
Consumo de chocolate evitaría pérdida de memoria por vejez

27/10/2014



Un estudio publicado recientemente por la revista británica *Nature Neuroscience* revela que el consumo regular de chocolate puede prevenir y revertir la pérdida de memoria relacionada con el transcurso de los años.

Pruebas clínicas realizadas comprueban que un componente identificado como flavonol y de efecto antioxidante generó efectos positivos en sujetos de prueba entre 50 y 69 años de edad.

Por su parte investigadores de la Universidad de Columbia, estado de Nueva York (noreste de Estados Unidos) corroboraron los resultados del estudio a raíz de una serie de pruebas clínicas complementarias.

"Los participantes que tenían una memoria típica de una persona de 60 años al inicio del ensayo, después de tres meses de consumo de una bebida rica en flavonoides del cacao mostraban una mejoría en su memoria que los equiparaba a las personas de 30 o 40 años" explicó uno de los investigadores a *Nature Neuroscience*.

Estudios previos realizados en roedores y dirigidos por el ganador del Premio Nobel de Ciencia, Eric Kandel, relacionado con la retención de determinadas informaciones que no estarían relacionados con la enfermedad de Alzheimer.

Sin embargo, los expertos precisan que resulta casi imposible obtener la cantidad de flavonoides necesarios por vía exclusiva del chocolate; por lo que sugieren complementar la dieta con suplementos vitamínicos.

