

## Η σοκολάτα

/ Επιστήμες, Τέχνες & Γ



## εγκεφαλικό

Επιμέλεια: Ρούλα Τσουλέα

Είναι τα νέα που όσοι λατρεύουν τις σοκολάτες ενθουσιάζονται όταν ακούν: η σοκολάτα μειώνει τον κίνδυνο εγκεφαλικού επεισοδίου επειδή επηρεάζει απ' ευθείας τα αγγεία του εγκεφάλου.

Αν και δεν είναι η πρώτη φορά που μία μελέτη δείχνει πως μικρή ποσότητα σοκολάτας ασκεί ωφέλιμες επιδράσεις στην υγεία, δεν υπάρχουν προγενέστερες μελέτες που να δείχνουν ότι επηρεάζει τα αιμοφόρα αγγεία καθ' εαυτά.

Η νέα μελέτη, που δημοσιεύεται στην επιθεώρηση «Neurology», διεξήχθη από επιστήμονες του Πανεπιστημίου της Γλασκώβης, οι οποίοι μέτρησαν την ταχύτητα ροής του αίματος στις αρτηρίες που τροφοδοτούν με αίμα τον εγκέφαλο, την ώρα που ομάδα εθελοντών έτρωγε σοκολάτα, καθώς και όταν δεν έτρωγε.

Επιπλέον, τους υπέβαλλαν σε εξετάσεις, οι οποίες έδειξαν ότι η σοκολάτα επηρεάζει τα επίπεδα διοξειδίου του άνθρακα, τα οποία επηρεάζουν τα αιμοφόρα αγγεία, βελτιώνουν την ροή του αίματος και, έτσι, ωφελούν τα κύτταρα του

εγκεφάλου.

«Η κατανάλωση μιας απλής σοκολάτας σχετίστηκε με αλλαγές στην δυσκαμψία των αιμοφόρων αγγείων», δήλωσε ο επικεφαλής ερευνητής δρ Μάθιου Ουώλτερς, καθηγητής Κλινικής Φαρμακολογίας στο πανεπιστήμιο. [\(περισσότερα...\)](#)