

TÉ E INFARTOS. En la revista American JOURNAL OF CLINICAL NUTRITION se publicó un estudio realizado durante 7 años sobre las dietas y la salud de cerca de 5.000 holandeses adultos mayores de 55 años, con especial atención a sus efectos sobre los infartos de miocardio, fatales o no fatales. Los resultados obtenidos señalan el efecto saludable del consumo regular de té, debido a su alto contenido en flavonoides antioxidantes, protectores contra la enfermedad isquémica cardiaca. Las personas que tomaban más té, más de 375 ml diarios, mostraron una disminución del 50% en el riesgo global de infarto, y del 66% en el riesgo de infartos mortales.