

## Raffreddori, mal di gola e influenza a bada con prodotti naturali

Un estratto dal caprifoglio giapponese, ma presente anche nell'uva, ha mostrato capacità antivirali

di: 22/09/2009 - h 00,00

**Per aumentare le difese dell'organismo, i ricercatori sempre più spesso guardano alla natura.**

**E proprio da un piccolo arbusto è stato estratto uno 'scudo' contro gli attacchi dei patogeni. Si tratta del resveratrolo, una sostanza contenuta anche nell'uva, che difende le piante da virus, funghi e batteri.**

**E' estratto dal caprifoglio giapponese ed ha dimostrato le sue capacità di difesa dell'organismo, riducendo lo stress ossidativo.**

**Utile contro i molti i virus che insidieranno la salute degli italiani il prossimo inverno.** «Le infezioni respiratorie acute costituiscono oltre tutto un grave problema di sanità pubblica, e nel 70% dei casi sono dovute proprio a virus», ricorda il virologo dell'Università degli Studi di Milano Fabrizio Pregliasco. Le condizioni patologiche, ma anche «**le più comuni situazioni di stress psicofisico, sono spesso associate alla presenza di uno stato infiammatorio sistemico, caratterizzato da uno squilibrio tra ossidanti e antiossidanti**», spiega Pregliasco.

**Un fenomeno che apre la porta a raffreddori, mal di gola e influenza.** «Ebbene, questa molecola in numerosi studi ha dimostrato un effetto antiossidante e antinfiammatorio - prosegue il virologo - In particolare, un gruppo di ricercatori dell'Istituto superiore di sanità e dell'Università Sapienza di Roma ha evidenziato **in un modello sperimentale le capacità antivirali del resveratrolo**», sottolinea.

«La ricerca di molecole capaci di intervenire sia sulla replicazione dei virus che sui processi infiammatori è diventato un obiettivo primario», dice Pregliasco, che evidenzia **la nascita di una nuova disciplina scientifica: l'immunonutrizione.** «**Obiettivo: permettere un corretto supporto alimentare specie nei pazienti malati o immunodepressi**».

Ed a scoraggiare chi volesse far da sé il fatto che il **resveratrolo**, sostanza appartenente alla famiglia delle fitoalexine ('difensori delle piante), è **presente anche nel vino rosso, ma in quantità tali che ne occorrerebbero 'damigiane' per avere effetti benefici.**