

NỖI OAN BỤNG BỤ CỦA BIA

Uống bia thường xuyên không có liên quan gì đến cái bụng bự của các quý ông tuổi trung niên mà người ta thường gọi là "bụng bia". Kết luận này do giáo sư y học Hirotsugu Uesima, Trường Đại học Siga rút ra từ nghiên cứu của mình

Uống bia thường xuyên không có liên quan gì đến cái bụng bự của các quý ông tuổi trung niên mà người ta thường gọi là "bụng bia". Kết luận này do giáo sư y học Hirotsugu Uesima, Trường Đại học Siga rút ra từ nghiên cứu của mình và trình bày ở Hội nghị về bia rượu tại Nagoe (Nhật Bản), để thanh minh cho thứ đồ uống được ưa thích tại quốc gia này.

>>> Uống bia giúp xương chắc hơn và bớt rạn gãy

Theo trang Pravda, trong khoảng 4 năm, từ 2005 đến 2008, các nhà khoa học do giáo sư Uesima đứng đầu đã theo dõi 1.095 người đàn ông ở tuổi từ 40 đến 70, chọn trong số các đệ tử trung thành của bia. 166 người thừa nhận là trên 1/3 lượng đồ uống có cồn của họ là bia. Trong nhóm này vòng bụng trung bình của họ là 83,5cm.

Không phải bia mà là thói quen ăn uống không điều độ và lười vận động mới là nguyên nhân khiến các quý ông béo bụng.

Trong khi đó, vòng bụng trung bình của những người uống các loại nước uống có cồn khác hoặc hoàn toàn không dùng nước uống có cồn là 85,8cm. Như vậy, bụng của họ to hơn "nhóm bia" là 2cm. Vậy đâu phải bụng to là do bia!

Giáo sư Uesima kết luận: Cái gọi là "bụng bia" không phụ thuộc trực tiếp vào việc uống bia mà liên quan đến cách sống ít vận động và dinh dưỡng mất cân đối.

Gần đây, các đồng nghiệp Tây Ban Nha của ông còn đưa ra những kết luận gây ngạc nhiên không kém. Theo họ, nếu sử dụng bia đúng mức còn giảm được tình trạng thừa cân và giảm được huyết áp.

Các nhà y học cho rằng, trong bia có nhiều axit folic, vitamin, sắt và canxi, có tác dụng bảo vệ tim mạch. Tất cả những nguyên tố này đều có hàm lượng dư thừa để triệt tiêu tác dụng có hại của bia. Tuy nhiên, các nhà khoa học cũng cảnh báo rằng, lợi ích ấy chỉ thể hiện ở bia tươi chứ không có ở bia hộp, bia chai.