UNA DIETA BIOLOGICA RIDUCE ALLERGIE, ASMA ED ECZEMA NEI BAMBINI
venerdì 23 novembre 2007
Uno studio olandese pubblicato sul British Journal of Nutrition conferma: un'alimentazione biologica è migliore per la
salute dei bambini

Un gruppo di scienziati britannici sta sollecitando le autorità sanitarie a dichiarare ufficialmente la superiorità nutrizionale del
latte biologico, grazie al suo maggior contenuto di vitamine e acidi grassi essenziali.
Gli scienziati hanno scritto alla Food Standards Agency chiedendo di riconoscere che il latte biologico è non solo esente
da antibiotici, ma è anche molto più ricco di acidi grassi essenziali come l'omega 3, che aiuta lo sviluppo cerebrale nei
bambini.
Anche uno studio scientifico realizzato in Danimarca l'anno scorso ha indicato che il latte biologico ha livelli elevati di
vitamina E (il 50% in più di quello convenzionale, di acidi grassi essenziali omega 3, di sostanze antiossidanti naturali e
il 75% in più di betacarotene (che il nostro organismo trasforma in vitamina A).

Ulteriori conferme giungono ora da uno studio olandese pubblicato sull'autorevole British Journal of Nutrition: le mamme
che durante la gravidanza e l'allattamento bevono latte biologico aiutano i loro bambini a combattere eczema, asma e
allergie.
Lo studio suggerisce che queste circostanze possono registrarsi anche se il bambino beve direttamente il latte biologico.

Lo studio scrive letteralmente "il consumo di latticini biologici, nel quadro di una dieta biologica, è associato con la
riduzione dell'incidenza dell'eczema".
L'attenzione sull'aumento globale di eczema ed asma nei paesi a dieta occidentale sta crescendo (si ritiene che ne
presenti i sintomi un terzo dei bambini): in un quadro di inquinamento generalizzato e di smog, la condizione di un
bambino asmatico desta più di qualche preoccupazione.

Assobio
http://www.assobio.it
Realizzata con Joomla!
Generata: 6 September, 2010, 23:34

Il lavoro scientifico, realizzato dall'Università di Maastricht e dal Louis Bolk Institute di Driebergen nel progetto di ricerca
Koala (sigla che in olandese sta per "Bambini, genitori e salute: stili di vita e costituzione genetica") è stato avviato nel
2000 ed ha coinvolto 2.764 bambini e i loro genitori.
I ricercatori hanno precisato: "Uno studio di questo tipo si doveva realizzare da tempo: il numero di consumatori che
preferisce acquistare prodotti biologici, ritenendoli più salutari e sicuri, è in costante e rapida crescita, ma gli studi che
valutano gli effetti di un'alimentazione biologica non erano molti".

I ricercatori ritengono che le madri che bevono latte biologico producono latte materno che fornisce una certa protezione
se non l'immunità contro le sostanze allergeniche.
Hanno misurato il consumo di alimenti biologici, l'eczema e le difficoltà respiratorie legate all'asma nei bambini fino a due
anni dìeta, usando questionari periodici compilati dai genitori a date fisse.
La dieta è stata definita come convenzionale (meno del 50% di alimenti biologici), moderatamente biologica (50-90%) e
rigorosamente biologica (più di 90%).
I ricercatori hanno rilevato che l'influenza delle diete biologiche dei bambini e delle madri sono strettamente collegati:
"Non possiamo escludere la possibilità che il minor rischio di eczema nei bambini che usano latticini biologici sia dovuto
all'alto consumo degli stessi da parte della madre, che ha conferito loro una protezione già nel periodo intrauterino oltre
che durante la lattazione."

Hanno anche preso in esame studi preliminari che mostrano minori incidenze di eczema, allergie e asma in bambini di
famiglie che consumano alimenti biologici, usano pochi antibiotici e i piccoli sono stati allattati al seno più a lungo.

Un gran numero di ricerche agronomiche e biologiche confermava già quello che il buonsenso suggeriva: l'agricoltura
Assobio
http://www.assobio.it
Realizzata con Joomla!
Generata: 6 September, 2010, 23:34

biologica è più sana e più amichevole nei confronti dell'ambiente.

Il recentissimo lavoro dei ricercatori olandesi conferma che il consumo di prodotti biologici incide beneficamente anche
sulla salute umana.

Ulteriori dettagli sulla ricerca olandese
Potete leggere il testo (in inglese) dell'articolo pubblicato sul British Journal of Nutrition qui.
Per contattare gli autori:
Dr Lucy van de Vijver, PhD, tel +31 343 - 523 872 l.vandevijver@louisbolk.nl.
Assobio
http://www.assobio.it
Realizzata con Joomla!
Generata: 6 September, 2010, 23:34