

# Obesità: pillole a base di resveratrolo potrebbero imitare gli effetti della dieta e dell'esercizio

Data: 11 febbraio 2011 | Autore: Redazione

---



**LECCE, 02 NOVEMBRE 2011-** Pillole a base di resveratrolo potrebbero imitare gli effetti della dieta e dell'esercizio fisico e apportare benefici generalizzati all'organismo. Dall'abbassamento dei livelli di grassi nel sangue alla riduzione della pressione arteriosa. Il resveratrolo si trova nell'uva e nel vino rosso, ma in concentrazioni molto inferiori rispetto a quelle utilizzati nella ricerca.[MORE]

Una recente ricerca dell'Università di Maastricht in Olanda i cui dati sono stati pubblicati su una rivista scientifica che si occupa di metabolismo cellulare, ha studiato gli effetti positivi che deriverebbero dall'assunzione di una sostanza che si trova nella pelle dell'uva, nota come resveratrolo. Dallo studio emergerebbero conseguenze sorprendenti sull'organismo umano quali l'abbassamento dei livelli di grassi e zuccheri nel sangue e la riduzione della pressione sanguigna.

Gli scienziati hanno fatto assumere compresse contenenti resveratrolo puro ad alcuni uomini obesi ed hanno scoperto che apportava alcuni effetti metabolici simili a quelli da esercizio fisico e restrizione calorica, e tra questi l'abbassamento dei livelli di pressione arteriosa e di zuccheri nel sangue.

In verità, le ricerche effettuate negli animali nell'ultimo decennio hanno verificato che il composto può

rallentare lo sviluppo di malattie legate all'età e quindi aumentare la durata della vita. Tuttavia, questi studi hanno suscitato critiche crescenti e devono ancora essere replicati approfonditamente negli esseri umani.

Secondo il professore Patrick Schrauwen dell'Università di Maastricht che ha guidato l'equipe che ha condotto lo studio, gli effetti del resveratrolo sono stati modesti ma sembrerebbero portare costantemente verso adeguamenti metabolici benefici.

Vi è da dire, però che se la sostanza chimica si trova naturalmente nella pelle dell'uva e nel vino rosso e non esiste nessuna prova che sarebbe possibile assumerne abbastanza da queste fonti alimentari per ottenerne gli stessi effetti positivi verificati a seguito dell'ingestione specifica di pillole a base della molecola. Peraltro, lo studio è stato sperimentato su una platea ridottissima di soggetti e per un tempo assai limitato, in particolare 11 uomini obesi ai quali è stato fatto assumere un supplemento giornaliero di resveratrolo pari a 150 milligrammi o un placebo per trenta giorni. Quattro settimane più tardi, i due gruppi si sono scambiati in modo che coloro che avevano assunto i supplementi in un primo tempo, hanno ricevuto in seguito il placebo e viceversa.

Le analisi regolari avrebbero dimostrato che il resveratrolo avrebbe abbassato i livelli di zuccheri nel sangue con una sensibilità all'insulina migliorata, così come pure i trigliceridi e gli altri grassi nel sangue che come è noto possono aumentare il rischio di malattie cardiovascolari. Il resveratrolo avrebbe anche migliorato sia i tassi metabolici del sonno e del riposo e ridotto la pressione sanguigna.

Precedenti ricerche hanno dimostrato che la restrizione calorica può estendere la durata della vita negli animali da laboratorio. Alcuni studi hanno sottolineato che la sostanza protegge anche dalle malattie, come quelle cardiovascolari ed il diabete di tipo 2, anche se queste considerazioni rimangono tuttora controverse. Il resveratrolo funzionerebbe in modo simile alla restrizione calorica innescando la produzione di una proteina chiamata SIRT1 che migliora la funzione metabolica e mantiene le cellule sane di fronte lo stress.

Le biopsie muscolari effettuate dal team del professor Schrauwen hanno confermato che i pazienti che hanno preso il resveratrolo hanno visto un aumento dei livelli di SIRT1. Essi, inoltre, hanno evidenziato che gli effetti benefici sul metabolismo sono stati associati con un migliore funzionamento dei mitocondri, le fabbriche di energia all'interno delle cellule.

Per stessa ammissione dello scienziato olandese che ha diretto quello che è apparso sin da subito uno studio pilota, dato l'esito positivo sui pochi casi esaminati, anche per Giovanni D'Agata, componente del Dipartimento Tematico Nazionale "Tutela del Consumatore" di Italia dei Valori e fondatore dello "Sportello dei Diritti", sarebbe utile un approfondimento della ricerca sugli effetti sull'uomo di una molecola che viene direttamente dalla natura.

(notizia segnalata da **giovanni d'agata**)