

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

IMPORTANZA DELLA DIETA MEDITERRANEA NELLA PREVENZIONE DEL CANCRO DELLA PROSTATA

Autori italiani hanno valutato il ruolo della dieta mediterranea nella prevenzione del cancro della prostata. Questo tumore può avere un rapporto con errori alimentari, in particolare con una dieta ricca in grassi. Viceversa, l'attenzione dei ricercatori è oggi rivolta al ruolo protettivo svolto dai micronutrienti e dagli antiossidanti. È possibile, infatti, che le vitamine D ed E, il licopene, il selenio, lo zinco, i polifenoli, gli isoflavonoidi ed i fitoestrogeni (in particolare il tè verde ed i derivati della soia) svolgano un importante ruolo protettivo. L'obiettivo di prevenzione, non solo verso la patologia cardiovascolare ma anche verso quella oncologica, può quindi essere raggiunto attraverso l'integrazione della tradizionale dieta mediterranea con questi antiossidanti e micronutrienti.

Fonte:

Miano L. Mediterranean diet, micronutrients and prostate carcinoma: a rationale approach to primary prevention of prostate cancer. Arch Ital Urol Androl 2003 Sep.; 75:166-178