



Riduzione dei livelli di colesterolo e glicemia: gli effetti positivi di una dieta a base di prodotti di grano khorasan KAMUT® sui fattori di rischio cardiovascolare

I risultati emersi dal nuovo studio scientifico sui benefici nutrizionali di questo grano antico evidenziano un effetto positivo sulla capacità antiossidante e i parametri infiammatori

Marzo 2013 – Il consumo di **prodotti a base di farina di grano khorasan KAMUT®** evidenzia, a livello metabolico, una **riduzione significativa del colesterolo totale** e della **glicemia**, principali fattori di rischio cardiovascolare, grazie ad un miglioramento della capacità antiossidante e una diminuzione dei parametri infiammatori.

Sono questi gli interessanti risultati emersi dallo **studio scientifico** "Characterization of khorasan wheat (Kamut) and impact of a replacement diet on cardiovascular risk factors: cross-over dietary intervention study", primo studio della Fase III del programma pluriennale di ricerca promosso da Kamut International per indagare le proprietà dell'antico grano khorasan commercializzato dal marchio KAMUT® e le ragioni della sua maggiore tollerabilità.

Pubblicato lo scorso gennaio sulla rivista scientifica *European Journal of Clinical Nutrition*, lo studio è stato condotto congiuntamente da un **pool di ricercatori italiani dell'Università di Firenze e dell'Università di Bologna** su un gruppo di 22 adulti sani – 8 uomini e 14 donne – su due periodi di test, ciascuno della durata di 8 settimane.

"Questa è una grande occasione per saperne di più sui cereali antichi e biologici e sui loro benefici", ha commentato Bob Quinn, fondatore di Kamut International. "Negli ultimi quattro anni abbiamo completato le prime due delle quattro fasi del nostro progetto di ricerca. Nella fase due del nostro progetto, abbiamo studiato gli effetti sui ratti del mangiare grano antico e moderno. Ora abbiamo iniziato la nostra terza fase basata sugli studi di soggetti umani sani. Eravamo ansiosi di vedere confermati i risultati che avevamo riscontrato negli studi sui ratti. Una dieta a base di grano a marchio KAMUT® rispetto ad una a base di grano tradizionale determina una più alta capacità antiossidante e una riduzione dell'attività infiammatoria."

In generale il consumo di cereali integrali è già stato messo in relazione ad un ruolo protettivo delle malattie cardiovascolari, il diabete e il cancro. I ricercatori di questo studio hanno quindi voluto determinare se una dieta sostitutiva con prodotti a base di grano integrale biologico a marchio KAMUT® potesse ridurre il profilo di rischio cardiovascolare dei partecipanti, rispetto a una simile dieta sostitutiva con alimenti a base di grano duro integrale.

Metodologia dello studio

La commissione di revisione dell'Università di Firenze ha approvato il protocollo di studio, che ha separato i soggetti nel **gruppo sperimentale** – coloro **che consumavano il grano khorasan KAMUT®** coltivato biologicamente in Canada - e il **gruppo di controllo** che mangiava **grano moderno**, ciascuno composto da 11 persone.

Il Professor Stefano Benedettelli ha coordinato il progetto, che è stato suddiviso in studi sulle analisi del sangue condotti da Francesco Sofi presso l'Agenzia della Nutrizione dell'Ospedale Universitario di Careggi, Firenze (in collaborazione con F. Cesari, A.M. Gori, C. Fiorillo, M. Becatti,



A. Casini, R. Abbate e G.F. Ginsini) e le analisi condotte sulla farina da Anne Whittaker (in collaborazione con G. Dinelli e I. Marotti dell'Università di Bologna).

La prima parte dello studio è durata otto settimane durante le quali ciascun gruppo di volontari si è alimentato con lo stesso quantitativo di prodotto a base di grano - il primo esclusivamente con prodotti di grano khorasan KAMUT®, il secondo con prodotti preparati esclusivamente con grano duro moderno - senza che quindi gli fosse permesso di consumare alcun altro tipo di grano. Dopo le iniziali otto settimane, tutti i volontari hanno trascorso il cosiddetto periodo di "lavaggio" in cui hanno ripreso le abitudini alimentari precedenti. Infine, nella seconda fase i due gruppi si sono invertiti (invertendo le diete) per un altro periodo di test di otto settimane.

Al termine dell'indagine, nelle persone che si erano alimentate con grano khorasan KAMUT®, si sono registrate **riduzioni significative nel tasso di colesterolo** totale nel sangue (-4%) di colesterolo LDL "cattivo" (-8%) e un aumento altrettanto significativo di minerali come il potassio (+5%) e il magnesio (+2%). Tali **conseguenze favorevoli per la salute cardiovascolare** si sono accompagnate a un **rilevante effetto benefico nella riduzione dello stato infiammatorio**, attraverso la riduzione statisticamente significativa di citochine infiammatorie quali il TNF-alpha (-35%), e l'interleuchina-6 (-24%) e, del profilo antiossidante attraverso la riduzione dei TBARs e dei carbonili.

Questi interessanti risultati giungono dopo quelli già rilevati in Fase 1 da cui era emerso la notevole **concentrazione di importanti antiossidanti**, come i polifenoli, **e minerali**, come il selenio, nel grano khorasan KAMUT®. In Fase 2, invece, lo studio evidenziava gli effetti benefici di questi livelli più alti di antiossidanti in un sistema vivente. L'aspetto sorprendente è stata la scoperta che i prodotti a marchio KAMUT® sembravano prevenire l'infiammazione solitamente causata da farmaci per promuovere la formazione dei radicali liberi nei ratti oggetto di studio.

Il primo articolo relativo alla Fase III del nostro studio, appena pubblicato, conferma ora alcuni di questi stessi risultati su soggetti umani sani. La Fase IV del progetto di ricerca, che è già iniziata, mette a confronto gli effetti del grano antico e moderno su coloro che soffrono di specifiche malattie, come la sindrome del colon irritabile, le malattie cardiovascolari e il diabete.

"Stiamo facendo passi da gigante nel documentare i significativi benefici dell'antico grano a marchio KAMUT®" ha concluso Bob Quinn, che è un coltivatore biologico da 30 anni dopo avere conseguito un Dottorato di Ricerca in Biochimica alla UC Davis. *"Questo studio rafforza il nostro continuo impegno nella ricerca, al fine di comprendere il ruolo che il grano antico è in grado di svolgere per la salute umana e la prevenzione delle malattie. Il nostro ringraziamento va al team dedicato di ricercatori la cui esperienza rende possibile tutto questo."*

Il grano khorasan a marchio KAMUT®

La mission di Kamut International è quella di promuovere l'agricoltura biologica e sostenere gli agricoltori biologici, per incrementare la diversità nelle colture e nelle diete e per proteggere l'eredità di un antico e squisito grano di alta qualità a beneficio di questa e delle future generazioni. KAMUT® è un marchio registrato di Kamut International che garantisce elevati standard di qualità che sono verificati da test in ogni campo.

Per ulteriori informazioni si prega di visitare il sito www.kamut.com.

Per ulteriori informazioni:

Ufficio stampa Kamut Enterprises of Europe

Rebecca Rossi | cell. 393 4417627 | rebecca.rossi@kamut.com