



**Viale Cavina 4 - Bologna
24 Febbraio ore 15**

**Nutrizione bilanciata e membrana cellulare:
la riscoperta dei grassi**

Carla Ferreri

Primo Ricercatore, ISOF-Consiglio Nazionale delle Ricerche, Bologna

Negli ultimi venti anni c'è stata una vera e propria rivoluzione nella medicina, soprattutto per il ruolo della nutrizione e l'apporto di molecole essenziali, di cui l'organismo ha bisogno per le sue funzioni fisiologiche naturali, che devono raggiungere la cellula, ovvero l'unità costitutiva di tutti i tessuti e organi.

E' la cellula che va controllata per il risultato delle abitudini alimentari e gli stili di vita degli individui e in particolare la membrana cellulare viene ad oggi indicata come il sito piu' importante, per esaminare la qualità e quantità dei grassi presenti nell'organismo, attraverso cui valutare anche i loro naturali meccanismi molecolari di organizzazione, riconoscimento e segnalazione.

Si parlerà in maniera divulgativa di come i grassi saturi, monoinsaturi e polinsaturi si combinino spontaneamente per organizzare la membrana cellulare al fine di svolgere la primaria attività di "sensore e regolatore". Dal tipo di grassi presenti nella membrana si può risalire alle abitudini di vita e alimentari, ed al metabolismo del soggetto. Dalla composizione di grassi della membrana derivano le capacità di adattamento, dissipazione dello stress, raccolta di stimoli e segnali, fino alla risposta pro- ed anti-infiammatoria.

Il corretto funzionamento è una "questione di grassi" - detta tecnicamente "lipidomica di membrana" - ed è possibile valutare il profilo lipidomico personalizzato, ovvero in ogni soggetto, scoprendone squilibri o presenza di indicatori di rischio. Trovando il profilo in squilibrio, si possono poi impostare strategie molto precise di bilanciamento nutrizionale, che attivano il ricambio e riportano il funzionamento ottimale di un compartimento cellulare indispensabile per la salute, da utilizzare sia in senso preventivo che in caso di malattie e terapie.

L'analisi lipidomica di membrana del globulo rosso maturo è frutto della ricerca CNR, oggi disponibile grazie ad una robotica esclusiva messa a punto in Italia e grazie all'impegno di medici, nutrizionisti e farmacisti che si aggiornano in questa visione moderna di medicina e prevenzione molecolare.