



La rivista scientifica internazionale *Biomedicine and Pharmacotherapy* ha pubblicato uno studio, condotto dal Dipartimento di Scienze Biomediche, Sperimentali e Cliniche dell'Università di Firenze, sulla capacità di alcune molecole estratte dal miele di regolare i recettori dell'insulina responsabili della regolazione del glucosio.

I risultati dello studio dimostrano per la prima volta come i componenti bioattivi del miele migliorino il controllo glicemico, sia inibendo l'enzima responsabile di una cattiva regolazione dell'insulina, sia stimolando l'espressione del recettore dell'insulina nelle cellule epatiche.

Le molecole bioattive esaminate sono per lo più polifenoli organici di origine vegetale. Interessante notare che tra i campioni di miele, tutti di origine Toscana e forniti dai soci Arpat, i monoflora estivi (castagno e melata) siano risultati i più ricchi di questi composti rispetto ai mieli primaverili (acacia). Gli autori della ricerca tengono a precisare, nonostante i risultati preliminari ottenuti, che il miele non può certo essere impiegato per la cura dei pazienti diabetici, tuttavia si ritiene che un consumo quotidiano di miele, accompagnato da una dieta equilibrata, possa aiutare a prevenire fenomeni di cattiva regolazione del glucosio.

La ricerca rappresenta l'ennesima testimonianza di quanto il miele sia un alimento complesso che stiamo, soltanto adesso, cominciando a delineare. Potete leggere lo studio in inglese [cliccando qui](#).