L'assunzione di pesce protegge dal cancro

Data 30 ottobre 1999
Categoria oncologia

Anche in quantità modeste previene tumori dell'apparato gastrointestinale

29.7.1999
È italiana la ricerca che ha consentito la scoperta: l'assunzione di pesce, anche in piccole quantità, sembra avere effetto protettivo nei confronti di alcuni tumori, in particolare del tratto gastrointestinale.
Lo studio - effettuato dai ricercatori dell'Istituto di ricerche farmacologiche Mario Negri di Milano e del Centro di riferimento oncologico di Aviano in collaborazione con l'Università di Barcellona - è apparso nell'ultimo numero di "The American Journal of Clinical Nutrition." Oltre 10.000 pazienti oncologici, ricoverati tra il 1983 e il 1996 all'Istituto Nazionale Tumori e all'Ospedale Maggiore di Milano, sono stati suddivisi in base al diverso tipo di tumore diagnosticato ed esaminati in parallelo a un gruppo di controllo, costituito da circa 8000 pazienti, anch'essi ricoverati negli stessi ospedali, ma per patologie non oncologiche.
Durante la degenza, per ogni paziente sono stati raccolti, tramite un elaborato questionario, i dati relativi alle abitudini alimentari e alla frequenza di assunzione degli specifici alimenti, con particolare riferimento al pesce, nell'ultimo anno prima della diagnosi di tumore o dell'ammissione in ospedale (per i soggetti di controllo). Le analisi statistiche hanno consentito di associare e confrontare tra loro tutti i dati raccolti, tenendo in considerazione anche diversi altri parametri, quali caratteristiche personali, fattori sociodemografici e abitudini di vita (fumo, alcool, caffè).
Il risultato dello studio sembra indicare una consistente correlazione inversa tra assunzione di pesce e insorgenza di alcuni tumori del tratto digerente, come quelli della cavità orale, della faringe, dell'esofago, dello stomaco, del colon e del retto. Oltre ai noti effetti benefici del pesce sul rischio di malattie cardiovascolari, abbiamo oggi dunque un motivo in più per non dimenticarlo nella nostra dieta.
Le Scienze www.lescienze.it