

El chocolate, el amor y los chinos

Raúl Benoit

No conozco a ninguna mujer que no sienta debilidad por el chocolate y que al obsequiarle una barra no esboce una sonrisa. A la mayoría el chocolate le ablanda el corazón.

Tal vez existen algunas malhumoradas que el dulce más exquisito del mundo no les revuelque los sentimientos ni les haga acelerar el pulso. Me caen gordas y más cuando dejan de comer un chocolate porque temen subir de peso. ¡Cómo pueden rechazar este manjar de los dioses!

Hay un mito sobre el chocolate, dicen que causa obesidad. El año pasado se conoció un estudio de la Universidad de Granada en España, el cual desmitificó esa creencia. El trabajo fue realizado por investigadores de la Facultad de Medicina y de las Ciencias del Deporte, entre mil 458 adolescentes, el cual mostró que un mayor consumo de chocolates se asoció con niveles más bajos de grasa corporal total y central. Coincide con otro estudio realizado entre adultos en California.

Recomiendo a quienes tienen un apetito desenfrenado por este dulce y que no creen en estos estudios, que coman el chocolate negro, combinándolo con alimentos ricos en fibra.

Estoy resuelto a seguir regalando chocolates. Soy experto en enamorar con esos dulces. Cuando cortejé a mi primera novia tenía un truco para seducirla. Todas las noches le regalaba una barra de chocolate. Antes de llegar a visitarla, la desenvolvía, introducía una pequeña nota de amor y la empacaba de nuevo sin que se notara. Mi novia era tan inocente que pensaba que yo mandaba a fabricárselos a ella.

El chocolate alegra corazones, endulza la vida y es un buen amigo en los momentos tristes. No hay nada mejor que un beso achocolatado o un chocolate caliente en una tarde de tertulia para reconfortar el alma.

El chocolate es una mezcla de pasta y manteca de cacao. Las dos provienen de la fruta del mismo nombre, como diría mi profesor de biología. El secreto es que el chocolate contiene feniletilamina, un alcaloide y neurotransmisor monoanímico. No sé qué es eso, pero, para no enredarme en definiciones científicas, es uno de los ingredientes secretos de la felicidad.

Esta semana recibí la noticia de que por culpa de los chinos, donde hay una inusitada demanda de chocolates, el mundo podría quedarse sin suministros en el año 2020. Varias amigas tienen insomnio pensando en el desastre de vida que sería este planeta sin una barra de chocolate.

Los pronósticos son verdaderamente alarmantes: el aumento de compra de chocolate en el continente asiático (ahora entiendo por qué los chinos siempre ríen) “podría llevar a que el equilibrio entre suministro y consumo se rompa” y a que los agricultores de la semilla, la mayoría en la costa este de África, tengan que multiplicar su producción para vender suficiente cacao. Advierten que este año podría haber un déficit de 150 mil toneladas de cacao, el mayor en más de cincuenta años. Prepárense para los altos precios.

Estoy seriamente sospechando que es un complot de oriente contra occidente. Nos quieren ver desanimados y sin el corazón contento.

Al escucharme escribir este artículo mi hija Michelle me anunció que comenzará a almacenar chocolate para no dejarse arrebatarse la felicidad y el placer.

El autor es periodista colombiano.

Twitter: @RaulBenoit

Ver en la versión impresa las páginas: 10 A