Caro editore è possibile che la cipolla previene il cancro allo stomaco?

Categoria : DIALOGO CON L'EDITORE

Pubblicato da Giuseppe Piccolo in 30/11/2014

Le cipolle difendono stomaco e cuore. È stato recentemente scoperto che per prevenire il cancro allo stomaco è consigliabile mangiare le cipolle. Secondo una ricerca italiana a cura dell’Istituto Mario Negri in collaborazione con l’Università di Milano con un campione di 777 persone, tra cui 230 persone malati di cancro allo stomaco e 547 persone completamente sane, è emerso che coloro che ingerivano regolarmente due cipolle a settimana aveva un rischio inferiore al 40% di avere il tumore allo stomaco.

Non solo le cipolle, ma anche l’aglio, seppur in minor modo, contribuisce ad evitare questo tipo di cancro.

Le cipolle e l’aglio hanno entrambi dei composti organici solforati, responsabili del forte odore e sapore emanati dalle due piante che bloccano la crescita cellulare tumorale.

Le cipolle che riescono maggiormente a prevenire i tumori allo stomaco sono quelle di colore più colorate che sono ricche di flavonoidi, dei nutrienti riconducibili anche sotto la denominazione di vitamina P.

I flavonoidi sono presenti nelle bevande come il tè, il vino rosso e nel caffè, oppure nei cibi come agrumi e verdura. I risultati della ricerca fanno pensare che il consumo delle cipolle (a maggior ragione quelle rosse) può ridurre il rischio di ammalarsi di cancro allo stomaco.