

Enrico Arcelli, giugno 2007: sessione su Paolo Sorbini ad Ancona

PROGRESS IN NUTRITION
VOL. 9, N. 3, 229-230, 2007

Nell'ambito del convegno sugli acidi grassi omega 3, tenutosi ad Ancona dal 21 al 23 giugno 2007, si è svolta una sessione dedicata al dottor Paolo Sorbini e presieduta dal professor Bruno Berra, noto biochimico milanese il quale, poco prima, aveva tenuto una lezione magistrale su omega 3 e sindrome metabolica.

Il professor Lino Frega – organizzatore del convegno – ha voluto rilevare proprio l'interesse che il dottor Sorbini ha sempre avuto per gli omega 3, ma anche la grande curiosità scientifica che lo aveva sempre contraddistinto.

La sessione è stata aperta dal prof. Giuseppe Caramia che, se per professione è stato primario pediatra, ha sempre coltivato molti aspetti della medicina, approfondendo in particolare quelli storici. Ha dapprima citato Thomas Percival, il medico britannico che nel 1792 propose di usare l'olio di fegato di merluzzo per la prevenzione e la cura del rachitismo, a quei tempi molto diffuso in tutta Europa. Ha poi ricordato di quando, fra il 1930 e la fine degli anni '50, l'olio di fegato di merluzzo venne dato a tutti i bambini italiani, aiutandoli senz'altro ad avere uno sviluppo migliore del sistema nervoso centrale.

Nel finale del suo intervento, poi ha parlato degli acidi grassi omega 3 e della nutrigenomica.

Le relazioni successive sono state tenute da due allieve del prof. Berra. La professoressa Elena Sottocornola si è occupata dei raft lipidici, strutture che si trovano nella membrana delle cellule e che non sono statiche, ma molto dinamiche. Sono costituite da sfingolipidi, colesterolo e fosfolipidi e in esse sono localizzate proteine fondamentali per la trasduzione dei segnali. Tale trasduzione può essere influenzata da vari fattori, a partire dalla quantità degli acidi grassi omega 3 assunti con la dieta o con l'integrazione. In parole povere, tanto olio di pesce significa una miglior trasmissione delle informazioni. Se si fa riferimento alla membrana dei neuroni, questo è senza dubbio un importantissimo passo avanti per la comprensione di qual è la base biologica di quello di cui ha parlato, nell'intervento successivo, la professoressa Angela M. Rizzo, vale a dire degli effetti estremamente favorevoli che gli acidi grassi omega 3 hanno sul benessere psicologico. Proprio il gruppo del prof. Berra ha avuto un ruolo importante in vari studi in questo campo: l'assunzione dell'olio di pesce, infatti, si è

dimostrata efficace nei bambini iperattivi e con difficoltà dell'apprendimento, negli anziani depressi e persino negli sportivi, nei quali ha migliorato sensibilmente il profilo dell'umore, aumentando il vigore e diminuendo tutte le caratteristiche psicologiche con connotazioni negative. La professoressa Rizzo ha evidenziato come tutti questi miglioramenti delle funzioni cognitive e psicologiche siano sempre stati correlati con la diminuzio-

ne di quello che, anche nella prevenzione di malattie organiche di vario tipo, è un indice molto importante: il rapporto AA/EPA, ossia fra l'acido arachidonico e l'acido eicosapentanoico.

Il dottor Riccardo Pina, infine, ha parlato di quali sono le caratteristiche che è bene che abbia l'olio di pesce. Esso non soltanto deve avere un'alta concentrazione di acidi grassi omega 3 a catena lunga (almeno il 60%) e deve essere raffina-

to (con valori quasi nulli di contaminanti), ma è anche preferibile che sia in forma esterificata (e non, invece, sotto forma di trigliceridi contenenti sottoprodotti). Il gusto è un'altra caratteristica importante: vanno eliminate le molecole che danno all'olio odore e sapore di pesce. È importante, infine, che l'olio abbia una lunga stabilità, grazie sia al contenuto in antiossidanti, sia alle confezioni opportunamente studiate.