

TUMORE ALLA PROSTATA

Info sul cancro alla prostata per conoscerlo e preve

Riso integrale contro le malattie croniche



[Nutrizione \(nutrizione\)](#) | Redazione DottNet | 30/11/2017 15:40

Secondo uno studio della Fondazione Veronesi e Ente Risi



Riso integrale, riso nero e riso rosso sono ricchi di polifenoli, composti con proprietà antiinfiammatorie che possono contribuire alla prevenzione di malattie croniche. Lo ha stabilito un nuovo studio coordinato dall'Ente Nazionale Risi realizzato in collaborazione con la Fondazione Umberto Veronesi e il Dipartimento di Bioscienze dell'Università di Milano. Lo studio ha dato origine alla pubblicazione del volume della Fondazione Umberto Veronesi "Il riso. Un cereale da riscoprire", presentato oggi a Milano.

Publicato su "Universal Journal of Agricultural Research", lo studio ha evidenziato come i polifenoli svolgano una azione antinfiammatoria, quasi dimezzando i livelli della proteina iNOS, uno dei mediatori dell'infiammazione. L'infiammazione cronica è anche associata a sovrappeso, obesità e invecchiamento e favorisce malattie croniche come cancro e cardiovascolari. L'assunzione di composti antiinfiammatori come i polifenoli contenuti nel riso integrale e nei risi pigmentati può aiutare a ridurre il rischio. Prediligere il consumo di cereali integrali aiuta infatti a ridurre l'incidenza non solo di malattie cardiovascolari, ma anche di obesità e diabete di tipo 2. Ente Risi ha anche comunicato che il raccolto di riso per la stagione 2017 sta registrando un buon andamento: 1 milione e 600 mila tonnellate di "risone" x 233 mila ettari coltivati.

Il Governo ha chiesto all'Unione Europea l'applicazione della clausola di salvaguardia a tutela del settore risicolo dalle importazioni dai paesi asiatici. In Italia le vendite di riso integrale sono raddoppiate dal 2013 al 2016: da 3 a 7,5 milioni di chilogrammi, corrispondenti in valore a 9 e 20 milioni di euro. La superficie coltivata per i soli risi pigmentati è aumentata tra il 2013 e il 2016 da 614 a 1929 ettari. L'Italia è il maggior produttore europeo di riso: 234 mila ettari coltivati a riso, 4.265 aziende risicole, 100 industrie risiere, per un fatturato annuo di 1 miliardo di euro.

fonte: ansa



[f](https://www.facebook.com/share.php?u=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/) (https://www.facebook.com/share.php?u=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/)

[t](https://twitter.com/share?url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/) (https://twitter.com/share?url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/)

[in](https://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/) (https://www.linkedin.com/shareArticle?mini=true&url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/)

[g+](https://plus.google.com/share?url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/) (https://plus.google.com/share?url=http://www.dottnet.it/articolo/22851/riso-integrale-contro-le-malattie-croniche/)

Da non perdere



(articolo/22801/con-quattro-tazze-di-caffe-al-giorno-meno-rischi-di-morte-prematura-)

Con quattro tazze di caffè al giorno meno rischi di morte prematura

(articolo/22801/con-quattro-tazze-di-caffe-al-giorno-meno-rischi-di-morte-prematura-)

[Nutrizione \(nutrizione\)](#) | Redazione DottNet | 27/11/2017 16:55

Condotta una mega-analisi su 200 studi: meno tumori e diabete.

(articolo/22801/con-quattro-tazze-di-caffe-al-giorno-meno-rischi-di-morte-prematura-)



(articolo/22712/poco-iodio-nella-dieta-arriva-la-soia-biofortificata)

Poco iodio nella dieta, arriva la soia biofortificata

(articolo/22712/poco-iodio-nella-dieta-arriva-la-soia-biofortificata)

[Nutrizione \(nutrizione\)](#) | Redazione DottNet | 17/11/2017 17:50

Primi esperimenti di successo alla Scuola Sant'Anna di Pisa

(articolo/22712/poco-iodio-nella-dieta-arriva-la-soia-biofortificata)

Altri risultati...



(articolo/22799/nutrizione-via-libera-allo-spuntino-quattro-volte-al-giorno)

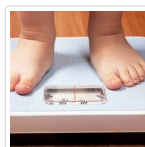
Nutrizione, via libera allo spuntino quattro volte al giorno

(articolo/22799/nutrizione-via-libera-allo-spuntino-quattro-volte-al-giorno)

[Nutrizione \(nutrizione\)](#) | Redazione DottNet | 26/11/2017 15:27

Con il 2018 arriveranno anche le cosiddette super polveri, come matcha, radice di maca e spirulina

(articolo/22799/nutrizione-via-libera-allo-spuntino-quattro-volte-al-giorno)



(articolo/22679/obesita-infantile-una-sfida-continua-)

Obesità infantile, una sfida continua!

(articolo/22679/obesita-infantile-una-sfida-continua-)

[Pediatria \(pediatria\)](#) | Redazione DottNet | 15/11/2017 16:06

L'OMS e l'American Academy of Pediatrics consigliano un'integrazione pediatria - ostetricia.

(articolo/22679/obesita-infantile-una-sfida-continua-)

Ti potrebbero interessare