

El aceite de oliva puede ser clave para reducir la demencia

Conclusiones del estudio de Harvard



Principal beneficio de consumir más de **7 GRAMOS AL DÍA** de aceite de oliva al día:

Reduce un **28%** el riesgo de muerte por demencia

¿Qué aporta una dieta mediterránea protagonizada por el aceite de oliva español?



OFRECE BENEFICIOS CARDIOVASCULARES



PROTEGE CONTRA EL DETERIORO COGNITIVO



REDUCE LOS SÍNTOMAS DE DEPRESIÓN

En conclusión, el consumo recomendado de aceite de oliva español mejora la calidad de vida.



PARA ESTE ESTUDIO PARTICIPARON:

92.383 PERSONAS



65% MUJERES



35% HOMBRES

DE UNA EDAD MEDIA DE

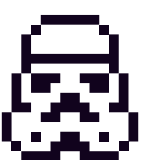
56 años

SE RECOLECTARON DATOS DE 1990 A 2018



28 años DE INVESTIGACIÓN

UNA INFOGRAFÍA DE



internetrepública



ACEITES DE OLIVA DE ESPAÑA