

Uno studio, realizzato nell'ambito del progetto 'PROLAT' e pubblicato sulla rivista internazionale 'Nutrients', condotto in collaborazione dal CREA, con i centri di Alimenti e Nutrizione di Roma e di Ingegneria e Trasformazioni Agroalimentari di Torino, dimostra che anche per la popolazione più anziana, il latte può essere un alimento benefico, specialmente per migliorare la propria salute intestinale.

RASSEGNASTA

il Giornale

Si al latte nell'alimentazione degli anziani

Il latte è un alimento in grado di migliorare la salute intestinale



A sostenerlo è **il CREA (Consiglio per la Ricerca in Agricoltura e l'analisi dell'economia agraria)**.

Infatti il CREA, in collaborazione con il *CNR, Istituto di Scienze delle Produzioni Alimentari*, ha studiato gli effetti sull'intestino di un nuovo tipo di latte vaccino.

Lo studio è stato pubblicato sulla rivista internazionale *Nutrients* e ha valutato gli effetti positivi sulla mucosa intestinale di un particolare tipo di **latte vaccino caratterizzato da un diverso profilo di caseine** (le principali proteine contenute nel latte), quelle di tipo A2. Questo latte contiene la **proteina beta-caseina** esclusivamente di tipo A2, a differenza del latte convenzionale, che contiene una miscela delle proteine beta-caseina A1 e A2. In

particolare si è osservato che il consumo di latte vaccino fresco favorisce la produzione, da parte della popolazione microbica intestinale, di **acidi grassi a catena corta**, benefici per la salute.

Complessivamente, i risultati indicano che il consumo di latte di tipo A2 sembra rallentare parzialmente l'invecchiamento della salute dell'intestino, organo particolarmente sensibile per le persone anziane che soffrono spesso di alterazioni a carico del sistema immunitario e del microbiota e che sono particolarmente predisposte a infiammazioni croniche intestinali.

Quindi, il latte ci è indispensabile nei primi mesi di vita, quando costituisce l'unico alimento, è importante nell'età adulta e torna a essere fondamentale in età anziana, quando contribuisce al benessere intestinale e di tutto l'organismo.

RASSEGNA STAMPA