

Cioccolato fondente all'olio d'oliva fa bene al cuore

L'Università di Pisa ha presentato al convegno annuale della Società Europea di Cardiologia di Barcellona, i risultati di una ricerca che dimostra come il cioccolato fondente all'olio extravergine d'oliva toscano faccia bene al cuore. Sarebbe dunque un "farmaco naturale" che combatte l'invecchiamento dell'apparato cardiovascolare. La ricerca è stata condotta da un team di scienziati appartenenti ai dipartimenti di Cardioangiologia universitaria, di Patologia chirurgica e medica e dai laboratori di ricerca Cardiovascolare e di Chimica. Era già noto come il cacao diminuisca l'impatto dei problemi cardiaci ma la novità consiste nell'arricchirlo con #EVO prodotto in Toscana. Il progetto da cui è partita l'idea per la ricerca si chiama "Toscolata", promosso dalla Regione Toscana insieme a vari istituti della Regione. I ricercatori hanno pensato di unire tra loro alimenti con note proprietà antiossidanti ed hanno creato 2 tipi di cioccolato fondente, uno dei quali ottenuto con l'aggiunta del 10% di olio toscano e l'altro con il 2,5% di Panaia del Casentino, una particolare varietà antica di mela. I 2 tipi di cioccolato sono stati poi somministrati in via sperimentale su un campione di volontari, 26 individui di cui 14 di sesso maschile e 12 di sesso femminile, che presentavano un minimo di 3 fattori di rischio cardiovascolare, tipo ipertensione, dedizione al fumo, dislipidemia o familiarità per malattie cardiovascolari. Le analisi finali hanno evidenziato come la variante all'olio d'oliva abbia causato un abbassamento della pressione arteriosa e un innalzamento del colesterolo "buono", il tutto senza provocare aumenti di peso e glicemia. Anzi, i ricercatori hanno potuto verificare che il cioccolato all'olio di oliva aiuta ad aumentare sia il livello dei metaboliti che ci proteggono dal rischio cardiocircolatorio sia le cellule staminali finalizzate alla riparazione dei vasi sanguigni. Queste particolari cellule mantengono la salute del sistema cardiocircolatorio e diminuiscono quando sono presenti i fattori di rischio cardiovascolare. La terapia farmacologica che le fa aumentare di numero utilizza le "statine", presenti ad esempio nei farmaci che abbassano il colesterolo, ma hanno molte controindicazioni. Lo stesso obiettivo può essere raggiunto con l'aggiunta di questo nuovo cioccolato nella dieta. La scoperta è stata molto apprezzata durante l'esposizione all'ESC, tanto che il lavoro toscano è stato scelto tra 10mila per far parte dei migliori 50 abstracts da presentare alle conferenze stampa del Congresso.