



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI PADOVA



Padova, 4 ottobre 2019 - La caffeina è uno degli ingredienti psicoattivi più consumati al mondo. Ogni giorno vengono consumate circa 1,6 miliardi di tazze di caffè. Le attività che svolgiamo quotidianamente, quali ad esempio leggere, possono essere influenzate dal consumo di caffeina?

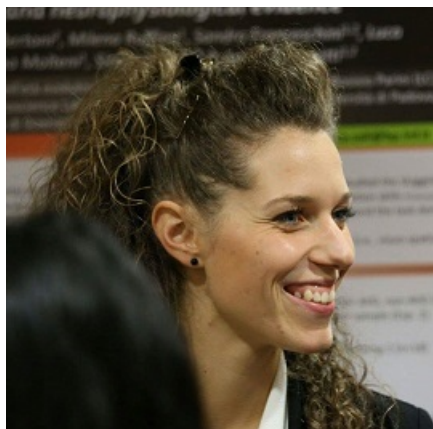
A livello percettivo, la caffeina sembra migliorare la percezione globale di una scena visiva. La percezione globale – controllata principalmente dai circuiti attenzionali dell'emisfero destro – risulta causalmente connessa alle capacità di lettura. Infatti le abilità di percezione globale già dalla scuola dell'infanzia predicono lo sviluppo delle future abilità di lettura negli anni successivi.



Dott. Sandro Franceschini

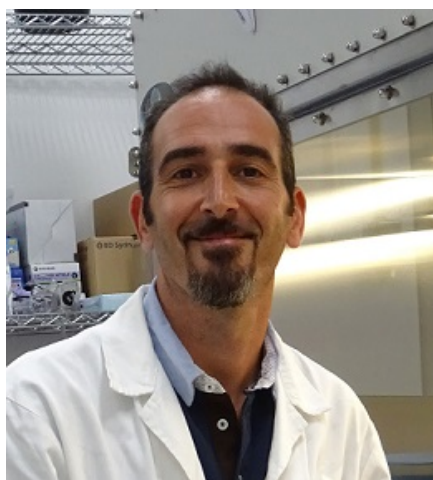
Inoltre, in persone con difficoltà di lettura, i training comportamentali che migliorano le abilità di percezione globale risultano migliorare anche le capacità di lettura. A livello linguistico, il consumo di caffeina sembra migliorare le prestazioni nelle attività di ragionamento semantico.

Queste le premesse all'articolo *Caffeine improves text reading and global perception* pubblicato sulla prestigiosa rivista *Journal of Psychopharmacology* e realizzato da ricercatori delle Università di Padova, Firenze e Bergamo.



Dott.ssa Sara Bertoni

“Per queste ragioni abbiamo ipotizzato che l'assunzione di caffeina – facilitando la percezione globale e il ragionamento semantico – avrebbe potuto migliorare anche le prestazioni in specifici compiti di lettura – spiega il dott. Sandro Franceschini, Dipartimento di Psicologia Generale dell'Università di Padova e primo autore della ricerca - In questo articolo presentiamo i risultati di due studi in doppio cieco che hanno coinvolto 78 persone. Dimostriamo che in coloro che quotidianamente consumano basse o normali quantità di caffeina, una singola dose di 200 mg di questa sostanza (circa due caffè espressi) accelera la velocità di lettura del testo. Il miglioramento della velocità osservato nella lettura del testo non era generalizzato a compiti di lettura di liste di parole singole o di parole senza senso”.



Dott. Matteo Lulli

Come aggiunge la dott.ssa Sara Bertoni, Dipartimento di Psicologia Generale dell'Università di Padova e coautrice - è importante sottolineare che i miglioramenti nelle capacità di lettura erano accompagnati da un cambiamento nella percezione globale degli stimoli visivi, senza che fosse rilevato alcun effetto sulle funzioni di allerta, sulle abilità di orientamento dell'attenzione, sulle funzioni esecutive o fonologiche, dimostrando la presenza di una connessione specifica tra la rapidità nella lettura del testo e i meccanismi attenzionali dell'emisfero destro, coinvolti nell'esecuzione di compiti semantici e nella percezione visiva globale”.

“Inoltre - dice il dott. Matteo Lulli, Dipartimento di Scienze Biomediche, Sperimentali e Cliniche “Mario Serio” dell'Università di Firenze e coautore - in questo studio dimostriamo l'importanza paradossale di

una piccola privazione del sonno per ottenere maggiori effetti benefici della caffeina. Con una privazione di sonno di due ore, bere due caffè porta a leggere questo comunicato stampa risparmiando circa sei secondi”.

Questi risultati potrebbero avere grandi implicazioni per una migliore comprensione dei disturbi della lettura e di altri disturbi del neurosviluppo caratterizzati da un deficit di percezione globale.