



بخشی از ترجمه مقاله

عنوان فارسی مقاله :

کاکائو، فشار خون و بهداشت قلب و عروق

عنوان انگلیسی مقاله :

Cocoa, Blood Pressure, and Cardiovascular Health



توجه !

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.



بخشی از ترجمه مقاله

DISCUSSION AND CONCLUSIONS

It has been reported that the polyphenol-rich Mediterranean diet and flavonoid-rich foods (cocoa, red wine, tea, etc.) are able to reduce cardiovascular morbidity and mortality.^{4,5,64,65} According to this, the Mediterranean diet has been considered a correlated food model to the style of life. Furthermore, flavonoids seem to play a pivotal role in "healthy diets". The Mediterranean diet is progressively abandoned, and industrial manufacturers progressively change healthy ingredients to unhealthy foods. In particular, cocoa beans have been considered the richest known source of flavonoids. Even so, during chocolate processing up to 85% of the original flavanol content vanishes. Losing the healthy active constituents of a diet could promote the development of a variety of diseases collectively considered significant causes of disability and premature death, also imposing a substantial economic burden.^{64,65}

بحث و نتایج

گزارش شده است که رژیم مدیترانه ای غنی از پلی فنول و غذاهای غنی از فلاونوئید (کاکائو، شراب قرمز، چای و غیره) قادر به کاهش بیماری و مرگ و میر قلب و عروق هستند. بر این اساس، رژیم مدیترانه ای به عنوان مدل غذای همبسته به سبک زندگی در نظر گرفته شده است. علاوه بر این، به نظر می رسد فلاونوئیدها نقش مهمی در "رژیم های سالم" ایفا کنند. رژیم مدیترانه ای به طور مداوم رها شده و تولید کنندگان صنعتی به طور مداوم مواد سالم را به مواد غذایی ناسالم تغییر می دهند. به طور خاص، دانه کاکائو غنی ترین منبع شناخته شده فلاونوئیدها محسوب می شود. با این حال، در طول پردازش شکلات تا 85٪ از محتوای اصلی فلاوانول از بین می رود. از دست دادن اجزای فعال سالم یک رژیم غذایی می تواند موجب توسعه انواع بیماری ها شود که به طور کل عوامل مهمی برای ناتوانی و مرگ زودرس در نظر گرفته می شود و همچنین یک بار اقتصادی قابل توجهی را تحمیل می کند.



توجه!

این فایل تنها قسمتی از ترجمه میباشد. برای تهیه مقاله ترجمه شده کامل با فرمت

ورد (قابل ویرایش) همراه با نسخه انگلیسی مقاله، [اینجا](#) کلیک نمایید.

برای جستجوی جدیدترین مقالات ترجمه شده، [اینجا](#) کلیک نمایید.