DEFICIT DI VIT. E COLLEGATO ALLA PERDITA DI MEMORIA

Data 30 luglio 1999
Categoria neurologia

I radicali liberi prodotti durante i normali processi metabolici sono considerati causa di stress ossidativo. Lo stress ossidativo è stato implicato sia nel processo di invecchiamento, sia nelle modificazioni patologiche associate al morbo di Alzheimer. Gli antiossidanti, che hanno dimostrato di ridurre lo stress ossidativo in vitro, possono rappresentare un insieme di fattori protettivi per la scarsa memoria, che è un componente maggiore delle demenze. Gli autori hanno investigato l'associazione tra i livelli sierici di antiossidanti (vitamine E, C, A, carotenoidi, selenio) e le prestazioni di scarsa memoria in un campione multietnico di anziani (età di 60 o più anni) negli Stati Uniti, composto da 5143 bianchi non ispanici, neri non ispanici e messicano-americani. Sono stati utilizzati due semplici test per la memoria, esami ematochimici e richieste informazioni concernenti l'educazione, il reddito, i fattori di rischio vascolare. Tra coloro che avevano livelli di vitamina E inferiori a 4.8 per unità di colesterolo, l'11% aveva scarsa memoria, mentre solo il 4% di quelli che avevano livelli maggiori di 7.2 presentavano problemi di memoria. Gli autori dichiarano esplicitamente che "aumentati livelli di vitamina E erano associati con prestazioni mnemoniche migliori per questa popolazione di anziani etnicamente diversi". Fra coloro che avevano dichiarato di non mangiare abbastanza cibo o di saltare i pasti, quasi il 20% aveva scarsa memoria, al contrario del 7% nella popolazione che mangiava regolarmente. I livelli di vitamina A e C, beta-carotene e selenio non erano associati con prestazioni di scarsa memoria.
American Journal of Epidemiology, luglio 1999

© 2004 - 2026 Pillole - Registrazione T. di Roma n. 2/06 | stampato il 2/11/2026 alle ore 15:37 | Pagina 1 di 1