



Cancro, dall'olio al torrone: ecco i cibi di Natale booster di immunoterapia

Descrizione

(Adnkronos) L'alimentazione non è solo una chiave di prevenzione, ma può diventare un'alleata in modalità booster nel percorso terapeutico di precisione contro il cancro. Specifiche molecole contenute in alcuni alimenti, tra cui anche cibi tipicamente natalizi, possono infatti agire come veri e propri interruttori per il sistema immunitario, potenziando l'efficacia dell'immunoterapia: dall'acido oleico contenuto nell'olio d'oliva e nella frutta secca, fino al fruttosio dei fichi secchi e dei datteri, al miele (alla base di struffoli e torrone), per concludere con l'acido trans-vaccenico che si trova nella carne e nei latticini provenienti da animali da pascolo. Prodotti, naturalmente, da consumare con moderazione, precisano gli esperti.

A fare il punto su quali siano gli alimenti alleati e quali no, sono stati gli specialisti riuniti recentemente a Napoli in occasione della XVI edizione del Melanoma Bridge e della XI edizione dell'Immunotherapy Bridge, due eventi internazionali dedicati all'immunoterapia.

Per decenni, la relazione tra dieta e cancro è stata spesso ridotta a divieti e avvertimenti diceva Paolo Ascierto, professore ordinario di Oncologia all'Università Federico II di Napoli e presidente della Fondazione Melanoma Onlus. Oggi, una serie crescente di ricerche scientifiche sta rivoluzionando questa prospettiva, dimostrando che nel cibo possono celarsi sostanze che agiscono da booster dei trattamenti, potenziando l'efficacia dell'immunoterapia.

Un recente studio apparso sulla rivista *Signal Transduction and Targeted Therapy*, del gruppo di Nature, ha rivelato come la qualità dei grassi assunti possa programmare la nostra immunità antitumorale. Un gruppo di ricercatori dell'Università di Hong Kong ha scoperto che l'acido oleico, grasso monoinsaturo fondamentale della dieta mediterranea, è in grado di ripristinare la funzionalità delle cruciali cellule gamma delta T del nostro sistema immunitario, compromessa dall'eccessiva presenza di acido palmitico (un grasso saturo).

Gli scienziati cinesi commenta Ascierto hanno scoperto che l'acido oleico, di cui è ricco l'olio d'oliva, è presente ad esempio anche nell'avocado e nella frutta secca (come noci e mandorle), è in grado di ricaricare queste cellule T, potenziando la loro aggressività contro i

tumori. Al contrario gli acidi grassi saturi, come l'acido palmitico presente in alimenti trasformati, olio di palma e carni grasse, tendono a promuovere l'infiammazione e lo stress ossidativo. In sostanza, la corretta scelta dei grassi nel nostro regime alimentare sembra determinare se le nostre cellule T saranno armate o disarmate nella lotta contro le cellule maligne.

Se la bilancia tra grassi saturi e insaturi è cruciale, va considerato anche il ruolo rivalutato di uno zucchero semplice: il fruttosio. Per lungo tempo associato alla crescita di alcuni tumori, uno studio condotto a Shanghai e pubblicato su *Cell Metabolism* ha rivelato una realtà più sfumata: una dieta ricca di fruttosio può essere in grado di rafforzare la risposta immunitaria contro il cancro.

Lo studio ha dimostrato che il fruttosio alimentare, che si trova in alimenti come i natalizi fichi secchi e datteri, promuove l'immunità antitumorale delle cellule aumentando l'attività dei linfociti T CD8+, le cellule killer responsabili di identificare e uccidere le cellule tumorali specifica Ascierto. Questo potenziamento è mediato dalla produzione di leptina, l'ormone della sazietà.

Ma l'oncologo tiene a precisare: Lo studio non indica che fare incetta di zuccheri aiuti automaticamente a contrastare il tumore. I risultati suggeriscono piuttosto che il fruttosio potrebbe essere sfruttato in modo mirato. Non a caso, Ascierto è impegnato in un progetto di ricerca Airc volto a migliorare la risposta clinica all'immunoterapia nel melanoma, perfezionando la composizione del microbiota intestinale attraverso la combinazione di dieta mediterranea e integrazione alimentare con fruttosio e fibre idrosolubili.

Un altro nutriente sotto la lente è l'acido trans-vaccenico (Tva), una molecola che l'organismo umano non produce da solo e che si trova nella carne e nei latticini provenienti da animali da pascolo. Uno studio dell'università di Chicago ha riabilitato, almeno in parte, il consumo di questi alimenti, scoprendo che il Tva è in grado di rafforzare la risposta immunitaria contro il cancro. Il meccanismo è duplice: spiega Ascierto. Il Tva inibisce un recettore (il Gpr43) solitamente attivato da acidi grassi dannosi, e contemporaneamente attiva un percorso Creb, che migliora la sopravvivenza e la differenziazione cellulare. I risultati clinici sono promettenti: i pazienti con livelli elevati di Tva circolante nel sangue hanno risposto meglio all'immunoterapia, comprese le terapie con cellule Car-T. Ciò che conta è il nutriente Tva e la sua eventuale assunzione nelle dosi giuste, non la sua fonte (carne e latticini) che sottolinea Ascierto. L'obiettivo non è eccedere nel consumo di carne rossa, ma utilizzare il Tva come supplemento alimentare per massimizzare l'efficacia dei trattamenti.

Questi studi, dal bilanciamento dei grassi alla modulazione operata da fruttosio e Tva dimostrano che l'interazione tra dieta e sistema immunitario non è un concetto banale, ma una complessa rete biochimica. La ricerca si sta muovendo verso la definizione di una vera e propria dieta da combattimento personalizzata, conclude Ascierto. Sono necessari ulteriori studi per comprendere esattamente se e come sfruttare nutrienti specifici per rafforzare l'azione del nostro sistema immunitario contro il cancro. L'obiettivo finale è trasformare il cibo in una medicina di precisione, ampliando le opportunità di trattamento per i pazienti oncologici.

?

salute

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

Tag

1. Ultimora

Data di creazione

Dicembre 23, 2025

Autore

redazione

default watermark