

El chocolate, una de las opciones preferidas para regalar en Sant Jordi, según Pacari

Estudios revelan que el cacao ayuda a mejorar la capacidad lectora y la actividad cognitiva

En el día de Sant Jordi, los libros y las rosas se convierten en el regalo preferido para obsequiar a familiares y amigos durante esta festividad. Casualmente, el 23 de abril coincide con el Día Internacional del Libro, por lo que la literatura es la gran protagonista de la jornada.

Aunque la tradición marca que hay que regalar libros a los hombres y rosas a las mujeres, esto ha cambiado en los últimos años y cada vez se hacen regalos más originales que forman parte de la celebración, como es el caso del chocolate.

Algo que no es de extrañar en un día tan señalado para la lectura, teniendo en cuenta que el chocolate ayuda a mejorar la capacidad lectora y a conseguir una mayor concentración. Gracias a un exhaustivo estudio, científicos australianos y estadounidenses han revelado que el chocolate negro es uno de los mejores alimentos para mejorar la función cognitiva, tan importante a la hora de leer. Además, la Universidad de L'Aquila, en Italia, ha publicado en *Frontiers in Nutrition* que el cacao también ayuda a proteger el cerebro del deterioro cognitivo.

Además, como muestra del peso que puede llegar a tener el chocolate en esta festividad, existen incluso en el mercado productos de cacao capaces de deleitar el gusto con chocolates que recuerdan al aroma de las rosas, tan típicas en este día. Un ejemplo de ello es el Chocolate Pacari orgánico con esencia de rosa andina, una tableta elaborada con un 60% de cacao, con el aroma de la singular rosa andina. Una combinación que, además, ha sido reconocida durante varios años en los International Chocolate Awards.

“Comer chocolate oscuro en pequeñas cantidades (10g) con un porcentaje mayor al 60% tiene muchos beneficios para la salud. Pacari es elaborado con un alto porcentaje de cacao y posee ingredientes orgánicos como la uvilla, el cardamomo, la chía y el azúcar de coco. Además, se encuentra libre de fertilizantes sintéticos, herbicidas o pesticidas”, señala María Andrea Rivadeneira, nutricionista de Pacari.

Datos de contacto:

Bemypartner

Nota de prensa publicada en: [Barcelona](#)

Categorías: [Gastronomía](#) [Literatura](#) [Cataluña](#) [Consumo](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>