



Mediateca, E. N. P. 9

ITALIANO

Área de consulta
Actividad: Il Caffé
Nivel A2

Clasificación ITCL0
C033

Área de consulta

Actividad: *Comprensione di lettura*

Nivel: A2

COMPRESIONE DI LETTURA: *IL CAFFÈ*

Tempo dell'attività: 50 minuti

1. Leggi il seguente testo.

CURIOSITÀ SUL CAFFÈ

1. **Chi ne beve di più?** Il paese dove si consume più caffè è la Finlandia, con 12 kg l'anno pro-capite. Mentre quello dove se ne consuma meno è Portorico, con 400 grammi di caffè per ogni persona. L'Italia è solo al dodicesimo posto della classifica, con 5,9 kg di caffè pro-capite, dopo Svizzera, Canada, Danimarca, Austria, ecc... La media di consumo mondiale è di 1,3 kg all'anno per persona.

2. **Può essere velenoso.** La caffeina può uccidere. Ma bisogna bere tra le 80 e le 100 tazze di caffè in un tempo ristretto (circa 4 ore).

3. **L'ora migliore per bere il caffè?** Te lo dice la scienza. Ogni momento è quello giusto? Non proprio. Quasi tutti sappiamo che concedersi un espresso nel tardo pomeriggio può tenerci con gli occhi sbarrati al momento di prendere sonno. Ma nel resto della giornata, qual è l'orario ideale per assumere caffeina?

Dalle 9:30 alle 11:30 del mattino ogni istante è quello giusto, secondo le neuroscienze e la cronofarmacologia, un ramo della medicina che mette in relazione l'assunzione di farmaci o sostanze psicoattive con l'andamento del nostro naturale orologio biologico.



Mediateca, E. N. P. 9

ITALIANO

Área de consulta
Actividad: Il Caffé
Nivel A2

Clasificación
ITCLO
C033

4. **È una medicina.** Uno studio del 2008 dell'Università di Lund in Svezia ha dimostrato che bere caffè ridurrebbe il rischio di cancro al seno, almeno per le donne che hanno una variante relativamente comune del gene CYP1A2, che aiuta a metabolizzare estrogeni e caffè. E nel 2011, la *Harvard School of Public Health* ha riferito di uno studio su 48.000 uomini, che bevendo sei o più tazze al giorno di caffè hanno ridotto del 60% il rischio del cancro alla prostata.

L'ultima notizia in ordine di tempo segnala il potere del caffè come "antidepressivo": sempre secondo l'*Harvard School of Public Health*, le persone che consumano dalle 2 alle 4 tazzine di caffè al giorno hanno il 50% di possibilità in meno di togliersi la vita rispetto alle altre.

5. **Si chiama così perché...** Intorno all'anno 1000 alcuni commercianti arabi portarono dai loro viaggi in Africa dei chicchi di caffè da cui traevano una bevanda eccitante per ebollizione che chiamavano qahwa ("eccitante"). Da qui alla parola turca kahve e all'italiano caffè il passo è stato breve. Ma c'è chi sostiene che il nome in realtà derivi da Caffa, regione dell'Etiopia dove cresce spontaneamente.

Tratto da: <https://www.focus.it/cultura/curiosita/10-cose-che-forse-non-sai-sul-caffe?gimg=40260#img40260>

2. Rispondi alle domande.

- 1) Di che modo il caffè è velenoso?
- 2) Che ora è migliore per bere caffè e perché?
- 3) Di che modo il caffè fa bene alla salute?
- 4) Cosa dice *Harvard School of Public Health* rispetto al caffè?
- 5) Da dove viene il nome caffè?
- 6) Ti piace il caffè? Quante tazze ne bevi ogni giorno?
- 7) Perché credi che il caffè sia una delle bevande più consumate?



Mediateca, E. N. P. 9

ITALIANO

Área de consulta Actividad: Il Caffé Nivel A2	
---	--

Clasificación	ITCLO C033
---------------	---------------

3. Completa le frasi coniugando i verbi al tempo indicato.

- 1) La media di consumo mondiale _____ (**essere – passato prossimo**) di 1,3 kg all'anno per persona.
- 2) L'ora migliore per bere il caffè? Te lo _____ (**dire – imperfetto**) la scienza.
- 3) La crono-farmacologia _____ (**mettere – passato prossimo**) in relazione l'assunzione di farmaci con l'andamento del nostro naturale orologio biologico.
- 4) L'Università di Lund in Svezia _____ (**dimostrare – imperfetto**) che bere caffè ridurrebbe il rischio di cancro al seno.
- 5) Le persone che _____ (**consumere – passato prossimo**) dalle 2 alle 4 tazzine di caffè al giorno _____ (**avere – passato prossimo**) il 50% di possibilità in meno di togliersi la vita.