

28 dicembre 1995 0:00

## MELATONINA: L'ELISIR DELLA GIOVINEZZA? I RISCHI

Roma, 28 dicembre 1995. Milioni di persone, negli Usa, la prendono, credendo al prodotto miracoloso che ridona la giovinezza. E' la melatonina, ormone prodotto da una ghiandola del cervello umano, la pineale, che regolerebbe l'orologio dell'invecchiamento. L'ormone e' responsabile dei bioritmi, intervenendo sul ciclo sonno-veglia. Dopo la pubblicazione del libro "La fonte della giovinezza" di due ricercatori medici che da oltre 15 anni lavorano sulla melatonina, la vendita di questo prodotto ha avuto una crescita esponenziale.

Ma e' tutto vero quello che viene raccontato?

"Questa "scoperta" ne ricorda altre relative alle proprieta' della vitamina E associata alla vitamina A -dichiara Primo Mastrantoni, segretario nazionale dell'Aduc- che dovevano ringiovanire e dare vigore soprattutto all'attivita' sessuale, salvo poi scoprire che dosi eccessive di vitamina A producono danni al cervello, alla colonna vertebrale e al cuore dei feti umani. Non si conosce il grado di innocuita' della melatonina, assunta per molto tempo, e le interazioni con altre sostanze. Gli effetti sui topi da laboratorio, stando ai dati pubblicati, sono positivi, come lo erano quelli relativi alla vitamina E sulla fertilita', che comunque si e' scoperto non provoca gli stessi effetti sull'uomo: per anni negli Usa ci fu un boom di vendita di vitamina A ed E, e un bel incasso per le case farmaceutiche.

La vendita della melatonina e' comunque vietata in Francia e sta per esserlo in Gran Bretagna.

Certo e' che di elisir della lunga vita ne e' piena la storia umana.