

Beber champanhe faz bem para a memória

Post (0203)



Na próxima vez em que você fizer um brinde com champanhe, poderá se sentir bem não só pelo que está celebrando, mas também porque essa bebida borbulhante pode beneficiar sua memória. Cientistas da Universidade de Reading, no Reino Unido, demonstraram que os compostos fenólicos presentes no champanhe podem aumentar a memória espacial.

Os compostos, também conhecidos como polifenóis, são mais concentrados no champanhe do que no vinho branco, e alteram proteínas associadas à capacidade do cérebro de armazenar memória – as mesmas proteínas que parecem se deteriorar com a idade.

“Incentivamos o consumo responsável de álcool, e nossos resultados sugerem que mesmo um consumo muito baixo, de uma a duas taças por semana, já é eficaz”, explica o professor Jeremy Spencer em um comunicado à imprensa.

Se beber champanhe não lhe agrada, você pode obter os mesmos resultados ingerindo outros alimentos ricos em polifenóis, como mirtilo e cacau, por exemplo.

Por: Emily Sohn/ Foto: iStockPhoto

<http://noticias.discoverybrasil.uol.com.br/beber-champanhe-faz-bem-para-a-memoria/>

NG Canela – Maio 2013