

یا فته محققان انگلیسی؛ ارتباط قهوه با خواص ضدچاقی در زنان



به گفته محققان، ترکیبات موجود در قهوه دارای خواص ضدچاقی است.

به گزارش خبرنگار مهر، نتایج تحقیق جدید نشان می‌دهد زنانی که روزانه دو یا سه فنجان قهوه می‌نوشند در مقایسه با افرادی که کمتر قهوه می‌نوشند، چربی تحتانی و شکمی کمتری دارند.

محققان دانشگاه آنجلیا راسکین انگلستان در مطالعه خود دریافتند زنان ۲۰ تا ۴۴ سال که روزانه ۲ تا ۳ فنجان قهوه می‌نوشیدند دارای کمترین میزان چربی دورشکمی بودند که ۳.۴ درصد کمتر از افرادی بود که قهوه نمی‌نوشیدند. در بین زنان ۴۵ تا ۶۹ سال، آنهایی که ۴ فنجان یا بیشتر در روز قهوه می‌نوشیدند ۴.۱ درصد دارای چربی کمتری بودند.

در مجموع میانگین درصد کل چربی بدن در زنان تمام گروه‌های سنی که ۲ یا ۳ فنجان قهوه می‌نوشیدند ۲.۸ درصد کمتر بود.

در مردان، این رابطه خیلی مشهود نبود. بطوریکه مردان ۲۰ تا ۴۴ سال که روزانه دو یا سه فنجان قهوه می‌نوشیدند کل چربی بدن شان ۱.۳ درصد کمتر بود.

دکتر «لی اسمیت»، سرپرست تیم تحقیق، در این باره می‌گوید: «تحقیق

ما نشان می‌دهد که وجود یک ترکیب بیواکتیو در قهوه، بجز کافئین، موجب تنظیم وزن شده و احتمالاً می‌تواند به عنوان ترکیب ضدچاقی استفاده شود.»

سالانه حدود ۷ میلیون تن قهوه در جهان مصرف می‌شود.

سرویس خبری: علمی و تغذیه و سلامت