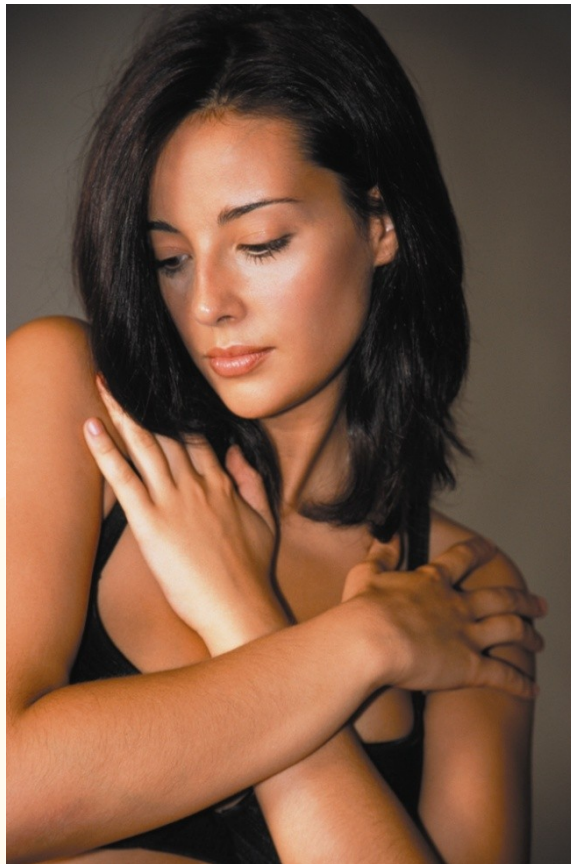


SONNEN**News**

Donne, al sole!

La “vitamina del sole” contro il cancro al seno

Il rischio di cancro al seno per le donne potrebbe essere ridotto del 27% con un piccolo miglioramento del tasso di vitamina D tramite il sole, gli integratori oppure il solarium.



Prevenire il cancro al seno con il sole!

Il rischio di cancro al seno per le donne potrebbe essere ridotto del 27% con un piccolo miglioramento del tasso di vitamina D, tramite il sole, gli integratori oppure il solarium.

Come ha dimostrato la ricerca degli ultimi anni, la “vitamina del sole” regola la divisione cellulare e inibisce la crescita di cellule degenerative.

Che questa azione si produca anche nei tessuti cellulari del seno, lo dimostra la presenza di recettori di vitamina D nelle cellule del seno femminile. (I recettori sono quelli che permettono alla vitamina di entrare all'interno delle cellule)

Uno studio francese eseguito su 636 partecipanti malate di cancro al seno e 1272 partecipanti sane, conclude che le donne con un valore più alto di vitamina D nel sangue, abbassano del 25% il loro rischio di cancro al seno in confronto alle donne i cui valori di vitamina si trovano in quantità minore. Questa azione avviene soprattutto nelle donne prima della menopausa e poi diminuisce in modo evidente. In altre parole: è proprio nelle più giovani che l'effetto protettivo della “vitamina del sole” è molto grande.

Gli autori non si pronunciano se il tasso più efficace di vitamina D nel sangue si ottiene con lo stare al sole (normalmente alle nostre latitudini responsabile per l'80-90 % dell'apporto) o con la “vitamina D invernale” dei solarium o tramite l'assunzione di integratori.