

DOSSIER

Sopravvivere alla crisi/4



«Lei non ha mai sentito parlare della Sacher Torte? Bene, continuiamo così, facciamoci del male!» (Nanni Moretti, dal film «Bianca»)

CURARSI COL CACAO

Cioccolato meraviglioso: proprio così. È l'antidepressivo più economico e in questi anni di magra va fortissimo. Consumi record. Risultati ottimi per i grandi marchi ma soprattutto per gli artigiani: «Con il boom economico saremmo rimasti schiacciati, invece la recessione ci sta facilitando»

MARIA ZEGARELLI

ROMA
mzegarelli@unita.it



Madame De Sévigné decantava le capacità corroboranti e ad essa attribuiva l'intensa attività afrodisiaca, le dame di mezza età avevano intuito

l'efficacia nel contrastare i sintomi e i malesseri della menopausa. Gli aztechi andando ancora più indietro nel tempo la consideravano un dono del Dio Quetzalcoatl. Gli spagnoli alla conquista del «Nuovo Mondo» scoprirono che gli indigeni ne avevano gran riguardo per le sue qualità: fonte di forza e rigore. Stiamo parlando della cioccolata in tutte le sue varianti, da spalmare, mordere, annusare, bere, guardare. In tempi di crisi mangiare cioccolata fa bene all'anima e al fisico. La scienza conferma, il mer-

cato anche. Kinder e Nutella restano una vera miniera d'oro per la Ferrero, il gruppo piemontese che l'anno scorso contava un patrimonio di 11 miliardi di dollari. La Federconsumatori, inoltre, prevede un aumento della vendita delle uova di Pasqua, per restare nella stretta attuale, che oscilla intorno al 4-5%. La scienza conforta: chi mangia cioccolato fondente in piccole dosi, 6 grammi al giorno, - secondo i laboratori di ricerca dell'Università Cattolica di Campobasso in collaborazione con

l'Istituto di Tumori di Milano - ha nel sangue valori più bassi di proteina C reattiva, cioè ha meno possibilità di sviluppare malattie cardiovascolari. Secondo una ricerca della University of New South Wales di Sidney, coordinata dall'esperto in depressione Gordon Parker, il cioccolato è un potente antidepressivo: ogni volta che cediamo davanti ad un cioccolatino inneschiamo una benefica reazione ormonale e chimica nel nostro corpo molto simile a quella indotta dai farmaci antidepressivi. ♦