

## **«Φύλακας» της καρδιάς το ελληνικό ελαιόλαδο: Μελέτες επιβεβαιώνουν τις φαρμακευτικές του**



ΕΝΑ

### **ΦΥΣΙΚΟ ΦΑΡΜΑΚΟ**

Φυσικό φάρμακο είναι σύμφωνα με μελέτες το ελληνικό εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο μια και είναι πλούσιο σε ελαιοκανθάλη που μπορεί να προστατέψει το καρδιαγγειακό σύστημα.

Αυτό αποδεικνύουν τα αποτελέσματα κλινικής μελέτης που πραγματοποιήθηκε στο Τμήμα Διατροφής του Πανεπιστημίου Davis της Καλιφόρνια και στο Ερευνητικό Κέντρο Διατροφής του Υπουργείου Γεωργίας των ΗΠΑ στην Καλιφόρνια και χρηματοδοτήθηκε από την εταιρεία Gaea και το Ίδρυμα Καπετάν Βασίλης.

Όπως ανέφεραν σε σημερινή ειδική εκδήλωση ο Προκόπιος Μαγιάτης αναπληρωτής καθηγητής και η Δρ. Ελένη Μέλλιου της Φαρμακευτικής Σχολής Αθηνών, τα εξαιρετικά παρθένα ελαιόλαδα περιέχουν ένα ευρύ φάσμα φυσικών συστατικών των οποίων η σχετική συγκέντρωση διαφέρει πάρα πολύ μεταξύ των διαφόρων ποικιλιών ελιάς. Πολλές από αυτές τις χημικές ενώσεις έχει αποδειχθεί ότι διαθέτουν αντιοξειδωτικές και αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες.

Ενώ ο όρος «ολικές φαινόλες» ενός ελαίου είναι αποδεκτός ως μέτρο της αντιοξειδωτικής του ικανότητας, η «φαρμακευτική» του δράση μπορεί να προέρχεται από συγκεκριμένες ενώσεις. Ένα παράδειγμα είναι η ουσία ελαιοκανθάλη η οποία συνδέεται με την πιπεράτη αίσθηση στο λαιμό που

προκαλείται από ορισμένα φρέσκα και υψηλής ποιότητας ελαιόλαδα.

Όπως εξήγησαν τα ελαιόλαδα που δοκιμάστηκαν, επιλέχθηκαν έτσι ώστε να έχουν την ίδια συγκέντρωση ολικών φαινόλων αλλά διαφορετική αναλογία δραστικών συστατικών ελαιοκανθάλης και ελαιασίνης.

Συγκεκριμένα, επιλέχθηκε ένα ελαιόλαδο με υψηλή ελαιοκανθάλη από ποικιλία Κορωνέικη από την περιοχή του ΠΟΠ Καλαμάτας, ένα ελαιόλαδο από ποικιλία Arbequina με υψηλή περιεκτικότητα σε ελαιασίνη και ένα λάδι ελέγχου που ήταν μεν εξαιρετικά παρθένο, με ισοδύναμη περιεκτικότητα σε ολικές φαινόλες, αλλά με μηδενική περιεκτικότητα σε ελαιοκανθάλη και ελαιασίνη. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι σε όσους κατανάλωσαν το ελληνικό έξτρα παρθένο ελαιόλαδο, η ελαιοκανθάλη

**Πηγή:** [iefimerida.gr](http://iefimerida.gr)