

Η σοκολάτα ρίχνει την υψηλή πίεση

/ Γενικά



Ένα κομμάτι σοκολάτα τη μέρα μπορεί να έχει το ίδιο αποτέλεσμα με μισή ώρα καθημερινή σωματική άσκηση, όσον αφορά τη μείωση της υψηλής πίεσης του αίματος, σύμφωνα με μια νέα αυστραλιανή επιστημονική έρευνα.

Η μελέτη, υπό τη δρα Κάριν Ριντ του πανεπιστημίου της Αδελαΐδας, η οποία δημοσιεύτηκε στο ιατρικό περιοδικό «BMC Medicine», σύμφωνα με τη βρετανική «Τέλεγκραφ», αναφέρει ότι σε όσους πάσχουν από υψηλή πίεση, η σοκολάτα μπορεί να μειώσει την πιθανότητα εμφράγματος ή εγκεφαλικού μέχρι και 20% μέσα σε μια πενταετία. [\(περισσότερα...\)](#)