

# BURRO DI CACAO | BENEFICI PER LA PELLE E LA SALUTE



**Category:** [X115](#)

**Tag:** [Cacao e Cioccolato](#)

# Che Cos'è

Il burro di cacao è un **grasso vegetale commestibile**, estratto dalla spremitura delle fave di cacao tostate (*Theobroma cacao* L.).

Si presenta come una massa cerosa di colore giallo pallido e odore caratteristico, con sapore e aroma di cacao.

Il suo punto di fusione è appena inferiore alla temperatura del corpo umano (34-38°C), caratteristica responsabile della scioglievolezza al palato del cioccolato.

Il burro di cacao viene utilizzato:

- nell'industria alimentare per la preparazione di biscotti, cioccolato e prodotti di pasticceria,
- come ingrediente per la formulazione di prodotti cosmetici e farmaceutici (unguenti, supposte ecc.).

Il burro di cacao è un ingrediente fondamentale per produrre tutti i tipi di cioccolato (fondente, al latte, cioccolato bianco, pasticcini, cioccolatini ecc.).

**Il cioccolato bianco ne contiene le maggiori concentrazioni**, essendo privo di cacao e costituito esclusivamente da zucchero, burro di cacao e derivati solidi del latte.

## Composizione

Il burro di cacao è caratterizzato da un **elevato contenuto di grassi saturi** costituiti in prevalenza dagli acidi stearico, palmitico e oleico.

Altri suoi componenti importanti includono gli aminoacidi arginina e leucina, la teobromina e la caffeina <sup>1</sup>.

Il burro di cacao **non contiene polifenoli**; pertanto, non possiede gli stessi potenziali benefici per la salute della polvere di cacao.

## Fa Male al Cuore?

Pur essendo ricco di acidi grassi saturi, il burro di cacao non sembra avere un effetto negativo sulla salute cardiovascolare.

Nei ratti, ad esempio, il burro di cacao ha abbassato il colesterolo VLDL "cattivo", ricco di trigliceridi <sup>2</sup>.

Il burro di cacao **contiene indicativamente il 33% di acido oleico**, il 25% di acido palmitico e il 33%

di acido stearico <sup>1</sup>.

L'acido oleico ha effetti benefici sulla salute, tra cui una ridotta infiammazione e un ridotto rischio di malattie cardiache. Può anche aiutare a combattere il cancro <sup>3,4,5,6</sup>, regolare i livelli di colesterolo e proteggere le lipoproteine LDL (colesterolo cattivo) dall'ossidazione <sup>7,8</sup>.

Ad ogni modo, i massimi benefici per la salute del cuore si ottengono scegliendo di consumare cioccolato extra-fondente.

Il cioccolato fondente è sicuramente da preferire a quello al latte, e ancor più a quello bianco, non tanto perché il burro di cacao faccia male, ma perché il cacao nero in polvere (che abbonda nel cioccolato fondente) è **una miniera di flavonoidi** dal forte potere nutraceutico. [Scopri di più sui benefici del cacao](#) »

Uno studio su 48 persone a rischio di malattie cardiache e un altro studio su 25 persone con colesterolo normale o leggermente alto hanno mostrato che il consumo di cacao in polvere su base regolare riduceva il colesterolo LDL (cattivo) e aumentava il colesterolo HDL (buono) <sup>9,10</sup>.

In linea con questi risultati, una meta-analisi di 10 studi clinici su un totale di 320 persone ha scoperto che il cioccolato fondente ha ridotto il colesterolo LDL ma non ha avuto effetti importanti sul colesterolo HDL e sui trigliceridi <sup>11</sup>.



X115<sup>®</sup>+PLUS - Integratore Antiage con Collagene, Acido Ialuronico e Polifenoli di Cacao

## Aiuta Contro la Tosse?

Il burro di cacao viene usato come rimedio popolare per trattare la tosse, sia strofinato sul petto e sulla schiena, sia bevuto sciolto nel latte caldo dolcificato con il miele.

Aldilà dell'azione emolliente a livello della faringe, un certo beneficio potrebbe derivare dal suo contenuto di teobromina.

In un piccolo studio su 10 volontari sani e cavie, la teobromina del cacao ha ridotto l'attivazione nervosa che causa la tosse <sup>12</sup>.

In un altro piccolo studio su 9 bambini asmatici, sia la teobromina che la teofillina hanno allargato il calibro delle vie aeree <sup>13</sup>.

## Uso nei Cosmetici

L'uso cosmetico del burro di cacao (INCI **Theobroma Cacao Butter**) è legato alle sue caratteristiche di:

- texture particolarmente vellutata;
- eudermicità, "buono per la pelle" (*eu* dal greco buono, *dermos*, dal greco pelle);
- emollienza.

Per questo motivo, il burro di cacao è un ingrediente **molto utilizzato nei prodotti cosmetici per la pelle secca**, nel trattamento di labbra screpolate e in formulazioni doposole.

Il burro di cacao non presenta controindicazioni relativamente al suo utilizzo e può essere impiegato a tutte le concentrazioni.

Solido a temperatura ambiente, si scioglie facilmente quando applicato sulla pelle, rendendolo un ingrediente popolare negli unguenti.

Un uso comune del burro di cacao è quello di levigare cicatrici e **attenuare rughe e altri segni sulla pelle**. Il burro di cacao è stato anche promosso per curare le eruzioni cutanee da condizioni come l'**eczema** e la **dermatite**.

Particolarmente indicato per pelli aride e secche, **il burro di cacao non è adatto per pelli a tendenza acneica**. Tende infatti a risultare comedogenico, in quanto ostruisce i pori in misura superiore ad altri oli e grassi vegetali, come olio d'oliva, olio di mandorle e olio di albicocca. D'altronde, è noto come negli individui predisposti all'acne, anche il consumo di cioccolato sia correlato a un aggravamento dell'acne <sup>14</sup>.

Alcune ricerche suggeriscono che il burro di cacao ha il potenziale per prevenire e curare le malattie della pelle. Può anche proteggere la pelle dai danni che possono portare a un invecchiamento precoce <sup>15</sup>.

Poiché è commestibile, il burro di cacao è un ingrediente molto comune in alcuni balsami e stick per le labbra.

## Antiaging Efficace

In uno studio in vitro, negli espianti di pelle umana, il burro di cacao ha aumentato moderatamente lo spessore della pelle e la densità del collagene.

Inoltre, il burro di cacao si è rivelato più efficace in combinazione con i polifenoli del cacao <sup>16</sup>.

## Previene le Smagliature?

Molte donne credono che creme e lozioni al burro di cacao possano essere utilizzate durante e dopo la gravidanza per prevenire e ridurre al minimo la comparsa di smagliature.

Due studi separati, uno su un gruppo di 300 donne e un altro su 175 donne, hanno tuttavia concluso che il burro di cacao NON ha impedito la formazione di smagliature in modo più efficace rispetto ad altre creme idratanti <sup>17, 18</sup>.

## Un Consiglio per la Tua Bellezza



X115® ACE | Pure Vitamins Antiage Complex |

3 Formule Mono-Concentrate a Utilizzo Ciclico | Altamente Biodisponibili | In flaconcini monodose bifasici | **Le Vitamine A | C | E | nello Stato più Puro ed Efficace** | Per un Trattamento di Bellezza ai Massimi Livelli

