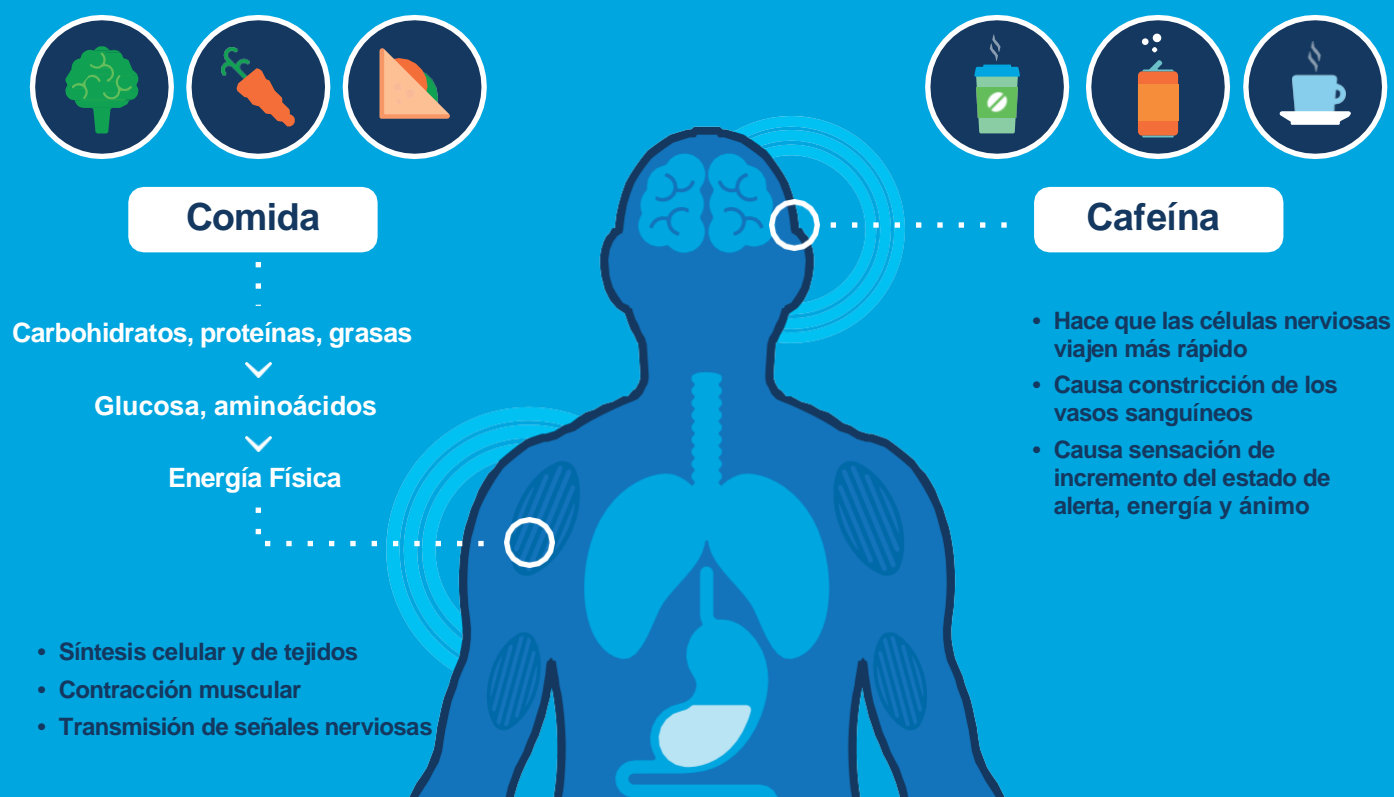





Health & Nutrition Sciences

Energía Física Procedente de los Alimentos vs. Energía Mental Procedente de la Cafeína



Los resultados de estudios científicos de calidad sobre bebidas con cafeína demuestran:

- 1** La cafeína puede contribuir a mejorar la cognición 
- 2** Mezclar azúcares y cafeína no incrementa el beneficio de la misma 
- 3** Al metabolizar la cafeína se genera una **SENSACIÓN** de energía sin necesidad de azúcares 

Bibliografía:

Adan A, Serra-Grabulosa JM. Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental. 25(4):310-7.
 Giles GE, Mahoney CR, Brunye TT, Gardony AL, Taylor HA, Kanarek RB. Pharmacology Biochemistry and Behavior. 102(4):569-77.
 Maridakis V, O'Connor PJ, Tomporowski PD. International Journal of Neuroscience. 119(8):1239-58.
 Serra-Grabulosa JM, Adan A, Falcón C, Bargalló N. Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental. 25(7-8):543-52.
 Smit HJ, Cotton JR, Hughes SC, Rogers PJ. Nutritional neuroscience. 7(3):127-39.
 Young HA, Benton D. Psychopharmacology. 228(2):243-54.