

25 aprile 2024 0:43

Il consumo di emulsionanti aiuta l'insorgere del diabete

di [Redazione](#)

Si trovano in molti prodotti. Utilizzati per migliorarne la consistenza e il consumo, gli emulsionanti sono gli additivi più comuni nell'industria alimentare. Un ampio [studio](#) pubblicato mercoledì 24 aprile, ma la cui metodologia è oggetto di numerose critiche, suggerisce che il consumo frequente di alcuni di questi emulsionanti sembra associato a un rischio leggermente più elevato di diabete.

"Il consumo di alcuni additivi alimentari emulsionanti sarebbe associato ad un aumento del rischio di diabete di tipo 2", spiega l'Istituto nazionale (francese) di sanità e ricerca medica (Inserm) in un [comunicato](#) stampa. Raggruppati nel gruppo di ricerca sull'epidemiologia nutrizionale (Eren-Cress), ricercatori dell'ente pubblico, dell'Istituto nazionale di ricerca per l'agricoltura, l'alimentazione e l'ambiente (Inrae), dell'Università Sorbona Parigi Nord, dell'Università Paris Cité e del Conservatorio Nazionale di Arts and Crafts ha contribuito allo studio pubblicato su The Lancet. Diabete ed endocrinologia.

Questo lavoro è stato svolto in Francia come parte di un cosiddetto studio di coorte. Questo metodo consiste nel seguire per anni un gruppo di persone, osservando quali patologie sviluppino e misurando molteplici fattori legati ai loro stili di vita.

In questo caso, questa coorte, denominata Nutrinet, seguita dai ricercatori, comprende circa 100.000 adulti assistiti per una quindicina di anni, tra il 2009 e il 2023. Ha già dato luogo a numerosi studi, alcuni dei quali suggeriscono un legame tra il consumo di dolcificanti e l'insorgenza di disturbi cardiovascolari malattie o tumori.

Limitazioni della metodologia

Questa volta, i ricercatori hanno concluso che è più comune sviluppare il diabete di tipo 2 quando si mangiano spesso cibi contenenti emulsionanti come la carragenina o la gomma xantana.

Tuttavia, come gli studi precedenti condotti dallo stesso team, le sue conclusioni sono state accolte con cautela da altri ricercatori, che sottolineano diversi limiti in termini di metodologia. Queste, in parte ammesse dagli stessi autori, sono in parte legate al principio stesso di uno studio di questo tipo, detto osservazionale: esso non consente di stabilire un rapporto diretto di causa ed effetto tra il consumo di tali additivi e il verificarsi di diabete.

Non è nemmeno chiaro se il rischio di diabete sia legato proprio al consumo di questi emulsionanti, come sottolinea l'epidemiologo e professore di nutrizione Gunter Kuhnle in una reazione al [British Science Media Center](#).

"È probabile che questo studio mostri un legame tra il diabete e gli alimenti che generalmente contengono determinati emulsionanti, ma non un'associazione con questi emulsionanti stessi", osserva lo specialista. E, in ogni caso, "l'entità degli effetti è molto piccola", osserva.

(AFP - Agence France Press del 24/04/2024)

CHI PAGA ADUC

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)