

Obesità sarcopenica

con la dott.ssa Parascandolo



INTRODUZIONE

Recentemente numerosi studi hanno evidenziato l'esistenza di un asse intestino-cervello. Infatti alcuni nutrienti come i carboidrati concorrono al nostro stato di benessere e generano alti livelli di serotonina che migliora sia la peristalsi intestinale che l'assorbimento degli alimenti stessi. Tuttavia devono essere assunti nelle giuste quantità.

Al contrario i lipidi complessi possono generare infiammazione che attraverso i neurotrasmettitori periferici viene interpretata da alcune parti specifiche del cervello come segnale di malessere.

OBESITA' SARCOPENICA

Molte patologie sono correlate all'alimentazione tra queste si ricorda l'obesità sarcopenica, cioè quella condizione patologica che si sviluppa quando una persona perde gradualmente tessuto muscolare e aumenta il tessuto adiposo. Da recenti studi si è osservato che una corretta alimentazione con un'adeguata supplementazione di aminoacidi essenziali e HMB può migliorare il tono muscolare e il patrimonio muscolare nel complesso.

NC Podcast

NC Podcast è una serie podcast che aiuta i clinici a tenersi sempre aggiornati su temi riguardanti la nutrizione clinica alla luce delle evidenze disponibili. Questa serie vuole fornire strumenti che possano andare ad ottimizzare la pratica clinica quotidiana.

dott.ssa Parascandolo Ileana
Medico specialista in Scienze
dell'Alimentazione e cure supportive