

Испанские учёные советуют нервным женщинам пить шампанское как можно чаще

Работа, дети, дом, работа, дети, дом – у современных женщин так много дел, а вечерняя йога не всегда помогает снять накопленное за весь день напряжение. Что же делать со стрессом, как уберечь детей от нервной мамы и мужа от вечно ворчащей жены? Испанские учёные из Института исследований продуктов питания в Мадриде предлагают свой вариант решения женских проблем.

Они советуют пить шампанское каждый день. Однако главное правило – соблюдать норму. Необходимо пить не более 100 миллилитров в день. Получается примерно три бокала в неделю.

Как сообщают испанские учёные, шампанское может защитить организм и снизить риск возрастных нейрофизиологических заболеваний. А кроме того, оно стимулирует работу мозга, помогает снизить риск старческой деменции и потери памяти.

Дело в том, что виноград, из которого делают игристое вино, содержит антиоксидантные вещества, которые сохраняются в алкогольном напитке и помогают бороться со свободными радикалами, вызывающими старение.



К слову, шампанское делают из таких сортов винограда, как «Шардоне» (белый сорт), «Пино Нуаре» и «Пино Мёнье» (красные сорта).

Более того, как и любое вино, если употреблять его в умеренных количествах, шампанское улучшает работу сердечно-сосудистой системы.

Ну, и последний плюс шампанского, хоть и не такой научный, это то, что пузырьки газа, которые содержатся в шампанском, ускоряют опьянение, а значит, чтобы расслабиться и развеселиться, выпить нужно не много.

Ранее по теме Бабр писал:

[Бокал красного вина ежедневно – залог здоровья.](#)

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com



Автор текста: **Миша Ковальски**, научный обозреватель.

На сайте опубликовано **1654** текстов этого автора.

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24_link_bot](#)

Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24_link_bot](#)

эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24_link_bot](#)

эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24_link_bot](#)

эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24_link_bot](#)

эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24_link_bot](#)

эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot_bot](#)

эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)