

[INICI](#) [FIGUERES I COMARQUES](#) [CATALUNYA](#) [ESPANYA](#) [INTERNACIONAL](#) [OPINIÓ](#) [GENT I OCI](#) [SUPLEMENTS](#)[Successos](#) [Política](#) [Economia](#) [Societat](#) [Esports](#) **Salut**[Home](#) [Catalunya](#) [Salut](#) [Descobreixen una dieta que podria retardar els símptomes de les malalties neurodegeneratives](#)

Descobreixen una dieta que podria retardar els símptomes de les malalties neurodegeneratives

DIMARTS, 15 DE DESEMBRE DE 2009 09:26

Fins ara prevenir o frenar el desenvolupament de malalties com l'Alzheimer o el Parkinson era impensable. Un estudi d'un grup d'investigadors de la Universitat Autònoma de Barcelona ha revelat que una dieta específica rica en polifenols i àcids grassos – presents al te, la cervesa, el raïm, el peix blau, la soja o els vegetals, entre d'altres aliments- podrien ser de vital importància per prevenir aquesta tipologia de patologies. La recerca ha consistit en aplicar aquesta dieta a ratolins transgènics. Tot i que el treball es troba en una fase experimental, els investigadors asseguren que els primers resultats són esperançadors. La recerca s'ha publicat a la revista 'Journal of Alzheimer Disease'.

Els investigadors de la UAB han comprovat que una dieta rica en polifenols i àcids grassos poliinsaturats, patentada com a dieta LMN, augmenta la producció de cèl·lules mare al cervell -la neurogènesi- i potencia la seva diferenciació en diversos tipus de cèl·lules neuronals.

L'estudi, que s'ha dut a terme amb un centenar de ratolins al laboratori de la Facultat de Medicina de la UAB, mostra més proliferació cel·lular en el cervell dels ratolins alimentats amb la dieta LMN que en el dels alimentats amb una dieta estàndard: 'Vam veure que aquesta dieta era capaç d'induir les cèl·lules del cervell perquè proliferessin i es diferenciessin', apunta Toni Valente, un dels responsables del projecte que explica que han estat alimentant els ratolins durant 40 dies.

Valente afegeix que en una segona fase de l'experiment es va comprovar la capacitat de la dieta de fer front al dany oxidatiu que les cèl·lules pateixen en malalties com l'Alzheimer: 'Després d'induir-los un dany oxidatiu amb peròxid d'hidrogen, que va causar la mort d'un 40% de les cèl·lules, es va observar com el pretractament amb la crema LMN era capaç de disminuir, i en alguns casos d'evitar completament, el dany oxidatiu', explica l'investigador.

En aquest sentit s'expressa la responsable d'aquesta recerca, la professora del Departament de Bioquímica i de Biologia Molecular de la UAB, Mercedes Unzeta, que relata que les malalties neurodegeneratives fan que les neurones de l'hipocamp es vagin perdent i provoquen 'la disminució de la capacitat cognitiva'.

Segons Unceta la importància d'aquest treball recau en la possibilitat de detectar cèl·lules mare en aquesta regió del cervell i detectar la forma 'de poder-les estimular perquè es diferenciïn i s'especialitzin: 'Si aconseguíssim trobar la manera podria pal·liar-se la pèrdua de les neurones colinèrgiques, que són les que es veuen afectades en la malaltia de l'Alzheimer', ha dit Unceta.

Tot i això, la doctora ha afirmat que el treball encara es troba en una fase 'experimental' i ha indicat que cal seguir investigant. La recerca s'ha publicat a la revista Journal of Alzheimer Disease.

On podem trobar aquests elements?

Els polifenols es troben en aliments com el té, la cervesa, el raïm, el vi, l'oli d'oliva, el cacau, les nous i altres fruites i vegetals. Els àcids grassos poliinsaturats els trobem en el peix blau i en els vegetals com el blat de moro, la soja, el gira-sol i la carbassa. La crema LMN utilitzada en aquest treball està formada per una barreja de productes naturals: fruits secs, cacau, olis vegetals rics en àcids grassos poliinsaturats i farines riques en fibres solubles. Aquesta crema ha estat elaborada i patentada per l'empresa La Morella Nuts.

La recerca forma part d'un projecte CENIT, concedit a l'empresa La Morella Nuts l'any 2006 en el marc del programa INGENIO 2010 i adreçat a establir metodologies per al disseny, l'avaluació i la validació d'aliments funcionals en la prevenció de malalties cardiovasculars i d'Alzheimer. Amb un pressupost de 21,15 milions d'euros i una durada de quatre anys, en aquest projecte han participat, en total, més de 50 doctors i tecnòlegs procedents de nou empreses, quatre universitats i dos centres de recerca.