

AVEZZANO: STUDIO, CACAO RITARDA INVECCHIAMENTO CERVELLO

14 Agosto 2012



AVEZZANO – Da uno studio condotto dal team della Geriatria dell'ospedale di Avezzano e dall'Università dell'Aquila una 'scoperta' che, passando per gli Stati Uniti, ha suscitato immediata eco nella comunità scientifica internazionale: il cacao riduce l'invecchiamento del cervello e ne migliora le capacità cognitive.

La ricerca, ora bisognosa di approfondimenti, potrebbe aprire nuovi orizzonti, in prospettiva, nella lotta contro l'Alzheimer.

Lo studio, in sostanza, ha dimostrato che l'assunzione di flavanoli (composti naturali) del cacao, presi con determinati dosaggi, nell'ambito di una dieta controllata, potenzia le performance mentali degli anziani. Le conclusioni dello studio, condotto dal Prof. Giovambattista Desideri – Direttore del Reparto di Geriatria dell'ospedale di Avezzano, sono state pubblicate ieri da una delle più prestigiose riviste scientifiche americane, Hypertension, testata dell'American Heart Association. Considerata l'autorevolezza della rivista e i nuovi orizzonti che la scoperta potrebbe aprire la notizia, rimbalzata dagli Usa e tradotta nelle scorse ore in italiano, ha immediatamente destato l'interesse della comunità scientifica internazionale.

Lo studio. Sono stati 'osservati' 90 anziani affetti da declino cognitivo lieve, reclutati principalmente nella Marsica tra gli utenti afferenti all'Unità Valutativa Alzheimer, suddivisi in modo casuale in 3 gruppi che hanno ricevuto ogni giorno, per 8 settimane, dosi diverse di bevanda con flavonoli del cacao: 990 milligrammi (dose alta), 520 mg (media) o 45 mg (bassa).

Le capacità cognitive (cioè del cervello) degli anziani sono state valutate attraverso test neuropsicologici che esplorano le funzioni esecutive, la memoria a breve termine, la rapidità di pensiero e la capacità cognitiva complessiva. Lo studio del prof. Desideri ha dimostrato che chi assumeva dosi medio-alte di flavonoli del cacao mostrava in generale performance migliori rispetto a chi ne consumava meno.

Nel gruppo di anziani, selezionati per la ricerca, è stata inoltre rilevata una riduzione della pressione sanguigna, dello stress ossidativo e dell'insulino-resistenza. Proprio da quest'ultimo aspetto, secondo l'équipe di ricercatori dipende il miglioramento, nella misura del 40%, delle funzioni cognitive.

"L'effetto positivo sembra essere mediato principalmente da un miglioramento della sensibilità all'insulina", dice Desideri, "l'ormone che gioca un ruolo fondamentale nel tenere sotto controllo la glicemia. Resta ora da capire", precisa Desideri, "se questi benefici sul profilo cognitivo sono una conseguenza diretta del consumo di flavonoli del cacao oppure un effetto secondario al miglioramento della funzione cardiovascolare"

"Lo studio", dichiara Desideri, "evidenzia che consumare flavanoli del cacao, come parte di una dieta controllata a livello calorico e bilanciata dal punto di vista nutrizionale, può migliorare la capacità cognitiva degli anziani".

"Considerando l'aumento globale dei disturbi cognitivi, con un impatto notevole sulla qualità di vita delle persone" – osserva il geriatra – "il ruolo dei flavonoli del cacao nella prevenzione o nel rallentamento del declino cognitivo giustifica ulteriori ricerche sul tema. Dopo questi primi, importanti risultati, ora servono studi più ampi che aiutino anche a comprendere la durata degli effetti positivi e i livelli di flavanoli del cacao che possano essere necessari nel lungo termine per mantenere o

migliorare lo stato di salute del cervello”.