

## UỐNG RƯỢU NHO, ĂN THỎẢI MÁI!

Một nghiên cứu quốc tế, đăng trên tạp chí Nature mới đây cho thấy một phân tử trong rượu nho có thể giúp cho những con chuột ăn uống thoải mái mà không sợ bệnh tim mạch, tiểu đường hay béo phì.

Phân tử có tên resveratrol, có trong nho đỏ và với những nghiên cứu trước đây cho thấy có thể kéo dài tuổi thọ của một số loài từ 30%-60%. Trong nghiên cứu này, người ta đã chứng minh là dù được ăn uống với cùng khẩu phần như đồng loại, nhưng chuột bổ sung resveratrol lại không tăng cân, lượng đường trong máu giảm đi, mô gan và tim khỏe mạnh, chức năng vận động tốt hơn chuột không được bổ sung.

Tuy nhiên, theo các nhà khoa học, đây chỉ là nghiên cứu trên chuột, cần có thêm nghiên cứu trên người để xác nhận lợi ích này.

T.H