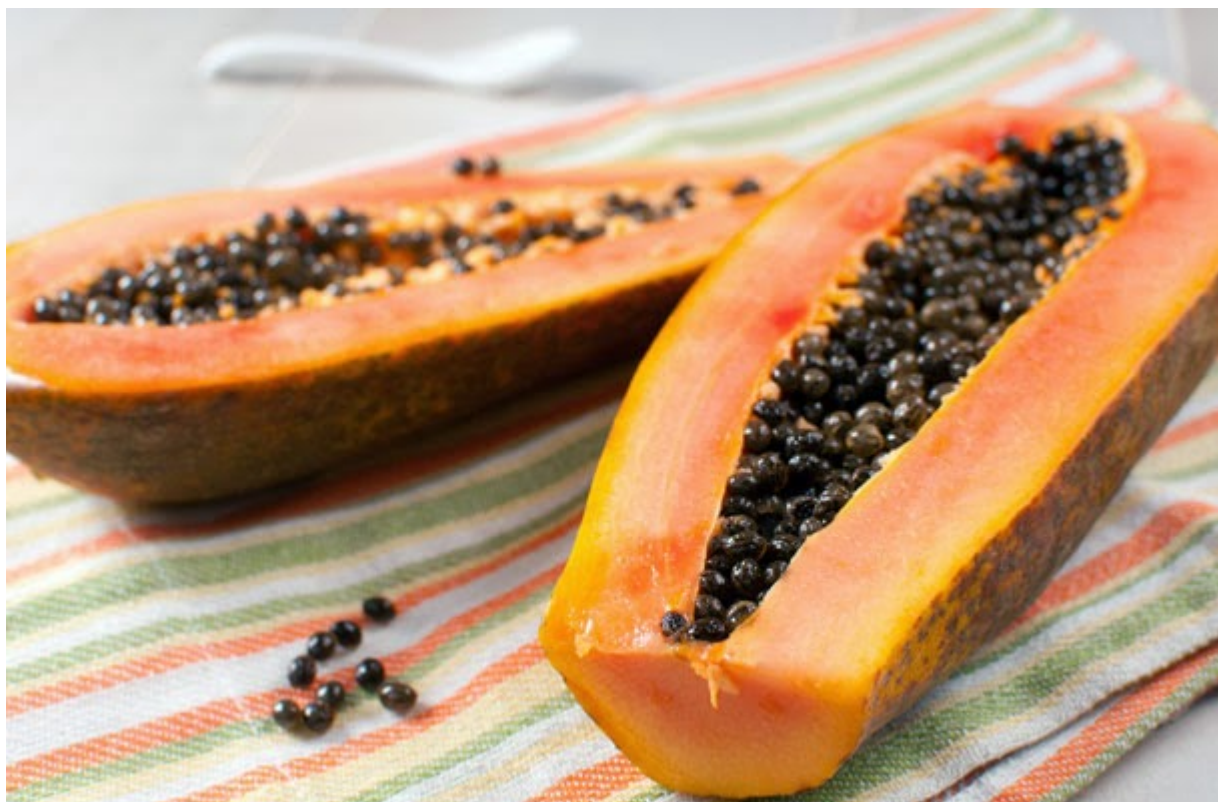


14 Μαρτίου 2015

Νέα δεδομένα για την αντικαρκινική δράση του λυκοπενίου

[/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)





Νέα μελέτη δείχνει πως μετεμμηνοπαυσιακές γυναίκες που προσλαμβάνουν υψηλότερες ποσότητες λυκοπενίου, φαίνεται ότι διατρέχουν χαμηλότερο κίνδυνο εμφάνισης ενός τύπου καρκίνου των νεφρών. Στο συμπέρασμα αυτό κατέληξαν Αμερικανοί ερευνητές, αναλύοντας δεδομένα από περισσότερες από 96.000 γυναίκες, τις οποίες παρακολούθησαν για διάστημα 15-20 ετών.

Σκοπός της μελέτης, που δημοσιεύεται στο επιστημονικό περιοδικό Cancer, ήταν να διερευνηθεί με ποιόν τρόπο σχετίζεται η πρόσληψη λυκοπενίου και άλλων μικροθρεπτικών συστατικών με αντιοξειδωτικές ιδιότητες, όπως η λουτεΐνη και οι βιταμίνες C και E, με τον κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου των νεφρών. Σύμφωνα με τα αποτελέσματα, οι γυναίκες με την υψηλότερη πρόσληψη λυκοπενίου είχαν 39% μικρότερο κίνδυνο εμφάνισης της νόσου, συγκριτικά με τις γυναίκες με τη χαμηλότερη πρόσληψη, ενώ δεν παρατηρήθηκε παρόμοια συσχέτιση με κάποιο άλλο θρεπτικό συστατικό.

Όπως αναφέρει η επικεφαλής της μελέτης, η πρόσληψη λυκοπενίου έχει επίσης συσχετισθεί με μειωμένο κίνδυνο εμφάνισης καρκίνου του μαστού και του προστάτη, ενώ γενικότερα η αυξημένη κατανάλωση φρούτων και λαχανικών σχετίζεται με πολλαπλά οφέλη για την υγεία. Συνεπώς, η αύξηση της κατανάλωσης πλούσιων πηγών λυκοπενίου, όπως η ντομάτα και τα προϊόντα της,

το καρπούζι και η παπάγια, αποτελεί ένα καλό βήμα, ενώ οι ερευνητές αναφέρουν πως θα πρέπει να προηγείται επικοινωνία με γιατρό πριν τη λήψη συμπληρώματος του εν λόγω συστατικού.

Από τη Χριστίνα Κατσαρού, επιστημονική συνεργάτη neadiatrofis.gr