

**SIDNEY, 27 DICEMBRE 2012** - È una delle bevande più bevute in assoluto, tante sono le varianti con cui è possibile deliziarsi, gusto forte, espresso, macchiato, zuccherato o semplicemente amaro. Una notizia che farà sicuramente piacere ai consumatori più assidui, è che l'eccezionale contenuto all'interno del caffè è d'aiuto per la perdita di peso corporeo.

La news è recentissima, e arriva direttamente dall'altra parte del mondo, precisamente dall'Australia, un team di ricercatori dell'Università del Queensland, ha condotto uno studio, pubblicato poi sul Journal of Nutrition. Gli studiosi hanno "messo all'ingrasso" con cibi ipercalorici un lotto di topi da laboratorio, e successivamente somministrato delle quantità regolari di caffeina, gli stessi hanno notato che ogni qualvolta si procedeva alla dose di eccitante contenuto all'interno della bevanda, il peso dei ratti tornava normale.

Lindsay Brown, farmacologo cardiovascolare a capo dell'indagine ha dichiarato la sua sorprendente reazione: «La nostra ipotesi era che ogni effetto osservato con il caffè fosse dovuto alla caffeina, ma altri componenti nel caffè, non sappiamo quali, sembrano contrastare le proprietà di riduzione di peso della caffeina».

Infatti se da un lato la caffeina in qualità di sostanza in sé aiuta la perdita di peso corporeo, dall'altro il caffè nel suo insieme non produce nessuno beneficio a riguardo, infatti la dottoressa affiancata dal suo entourage continua la sua ricerca, poiché non sa ancora con chiarezza quali siano gli elementi chiave della bevanda tanto cara. Tuttavia gli studi finora effettuati sul caffè portano in ogni modo a conclusioni positive e benefiche per il fegato e il cuore.

(fonte: [www.bloo.it](http://www.bloo.it))

***Rosalba Capasso***