AGENZIA STAMPA QUOTIDIANA NAZIONALE
Prima Pagina News

Salute - *Alimentazione, studio Usa: aumenta rischio diabete di tipo 2 con le patatine fritte, +20% con 3 porzioni a settimana*

Roma - 12 ago 2025 (Prima Pagina News) **Sostituirle con cereali integrali potrebbe ridurre il rischio di malattia fino al 19%.**

Tre porzioni a settimana di patatine fritte possono essere correlate al rischio maggiore del 20% di sviluppare il diabete di tipo 2. In più, gli epidemiologi stimano che per quanto patate al forno, bollite o in purè non siano associate al diabete, sostituirle con cereali integrali potrebbe diminuire fino al 19% il rischio di avere la malattia. E' quanto svelato da uno studio condotto dagli epidemiologi della Harvard T.H. Chan School of Public Health di Boston, pubblicato sul British Journal of Medicine. I ricercatori hanno analizzato la dieta e gli esiti legati al diabete di 205.107 persone, tra uomini e donne. Per più di trent'anni, i partecipanti hanno compilato questionari alimentari, indicando la frequenza con cui consumavano alcuni alimenti, tra cui patatine fritte, patate al forno, bollite o in purè, e cereali integrali. Hanno anche segnalato diagnosi di nuove malattie, tra cui il diabete di tipo 2, e dato informazioni su altri fattori di salute, stile di vita e dati demografici influenti. Nel corso del periodo di studio, a 22.299 partecipanti è stato diagnosticato il diabete di tipo 2. I risultati hanno evidenziato che la sostituzione delle patatine fritte con cereali integrali potrebbe ridurre il rischio fino al 19%. In altre analisi separate, che hanno coinvolto più di 500.000 partecipanti e 43.000 diagnosi di diabete di tipo 2, distribuite tra quattro continenti, gli esperti hanno ottenuto risultati coerenti con quelli del loro studio. "Il messaggio di salute pubblica è semplice e potente: piccoli cambiamenti nella dieta quotidiana possono avere un impatto importante sul rischio di diabete di tipo 2; limitare il consumo di patate, soprattutto di patatine fritte, e scegliere fonti sane e integrali di carboidrati potrebbe aiutare a ridurre il rischio nella popolazione", ha dichiarato l'autore dello studio, Walter Willett.

(Prima Pagina News) Martedì 12 Agosto 2025

Verbalia Comunicazione S.r.l. Società Editrice di PRIMA PAGINA NEWS
Registrazione Tribunale di Roma 06/2006 - P.I. 09476541009
Iscrizione Registro degli Operatori di Comunicazione n. 21446

Sede legale : Via Costantino Morin, 45 00195 Roma
Redazione Tel. 06-45200399 r.a. - Fax 06-23310577
E-mail: redazione@primapaginanews.it