

## Ερευνα: Το κόκκινο κρασί βοηθά να χάσουμε κιλά

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



*Οι ερευνητές παρατήρησαν ότι μια χημική ουσία που υπάρχει στα κόκκινα σταφύλια, το ελλαγικό οξύ, επιβραδύνει την ανάπτυξη των ήδη υπαρχόντων λιποκυττάρων καθώς και το σχηματισμό νέων.*

Σύμφωνα με νέα μελέτη του Κολεγίου Γεωργικών Επιστημών του Πολιτειακού Πανεπιστημίου του Όρεγκον, η οποία δημοσιεύθηκε στην *Journal of Nutritional Biochemistry* το κόκκινο κρασί βοηθά στην καύση λίπους. Οι ερευνητές παρατήρησαν ότι μια χημική ουσία που υπάρχει στα κόκκινα σταφύλια, το ελλαγικό οξύ, επιβραδύνει την ανάπτυξη των ήδη υπαρχόντων λιποκυττάρων καθώς και το σχηματισμό νέων, ενώ ενισχύει τον μεταβολισμό των λιπαρών οξέων στα ηπατικά κύτταρα.

Όπως επεσήμανε ο επικεφαλής της μελέτης Δρ Νηλ Σάι τα ανθρώπινα ηπατικά και λιπώδη κύτταρα που είχαν καλλιεργηθεί στο εργαστήριο μόλις εκτέθηκαν σε εκχυλίσματα τεσσάρων φυσικών χημικών ουσιών που εμπεριέχονται στην ποικιλία κόκκινων σταφυλιών Muscadine, ενισχύθηκε η καύση λίπους στο οργανισμό και βελτιώθηκε η ηπατική λειτουργία.

Όπως λένε οι ερευνητές αν μπορούσαν να φτιάξουν μια διατροφική συνταγή για τη μείωση της συσσώρευσης λίπους στο ήπαρ με απλά τρόφιμα όπως είναι τα σταφύλια, θα ήταν πραγματικά παρήγορο και για πολλές ασθένειες που οφείλονται

στην παχυσαρκία.

Ωστόσο, τονίζουν ότι η κατανάλωση του κόκκινου κρασιού ή ακόμα και χυμού κόκκινων σταφυλιών, πρέπει να γίνεται με μέτρο αφού διότι ακόμα και το ελλαγικό οξύ δεν είναι θαυματουργό και φυσικά σε καμία περίπτωση δεν είναι θεραπεία.

**Πηγή:** [naftemporiki.gr](http://naftemporiki.gr)