

Assunzione di latte e rischio di mortalità e di fratture nelle donne e negli uomini: studi di coorte

Inviato da : societavegetariana

_MD_POSTEDON24/9/2015 19:40:00

Assunzione di latte e rischio di mortalità e di fratture nelle donne e negli uomini: studi di coorte

24/09/2015 - Fonte:

British Medical Journal

(clicca [qui](#))

(o scarica [qui](#) il documento in pdf)

Autori

Karl Michaëlsson, Alicja Wolk, Sophie Langenskiöld, Samar Basu, Eva Warensjö Lemming, Håkan Melhus, Liisa Byberg

Titolo

Milk intake and risk of mortality and fractures in women and men: cohort studies.

Assunzione di latte e rischio di mortalità e di fratture nelle donne e negli uomini: studi di coorte.

Pubblicato su

BMJ (British Medical Journal) il 28/10/2014

[Leggi i dettagli](#)

Nelle conclusioni, (leggibili [qui](#) a pag 2, evidenziate in giallo) i ricercatori scrivono:

"Elevata assunzione di latte è stata associata con mortalità più alta (per uomini e donne) e con una maggiore incidenza di fratture (nelle donne) "

Lo studio è stato condotto su più di 100.000 soggetti (61.433 donne e 45.339 uomini sono stati osservati per molti anni, in relazione alle loro abitudini alimentari).

Nella loro relazione è scritto:

- Because of the high content of lactose in milk, we hypothesised that high consumption of milk may increase oxidative stress, which in turn affects the risk of mortality and fracture.

- A causa dell'elevato contenuto di lattosio nel latte, abbiamo ipotizzato che un alto consumo di latte può aumentare lo stress ossidativo, che a sua volta influenza il rischio di mortalità e fratture.

ed ancora:

- A high intake of milk might, however, have undesirable effects, because milk is the main dietary source of D-galactose. Experimental evidence in several animal species indicates that chronic exposure to D-galactose is deleterious to health

- Un'elevata assunzione di latte potrebbe, tuttavia, avere effetti indesiderati, perché il latte è la

principale fonte alimentare di D-galattosio. Evidenze sperimentali in diverse specie animali, indicano che l'esposizione cronica a D-galattosio è deleteria per la salute.