

Шоколадът ↓ понижава риска от инсулт

Употреба на шоколад с високо съдържание на какао понижава риска от инсулт с повече от 20%, твърдят учените. Според резултатите от тяхното изследване, шоколадът намалява с над 50% риска от фатален изход при хората, които вече са преживели инсулт.

Какво допринася за профилактичното действие на какаото

Невролозите твърдят в своя доклад, че положителният ефект от шоколада се проявява при редовната употреба на доста малко количество - 50 грама на седмица. Действието му се отдава на съдържащите се в какаото фла-воноиди - силен антиоксидант, който прочиства организма