

SU "NATURE" LA RICERCA DI SAN MARTINO E ISTITUTO **IFOM**

Digiuno simulato per aiutare le donne nella lotta al tumore

Federico Mereta

Niente fai da te, con schemi astrusi e consigli raccattati sul web. Ma per le donne che affrontano il tumore al seno, circa 53 mila ogni anno in Italia, una dieta "mima-digiuno" a cicli programmati potrebbe aiutare a contrastare la crescita tumorale, associata al trattamento ormonale.

La proposta nasce dalla ricerca del Policlinico San Martino di Genova insieme all'**Ifom** di Milano, sostenuta da **Airc** e pubblicata su *Nature*. Lo studio su 36 pazienti, reclutati al San Martino e all'Istituto Nazionale Tumori di Milano da Filippo De Braud e Claudio Vernieri, al momento non permette di trarre conclusioni definitive per il campione limitato.

Ma conferma quanto visto nei topi: sei mesi di diete mima-digiuno riducono alcuni fattori di crescita che aiutano il tumore a crescere. «La dieta che abbiamo sperimentato, valutandone gli effetti clinici per la prima volta in donne con tumore della mammella anche metastatico in terapia ormonale, è un regime alimentare vegano ipocalorico che induce nel corpo gli

effetti metabolici del digiunare, e per questo è stata chiamata "mima-digiuno"», spiega Alessio Nencioni, del Dipartimento di Medicina Interna del Policlinico San Martino, coordinatore dello studio assieme a un altro genovese, Valter Longo **dell'Ifom**.

Le donne inserite nella ricerca hanno seguito i cicli dietetici per circa sei mesi, senza mostrare effetti collaterali consistenti, ma soltanto fastidi lievi e transitori come mal di testa e debolezza. «La dieta ipocalorica abbinata alle terapie ormonali ha ridotto i livelli di glucosio in circolo ma soprattutto la leptina, l'ormone che regola la sazietà, l'insulina e il fattore di crescita insulino-simile (IGF1), proteine che favoriscono la proliferazione delle cellule di tumore della mammella», segnala Nencioni.

Ciò che più conta, gli effetti si mantengono nel tempo, seguendo i "cicli" alimentari consigliati dagli esperti per contrastare la malnutrizione. Dieta sì, insomma, ma sotto stretto controllo dello specialista. E associata all'attività fisica, in base ai ritmi proposti con l'alimentazione. —

© RIPRODUZIONE RISERVATA

