

https://www.emporiadoazeite.com.br/clube-do-azeite?mc_cid=2dfdf37232&mc_eid=31c6770b31

Bem vindo ao Clube do Empório do Azeite

Este é o Clube de Assinatura Bimestral do Empório do Azeite.



AOEV (azeite de oliva extra virgem) é saúde!

Poucos dias após o final de 2019, a revista espanhola **Mercacei** fez uma seleção de estudos e pesquisas, que foram lançados ao longo do ano, e que mostram que o azeite extra virgem é um poderoso aliado para nossa saúde.

- **1 - Terapia alternativa para o câncer de mama:**
 - O grupo de pesquisa da Unidade de Gestão Clínica de Oncologia Médica do Hospital Universitário de Jaén, liderado pelo Dr. Sergio Granados, conseguiu identificar propriedades químico positivas em um componente de azeite extra virgem, e em azeitonas de mesa, chamado de **hidroxithyrosol**. Nessa análise verificou-se que este composto é um grande aliado a ser investigado como **terapia alternativa direcionada para o câncer de mama metastático triplo-negativo**, um dos mais agressivos.
- **2 - Saúde Cardiovascular:**

- A Sociedade Espanhola de Arteriosclerose (SEA) apresentou um importante estudo científico realizado por seu grupo de trabalho *Nutrition and Lifestyle* sobre "Recomendações de Estilo de Vida na Prevenção Cardiovascular" que certifica que o azeite extra virgem é a **gordura culinária ideal para a saúde cardiovascular**.
- **3 - Tratamento do Alzheimer e Demência:**
 - O pesquisador Amal Kaddoumi, da Escola de Farmácia da Universidade de Auburn, lidera uma equipe multidisciplinar para pesquisar um componente no azeite de oliva, chamado *oleocantal*, e suas possibilidades terapêuticas no tratamento de doenças como Alzheimer e demência.
- **4 - Redução de riscos de doenças cardiovasculares:**
 - A Dieta Mediterrânea reduz o risco de doenças cardiovasculares, incluindo pessoas com diabetes, de acordo com um estudo do Centro de Pesquisa Biomédica Em Rede de Obesidade e Nutrição (CIBERObn) realizado na Universidade Rovira i Virgili (URV) em conjunto com a Universidade de Toronto.



- **5 - Prevenção de inúmeras doenças crônicas:**
 - A Sociedade Espanhola de Endocrinologia e Nutrição (SEEN) ressaltou que seguir um padrão de Dieta Mediterrânea, com o consumo habitual de alimentos como o **AOVE**, é altamente recomendado, pois *"além de nos fornecer uma dieta apetitosa adaptada aos nossos costumes , nos ajuda a manter a saúde e prevenir o desenvolvimento de inúmeras doenças crônicas típicas do nosso tempo como diabetes, obesidade, doenças cardiovasculares ou alguns cânceres, que reduzem a nossa expectativa de vida."*

- A Espanha atualmente = ocupa o primeiro lugar como o país mais saudável do mundo, de acordo com o índice *Bloomberg Healthiest Country*.
- **6 - Melhora o fluxo sanguíneo:**
 - O consumo de azeite pode reduzir a coagulação sanguínea em pessoas com obesidade.
 - Em um grupo de adultos saudáveis, mas obesos, o consumo de azeite de oliva, pelo menos uma vez por semana, foi associado à menor atividade de plaquetas, o que pode reduzir a tendência do sangue de coagular e bloquear o fluxo sanguíneo, de acordo com pesquisas preliminares apresentadas nas sessões científicas de 2019 sobre estilo de vida e saúde cardiometabólica da Associação Americana de Epidemiologia e Prevenção do Coração.
- **7 - Sistema de Informação em Saúde da Oliveira (OHIS):**
 - Os países membros do Conselho Internacional de Oliveira (COI) aprovaram recentemente uma proposta para criar um portal que reúne informações científicas sobre os benefícios para a saúde do azeite e seus produtos. O projeto chamado de Sistema de Informação em Saúde da Oliveira (OHIS), deve começar nos próximos meses. Para essa iniciativa, a Secretaria
 - Executiva conta com o apoio do Departamento de Medicina Preventiva e Saúde Pública da Universidade de Navarra, em colaboração com pesquisadores com mais de dez anos de experiência nessa área.
- **8 - Os efeitos saudáveis dos vegetais aumentam quando cozidos com Azeite de Oliva Extra Virgem (AOEV):**
 - Cozinhar os vegetais com azeite extra virgem promove a absorção e liberação de compostos bioativos de seus ingredientes tradicionais (alho, cebola e tomate), segundo estudo realizado por uma equipe de pesquisadores da Faculdade de Farmácia e Ciências Alimentares da Universidade de Barcelona (UB).



- **9 - Menos insulina graças à dieta mediterrânea rica em AOVE e um grande aliado para prevenir diabetes tipo 2:**
 - Pesquisadores do CIBERObn da Universidade de Navarra, liderados por Miguel Angel Martínez-González, revelam que a Dieta Mediterrânea, rica em azeite extra virgem, poderia reduzir a longo prazo a necessidade de medicação em diabéticos em 22%.
 - A prévia acaba de ser publicada na revista Diabetes Care e faz parte do estudo Predimed. Outra pesquisa foi de um novo tipo de azeite desenvolvido pelo Grupo de Compostos Bioativos, Nutrição e Saúde do Instituto de Gordura (IG), tem se mostrado útil como alimento funcional na prevenção da diabetes tipo 2.
 - É o azeite funcional enriquecido em ácido oleanólico, que já possui uma patente de propriedade compartilhada entre o CSIC e o Serviço de Saúde Andaluz (SAS).
- **10 - Consumir AOEV regularmente aumenta a expectativa de vida:**
 - Cientistas da Universidade de Granada (UGR) determinaram que a ingestão prolongada de azeite extra virgem e, em menor grau, a do óleo de peixe, aumenta a expectativa média de vida em ratos alimentados ao longo de suas vidas com qualquer um desses tipos de gordura da dieta contra o óleo de girassol.
- **11 - Evidências científicas substanciais que sustentam os benefícios para a saúde do AOEV:**
 - A *Nutrients*, uma das revistas científicas de referência internacional de acesso aberto, publica um artigo com as conclusões do III Congresso

Internacional sobre Azeite Virgem, Oliveira e Saúde, realizado em Jaén em maio de 2018, organizado pelo cientista José Juan Gaforio, no qual renomados especialistas abordaram as últimas pesquisas sobre os benefícios do azeite e seus componentes.

- **12 - Identifique variedades de azeitonas ricas em vitamina E:**
 - Pesquisadores da Ifapa Alameda del Obispo (Córdoba) e do *Fat Institute* (CSIC), em Sevilha, identificaram variedades de oliva com alto teor de **vitamina E**.
 - Após analisar 126 amostras, obtidas a partir do cruzamento entre oliveiras das variedades picual e arbequina, descobriram que algumas delas produzem azeites com um percentual bastante alto dessa substância, muito benéfica para o nosso sistema cardiovascular.

[**AZEITES POR PAÍS >>**](#)

[**AZEITES POR TIPO DE OLIVA >>**](#)

[**ACESSÓRIOS E OUTROS PRODUTOS >>**](#)

[**NOSSOS KITS >>**](#)



Azeite de Oliva Extra Virgem é saúde!

São Paulo, SP, 19 de Agosto de 2020