

في يومها العالمي.. القهوة المشروب الأكثر استهلاكاً







تعتبر القهوة المشروب الأكثر استهلاكاً حول العالم بعد المياه. وفي اليوم العالمي للقهوة، الذي يحلّ اليوم السبت، تعتبر هذه المناسبة السنوية فرصة للترويج لها، والاحتفال بها كأحد أكثر المشروبات شعبية، وفق المنظمة الدولية للقهوة وتُستخدم هذه المناسبة للترويج لتجارة البنّ، وزيادة الوعي بالتحديات التي يواجهها مزارعو البنّ، حول العالم، بحسب «موقع سكاي نيوز».

وفي أحدث الدراسات المتعلقة باستهلاك القهوة، نشرتها المجلة الأوروبية لأمراض القلب الوقائية، تبين أن شرب كوبين إلى ثلاثة أكواب من القهوة يومياً، يمكن أن يجعل الفرد يعيش لمدة أطول.

تقول الدراسة إن شرب ثلاثة أكواب من القهوة يساهم في انخفاض خطر الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية. وقد تمت ملاحظة هذه الفوائد على الحالات المدروسة، سواء كانت القهوة تحتوي على الكافيين أو كانت خالية منه، وسواء كانت قهوة مطحونة أو سريعة الذوبان.