

## خاصیت موثر فلفل قرمز در کاهش وزن



مطالعات جدید پژوهشگران نشان می دهد که مصرف روزانه فلفل قرمز سبب کاهش وزن شده و بدن انسان را در حالت ثابت و ایده ال نگه می دارد. بر اساس این مطالعات مصرف دائمی فلفل قرمز از اضافه وزن پیشگیری می کند.

مطالعات جدید پژوهشگران نشان می دهد که مصرف روزانه فلفل قرمز سبب کاهش وزن شده و بدن انسان را در حالت ثابت و ایده ال نگه می دارد. بر اساس این مطالعات مصرف دائمی فلفل قرمز از اضافه وزن پیشگیری می کند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از مهر، در این مطالعات تعدادی از موش ها با برنامه غذایی سرشار از چربی مورد تغذیه قرار گرفتند؛ همچنین در غذای آنها به طور مرتب از فلفل قرمز نیز استفاده شد که این موضوع سبب شناسائی نوعی ماده شیمیایی مهم در فلفل موسوم به «کاپسایسین» شد.

در مطالعات بعدی مشخص شد که این ماده شیمیایی یافت شده در فلفل قرمز توانایی زیادی در بالا بردن سوخت و ساز بدن داشته و میزان چربی سوزی بدن را افزایش می دهد. این ماده بر هر دو نوع چربی های سفید و قهوه ای بدن تاثیرگذار است.

به باور پژوهشگران این مطالعه در دانشگاه وایومینگ آمریکا، این ماده یافت شده می تواند در بسیاری از عوامل ناخوشایند و بیماری ها مانند چاقی و اضافه وزن، دیابت نوع ۲ و فشار خون موثر و مفید باشد. البته شایان ذکر است که هنوز تاثیر دقیق و کامل این ماده به طور دقیق شناسائی نشده و نیاز به انجام آزمایش ها و تحقیقات بیشتری در این زمینه است.

به گفته دانشمندان، تاثیر این ماده در موش های چاق کاملاً مثبت بوده و موجب کاهش وزن آنها شده است که این موضوع می تواند نویدبخش یافتن راهکاری مناسب برای انسان ها باشد.