



Fruttosio e cancro del pancreas

È ormai noto da tempo che le cellule cancerogene per svilupparsi hanno bisogno di glucosio, ma solo ora si è scoperta una relazione anche con il fruttosio.

Il fruttosio è uno dei tre più importanti monosaccaridi presenti nei cibi. Gli altri sono: il galattosio e il glucosio. È un edulcorante utilizzato dall'industria alimentare in migliaia di bevande e alimenti. È noto che può danneggiare il metabolismo del nostro organismo e aumentare il grasso attorno agli organi vitali, favorire il diabete, la resistenza insulinica, il fegato grasso, le malattie cardiovascolari, l'aumento di trigliceridi, la pressione arteriosa, la perdita di minerali e vitamine, l'artrite e la gotta.

Per usi commerciali, il fruttosio è ricavato dalla canna da zucchero, ma soprattutto dallo sciroppo di mais, una miscela di fruttosio e glucosio (High Fructose Corn Syrup = HFCS), che da solo rappresenta il 40% delle calorie assunte tramite dolcificanti inseriti in bevande e alimenti commerciali. L'industria utilizza l'HFCS dagli anni '70 perché molto economico ed ha un potere dolcificante superiore al comune zucchero bianco. Inoltre, è facile da trasportare e mantiene il cibo umido e soffice.

Tra il 1970 e il 1990 il consumo di HFCS in USA è aumentato del 1.000 per cento, secondo un articolo comparso nell'Aprile 2004 sulla rivista American Journal of Clinical Nutrition.

Come dicevo, le cellule tumorali sono ghiotte di zucchero. Alcuni ricercatori hanno scoperto che le cellule del tumore del pancreas sono facilmente in grado di distinguere tra il glucosio e il fruttosio e utilizzano quest'ultimo per la via metabolica che porta dritta alla produzione di DNA ed RNA, che le cellule utilizzano per duplicarsi e proliferare.

Il fruttosio viene presentato come un alimento "naturale", che si trova già nei cibi naturali, ma uno dei problemi è che se lo si consuma come dolcificante o inserito nei cibi e bevande industriali le quantità assunte sono tutt'altro che naturali o abituali per gli esseri umani. Inoltre, un tipo di fruttosio che si presenta in forma cristallina e utilizzato di recente dall'industria alimentare nei soft drinks può contenere tracce di arsenico, piombo, cloro e altri metalli pesanti. È per finire, molto se non tutto l'HFCS in commercio è ricavato da mais transgenico.



Bibliografia

- Pancreatic Cancers Use Fructose, Common in the Western Diet, to Fuel Their Growth. ScienceDaily (Aug. 5, 2010)

Autore: Dr Francesco Perugini Billi