

# Il Parmigiano Reggiano fa bene all'intestino. Lo dice una ricerca pubblicata su Nature

Il Parmigiano Reggiano è il formaggio che tutto il mondo ci invidia (e ci imita, con i nomi più strampalati e fantasiosi, primo tra tutti l'irriso Parmesan), ma ora una ricerca coordinata dal professor Marco Ventura e dalla professoressa Francesca Turrone dell'Università di Parma, pubblicata sulla prestigiosa rivista **Nature Communications**, ha dimostrato che il "Re dei Formaggi" non solo svolge un ruolo nutrizionale importante nell'ambito della dieta, ma arricchisce anche il microbiota, cioè la "comunità di microbi" presente nell'intestino umano, con effetti benefici sulla salute.



Si tratta del primo studio che ha rilevato in maniera molto dettagliata la composizione delle **comunità batteriche presenti nel Parmigiano Reggiano**, rilevando la presenza di specie di batteri benefici presenti in tutta la produzione, sia di

differenze legate al sito di produzione.



Ricordiamo, infatti, che la produzione di **Parmigiano Reggiano DOP** è strettamente legata alla zona di origine, stabilita per disciplinare nelle province di **Parma, Reggio Emilia, Modena, Bologna e sinistra del fiume Reno e Mantova nell'area a destra del Po**. A farne un prodotto unico al mondo, con un passato secolare, è anche questo microclima ideale.



Sono **330 i caseifici che lo producono**, senza aggiungere additivi e conservanti e senza sottoporre il latte impiegato ad alcun trattamento termico, che non solo conserva i batteri benefici presenti, ma contribuisce a trasmettere al prodotto finale il sapore e il profumo dei foraggi assunti dalle mucche.

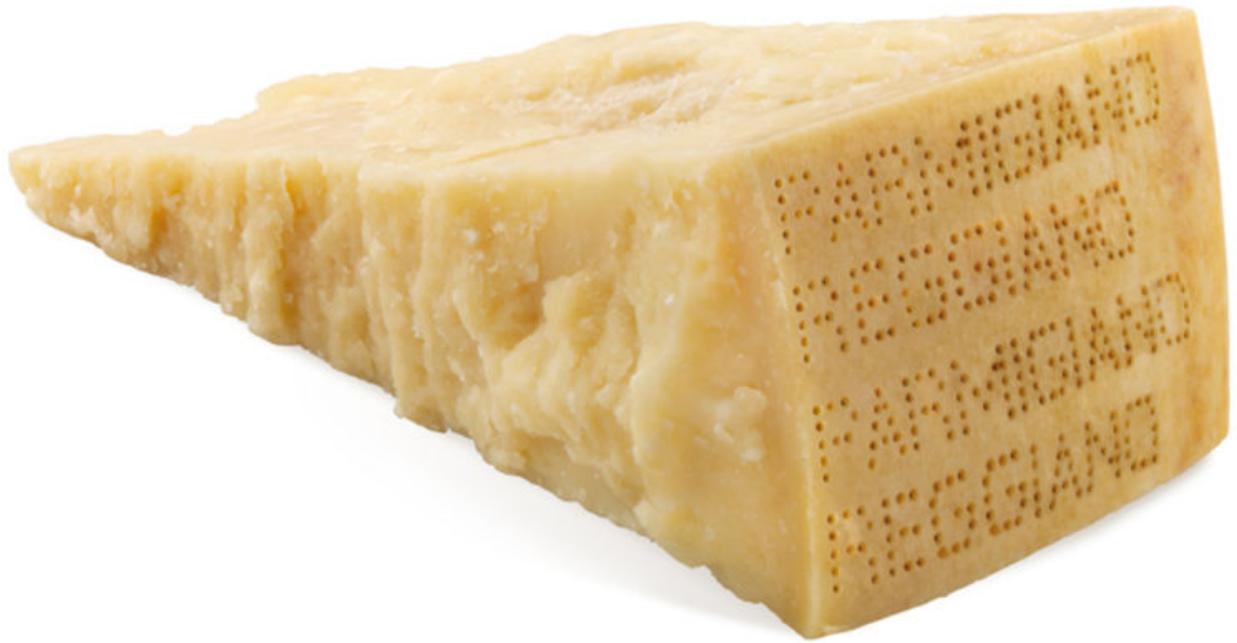


A ciò si aggiunge la scoperta evidenziata dallo studio: i batteri benefici presenti nel latte vaccino **vengono trasmessi all'uomo** attraverso l'assunzione di Parmigiano Reggiano. Tra questi ceppi batterici ci sarebbero alcune specie di **bifidobatteri**, microrganismi probiotici in grado di **correggere e arricchire il microbiota intestinale umano**.



La ricerca apre la porta a **ulteriori studi** sui cosiddetti “batteri degli alimenti”, cioè quella tipologia di batteri presenti in alcuni cibi e legati alla loro origine ambientale e alla possibilità di essere trasmessi all’uomo attraverso la filiera alimentare. Non solo, lo studio specifico sul Parmigiano Reggiano spinge ad approfondire come, considerato il ruolo centrale dell’intestino e del suo benessere per quello di tutto l’organismo, si possano ottenere da questo prezioso alimento ulteriori effetti benefici per la salute.

**INFO:** [www.parmigiano-reggiano.it](http://www.parmigiano-reggiano.it)



---

## **LUCCA: La prima città italiana per il verde fruibile**

Lucca è al primo posto della classifica stilata da Ecosistema Legambiente fra le 102 città italiane considerate per il verde urbano fruibile, con 53 metri quadrati a disposizione per ogni cittadino.



La Toscana è una regione dove la vegetazione spontanea occupa spazi estesi: i boschi coprono 654.000 ettari, il 14% del patrimonio forestale italiano. Gli alberi sono importanti non solo come ornamento e ossigenazione, ma anche perché migliorano la nostra qualità di vita e la struttura del territorio.



Lucca è un vero e proprio gioiello anche per altri motivi: di origini romane, è una delle principali città d'arte italiane, nota al di fuori dei confini nazionali per la sua intatta cinta muraria de XV-XVII secolo, che descrive un perimetro di 4.223 metri circa, rendendola uno dei quattro capoluoghi di provincia italiani ad avere una cerchia muraria rinascimentale intatta, come a Ferrara, Grosseto e Bergamo. Qui naque e si formò il noto musicista Giacomo Puccini.

info: [www.turismo.lucca.it](http://www.turismo.lucca.it)

Emanuele D'Argenzio