Melograno,spermatozoi e cure fai da te

Il succo di melograno,consumato regolarmente, può migliorare la salute e la motilità dello sperma. E' quanto emerge da uno studio condotto da ricercatori dell'università di Firat in Turchia e pubblicato sulla prestigiosa rivista scientifica Clinical Nutrition.
Lo studio è stato condotto su 28 topi divisi in quattro gruppi cui sono state somministrate diverse diluizioni di succo di melograno. Alla fine i ricercatori hanno testato i livelli di MDA (malonildialdeide) verificandone livelli ridotti di circa il 50% nei ratti che avevano assunto il melograno rispetto a quelli che avevano assunto acqua. Oltre a ciò, il livello di perossidazione lipidica di membrana , test che quantifica la suscettibilità degli spermatozoi ai composti come i radicali liberi, è risultata ridotta anche essa sugli spermatozoi .
In proporzione alla riduzione dello stress ossidativo si è assistito ad un miglioramento della quantità , della motilità e della morfologia degli spermatozoi ma solo nel gruppo di ratti che aveva assunto succo non diluito.
Il succo in questione, ricco in antiossidanti contiene in particolare un composto chimico (polifenolico) noto come Punicalagin che sembra essere responsabile dei benefici effetti del frutto sulla salute cardiaca, sulla prevenzione del morbo di Alzheimer e sul rallentamento della perdita di cartilagine nell'Artrite.
Alla fine del 2007 uno studio pubblicato sulla rivista International Journal of Impotence Research aveva annunciato risultati positivi del succo anche sul deficit dell'erezione.
Fin qui la notizia in sé stessa.
Periodicamente la stampa, sia scientifica che non , riporta la scoperta di antiossidanti in grado di fare quasi miracoli. E' bene ricordare che l'invecchiamento e la fertilità, in specie quella umana maschile che appare essere particolarmente

delicata, sono regolate , anche, dalla capacità dell’organismo di reagire agli stimoli ossidativi. In pratica chi non ha difese antiossidanti adeguate o assume ossidanti in quantità eccessive rispetto alla capacità di smaltirli finisce per invecchiare più presto. Gli spermatozoi , poi, sono eccezionalmente suscettibili, quasi permalosi, nei confronti dei radicali liberi.
La moderna Andrologia, ben conoscendo tali fenomeni, è, entro certi limiti, in grado di contrastarli con farmaci la cui azione è ben conosciuta e misurabile, un esempio ne è la acetilcarnitina,. Quello che meno è noto è che anche l’eccesso di antiossidanti può finire per danneggiare gli spermatozoi. Il messaggio quindi, da portare a casa, è : attenzione ancora una volta al “fai da te” , curarsi da soli sulla base del sentito dire può anche essere dannoso.