

Ciocolato: ecco come agisce sulle difese dell'organismo

Pubblicato: Lunedì 10 Dicembre 2007

Negli scorsi giorni, dopo un iter lungo e laborioso il comitato etico cantonale ha dato il via libera al primo studio clinico atto a verificare su un lungo periodo gli effetti della somministrazione di cioccolato scuro sul sistema immunitario, ormonale e cardiovascolare di volontari sani.

Si tratta di un progetto di ricerca medica proposto da Ario Conti della Fondazione Alpina per le Scienze della Vita di Olivone presieduta da Gianni Soldati, in stretta collaborazione con il Centro Cardiocentro Ticino di Lugano, diretto da Tiziano Moccetti, la Sezione di Farmacologia del Dipartimento di Medicina Clinica dell'Università dell'Insubria di Varese, coordinata da Marco Cosentino e l'HES-SO Valais di Sion diretta da Jean Claude Villettaz. Lo studio rientra nell'ambito del lavoro quadriennale svolto per l'ottenimento del Dottorato di ricerca in Farmacologia presso l'Università dell'Insubria da parte di Manuel Rusconi, coadiuvato per la parte clinica da Mariagrazia Rossi e Tiziano Moccetti del Cardiocentro di Lugano. La materia prima per lo studio viene fornita da un'importante ditta svizzera attiva da diverse generazioni nella lavorazione e fabbricazione di cioccolato e nota per l'alta qualità dei suoi prodotti diffusi in tutto il mondo.

Il concetto secondo il quale un alimento solitamente consumato per puro piacere possa portare anche evidenti benefici alla salute, non sembra essere solamente un'idea attraente.

Negli ultimi anni l'attenzione di molti ricercatori si è focalizzata su alimenti come l'olio di oliva, il tè verde ed il vino rosso. Attualmente vi è sempre più interesse da parte della comunità scientifica sugli effetti salutari del cacao e dei suoi derivati, in particolare il cioccolato scuro.

Ad un regolare consumo di alimenti ricchi in polifenoli, come possono essere appunto il tè ed alcuni tipi di cioccolato, viene associata una diminuzione del rischio di eventi coronarici, di infarti e di alcuni tipi di tumori.

Il cacao (*Theobroma cacao* L.) è una pianta appartenente alla famiglia delle Sterculiaceae originaria dell'America meridionale. Il suo utilizzo fitoterapico, e di conseguenza le sue proprietà, sono conosciute e sfruttate da tempi immemorabili a partire dalla sua scoperta. Tracce di cacao sono state ritrovate tra resti di popolazioni Olmeche che ne fanno risalire il suo utilizzo in cerimonie religiose già a partire dal 2000 a.c.

Per approfondimenti si veda anche Wikipedia: <http://it.wikipedia.org/wiki/Cacao> .

Il **ciocolato** contiene approssimativamente 380 composti chimici differenti di cui almeno dieci sono psicoattivi come ad esempio l'anandamide, che viene classificato come endocannabinoide, oppure la teobromina e la caffeina, che possiedono entrambe interessanti proprietà stimolanti ben note ai ricercatori, farmacologi e medici. Differenti attività biologiche sono state attribuite ad un gruppo di polifenoli, le procianidine. Tali molecole hanno dimostrato influire positivamente anche sul sistema

cardiovascolare, sia in vitro che in studi clinici preliminari.

Sulla proposta di studio presentata nel 2005 dal ricercatore e neuroimmunologo Ario Conti, docente presso l'*Università dell'Insubria* di Varese grazie alla collaborazione tra la *Fondazione Alpina per le Scienze della Vita* di Olivone presieduta da Gianni Soldati, il *Cardiocentro Ticino* di Lugano, Tiziano Moccetti, la *Sezione di Farmacologia del Dipartimento di Medicina Clinica dell'Università degli Studi dell'Insubria* di Varese, Marco Cosentino, la HES-SO Valais, Jean Claude Villettaz ed al reperimento di uno sponsor attivo nella produzione di fine cioccolato artigianale, proprio in questi giorni è stato approvato dal Comitato Etico del Canton Ticino, uno studio che coinvolgerà 40 volontari a cui verrà richiesto di assumere del cioccolato per un periodo di 4 settimane. I 40 volontari verranno selezionati attraverso una visita medica atta a verificare lo stato di salute dei soggetti. Verranno inoltre sottoposti due questionari per valutare le abitudini e le frequenze alimentari e sportive. I volontari dovranno essere di sesso maschile, non fumatori e tra i 20 ed i 35 anni, normopeso con *body mass index* (BMI) compreso tra 18.5 e 25.

Per ulteriori informazioni sullo studio e per un'eventuale partecipazione è possibile contattare il dr. Manuel Rusconi (e-mail: manuelrusconi@bluewin.ch).

Grazie a questo studio, primo ed unico di questo genere nel Canton Ticino, si potranno ottenere nuove informazioni riguardanti gli effetti scaturiti da una somministrazione prolungata di modeste quantità di cioccolato. In particolare, con questa ricerca, verranno monitorati alcuni parametri ematici rappresentativi di alcune importanti funzioni del sistema immunitario ed ormonale, come per esempio la modulazione di stati infiammatori, i quali a loro volta sono implicati in una innumerevole serie di processi biologici tra i quali quelli che conducono a disturbi cardiovascolari o gravi patologie autoimmuni.

I primi risultati dello studio saranno noti nel secondo semestre del 2008.

Redazione VareseNews

redazione@varesenews.it