



شکلات تلخ از پوست در برابر تشعشعات مضر خورشیدی محافظت می‌کند

نتایج یک تحقیق جدید نشان داد: شکلات تلخ از پوست در برابر تأثیرات پیرکننده اشعه خورشید محافظت می‌کند...

نتایج یک تحقیق جدید نشان داد: شکلات تلخ از پوست در برابر تأثیرات پیرکننده اشعه خورشید محافظت می‌کند. دانشمندان در پژوهش جدیدی دریافته‌اند: اثرات نور خورشید که می‌تواند باعث چروک خوردگی و پیری پوست شود، با مصرف شکلات تلخ کاهش پیدا می‌کند. این دانشمندان تحقیقات خود را در مرکز درماتولوژی اروپایی لندن انجام داده‌اند. این مرکز یک کلینیک پوست خصوصی است که در این زمینه مطالعات مفیدی داشته است. دانشمندان این کلینیک هم چنین تأکید کردند؛ مصرف روزانه شکلات تلخ در عین خطر ابتلا به سرطان پوست را کاهش می‌دهد. در این گزارش تأکید شده است که تأثیرات فوق فقط مربوط به شکلات تلخ می‌شود چون این نوع شکلات حاوی مقادیر بسیار بالایی از فلاوانول‌ها است. فلاوانول‌ها آنتی‌اکسیدان‌هایی هستند که به طور طبیعی در دانه‌های کاکائو تولید می‌شوند. در این تحقیق، دانشمندان دریافته‌اند: افرادی که شکلات غنی از فلاوانول مصرف می‌کنند در برابر اشعه ماورا بنفش خورشیدی که باعث بروز چین و چروک‌های پوستی می‌شود، بیشتر طاقت می‌آورند و کمتر یا دیرتر دچار پیری پوست می‌شوند. محققان می‌گویند: مکانیسم اصلی این تأثیر خاصیت آنتی‌اکسیدانی و ضد التهابی این مواد است و البته شکلات‌های معمولی تأثیر مشابه را به هیچ وجه ندارند.