

Olio d'oliva scudo anti cancro al cervello: gli effetti su una molecola

Le proprietà dell'olio di oliva possono aiutare a prevenire la formazione e lo sviluppo di alcuni tipi di tumore al cervello. E' quanto emerge da uno studio made in Scozia, dell'Università di Edimburgo e pubblicato sulla rivista scientifica Journal of Molecular Biology. La ricerca ha verificato che l'acido oleico, il composto primario dell'olio d'oliva, può aiutare a prevenire il funzionamento dei geni cancerogeni nelle cellule. Gli studiosi hanno analizzato l'effetto dell'acido oleico su una molecola, nota come miR-7, attiva nel cervello per sopprimere la formazione dei tumori, scoprendo che l'acido grasso tipico dell'olio di oliva impedisce a una proteina cellulare, conosciuta come MSI2, di arrestare la produzione di miR-7. In questo modo, l'acido oleico supporta la produzione di miR-7, che aiuta a prevenire la formazione dei tumori. I ricercatori hanno fatto le loro scoperte sugli estratti di cellule umane e su cellule viventi in laboratorio. "Mentre non possiamo ancora dire che l'olio di oliva nella dieta aiuta a prevenire il cancro al cervello, i nostri risultati suggeriscono che l'acido oleico può sostenere la produzione di molecole che sopprimono il tumore nelle cellule coltivate in laboratorio. Ulteriori studi potrebbero aiutare a determinare il ruolo che l'olio d'oliva potrebbe avere nella salute del cervello " ha spiegato Gracjan Michlewski, autore della ricerca

STUDI

L'olio extravergine di oliva è un elemento base per la dieta mediterranea e dà tanti benefici. È ricco, infatti, di antiossidanti che rallentano l'invecchiamento, fa bene alla salute di cuore e arterie e stimola funzioni biologiche. Importante però non esagerare per le calorie, la giusta dose è un paio di cucchiaini al giorno. Un'altra ricerca condotta all'Harvard Chan School, insieme al Brigham and women's hospital, pubblicata su «Jama internal medicine», ha preso in considerazione i grassi insaturi «buoni» (quelli per lo più vegetali) e quelli cattivi (lardo, burro, grasso della carne e così via). Lo studio ha coinvolto 126mila persone il cui stato di salute è stato monitorato per ben 32 anni. Gli scienziati sono giunti alla conclusione che chi consumava olio e altri prodotti ricchi di grassi vegetali andava incontro ad una riduzione dell'11-19% di mortalità per tutte le cause. Viceversa, mangiando alimenti con grassi «cattivi» si aveva un aumento del 16 per cento del rischio di morte prematura.

PRODUZIONE

Nel nostro Paese, si producono, mediamente, circa 450-500 mila tonnellate di olio di oliva per un valore di circa 3,5 miliardi di euro, contro l'attuale produzione della Spagna che supera il milione di tonnellate.

Sono oltre 1,2 milioni gli italiani che fanno olio, anche se la maggioranza di essi producono quantitativi destinati al consumo familiare. La superficie media aziendale è di poco inferiore ad un ettaro di terreno. Su una media produttiva nazionale di 6.5 - 7 milioni di quintali, più del 80% viene prodotto nelle regioni del sud Italia, Puglia, Calabria e Sicilia hanno un'incidenza sulla produzione Nazionale di circa il 80% di



Associazione Nazionale Città dell'Olio

tutto l'olio di oliva che si produce ogni anno in Italia. L'Italia è il secondo produttore europeo di olio di oliva con una produzione nazionale media di oltre 6 milioni di quintali, due terzi dei quali extravergine e con oltre 50 denominazioni (Dop) riconosciute dall'Unione Europea.