

Il cacao fa bene al cervello

Pubblicato: Martedì 14 Agosto 2012



Il cioccolato fa bene al cervello. Uno studio condotto dal team del dottor Giovambattista Desideri dell'Università dell'Aquila, dimostra che le proprietà antiossidanti del cioccolato riescono a frenare il declino cognitivo che, nel 6% dei casi, si traduce nell'Alzheimer negli over 70.

Per ottenere il risultato, l'equipe ha coinvolto 90 anziani con lieve declino cognitivo: tutti ricevevano quotidianamente bevande a base di diverse quantità di flavonoli del cacao. Alla fine, dopo svariati test su funzionalità cerebrale, memoria a breve e a lungo termine, velocità di pensiero e capacità cognitiva complessiva, si è verificato che chi aveva assunto dosi medio-alte di flavonoli del cacao mostrava performance migliori rispetto a chi ne consumava meno. Tra i bevitori di cacao in dosi medio-alte, inoltre, si è osservata una riduzione della pressione sanguigna, dello stress ossidativo e dell'insulino-resistenza. Lo studio è stato pubblicato su 'Hypertension', rivista dell'American Heart Association.

[Redazione VareseNews](#)

redazione@varesenews.it