

## **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>