IL PUNTO COLDIRETTI
GIORNALE DI INFORMAZIONE PER LE IMPRESE DEL SISTEMA AGROALIMENTARE
[www.ilpuntocoldiretti.it]

Consumare pomodoro riduce il rischio di tumore alla prostata

Il consumo di pomodoro riduce del 20 per cento le possibilità di tumore alla prostata. Ad affermarlo è una ricerca congiunta delle Università di Cambridge e Oxford, secondo la quale una riduzione significativa del cancro prostatico sarebbe dovuta al ruolo antiossidante del licopene.

Secondo lo studio, pubblicato sulla rivista Cancer, Epidemiology, Biomarkers&Prevention, sono necessarie 10 porzioni alla settimana di pomodoro, per arrivare a diminuire di un quinto questo tipo di tumori alla prostata. La ricerca ha analizzato 1800 uomini inglesi tra i 50 e i 69 anni, con tumore alla prostata, e li ha confrontati con un gruppo analogo ma senza cancro.

Il pomodoro sembra dunque confermare le proprietà salutistiche attribuite al licopene, il caratteristico pigmento che conferisce il colore rosso intenso all'ortaggio. I dati sull'attività fisica (frequenza) invece non sembrano associati ad una azione preventiva, al contrario della dieta (quella con maggiore consumo di frutta, verdura e fibre è associata ad una riduzione del tumore alla prostata).