



Все мы с детства наслышаны, что красное вино та-а-а-кое полезное. Было ли это ложью, сказанной нам родителями для того, чтобы они могли выпить ещё? Нет, они были правы. Так в чём же маленький секрет красного вина?

Ответ кроется в полифенольном соединении, известном как **ресвератрол**. Хотя для того, чтобы с этим подписались все учёные, требуется гораздо больше исследований, ресвератрол содержит в себе омолаживающие, противораковые, противовоспалительные и антиоксидантные свойства. В основном, всё чего есть полезного в красном вине (кроме опьянения), заключается в ресвератроле. И чтобы вы

знали, красное вино – самый важный диетический источник волшебного полифенола.

Исследователь ресвератрала Хизер Хаузенблас говорит:

«Мы все ищем противовозрастного средства в таблетке, но его не существует. Но то, что существует на самом деле, демонстрирует надежду на уменьшение многих бед и немощей старости».

В принципе, красное вино не может вернуть вашу молодость с её ведрами пива, но оно может вам помочь состариться чуточку изящнее. Будучи испытанным на животных, ресвератрол предотвратил «рост некоторых раковых заболеваний у мышей, подавляет активность ферментов, вызывающих воспаление, уменьшает опухоли и улучшает кровообращение, сокращая таким образом сердечнососудистые болезни. Во многих случаях, он также увеличивает продолжительность жизни страдающих ожирением животных». В любом случае, пойду-ка я проверю эти целебные свойства на себе.

Тэги: [для](#), [они](#), [все](#), [чтобы](#), [того](#), [себе](#), [волшебного](#), [свойства](#), [красное](#), [вино](#), [полифенола](#)

,
[омолаживающие](#)

,
[противораковые](#)

,
[противовоспалительные](#)

,
[антиоксидантные](#)