



**XXII° CONVEGNO INTERNAZIONALE
DI AGRICOLTURA BIODINAMICA
FIRENZE**

Estratto intervento di Stefano Benedettelli

Parametri innovativi per la selezione del frumento

I programmi di miglioramento genetico hanno sempre ignorato il contenuto di metaboliti secondari, come: acidi fenolici con proprietà antiossidanti, vitamina E, acido linoleico e fitoestrogeni, i quali possono ridurre i fattori di rischio per disturbi cardiovascolari. Per questa ragione le farine integrali ottenute dalle varietà antiche hanno una composizione più variabile in metaboliti secondari rispetto alle moderne varietà.

L'importanza di questi composti fitochimici è stata verificata attraverso lo studio dell'influenza del consumo alimentare a breve termine di pane ottenuto da una vecchia varietà selezionata di frumento (Verna), coltivato in Toscana con metodo biodinamico, su alcuni parametri associati all'aterosclerosi. Mediante la sperimentazione è stato possibile accertare gli effetti su alcuni markers aterosclerotici come i profili lipidici, infiammatori ed emoreologici.

Venti soggetti clinicamente sani (età media 39,5 anni) hanno seguito per 10 settimane una dieta contenente il pane (150 gr al giorno) prodotto con il frumento testato (periodo di prova) e per lo stesso periodo una dieta contenente pane disponibile in commercio nella stessa quantità (periodo di controllo).

I profili lipidici, infiammatori ed emoreologici sono stati valutati prima e dopo l'intervento alimentare. Il periodo di prova ha mostrato un significativo miglioramento del colesterolo totale e dei livelli di colesterolo lipoproteico a bassa densità mentre non sono stati osservati dei cambiamenti significativi nel periodo di controllo. I parametri infiammatori ed emoreologici, durante il periodo di prova, hanno mostrato un significativo decremento.

Il risultato ottenuto indica che il consumo alimentare a breve termine di pane integrale ottenuto da una vecchia varietà di frumento sembra imporre condizioni ottimali per quanto riguarda i più bassi livelli correnti di markers aterosclerotici. Un consumo regolare di tale vecchia varietà di pane integrale può essere utile a ridurre il rischio cardiovascolari della popolazione in generale. Oggi con le moderne tecniche di analisi, tenendo sempre in considerazione le tecniche produttive, è possibile caratterizzare i genotipi in selezione anche in base alle caratteristiche qualitative nutrizionali.

Stefano Benedettelli

Università di Firenze