

Depois de muitos estudos, conheças as maravilhas que ele pode fazer na sua vida



Café forte, expresso, com creme, você escolhe. Em qualquer uma dessas ou das inúmeras opções do que dá para fazer na cozinha com esse grão, pode estar, além da ajuda a reduzir as chances de desenvolver diabetes tipo dois, a cura para uma das doenças mais tristes e que mais tem atingido gente no país, o **mal de Alzheimer**.

- + Duas receitas de café para deixar a sua tarde muito mais saborosa
- + Café com manteiga, febre dos adeptos da alimentação natural, realmente faz bem?
- + Leite achocolatado é o melhor pós-treino, afirma pesquisa

Aceita um café? Ele age contra o Alzheimer, mau hálito e a preguiça de se exercitar

Publicado por : Rosiane Souza
Qua, 29 de Abril de 2015 09:02

A conclusão é de um novo estudo realizado pela **Universidade Old Dominion**, nos Estados Unidos. Os pesquisadores decidiram revisar todos os estudos anteriores que já relacionavam a cafeína com a doença, em aspectos que envolviam da prevenção ao tratamento, em seguida começaram mais testes. Deram café a ratos e notaram uma

queda de até 50%

nos níveis da

proteína beta-amiloide

, que eles acreditam ser a responsável por desencadear o Alzheimer. A notícia anima os portadores da doença, mas ainda não foram realizados testes em seres humanos.



oto: plustwentysseven / Digital Vision

Enquanto isso, você, mulher, pode aproveitar para beber um cafézinho e melhorar sua performance (e isso não vale para os rapazes). Como assim? A **Universidade de Bristol**

Aceita um café? Ele age contra o Alzheimer, mau hálito e a preguiça de se exercitar

Publicado por: : Rosiane Souza
Qua, 29 de Abril de 2015 09:02

concluiu que as mulheres, após uma xícara do normal ou descafeinado, estão mais preparadas para administrar trabalho em grupo e situações de estresse.



Foto: Tijana87 / iStock

E elas podem fazer isso sem mau hálito, depois que uma pesquisa da **Universidade de Tel Aviv** divulgou que alguns elementos na composição do café impedem que as bactérias que causam aquele cheirinho constrangedor se reproduzam. Melhor que isso, só se emagrecesse, não é?



Foto: michaeljung / iStock

É, mas embora isso não aconteça diretamente, um estudo da **Universidade de Illinois**, revelou que mandar para dentro um copinho antes do treino te dá uma dose bem boa de energia (ou coragem mesmo) para encarar os exercícios e ainda pode diminuir as dores causadas por eles.

Você tem ótimos motivos para correr para a cozinha né? Então não perca tempo, e já pegue

Aceita um café? Ele age contra o Alzheimer, mau hálito e a preguiça de se exercitar

Publicado por: : Rosiane Souza

Qua, 29 de Abril de 2015 09:02

essas seis dicas de Sueli Rutkowski para deixar o seu café ainda mais gostoso. Quer dividir isso com mais gente? Sem problema, aprenda a preparar cafés especiais para receber amigos e familiares.

Fonte:<http://www.daquidali.com.br>