

L'huile d'olive rassasie

Aux nombreuses vertus santé de l'huile d'olive, s'en ajoute aujourd'hui une nouvelle: l'huile d'olive régule l'appétit et rassasie plus longtemps. Cette propriété a été prouvée par des scientifiques italiens et américains. L'acide gras contenu dans l'huile d'olive est transformé dans l'intestin en oleylethanolamide (OEA) qui diminue la sensation de faim. Cet effet pourrait être exploité dans le traitement de l'obésité. La sensation de satiété n'est pas seulement stimulée chimiquement, d'autres facteurs jouent aussi un rôle, mais sans discipline, on ne maigrit pas, même avec de l'huile d'olive.

