

Uno studio rivela: chi mangia mele diventa intelligente

Uno studio dei ricercatori Tara Louise Walker dell'Università del Queensland e Gerd Kempermann, del Centro tedesco per le malattie neurodegenerative "Apple Peel and Flesh Contain Pro-neurogenic Compounds" ha messo in evidenza che le **alte concentrazioni di fitonutrienti nelle mele favoriscono la produzione di nuove cellule cerebrali, in base al processo della "neurogenesi"**.

La notizia è confortante per i frutticoltori, in particolare per quelli della nostra regione, come spiega Confagricoltura in una nota. **In Piemonte – chiarisce Confagricoltura – si coltivano complessivamente 6.633 ettari di meleti, per una produzione annua di circa 2 milioni di quintali di frutta.** La provincia che conduce la maggior superficie a meleto è Cuneo, con 5.133 ettari, seguita da Torino con 658. Nel corso degli ultimi 10 anni la superficie è aumentata di circa 1.500 ettari (+30%).

La ricerca condotta in laboratorio dagli studiosi ha rilevato come le cellule staminali cerebrali di topo coltivate, a cui sono stati aggiunti quercetina o acido diidrossibebzoico (DHBA), fitonutrienti presenti nelle mele (e, in minor misura, anche in altra frutta) producono più neuroni rispetto ai roditori non trattati con questa sostanza.

Ulteriori test hanno evidenziato che nelle parti del cervello adulto dei topi associate all'apprendimento e alla memoria le cellule staminali hanno generato più neuroni quando sono state trattate con alte dosi di quercetina. Di qui la conclusione, che dovrà essere ancora verificata diffusamente, che i fitonutrienti delle mele favoriscono l'apprendimento.