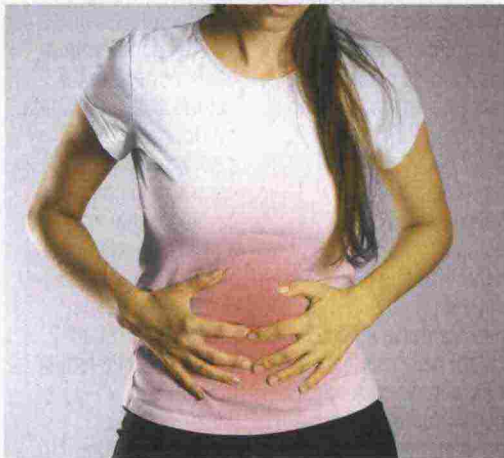


VEGANI, VEGETARIANI O ONNIVORI: LA FLORA INTESTINALE NON CAMBIA

UNO STUDIO DELL'ISTITUTO
ZOOPROFILATTICO
SPERIMENTALE DELLE
VENEZIE SPIEGA IL PERCHÉ



Il microbiota è l'insieme dei microrganismi che abitano una parte dell'organismo umano, dal cuoio capelluto alle dita dei piedi. Di essi, quelli più numerosi e "interessanti" sono i **microbiota intestinali**: centinaia di specie, che si sono evolute insieme all'uomo. Questi microrganismi svolgono molte funzioni: per esempio, demoliscono i polisaccaridi della fibra alimentare che i nostri enzimi non sono in grado di scindere e, come "guardiani", difendono l'intestino contrastando l'azione dei batteri patogeni. Ma esiste una differenza nella flora batterica intestinale a seconda del regime dietetico? I ricercatori dell'Istituto Zooprofilattico Sperimentale delle Venezie hanno cercato di rispondere al quesito, coinvolgendo in uno studio 101 volontari normopeso che seguivano una dieta onnivora, vegetariana o vegana, a cui è stato chiesto di fornire il proprio diario alimentare e un campione fecale. I risultati hanno reso evidente che **il tipo di dieta seguita non è sufficiente ad indicare significative differenze nel microbiota intestinale**, soprattutto se, come nel caso del campione di volontari, questa risulta comunque ricca in grassi. Nessuna delle tre tipologie di dieta dunque, per il momento, ha vinto la sfida della salute.



Ritaglio stampa ad uso esclusivo del destinatario, non riproducibile.