SALUTE E BENESSERE - 06 LUGLIO 2021

L'olio d'oliva rallenta l'invecchiamento mentale

Uno studio della "formula" perfetta per stimolare il cervello a rimanere giovane più a lungo possibile: è quello che si propone una **ricerca del Cnr**, selezionata da Fondazione Umberto Veronesi e finanziata dall'azienda olearia Monini, con lo scopo di indagare la capacità dell'olio extravergine di oliva di rallentare l'invecchiamento cognitivo.

Lo studio, completamente italiano, è accreditato come l'unico al mondo a focalizzarsi sull'effetto dell'idrossitirosolo sulle cellule staminali neuronali e si trova attualmente in fase di test. L'idrossitirosolo – spiegano gli esperti- è fenolo dalle spiccate proprietà antiossidanti presente nell'olio extravergine di oliva assieme ad altre sostanze polifenoliche come l'oleocantale e ad altri elementi positivi per la salute come l'acido oleico, i grassi polinsaturi essenziali, la vitamina A e la vitamina E. La ricerca è portata avanti da Giorgio D'Andrea, ricercatore dell'Istituto di Biologia Cellulare e Neurobiologia del Consiglio Nazionale delle Ricerche di Roma "adottato" da Monini attraverso Fondazione Umberto Veronesi essendo tra i vincitori dei Grant 2021.

Lo studio, che vede impegnate anche l'Università della Tuscia e la Lumsa di Roma, è considerata "quanto mai strategica" in un Paese che continua a invecchiare con quasi un quarto della popolazione sopra i 65 anni. "Gli antichi greci – commenta Giorgio D'Andrea- erano ben consapevoli delle molteplici proprietà benefiche dell'olio di oliva. Oggi il nostro compito è dimostrare queste ipotesi, studiando i meccanismi coinvolti, per poter confermare con maggiore certezza che non solo la dieta mediterranea, nel suo complesso, è protettiva contro le malattie legate all'invecchiamento, ma in particolare l'olio extravergine di oliva di per sé può svolgere un'azione attiva di tipo preventivo e "nutraceutico".