

[HOME](#)[COMUNI](#)[CRONACA](#)[ATTUALITÀ](#)[POLITICA](#)[SPORT](#)[VIDEO](#)[TUTTE LE SEZIONI](#)[Home](#) → [Salute](#)[Benessere](#)

Dieta grassa e colesterolo alto: aumenta rischio tumore prostata

[I consigli della Siu](#)

REDAZIONE 17/07/2018 - 15:10



Iperplasia benigna che si trasforma in tumore. E' questa una delle cause che derivano da una dieta ricca di grassi, dal colesterolo alto e dai problemi alla prostata. Lo spiegano gli esperti della Siu, Società Italiana di urologia. E lo fanno prendendo spunto da due studi internazionali.

Il primo, pubblicato sulla rivista "Prostate", ha preso in esame circa 36 mila uomini tra 40 e 99 anni, di cui quasi 9 mila con colesterolo alto, per un periodo compreso tra uno e 14 anni: è emerso che coloro che avevano una propensione a mantenere o sviluppare livelli di colesterolo alto, 'supportati' anche da una dieta ricca di grassi, avevano quasi il 25% di probabilità in più di incorrere in un ingrossamento della prostata. Il secondo, pubblicato sulla rivista "Oncotarget", ha analizzato invece 767 uomini con una neoplasia della prostata, evidenziando che il colesterolo alto era correlato a una incidenza superiore al 37% per lo sviluppo del tumore. Da ciò gli esperti della Siu invitano chi soffre già di qualche problema di prostata e non solo ad avviare un'alimentazione sana e povera di grassi incrementando invece legumi, cereali, pesce e carne rossa o bianca purché magra. Gli urologi inoltre consigliano di consumare pomodori cotti, ricchi di licopene, broccoli, frutta secca e bevande senza zuccheri, come il tè verde.

