

Koronawirus nie lubi kiszzonej kapusty i zsiadłego mleka

17 lipca 2020

Grupa naukowców z Uniwersytetu w Montpellier we Francji odkryła, że kapusta kiszona i fermentowane produkty mleczne pomagają ochronić organizm przed koronawirusem – pisze gazeta „The Sun”.

Jak ustalili specjaliści, różne rodzaje kapusty cieszą się popularnością w krajach, gdzie odnotowuje się niskie wskaźniki śmiertelności z powodu koronawirusa. Na przykład w Niemczech i Korei Południowej było o wiele mniej zgonów z powodu COVID-19 niż w innych państwach. Jak podkreślono, kapusta zawiera substancje, które chronią przed ciężkim przebiegiem infekcji koronawirusowej.

W kapuście kiszzonej znajdują się na przykład antyoksydanty, wzmacniające układ odpornościowy, które utrudniają przedostanie się infekcji do organizmu, a także obniżają prawdopodobieństwo ciężkiego przebiegu choroby. Dlatego ludzie w tych krajach częściej wracają do zdrowia po zakażeniu COVID-19.

Niski poziom śmiertelności z powodu infekcji koronawirusowej odnotowuje się także w Grecji, Bułgarii i Turcji. W tych krajach ludność bardzo ceni jogurt. Ten produkt również zawiera antyoksydanty, chociaż w mniejszych ilościach niż kiszona kapusta.

Zdaniem specjalistów dieta może być kluczowym czynnikiem odróżniającym narody pod względem ochrony układu odpornościowego przed koronawirusem. W krajach z niską śmiertelnością z powodu COVID-19 mieszkańcy jedzą dużo pokarmów fermentowanych, takich jak właśnie kapusta kiszona czy jogurt, a także piją kefir.

Źródło: [pl.SputnikNews.com](https://pl.sputniknews.com)