

L'inibizione dal danno causato dalla carne fritta al DNA colonrettale e dalla genotossicità sistemica alterata nell'uomo grazie a crucifere, clorofilla e yogurt

Inviato da : societavegetariana

_MD_POSTEDON27/2/2014 12:50:00

26/02/2014 - Fonte:

L' articolo originale intero (risale al 2011) sulla rivista scientifica [PLoS One](#)

Autori n.12 = Daniel T. Shaughnessy, Lisa M. Gangarosa, Barbara Schliebe, David M. Umbach, Zongli Xu, Beth MacIntosh, Mark G. Knize, Peggy P. Matthews, Adam E. Swank, Robert S. Sandler, David M. DeMarini, Jack A. Taylor

Titolo

Inhibition of Fried Meat-Induced Colorectal DNA Damage and Altered Systemic Genotoxicity in Humans by Crucifera, Chlorophyllin, and Yogurt

(L'inibizione dal danno causato dalla carne fritta al DNA colonrettale e dalla genotossicità sistemica alterata nell'uomo **grazie** a crucifere, clorofilla , e yogurt)

Pubblicato sulla rivista scientifica

PLoS One – 25.04.11

IL TESTO (con 49 studi di riferimento)

continua la lettura...

Rilevano i ricercatori che il tipo di alimenti usati per mangiare implica la riduzione o causa rischio per il cancro del colon-retto, e possono anche ridurre o causare danni al DNA nel tessuto del colon. Alcuni soggetti sono stati assegnati in modo casuale a diete regimi contenenti carne cotta sia a bassa (100 ° C) o ad alta temperatura (250 ° C), ciascuno per 2 settimane.

Altri sono stati assegnati a regimi dietetici a base di carne cotta ad alte temperature (da solo) o in associazione con verdure crocifere , yogurt e compresse di clorofillina.

La carne cotta a bassa temperatura aveva livelli non rilevabili di ammine eterocicliche (HCA) (* per il significato vedi a fine articolo) e non era mutageno , le carni cotta ad alta temperatura aveva elevati livelli di HCA ed era altamente mutagena .

La dieta inibitore (verdure crocifere , yogurt e compresse di clorofillina) aveva diminuito quasi due volte il danno al DNA nelle cellule del colon-retto bersaglio . A nostra conoscenza - scrivono i ricercatori - questa è la prima dimostrazione che i fattori dietetici possono ridurre il danno del DNA nel tessuto bersaglio di carne fritta (carcinogenesi associata)

Nelle loro conclusioni (pag 9 della relazione – [qui](#) - leggi evidenziato in giallo)

essi indicano che la carne cotta ad alta temperatura aumenta mutagenicità nelle urine e nelle feci e che il consumo di yogurt, verdure crocifere riduce l' alterata mutagenicità urinaria e fecale e il danneggiamento del DNA delle cellule colonrettale.

.....Mangiare veg per credere.

(*)ammine eterocicliche Le ammine eterocicliche (o HCA) sono composti chimici: alcune rivestono la funzione biologica di vitamine, mentre altre sono cancerogene.