I segreti del caffè espresso - 10) Gli effetti della caffeina

chicco-caffe-47402482

[embed width="560"]http://youtu.be/oXnIVyhqOfQ[/embed]

In questo intervento di Lorenzo Polojac (Imperator) si analizzano gli influssi della caffeina sul cervello. Attraverso un aumento dei livelli di adrenalina e noradrenalina, la caffeina stimola indirettamente il sistema nervoso simpatico e porta ad un aumento del battito cardiaco e dell'afflusso di sangue ai muscoli, ad una diminuzione dell'afflusso di sangue alla pelle e agli organi interni e al rilascio di glucosio del fegato. Contemporaneamente pèerò, la caffeina aumenta la capacità di concentrazione e di esecuzione dei compiti, a differenza dell'alcol, che favorisce la generazione di idee.

Secondo recenti studi, inoltre, la caffeina agisce contro l'Alzheimer e le malattie neurodegenerative.

(continua)

Già pubblicati

Dedicato ai baristi: i segreti del caffè espresso. Introduzione

1) La macchina da caffè

2) Il macinadosatore

3) La purificazione dell'acqua

4) La temperatura dell'acqua

5) La pulizia delle attrezzature

6) L'importanza della tazzina

7) I consigli del campione

8) Il caffè decaffeinato

9) La Latte Art