

**Trovata una correlazione tra consumo di latte (anche scremato) e acne (diagnosticata da un medico) negli adolescenti**

Inviato da : societavegetariana

\_MD\_POSTEDON20/9/2012 1:30:00

**27/08/2012** - (articolo del J Am Acad Dermatol **2005**; 52:207-14.)

**Fonti:**

- 1) [SSNV-Società Scientifica di Nutrizione Vegetariana](#)
- 2) [il sito di Nutritionfacts](#)
- 3) [il testo originale](#)
- 4) Su [You Tube](#) il video in cui il dottor Michael Greger tratta la questione

**Link correlati**

Il dottor Michael Greger ha già trattato questo argomento in altri interventi video, ad es.

- <http://nutritionfacts.org/video/dairy-hormonal-interference>

**Titolo ed Autori della ricerca**

“High school dietary dairy intake and teenage acne”

Clement A. Adebamowo, MD, ScD, Donna Spiegelman, ScD, F. William Danby, MD

A. Lindsay Frazier, MD, Walter C. Willett, MD, DrPH, and Michelle D. Holmes, MD, DrPH  
(Boston, Massachusetts; Hanover, New Hampshire; Ibadan, Nigeria)

**IL TESTO:**

La **conclusione di questi tre studi, effettuati su 47.355 donne**, con riferimenti bibliografici a 47 libri/studi ([vedi pag.8](#)) è chiara:

We found a positive association with acne for intake of total milk and skim milk. We hypothesize that the association with milk may be because of the presence of hormones and bioactive molecules in milk ( J Am Acad Dermatol 2005; 52:207-14.)

**traduzione:** “Abbiamo trovato una correlazione positiva con l'acne per l'assunzione di latte totale e latte scremato. Ipotizziamo che l'associazione con il latte può essere a causa della presenza di ormoni (\*) e molecole bioattive(\*\*) nel latte”.

*(\*) ci si riferisce al contenuto di ormone sessuale steroideo che si trova di solito nel latte vaccino, il naturale ormone presente nel latte, senza utilizzo di ulteriori ormoni nell'allevamento degli animali, in particolare modo nel latte scremato*

*(\*\*) [Le molecole bioattive](#) contenute negli alimenti sono in grado di mediare i processi metabolici nell'organismo umano intervenendo, direttamente o indirettamente, nella regolazione dell'espressione genica.*

Lo Studio Nurses', condotto all' **Università di Harvard** e pubblicato sull'autorevole rivista dell'American Academy of Dermatology, è stato finanziato in parte nientemeno che dal National Dairy Council stesso (NdT: l'organismo nazionale dell'industria lattiero casearia), ha evidenziato **un'associazione tra assunzione di latte nell'adolescenza e la comparsa di una grave acne giovanile (diagnosticata da un medico).**

**Tale associazione è ancora più pronunciata nel caso di latte scremato**, rispetto ad altri tipi di latte e la causa potrebbe essere dovuta alla maggiore concentrazione di estrogeni del latte scremato.

I ricercatori, infatti, hanno trovato quindici ormoni sessuali steroidei nel latte disponibile in commercio e i livelli più elevati sono proprio nel latte scremato, **rispetto al latte intero e a quello al due per cento.**

Questo studio è stato condotto intervistando un certo numero di donne su cosa mangiassero molti anni prima, quando frequentavano le scuole superiori, ma la maggior parte non riusciva a ricordarlo. Pertanto, l'anno seguente i ricercatori dell'Università di Harvard hanno deciso di studiare in modo più diretto la correlazione tra consumo di latte e acne nelle ragazze adolescenti, seguendo per alcuni anni seimila adolescenti di età compresa tra i nove e i quindici anni ed arrivando sempre allo stesso risultato, ovvero l'esistenza di un forte legame tra assunzione di latte ed acne.

Forse il problema riguarda solo le ragazze?

Per accertarsene, i ricercatori hanno deciso di effettuare uno studio nei ragazzi adolescenti e ancora una volta hanno trovato un forte legame tra l'assunzione di latte scremato e acne.

**Questo non sembra dipendere da iniezioni dell'ormone bovino della crescita o da steroidi usati negli allevamenti, si tratta solamente del naturale contenuto del latte.**

Non dobbiamo sorprenderci se **il latte ha un contenuto così alto di ormoni che stimolano la crescita**, il latte in fin dei conti è fatto apposta per far crescere.

*(Traduzione a cura della dr.ssa Roberta Bichi)*