

## Ένα κρασάκι τη μέρα, τον καρδιολόγο κάνει πέρα...

/ [Ειδήσεις και Ανακοινώσεις](#)



Νέα έρευνα που εκδόθηκε στο British

Medical Journal αποδεικνύει ότι ένα αλκοολούχο ποτό την ημέρα όχι μόνο δεν βλάπτει την υγεία αλλά αντίθετα την ωφελεί και μάλιστα πολύ!

Οι απόψεις για την επίδραση του αλκοόλ στην υγεία είναι πολλές και συχνά αντικρουόμενες. Μια έρευνα Καναδών επιστημόνων που διήρκησε 30 χρόνια και δημοσιεύθηκε πρόσφατα απέδειξε ότι όσοι πίνουν με μέτρο είχαν 14-25% λιγότερες πιθανότητες να αναπτύξουν καρδιοπάθειες συγκριτικά με όσους δεν έχουν πιεί ποτέ αλκοόλ. Σε άλλη δημοσίευση της ίδιας έρευνας Καναδών επιστημόνων, υπήρχαν ενδείξεις ότι το αλκοόλ αύξησε την «καλή» χοληστερίνη. [\(περισσότερα...\)](#)