

Salute: latte d'asina per dimagrire, italiani rilanciano elisir di Cleopatra



ultimo aggiornamento: 27 maggio, ore 16:02

Milano, 27 mag. (Adnkronos Salute) - Il segreto di bellezza di Cleopatra potrebbe avere un fondamento scientifico. Leggenda vuole che la regina dell'Antico Egitto fosse solita immergersi nel latte d'asina per conservare lo splendore della propria pelle. Oggi sono gli scienziati a rivalutare questo alimento e a scoprirne nuove doti. Sembra infatti che quello che veniva considerato 'oro bianco' da diverse figure femminili del passato - dalla seconda moglie dell'imperatore Nerone, Poppea, alla sorella di Napoleone, Paolina Bonaparte - faccia miracoli per il girovita.

A rivelarlo è una ricerca 'made in Italy', condotta da un gruppo dell'università di Napoli e presentata all'European Congress on Obesity (Eco 2011), in corso fino a domani a Istanbul (Turchia). I ricercatori sono convinti che il latte d'asina sia un alleato del peso forma per diversi motivi: ha elevate quantità di omega 3 e di calcio, cosa che potrebbe avere effetti benefici anche per il cuore, e sembra aiuti a mantenere alti i livelli di energia per tutta la giornata. Tanto che gli autori della ricerca lo suggeriscono come alternativa al latte scremato e alla soia, e invitano i fan delle diete e gli oversize in continua lite con la bilancia a dare una chance al latte d'asina.

Quella presentata a Istanbul non è la prima ricerca che lo descrive come un elisir di bellezza e salute. Studi precedenti avevano già suggerito che la bevanda ricca di proteine potesse rappresentare una buona alternativa al latte di mucca per i bambini allergici, e che potesse diventare il futuro pilastro nelle diete di chi è attento al proprio peso e alla salute. Nello studio italiano, gli scienziati hanno diviso i ratti in due gruppi e li hanno nutriti rispettivamente con latte d'asina e latte di mucca, in aggiunta alla loro consueta alimentazione. Mentre quelli che hanno bevuto latte di mucca sono arrivati a pesare più dei ratti normali, quelli a cui è toccato il latte d'asina sono risultati più magri della media.

Non solo: anche i livelli di grasso nel sangue e la presenza di altri grassi dannosi per arterie e cuore erano inferiori. E i mitocondri, le 'microbatterie' che alimentano le cellule, erano ultra-ricaricati, riuscendo a convertire il cibo in energia a un ritmo più veloce. La conclusione a cui arrivano gli scienziati è che "bisognerebbe incoraggiare il consumo di latte d'asina".

Certo chi volesse subito sposare la milk therapy, riflettono gli esperti, potrebbe avere qualche difficoltà. Se, infatti, la bevanda ha avuto molta fortuna in passato, oggi non è più di moda ed è quasi impossibile acquistarla in supermercato.

