

Questo sito utilizza cookie, anche di terze parti, a scopi pubblicitari e per migliorare servizi ed esperienza dei lettori. Per maggiori informazioni o negare il consenso, leggi l'informativa estesa. Se decidi di continuare la navigazione consideriamo che accetti il loro uso. [Ok](#) [Informativa estesa](#)

ANSA.IT

TORNA SU ANSA.IT

Salute&Benessere

NEWS SPECIALI ED EVENTI VIDEO PROFESSIONAL SALUTE BAMBINI 65+

Sanità Medicina Associazioni Alimentazione Estetica Stili di vita Terme e Spa Expo 2015

ANSA > Salute e Benessere > Alimentazione > Dieta mima-digiuno contro invecchiamento e patologie

Dieta mima-digiuno contro invecchiamento e patologie

Studio, poche proteine per cinque giorni ogni 3-6 mesi

19 giugno, 17:35

8+1 0

Consiglia 0

[Indietro](#) [Stampa](#) [Invia](#) [Scrivi alla redazione](#) [Suggerisci \(\)](#)

1 di 1



Dieta mima-digiuno contro invecchiamento e patologie

Adottare periodicamente una dieta a basso contenuto proteico, per solo 5 giorni, ogni 3-6 mesi a seconda della circonferenza addominale e dello stato di salute, e sotto controllo medico, avrebbe degli effetti positivi duraturi sullo stato di salute dell'organismo con cambiamenti in fattori di rischio associati a invecchiamento, patologie cardiovascolari, diabete, obesità e cancro. La dieta mima-digiuno (Dmd) com'è stata battezzata, è frutto di uno studio condotto da Valter Longo, dell'University of Southern California (USC) e dell'IFOM di Milano, e dimostra sperimentalmente l'efficacia di una dieta periodica che potrebbe rafforzare vari sistemi tra cui quello immunitario e nervoso e potrebbe ridurre il fattore di rischio di varie patologie incluso il cancro a seconda della circonferenza addominale e dello stato di salute. La ricerca, pubblicata sulla testata scientifica Cell Metabolism, e sul sito dell'Ifom, (Istituto FIRC di Oncologia Molecolare di Milano), dimostra gli effetti positivi sulla salute per la prima volta su tre piani sperimentali complementari: su lieviti, su modello murino e in uno studio pilota sull'uomo. "Si tratta di riprogrammare il corpo in modo tale da farlo entrare in una modalità di invecchiamento più lento, ma anche di ringiovanirlo attraverso una rigenerazione che si basa sulle cellule staminali" spiega Longo.

"Non si tratta né di un digiuno radicale né di una dieta tipica perché non è continuativa." Già un anno fa Longo aveva dimostrato su Cell Stem Cell come la periodica privazione strategica di alcuni nutrienti svolga una funzione anti-cancerogena, "affamando" le cellule tumorali e proteggendo al tempo stesso il sistema immunitario e le cellule sane dagli effetti tossici della chemioterapia. La ricerca segna un importante traguardo in ambito scientifico ma Longo mette rigorosamente in guardia rispetto all'adozione di forme radicali, come il digiuno con sola acqua, e dall'affrontare la

PUBBLICITÀ

Stamina: De Filippo, progetto per Biviano anche a altri malati

(V.: 'Stamina: Lorenzin, via ...', delle 17.21)

Stamina: De Filippo, progetto per Biviano anche a altri malati

(V.: 'Stamina: Lorenzin, via ...', delle 17.21)

Oms, malattie mentali per un europeo su 4

Rapporto, da depressione e ansia a Alzheimer e demenze

[VAI AL SITO PROFESSIONAL](#)

Urologi, 'pillole amore' mercato nero rischiose e inefficaci

Verze, non contengono principio attivo ma eccipienti pericolosi



Fumo: per italiani ok alternative a sigarette se testate

Ipsos, 86% intervistati vuole prova scientifica minore rischio



Avanafil, una nuova arma per diabetici e prostaticomizzati

Studi rivelano miglioramenti anche in categorie più difficili



Al via Rimini Wellness per fitness e benessere

In programma fino al 31 maggio, madrina è Giorgia Surina



Sclerosi multipla, una Agenda 2020 per i diritti dei malati

Presentata a congresso Aism, in Italia 75mila pazienti



dieta mima-digiuno senza prima consultare un medico.

RIPRODUZIONE RISERVATA © Copyright ANSA

Indietro

condividi:

TI POTREBBERO INTERESSARE ANCHE:



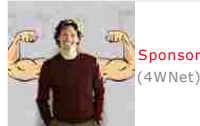
Elisir lunga vita è cocktail fatto di vari ingredienti -



Farmaco 'ringiovanisce' difese immunitarie degli anziani -



'Pancreas in pillole' contro diabete, al via test su uomo - Medicina - Salute e...



Conto online MyUnipol. Il conto a canone zero che offre un piano sanitario gratuito

Sponsor (4WNNet)

ANNUNCI PPN



L'hai provato?
Ingenoso trucco che sta rivoluzionando il commercio online
[Clicca qui](#)



Obesità addominale?
1 porzione brucia fino a 1,8 kg di grasso della pancia!
VEDI medicreporter.com



Scegli Enel Energia
Per il tuo climatizzatore Classe A+++ fa tutto Enel Energia
[Scopri di più](#)

C'è il robot in sala operatoria, interventi millimetrici

Presentato a Torino Da Vinci, alleato medici e pazienti



Menarini sport e solidarietà, festa per 10 anni Volpi Rosse

Sede fiorentina trasformata in parquet per cestiti d'eccezione



[VAI ALLA RUBRICA](#)

Oncologia

Pediatria

Cardiologia

Ministero della Salute

Istituto Superiore di Sanita'

Organizzazione Mondiale della Sanita'

Agenzia per i Servizi Sanitari Regionali

Istituto per la Prevenzione e la Salute dei Lavoratori

Associazione italiana per la lotta all'Aids

Food and Drug Administration americana, ente registrazione farmaci usa

Istituto della Sanita' Americana

Istituto Nazionale del Cancro USA

Società italiana di pediatria

Ospedale Bambino Gesù

Sindacato dei Medici di Famiglia Italiani

IRCCS Burlo Garofolo Trieste

AIFA Agenzia Italiana del Farmaco

Società Psicoanalitica Italiana