

## Indagine, il trionfo del cioccolato fondente: migliora la circolazione e rende più veloci

— MILANO —

**UNA RICERCA** italiana, pubblicata sul Journal of the American Heart Association, conferma i benefici per la salute del cioccolato fondente, ricco di polifenoli. Questa volta ne hanno tratto beneficio 20 soggetti, uomini e donne dai 60 ai 78 anni, affetti da una patologia che colpisce soprattutto la circolazione del sangue delle gambe limitando le capacità di camminare, la malattia arteriosa periferica. I soggetti sono stati divisi in 3 gruppi, il primo consumava cioccolato fondente all'85% di cacao, il secondo cioccolato al latte e il terzo niente. Chi mangiava il cioccolato amaro è risultato più veloce ed ha guadagnato in media 17 metri di più a volta. «Lo studio deve essere meglio approfondito - spiega Lorenzo Loffredo che ha condotto l'indagine - ma conferma i benefici dei polifenoli sulla circolazione del sangue».



Peso: 12%