

# Bere birra aiuta a combattere l'obesità

Data: 6 agosto 2012 | Autore: Elisa Lepone

---



**ROMA, 8 GIUGNO 2012** –La chiave di volta nella lotta contro l'obesità potrebbe essere lei: una vitamina presente nella birra e nel latte e che risponde al nome di “nicotinamide ribosid”, una microscopica molecola, difficilissima da trovare in natura e quasi impossibile da riprodurre in laboratorio, capace di aiutare l'organismo umano a smaltire i grassi in eccesso e a prevenire l'obesità.

Lo ha rivelato uno studio pubblicato sulla rivista scientifica *Cell Metabolisme* coordinato dal ricercatore belga Johan Auwerx della Federal Polytechnic School of Lausanne (Svizzera), già vincitore del 7° *Danone International Prize for Nutrition* per le sue ricerche sui meccanismi di comunicazione fra le cellule del corpo umano e i nutrienti ingeriti.[MORE]

Secondo Auwerx, la vitamina ridurrebbe anche i sintomi dello sviluppo del diabete e, dopo un'assunzione costante per almeno una decina di settimane, aumenterebbe anche la forza dei muscoli.

Purtroppo risulta, allo stato attuale degli studi, ancora impossibile misurare la quantità di nicotinamide ribosid presente nel latte e nella birra e non è quindi possibile stimare la dose di assunzione giornaliera dei due alimenti per poter beneficiare in maniera evidente degli effetti della vitamina miracolosa.

(foto [www.aciciclico.com](http://www.aciciclico.com))

**Elisa Lepone**

