Dalla rucola un aiuto contro obesitÃ e glicemia alta, lo studio

Descrizione

default watermark

(Adnkronos) â??
Una sostanza naturale contenuta nella rucola potrebbe aiutare a contrastare lâ??aumento di peso e gli effetti di una dieta troppo ricca di grassi. Ã? quanto emerge da uno studio pubblicato sulla rivista scientifica â??Phytotherapy Researchâ?? e coordinato dallâ??UniversitÃ di Pisa, che ha analizzato gli effetti della glucoerucina, una molecola presente nelle verdure della famiglia delle Brassicaceae, come rucola, broccoli e cavoli.

Ricercatori e ricercatrici hanno studiato su un modello murino di obesitÃ indotta da una dieta ricca di grassi gli effetti della glucoerucina, confrontando i risultati con un gruppo di controllo. Dopo dieci settimane, il gruppo che aveva assunto la sostanza mostrava un minore aumento di peso rispetto al gruppo di controllo, insieme a valori piÃ¹ bassi di glicemia e trigliceridi e a un ridotto accumulo di grasso addominale.

La sperimentazione ha mostrato anche cambiamenti importanti nel tessuto adiposo. Le cellule del tessuto adiposo risultavano piÃ¹ piccole, meno infiammate e piÃ¹ attive nel consumare energia. La glucoerucina ha infatti favorito cambiamenti nel grasso bianco, promuovendo un processo definito â??browningâ?•, che lo rende piÃ¹ simile al grasso bruno e il metabolismo piÃ¹ efficiente perchÃ© aumenta il consumo energetico dellâ??organismo.

â??Abbiamo visto che la glucoerucina non si limita a ridurre lâ??accumulo di grasso, ma sembra rendere il tessuto adiposo piÃ¹ attivo dal punto di vista energeticoâ?•, spiega la professoressa Lara Testai del Dipartimento Farmacia dellâ??UniversitÃ di Pisa. â??Questo significa che lâ??organismo diventa piÃ¹ efficiente nel consumare calorie invece di accumularleâ?•. La ricerca ha inoltre rilevato livelli piÃ¹ alti di irisina associati al consumo di glucoerucina. Lâ??irisina Ã¨ un ormone prodotto dai muscoli che stimola il consumo di energia e aiuta lâ??organismo a bruciare piÃ¹ calorie.

â??La rucola Ã¨ un alimento molto comune della dieta mediterranea, ma contiene molecole ancora poco conosciuteâ?•, aggiunge il professore Vincenzo Calderone del Dipartimento di Farmacia â??I nostri risultati mostrano che alcune sostanze naturali presenti negli alimenti, ed in particolare molti composti naturali solforati â?? come la glucoerucina â?? che il nostro gruppo di ricerca studia ormai da

EI SRL - P.IVA IT16017671005

diversi anni, possono influenzare il nostro metabolismoâ?•.

Lo studio ha coinvolto dipartimenti di Farmacia e Scienze Veterinarie dellâ??UniversitÃ di Pisa: il gruppo di Farmacia si Ã¨ occupato dello studio sul modello murino e delle analisi metaboliche e molecolari, mentre il gruppo di Veterinaria ha curato le analisi istologiche sul tessuto adiposo. Alla ricerca hanno collaborato anche il Crea â?? Centro di Ricerca Cerealicola e Colture Industriali di Bologna, che si Ã¨ occupato dellâ??estrazione della glucoerucina e lâ??UniversitÃ di Firenze e lâ??UniversitÃ Federico II di Napoli.

â??

cronaca

webinfo@adnkronos.com (Web Info)

Categoria

1. Comunicati

default watermark

Tag

1. Ultimora

Data di creazione
Giugno 20, 2026
Autore
redazione