حقائق صحية خطيرة عن مشروب الليمون الساخن..تعرّفوا عليها



جاء ذلك في منشور للناظر عبر صفحته على "فيسبوك"، قال فيه: "تناول عصير الليمون دافئا أو إضافته للشاي أو لأي مشروب ساخن يعتبر خطأً شائعاً عند كثير من الناس".

وتابع الناظر: "أثبتت الدراسات العلمية أن تسخين الليمون يؤدي إلي انخفاض تركيز ڤيتامين "سي" الذي لا يتحمل درجات الحرارة المرتفعة وبالتالي يصبح العصير بلا أي قيمة صحية".

واختتم الناظر منشوره، قائلا: "تناولوا دائما عصير الليمون طازجا ولا تضيفونه للمشروبات الساخنة واحصلوا على فيتامين "سي" اللازم لرفع مناعة الجسم ومقاومة الأمراض المعدية ومنها كورونا".

في سياق متصل، توصلت دراسة علمية جديدة إلى فائدة جديدة وسحرية لفاكهة الليمون، وهي أن رائحته تساعد الناس على الشعور بالنحافة.

وعلى النقيض، ذكرت الدراسة التي أعدها الباحثون في جامعة ساسكس ببريطنيا وتم عرض نتائجها في

الاجتماع الـ179 للجمعية الصوتية الأمريكية، أن رائحة الفانيليا تجعل الإنسان يشعر بثقل جسده، بحسب صحيفة "ديلي ميل" البريطانية.

وتقول البروفيسور، ماريانا أوبريست، من جامعة ساسكس إن الأبحاث السابقة أظهرت أن الليمون مرتبط بظلال رقيقة وأشكال شائكة وأصوات عالية النبرة، بينما ترتبط الفانيليا بظلال كثيفة وأشكال مستديرة وأصوات منخفضة النبرة".

وليس الليمون فحسب الذي يلعب دورا في شعور الإنسان بالرضا عن نفسه، إذ تزعم الدراسة أن أصوات الخطوات الخفيفة مثل الصادرة عن الأحذية ذات الكعب العالي يمكن أن تعزز أيضا صورة أفضل للجسم.