



Milano, 20 dicembre 2017 - Il benessere del nostro cuore passa anche dall'intestino, o meglio dall'equilibrio del suo ecosistema. Lo dimostrano studi recenti, presentati durante l'ultimo congresso della SIMG, la Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure Primarie, a Firenze, nel simposio “Ruolo, scelta e appropriato uso degli integratori nel trattamento dell'ipercolesterolemia e nel rischio cardiovascolare basso e moderato”.

Le ricerche rivelano che specifici probiotici, se assunti in quantità adeguate, possono portare benefici evidenti all'organismo e soprattutto possono evitare che si creino degli squilibri, a livello intestinale, che possono portare alla progressione dei fattori di rischio cardiovascolare.

Il prof. Edoardo Felisi, docente del Master Prodotti Nutraceutici, dipartimento di Scienze del Farmaco, dell'Università degli Studi di Pavia, spiega infatti che “i probiotici sono microorganismi vivi e vitali e, aggiunti ad alimenti o a integratori, devono essere assunti in quantità adeguate, così da garantire l'eubiosi, cioè l'equilibrio della composizione qualitativa del microbiota intestinale. Questo permette di far funzionare correttamente l'organismo. Al contrario, la disbiosi è la perdita di questo equilibrio, determinato da una variazione qualitativa e quantitativa del microbiota intestinale”.

Intervenendo sul microbiota si possono controllare anche diverse patologie sistemiche, a partire dal diabete di tipo 2, ma anche obesità, sindromi metaboliche e malattie infiammatorie del sistema nervoso centrale.

In particolare, uno studio ha dimostrato l'importanza dell'assunzione di un probiotico specifico che agisce sulla riduzione dell'ipercolesterolemia e quindi del rischio cardiovascolare.

Il prof. Paolo Magni, docente di Patologia Clinica, dipartimento di Scienze farmacologiche e biomolecolari, Università degli Studi di Milano commenta: “È stato condotto uno studio clinico con un nutraceutico contenente un probiotico e riso rosso fermentato in una popolazione con modesta o moderata ipercolesterolemia e quindi soggetta a rischio cardiovascolare. I risultati rivelano che il nutraceutico, rispetto al placebo, riduce il colesterolo cattivo (LDL) del 26%; si è inoltre osservato che il colesterolo non HDL (colesterolo aterogenico) si riduce del 24%; questo è un importante effetto sulla riduzione del rischio cardiovascolare, in quanto la colesterolemia totale viene ridotta del 17%”.

Entrando nel dettaglio, il professor Magni specifica che “un particolare nutraceutico, il Bifidobacterium

Longum BB536 - uno dei ceppi ad attività probiotica più studiati - rende insolubile il colesterolo, che non viene di conseguenza riassorbito a livello intestinale e pertanto non raggiunge il fegato, ma viene eliminato nelle feci”.

“Secondo lo studio clinico citato, l'azione sinergica del probiotico, efficace nella riduzione dell'assorbimento del colesterolo, e di un prodotto naturale che riduce la produzione di colesterolo, come la Monacolina K, ottenuta dal processo di fermentazione del riso rosso, si è rivelata altamente efficace - conferma il dott. Gerardo Medea della Società Italiana di Medicina Generale e delle Cure primarie in Area metabolica - Studi come questo sono un elemento fondamentale per i Medici di Medicina Generale nella scelta quotidiana del prodotto, in questo caso del probiotico più adatto ai pazienti con basso o moderato rischio cardiovascolare, purché non abbiano bisogno di farmaci”.