



Roma, 22 luglio 2015

COMUNICATO STAMPA

Il diabete si cura con l'extravergine

Uno studio della Sapienza pubblicato su Nutrition & Diabetes mette in evidenza gli effetti di un particolare olio extra vergine d'oliva nella prevenzione e nella cura del diabete

È possibile curare il diabete con l'extravergine? Uno studio della Sapienza pubblicato su Nutrition & Diabetes mette in evidenza gli effetti dell'olio extra vergine d'oliva, proveniente da una particolare area geografica (zona collinare della provincia di Viterbo), nella prevenzione e nella cura del diabete. Dalla ricerca emerge infatti che l'extra vergine di oliva si comporta come un antidiabetico orale con un meccanismo simile ai farmaci di nuova generazione, cioè le incretine (ormoni naturali prodotti a livello gastrointestinale che riducono il livello della glicemia nel sangue). L'assunzione di olio extra vergine di oliva si associa, infatti, ad un aumento nel sangue delle incretine.

La ricerca è stata presentata questa mattina, alla presenza del rettore Eugenio Gaudio, nella Sala Multimediale del Rettorato di Ateneo, da Francesco Violi, coordinatore dello studio. I risultati di questo lavoro hanno dimostrato che l'olio extra vergine di oliva riduce la glicemia ed aumenta l'insulinemia nei pazienti sani aprendo interessanti prospettive circa il suo uso nei pazienti con diabete, in cui la glicemia post-prandiale può essere molto elevata e potenzialmente dannosa per il sistema cardio-circolatorio. Negli studi finora pubblicati non era stato mai individuato il meccanismo attraverso il quale l'olio interferisse con il metabolismo del glucosio.

Nella ricerca condotta al Policlinico Umberto I- Sapienza Università di Roma è stato analizzato il profilo glucidico e lipidico di 25 soggetti sani randomizzati sperimentando, con una metodologia "cross-over", la somministrazione di una dose di 10 grammi di olio d'oliva in un pasto con tipico cibo mediterraneo.



I ricercatori hanno verificato gli effetti della somministrazione del nutriente sia rispetto a un pranzo nel quale non era presente l'extravergine (I studio), sia rispetto a un pranzo nel quale era presente l'olio di semi (II studio).

Prima del pasto (ore 13,00) e 2 ore dopo (ore 15,00) sono stati studiati il profilo glucidico dei soggetti (glucosio, insulinemia, ed incretine) e il profilo lipidico (colesterolemia, trigliceridemia e HDL colesterolo).

I risultati della ricerca hanno dimostrato che 2 ore dopo il pasto, i soggetti che assumevano l'olio d'oliva avevano valori significativamente più bassi di glicemia (in media 20 mg%) e livelli più alti di insulinemia; a lato di ciò era evidenziato un aumento significativo delle incretine e una riduzione significativa del colesterolo serico. Anche in comparazione all'olio di semi, il cibo mediterraneo aggiunto di olio di oliva, migliorava la glicemia e il colesterolo post-prandiale nella stessa misura osservata nel I studio.

La sperimentazione è stata successivamente effettuata su un campione di soggetti affetti da diabete e già i primi risultati sono incoraggianti. Una terza fase di studio prevede la messa a punto di una terapia ottenuta a partire dall'olio extravergine che potrà offrire ai pazienti affetti da diabete farmaci alternativi assolutamente naturali e senza effetti collaterali.

“Mentre questi dati sono utili per capire il meccanismo attraverso cui l'olio di oliva previene il diabete – spiega Francesco Violi - la riduzione della glicemia e del colesterolo post-prandiale apre nuove strade circa l'uso dell'olio di oliva nella dieta per prevenire le complicanze cardiovascolari dell'arteriosclerosi. Studi recenti, infatti, hanno dimostrato che i picchi post-prandiali di glucosio e colesterolo sono potenzialmente dannosi nei pazienti a rischio di complicanze aterosclerotiche; ridurre, pertanto, l'entità potrebbe apportare benefici nella cura dell'arteriosclerosi e delle sue complicanze come infarto e ictus”.

Info:

Francesco Violi
Dipartimento di Medicina interna e specialità mediche
T (+39) 06 4461933
francesco.violi@uniroma1.it