



Salute - Aspirina e dieta pesco-vegetariana: insieme migliorano la salute intestinale

Roma - 22 lug 2026 (Prima Notizia 24) Uno studio del Cnr-Ibba e dell'Università di Firenze evidenzia che una dieta pesco-vegetariana, associata all'aspirina, migliora la salute

intestinale e riduce il rischio di tumori del colon-retto.

Uno studio coordinato dall'Istituto di biologia e biotecnologia agraria del Consiglio nazionale delle ricerche (Cnr-Ibba), in collaborazione con ricercatori dell'Università di Firenze, ha confermato che una dieta pesco-vegetariana – ricca di pesce, verdure e alimenti di origine vegetale- se associata all'acido acetilsalicilico (aspirina), migliora la salute intestinale e svolge un'azione preventiva rispetto all'insorgenza di processi infiammatori anche potenzialmente legati allo sviluppo di tumori del colon-retto, ad oggi la seconda causa di morte per cancro nel mondo (IARC, 2021). La ricerca, pubblicata sulla rivista Scientific Reports, prosegue un filone di ricerca già intrapreso da anni presso l'Istituto, che aveva già evidenziato come il microbiota intestinale sia uno dei principali mediatori degli effetti della dieta sul rischio di sviluppare il tumore del colon-retto. L'attuale studio, oltre a confermare il ruolo centrale dell'alimentazione nel modulare le comunità microbiche dell'intestino, e lo sviluppo di cancro coloretale, evidenzia anche l'effetto combinato di dieta e trattamento farmacologico (aspirina). In particolare, sono stati analizzati gli effetti di una dieta pesco-vegetariana in modelli animali geneticamente predisposti allo sviluppo del tumore del colon-retto: i risultati mostrano che l'adozione di questo tipo di dieta riduce in modo significativo la formazione di tumori intestinali a livello del colon-retto, parallelamente ai cambiamenti del microbiota intestinale, fenomeno ancora più marcato quando la dieta viene associata all'acido acetilsalicilico (aspirina), farmaco già noto per le sue proprietà antinfiammatorie e preventive nei confronti di diverse patologie croniche. Ma il dato forse più interessante emerge dall'analisi del microbiota intestinale, l'enorme ecosistema di microrganismi che vive nel nostro intestino e che svolge un ruolo cruciale nella salute umana: lo studio dimostra, infatti, che tra i microrganismi favoriti dalla dieta pesco-vegetariana figurano gruppi batterici già noti per la produzione di metaboliti benefici e per la loro capacità di mantenere l'equilibrio dell'ambiente intestinale. Anche l'aspirina ha mostrato la capacità di influenzare il microbiota, selezionando specifici batteri potenzialmente coinvolti negli effetti protettivi osservati: tra questi, il genere *Roseburia*, produttore di butirato, una sostanza fondamentale per il benessere della mucosa intestinale e per il controllo dell'infiammazione. “I nostri risultati confermano che il microbiota intestinale rappresenta un punto di incontro fondamentale tra alimentazione e salute”, spiega Carlotta De Filippo, ricercatrice del Cnr-Ibba che ha coordinato lo studio. “Comprendere come dieta, farmaci e microbiota interagiscano tra loro ci permetterà di sviluppare in futuro strategie di prevenzione sempre più efficaci e

personalizzate, soprattutto per le persone a maggior rischio di sviluppare questa malattia". La prevenzione del tumore del colon-retto dipende, quindi, anche dalle scelte alimentari quotidiane: "Lo studio suggerisce che, in futuro, la combinazione di diete mirate e interventi capaci di modulare il microbiota potrebbe diventare uno strumento importante della medicina di precisione per la prevenzione oncologica", conclude De Filippo. Hanno collaborato alla ricerca anche: Sofia Chioccioli (già dottoranda presso il Dip.to Neurofarba dell'Università degli studi di Firenze, attualmente ricercatrice presso il Meyer Children's Hospital); Giovanna Caderni (Professore associato Dip.to Neurofarba dell'Università degli studi di Firenze), Niccolò Meriggi (Cnr-Ibba), Mariela Mejia Monroy (Dottoranda dell'Università di Siena associata al Cnr-Ibba); Sonia Renzi e Benedetta Cerasuolo (Dipartimento di Biologia dell'Università degli studi di Firenze).

(Prima Notizia 24) Mercoledì 22 Luglio 2026