

AGGIORNAMENTO SCIENTIFICO

RUOLO DELLA FRUTTA E DELLA VERDURA NELLA PREVENZIONE DEL CANCRO: EFFETTO NEL TEMPO

Autori inglesi hanno misurato l'assunzione settimanale di frutta, verdura, vitamina C, carotene, retinolo in famiglie di aree rurali ed urbane in Scozia ed Inghilterra dal 1937 al 1939. La popolazione studiata era di 4.999 soggetti; di questi, 3.878 sono stati seguiti e valutate le loro abitudini alimentari e sociali. Sono stati osservati complessivamente 483 casi di tumore. I ricercatori hanno osservato come l'aumento della assunzione di frutta nell'infanzia sia associato ad una riduzione del rischio di incidenza di cancro. Gli autori concludono lo studio affermando che l'abitudine di assumere frutta durante l'infanzia determina un effetto protettivo di lunga durata sul rischio di cancro, che continua fino all'età adulta.

Fonte:

J Epidemiol Community Health March 2003