

## دراسة حديثة: ثمار العنب تطيل عمر الإنسان خمس سنوات



استنتج علماء جامعة ويسترن نيوجانلاند الأمريكية، أن تناول العنب يطيل متوسط عمر الإنسان 4-5 سنوات.

ويشير موقع "BristolLive" إلى أن "الباحثين توصلوا إلى هذا الاستنتاج من نتائج التجارب التي أجروها على الفئران المخبرية، التي كانت تتغذى في البداية على أطعمة غنية بالدهون، وبعد ذلك أعطيت جرعة من مسحوق العنب تعادل سلة من ثمار العنب. وفاقَت نتيجة هذه التجربة توقعات الباحثين: انخفضت كمية الدهون في كبد الفئران، وزاد متوسط عمرها المتوقع مقارنة بالفئران التي لم تتناول العنب".

ووفقا للباحثين، يكمن السر في أن عصير العنب يزيل الدهون المكررة والسكر من الأطعمة المصنعة. لذلك عند تطبيق نتائج التجارب على البشر، يمكن لتناول العنب أن يزيد متوسط عمر الإنسان بمقدار خمس سنوات.

ويشير الباحثون، إلى أن "العنب يسرع عملية التمثيل الغذائي ويساعد على حرق السعرات الحرارية

ويحسن عمل الخلايا العصبية ويحمي من مرض ألزهايمر. وتحتوي ثمار العنب على مضادات الأكسدة التي تقلل من الالتهابات وتخفض خطر تطور أمراض القلب والأوعية الدموية والسرطان. كما أن العنب بفضل احتوائه على مضادات الأكسدة والفيتامينات يحمي خلايا وأنسجة الجسم بفعالية من التلف والشيخوخة المبكرة، ويساعد في الحفاظ على الرؤية".