

LO STUDIO FA FELICI GLI ESPERTI DEL SETTORE

Indice glicemico basso il riso non danneggia i malati di diabete

Una ricerca di Ente, ateneo di Pavia e Politecnico sfata un mito ricorrente: "Risultato sorprendente"

Il riso italiano vince la sfida contro il diabete. Una ricerca condotta da Ente Risi, Università di Pavia e Politecnico di Torino ha permesso di dimostrare - e sfatare un mito - secondo cui il riso ha un indice glicemico alto ed è quindi inadatto all'alimentazione dalle persone diabetiche. Con due progetti scientifici innovativi, i primi al mondo sui risi giapponesi (categoria del Carnaroli e Vialone Nano), è stato scoperto il corretto valore di indice glicemico di alcune varietà italiane, risultato basso. Possono essere quindi consumate dai diabetici.

I risultati degli studi sono stati presentati al Centro Ricerche dal presidente Paolo Carrà, da Mariangela Rondanelli, dell'Università di Pavia, da Francesco Savorani, del team del PoliTo, e da Filip Haxhari, responsabile miglio-



Il pubblico al Centro ricerche per la presentazione dello studio

ramento genetico di Ente Risi. Gli studiosi hanno indagato il valore dell'indice glicemico delle varietà sotto esame, e la struttura interna del granello, per scoprire i segreti nascosti nel chicco di riso. Due in particolare sono risultate caratterizzate da un indice glicemico molto basso: Selenio e Argo. «Si tratta di un risultato straordinario - spiegano i ricercatori - non solo per il valore dell'indice in sé, ma anche perché, essendo varietà già in coltivazione, possono diventare un'alternativa immediata e sana per chi soffre di diabete».

Altre tipologie di riso italiano, destinate al mercato interno, sono caratterizzate da indici bassi, ad esempio il Carnaroli, S.Andrea e Iarim. «Grazie a questa scoperta oggi possiamo raccomandare il consumo di riso non solo ai 3,5 milioni di italiani, e ai circa 62 milioni di europei che soffrono di diabete, ma a chiunque: consumate il riso italiano perché oggi abbiamo la certezza che si tratta di un prodotto a basso indice glicemico, sano e genuino». Commenta Carrà: «Si parla spesso del fatto che il riso ha un alto valore di indice glicemico, e quindi non è adatto all'alimentazione dai diabetici. Come Ente Risi abbiamo voluto vederci chiaro, finanziando un'indagine clinica che determinasse, per alcune varietà italiane, i corretti valori. L'aver trovato che alcune varietà presentano soglie basse e medie è stata una sorpresa inaspettata». R.MAG. —

L'Asl risponde ai Medici per l'ambiente

“Rischio di mortalità i fattori degli Anni 80 oggi non incidono più”

IL CASO

«L'Asl ha censito tutti i siti di bonifica di Vercelli, identificando i rischi per la salute della popolazione e segnalando le priorità di intervento». Il direttore generale Eva Colombo risponde alla presidente della sezione vercellese dell'Isde, Elena Uga, che ha sollevato perplessità sullo studio epidemiologico realizzato dall'Asl a Vercelli, in particolare sulle conseguenze per la popolazione attorno ai siti industriali del passato, come l'inceneritore, oltre che sull'uso di fitofarmaci nei campi. Il comitato locale dei Medici per l'Ambiente chiedeva indagini più complete sulla mortalità in relazione all'aver abitato nei pressi della Sambonet, Chaitillon, Montefibre, Polioli, ma anche sui rischi per l'esposizione a pesticidi.

La direzione generale spiega come Asl, attraverso il tavolo tecnico costituito nel 2018 con Comune, Provincia, Regione, Arpa e Upo, ha censito gli ex siti industriali, «tra cui l'area ex Montefibre

vicina alle case, su cui sorgono anche alcune abitazioni, la cui bonifica è in via di soluzione. In quel rapporto - dice - è stato indicato che nell'area attorno all'inceneritore, fino al suo spegnimento, risiedeva una sola persona. Oggi non emergono quindi rischi per la salute pubblica. Se si volesse approfondire l'impatto che l'inceneritore ha avuto in passato sarebbe invece necessario uno studio epidemiologico mirato. Sui rischi per i lavoratori esposti in passato nell'industria e agricoltura, per rilevarli sarebbe necessario uno studio differente da quello sulle cause di mortalità effettuato dall'equipe del professor Faggiano. Ma lo studio dovrebbe tenere conto di dati che non è possibile ottenere in base alla normativa sulla privacy». Colombo conclude: «Il dossier Asl fotografa che Vercelli oggi è un territorio allineato con la media dell'incidenza regionale sulle cause di mortalità. Se i fattori biologici e ambientali a Vercelli negli anni '80 hanno comportato un maggior rischio di mortalità, oggi quel divario risulta annullato». R.S. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA



NUOVA USCITA Martedì 21 Marzo

DIAMO VALORE ALL'ECONOMIA DEL TERRITORIO.

IL SUPPLEMENTO PER DARE VALORE A IMPRESE, LAVORO, FINANZA, FUTURO.

In questo numero:

- LA TESTA NELLA NUVOLETTA Tutti gli affari del cloud computing
- RINA, COME SI CAMBIA REGISTRO Obiettivo macroregione

- MPS SCENDE IN CAMPO Le banche e il futuro
- MAGIC BUS Le linee di trasporto 4.0
- GI ESSE TECHNOLOGY La musica che salva il cuore

**NORDOVEST
ECONOMIA**

IN TUTTE LE EDICOLE, IN OMAGGIO CON:

LA STAMPA IL SECOLO XIX