir 5 chávenas de café ao dia
- Malária: Investigador português ganha bolsa americana
- Descoberta: Cérebro está ligado ao sistema imunitário
- Portuguesa recebe prémio europeu de Anestesiologia

COMENTÁRIOS

[Comentários](#) [Comunidade](#) [Entrar](#) ▾

♥ [Recommend](#) [Ordenar por Melhor avaliado](#) ▾

Comece a discussão...