

LA BUONA VITA / SALUTE / BENESSERE

Contro il cancro? L'ASPIRINA

di Gianna Melis

Per tre anni 77mila pazienti europei, di entrambi i sessi, in terapia con bassi dosaggi di aspirina per problemi cardiovascolari, sono stati monitorati da diversi centri clinici europei di ricerca, tra cui l'Istituto auxologico italiano e il Mario Negri di Milano. Scopo dello studio, verificare se la somministrazione quotidiana di aspirina, per lunghi periodi, diminuisce il rischio di sviluppare un tumore. La ricerca ha rilevato che, dopo tre anni di assunzione, una bassa dose giornaliera del medicinale sembra sufficiente a ridurre del 23 per cento i casi di cancro, sia nei maschi sia nelle femmine.

Non solo: tra i soggetti sotto osservazione la mortalità per cancro è stata nettamente inferiore rispetto al resto della popolazione. Dunque, l'aspirina protegge il cuore e, al tempo stesso, diminuisce il rischio di sviluppare un cancro. Questa azione benefica era già stata rilevata per



il cancro del colon-retto, ma ora sembrerebbe confermata per qualsiasi tipo di tumore. Comunque, la cautela non è mai troppa: sono necessari ulteriori studi per avere del tutto la certezza che l'aspirina svolga un'azione antitumorale.
Info: (www.thelancet.com)

Bellezza solidale

La Fondazione **Just** Italia finanzia la ricerca sui tumori ossei infantili dell'ospedale Meyer di Firenze. Lo stanziamento previsto è di 200mila euro, destinato a coprire i costi dei collaboratori, della strumentazione tecnica e dei test clinici. Per sostenere l'iniziativa e aumentare la cifra stanziata, la Fondazione ha ideato il kit **Raggi di colore**, una trousse che contiene tre creme: una per le distorsioni, una per il viso e una per i piedi. La trousse, venduta solo a domicilio, costa 18 euro, 1,50 dei quali verranno devoluti a favore dell'ospedale Meyer.

(Per ordinazioni:
tel. 045/8658111, www.just.it).

La dieta dell'allegria

Si allarga il ventaglio delle "sostanze della felicità": ai neurotrasmettitori (serotonina, dopamina e noradrenalina) si aggiungono gli antiossidanti, dotati di specifici poteri antidepressivi. «La notizia», spiega Giovanni Scapagnini, biochimico dell'Università del Molise «ha trovato conferma nell'ultimo congresso della Società europea di neurofarmacologia, dove sono emerse le proprietà salva-tumore di polifenoli vegetali (curcumina, catechine del tè), vitamina C (pomodori, agrumi, kiwi, peperoni) ed E (semi, germe di grano).

Marilisa Zito

Info: (www.integratoriebenessere.it)

1,2 miliardi

la quantità di uova consumate ogni anno in Italia. Il che equivale a circa 220 a persona. In tutto, le galline ovaiole sono 49 milioni.



Il peso delle droghe

I ragazzi grassi, oltre a rischiare le patologie causate dai chili di troppo, consumano più droghe rispetto ai coetanei magri. È il risultato di uno studio dell'Istituto di fisiologia clinica del Consiglio nazionale delle ricerche di Pisa su 33mila studenti tra i 15 e i 19 anni. «Gli adolescenti in sovrappeso consumano circa il doppio di cocaina, eroina e allucinogeni rispetto ai normopeso, mentre questi ultimi fumano più cannabis rispetto a chi non è in forma», spiega Sabrina Molinaro, coordinatrice della ricerca. Sembra che la maggiore attrazione verso droghe e alcol sia legata alla scarsa autostima e alle relazioni interpersonali insoddisfacenti.

Viola Luini

Info: (www.area.pi.cnr.it)

AL POSTO DEGLI ANTINFIAMMATORI

La condroitina, venduta in Europa come farmaco e negli Stati Uniti come integratore, viene consigliata da anni per alleviare i sintomi dell'artrosi, anche se alcune ricerche ne hanno messo in dubbio l'efficacia. Uno studio recente, condotto su oltre 160 pazienti con dolori alla mano e pubblicato su *Arthritis & rheumatism*, dimostra che, se presa per almeno tre mesi, contribuisce ad alleviare di molto i sintomi dolorosi. Per chi riesce a resistere nell'attesa che faccia effetto potrebbe dunque rappresentare un'alternativa agli antinfiammatori, anche perché non ha alcuna tossicità.

Agnese Codignola



Gettyimages, Corbis