

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

ICTUS E CONSUMO DI LATTE E FORMAGGIO

I grassi contenuti nei prodotti lattiero caseari potrebbero non avere un legame con il rischio di ictus. È questa la conclusione di una ricerca basata su due grandi coorti prospettive, in cui sono stati studiati i biomarcatori circolanti di grassi derivanti dai prodotti lattiero-caseari. La ricerca è stata pubblicata sull'American Journal of Clinical Nutrition.

Precedenti studi osservazionali, basati su questionari, avevano dato risultati contraddittori. Per questo motivo lo studio ha utilizzato i marcatori biologici, che forniscono una misura oggettiva dei grassi di origine lattiero-casearia.

I ricercatori hanno verificato l'ipotesi che i biomarcatori circolanti di grassi prodotti lattiero-caseari, l'acido pentadecanoico (15: 0), l'acido eptadecanoico (17: 0), e il trans-palmitoleato (trans 16: 1n-7), sono stati associati ad una minore incidenza di ictus, in particolare di ictus ischemico.

I ricercatori hanno anche valutato il lipide 14:0, che deriva dall'apporto di alimenti lattiero-caseari e della carne, oltre che da sintesi endogena.

Sono stati utilizzati i dati di 2 ampie coorti degli Stati Uniti (51.529 uomini dell'Health Professionals Follow-Up Study e 121.700 donne del Nurses' Health Study) con campioni di sangue conservati nel 1993-1994 (n = 18.225) e 1989-1990 (n = 32.826). Sono stati trovati 594 casi di ictus (follow up mediano: 8.3 anni), paragonandoli con il rapporto 1: 1 a soggetti di controllo per età, sesso, etnia e il fumo.

Dopo aggiustamento per le caratteristiche demografiche, gli stili di vita, i fattori di rischio per le malattie cardiovascolari, l'alimentazione, e gli altri acidi grassi circolanti, non sono stati osservati associazioni significative con l'ictus totale per il pentadecanoico plasmatico (HR aggregato tra quartile più alto e più basso: 0,85; 95% CI: 0.54, 1.33), per il 17: 0 (0.99, 0.67, 1.49), per il trans 16:1 n-7 (0.89, 0.55, 1.45), e per il 14: 0 (1.05, 0.62, 1.78). I risultati sono stati simili per i sottotipi di ictus ischemico ed emorragico.

Fonte:

Circulating biomarkers of dairy fat and risk of incident stroke in US men and women in 2 large prospective cohorts. Yakoob, Mohammad Y., et al. The American Journal of Clinical Nutrition (2014): ajcn-083097.