



## Stress ossidativo: quasi la metà degli italiani sono a rischio

di [Francesca Brigida](#)  
per [Dieta-Dimagrante.com](#)  
© Tutti i diritti Riservati



## Stress ossidativo: quasi la metà degli italiani sono a rischio

§§§googlestart§§§

Lo **stress ossidativo** è uno stato di squilibrio tra sostanze ossidanti e sostanze [antiossidanti](#) presenti nel nostro organismo ed indica che il quantitativo di **radicali liberi** supera il quantitativo fisiologico. In queste condizioni, quindi, il nostro sistema [antiossidante](#) perde il controllo di neutralizzazione delle **specie chimiche antiossidanti** e, di conseguenza, i radicali liberi vanno ad aggredire le cellule, provocando il noto [stress](#) ossidativo.

E' possibile curare lo stress ossidativo qualora si conoscano le cause che lo hanno generato. §§§googlemean§§§ A causare questo squilibrio sono diversi fattori, quali abuso di alcol, sovrappeso, esposizione ai raggi X e UV, [sport](#) eccessivo. In Italia esiste un grande rischio di stress ossidativo: circa il 40% degli italiani sono a rischio. Lo stress ossidativo è una potenziale causa di **tumori** alla cavità orale, laringe, faringe, colon, fegato, esofago, mammella, oltre che all'insorgere di un centinaio di malattie.



Il medico e biochimico **Eugenio Luigi Iorio**, presidente dell'Osservatorio Internazionale dello Stress Ossidativo, alla luce delle ultime ricerche in collaborazione con Louis Ignaro e Luc Montagnier due premi Nobel, ha tenuto, presso Villa Spinola a Genova, un convegno sullo stress ossidativo, dal titolo "**Lo stress ossidativo, danno cellulare ed ipossia. Invecchiamento e prevenzione**". L'evento informativo è stato promosso da Eurodream s.r.l. in collaborazione con il laboratorio di analisi EMOLAB.

Secondo le ultime scoperte, lo stress ossidativo non si manifesta attraverso sintomi e segni caratteristici perciò può essere evidenziato solo attraverso accurate indagini di laboratorio. In caso di





alterato bilancio ossidativo è possibile contribuire migliorando lo stile di vita e, se necessario, assumere, con il controllo del medico, specifiche **formulazioni antiossidanti naturali** .

Secondo il professore Iorio il farmacista può costruire il primo filtro all'abuso di tante formulazioni miracolose che, assunte in maniera incontrollata, possono essere, talvolta, fonte di seri danni alla [salute](#)

Da non dimenticare di adottare un regime alimentare ricco di cibi che contengono sostanze antiossidanti come frutta, verdura, alimenti ricchi di vitamine, evitando eccessi di alcol e fumo. Consigliamo, invece, una costante attività fisica e una moderata esposizione ai raggi solari.

Francesca Brigida§§§googleend§§§

