

TENDENCIAS

Has estado bebiendo café a la hora incorrecta todo el tiempo, la ciencia lo explica

El Ciudadano · 27 de noviembre de 2015



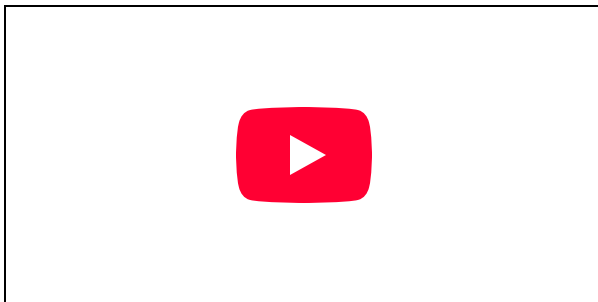
Para muchos de nosotros, tomar café es imprescindible. Tiene la misma importancia que ducharse por la mañana o comer un buen desayuno. Si no lo

ingerimos, algunos sentimos que no hemos despertado o que algo falta para comenzar la jornada.

Pero ¿qué harías si te dijéramos que has estado tomando esta bebida a la hora incorrecta por mucho tiempo?

Esto es lo que afirma un nuevo video publicado en Youtube por ASAPScience, el cual **nos explica las razones para dejar de beber café a la hora que usualmente lo hacemos.**

Recuerda activar los **subtítulos en español al inicio.*



Fuente: [Upsocl](#)

Fuente: [El Ciudadano](#)