

Γιατί στο Acciaroli της Ιταλίας οι άνθρωποι ζουν πάνω από 100 χρόνια;

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



[Fresh herbs dill, basil, rosemary, thyme, oregano, marjoram, dandelion](#)

Fresh herbs dill, basil, rosemary, thyme, oregano, marjoram, dandelion

Το δενδρολίβανο θα μπορούσε να είναι το μυστικό μακροζωίας 300 κατοίκων που πλησιάζουν τα εκατό στο χωριό Acciaroli της Ιταλίας.

Για το βότανο χρησιμοποιείται ευρέως από τους κατοίκους του χωριού του μικρού χωριού που βρίσκεται στην Νότιας Ιταλίας πολύ κοντά στο θέρετρο του Σαλέρνο.

Στο ίδιο χωριό παρουσιάζεται ένα πάρα πολύ χαμηλό ποσοστό εμφάνισης καρδιακών παθήσεων αλλά και νόσου Αλτσχάιμερ, στοιχεία που προσθέτουν ακόμα περισσότερο ενδιαφέρον γύρω από το μυστήριο του Acciaroli.

Αλλά το δεντρολίβανο είναι ιδιαίτερα διαδεδομένη στη μαγειρική τους, ανακοίνωσαν οι ερευνητές από το Πανεπιστήμιο San Diego της Καλιφόρνια και την ιατρική σχολή της Ρώμης, οι οποίοι διεξάγουν την έρευνα.

Οι ερευνητές θα προσπαθήσουν να εντοπίσουν τι είναι αυτό που κάνει τους 300 αυτούς ανθρώπους να φθάνουν τα 100 χρόνια. Όπως υποστηρίζουν, η έρευνα θα είναι μεγάλη σε διάρκεια έτσι ώστε να διερευνηθούν τόσο οι γενετικοί παράγοντες όσο και άλλα στοιχεία όπως το περιβάλλον, η διατροφή και η άσκηση.

Σύμφωνα με τη Βρετανική Daily Mail, οι κάτοικοι του Acciaroli τρέφονται κυρίως με ψάρια αποκλειστικά λάδι ελιάς στα φαγητά τους. Τα πιάτα τους έχουν μεγάλες δόσεις από δενδρολίβανο, ένα φυτό το οποίο υποστηρίζεται ότι έχει ιδιότητες που μπορούν να αυξήσουν την υγεία στις μεγάλες ηλικίες.

Ο καθηγητής Alan Maisel, του πανεπιστημίου San Diego δήλωσε: “Είμαστε η πρώτη ομάδα ερευνητών που τους έχει δοθεί άδεια να μελετήσουν τον πληθυσμό του Acciaroli στην Ιταλία.”

Προηγούμενη έρευνα έχει διαπιστώσει ότι ορισμένες ενώσεις σε κερνοσικό οξύ - η οποία είναι παρούσα σε δεντρολίβανο - συμβάλει στη βελτίωση της μνήμης. Το

καρνοσικό οξύ μπορεί επίσης να βελτιώσει την υγεία των ματιών και να απομακρύνει τις ελεύθερες ρίζες που μπορούν να προκαλέσουν βλάβη στον εγκέφαλο.

Στέφανος Νικήτας

Πηγή: [HuffPost Greece](#)