

27 febbraio 2024 11:40

Dall'ornamento all'alimentazione. Pomodoro come antibatterico

di [Primo Mastrantoni](#)



Proviene dall'America centro-

meridionale, importato in Europa a metà del 1500 dai conquistadores spagnoli. Usato come pianta ornamentale perché ritenuto nocivo fu riabilitato per uso alimentare soltanto dal XVII secolo. Lo conosciamo per il suo colore rosso intenso, ma ci sono varietà gialle, viola, bianche, rosa e verdi.

E' il pomodoro.

Elemento base della dieta mediterranea, costituente principale di sughi e salse, è ricco di acqua (94%), poco calorico, contiene vitamine e il licopene, una sostanza con proprietà antiossidanti che è associata alla riduzione di alcune forme tumorali della prostata e del collo dell'utero. Oltre che in fitoterapia le qualità del pomodoro sono utilizzate anche nella cosmesi.

Di questo frutto sono state scoperte anche vere e proprie attività farmacologiche. Infatti, uno studio della Cornell University (Usa), pubblicato sulla rivista scientifica "Microbiology Spectrum", evidenzia come il pomodoro svolga un'attività antibatterica nei confronti della Salmonella typhi responsabile della febbre tifoide.

Questa patologia, nota anche come tifo, è dovuta a una infezione che può diffondersi nell'organismo e colpire molti organi. La trasmissione avviene tramite l'ingestione di cibi o bevande contaminate dai batteri. I sintomi includono febbre alta, mal di testa, dolori diffusi, tosse, stitichezza o diarrea. La febbre tifoide deve essere curata con antibiotici per prevenire complicazioni potenzialmente mortali. La Salmonella typhi è stata riconosciuta come la principale causa di mortalità derivante da infezioni da patogeni enterici.

Le ricerche hanno inoltre verificato che l'azione protettiva del pomodoro si estendeva anche alla variante Salmonella Typhimurium e all'Escherichia coli, un batterio normalmente presente nell'intestino, alcuni ceppi del quale possono causare la cosiddetta "diarrea del viaggiatore".

L'attività antimicrobica del pomodoro è dovuta alla presenza di due peptidi (gli antesignani delle proteine) che distruggono le membrane batteriche. Queste molecole sono presenti in natura nelle piante e svolgono un ruolo cruciale nella capacità del sistema immunitario innato di combattere le infezioni nel mondo vegetale.

In aggiunta alle proprietà antimicrobiche dirette, i peptidi hanno la capacità di modulare le risposte immunitarie facilitando il reclutamento e l'attivazione delle relative cellule immunitarie.

Oltre al vaccino, contro il tifo si ricorre alla ciprofloxacina: l'antibiotico primario utilizzato per il trattamento della febbre tifoide nelle regioni in cui la prevalenza della malattia è elevata.

I ricercatori hanno sottolineato che una dieta a base di pomodori non è sufficiente da sola a sconfiggere l'infezione - per la quale rimangono elettive la prevenzione con il vaccino e le cure con antibiotici - ma che una dieta ricca di questo antico pomo riduce la probabilità di contrarre l'infezione.

Questo studio fornisce preziose informazioni sullo sviluppo di strategie di salute pubblica efficaci e sostenibili.

(Articolo pubblicato sul quotidiano [LaRagione](#) del 27 febbraio 2024) **CHI PAGA ADUC**

l'associazione non **percepisce ed è contraria ai finanziamenti pubblici** (anche il 5 per mille)

La sua forza economica sono iscrizioni e contributi donati da chi la ritiene utile

DONA ORA (<http://www.aduc.it/info/sostienici.php>)