

Gli studi di Kakegawa

Per dimostrare gli effetti benefici sulla salute del tè verde e grazie alla collaborazione dell'intero Comune, la popolazione di Kakegawa si è resa disponibile a partecipare ad uno studio di larga scala di immunologia nutrizionale, avviato nel giugno del 2009.

* Si tratta di uno studio condotto, nelle sue diverse fasi, grazie alla collaborazione di Università di Hokuriku (Professor Shinichi Kuriyama), Università del Kyushu (Professor Hirofumi Tachibana), Centro di Ricerca sulla Produzione di Ortaggi e Tè (Mari Yamamoto, Coordinatrice del gruppo di studio, Coordinatrice delle ricerche sulle proprietà degli alimenti del Centro di Ricerca sugli Alimenti).

Studio di coorte sul tè verde

Tramite un questionario, l'effettuazione di analisi del sangue e le rilevazioni somatometriche è stata condotta una prima indagine di base relativa alle abitudini di consumo del tè verde ed alle condizioni di salute dei soggetti, alla quale ha fatto seguito un'indagine di follow-up per individuare la relazione tra abitudini di vita e malattie. L'indagine di follow-up è tutt'ora in corso.

Esami riguardanti l'introduzione del tè verde nell'alimentazione

Sono stati fatti assumere per 12 settimane campioni alimentari di tè e si è verificata, tramite analisi del sangue ed altri esami, l'efficacia preventiva del tè verde sulle patologie correlate allo stile di vita. Nel 2011, un totale di 413 individui aveva partecipato alla ricerca.

Analisi riguardante l'influenza della forma di assunzione del tè verde sul suo assorbimento

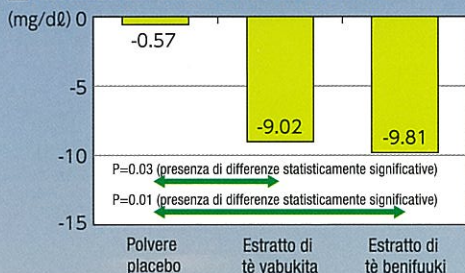
Si intende stabilire l'influenza esercitata dalla temperatura dell'acqua con la quale si prepara il tè, dall'orario, della dimensione delle foglie/granuli utilizzati e delle diverse modalità di assunzione sull'assorbimento della catechina contenuta nel tè verde da parte dell'organismo.

Capacità di individuazione della catechina del tè verde

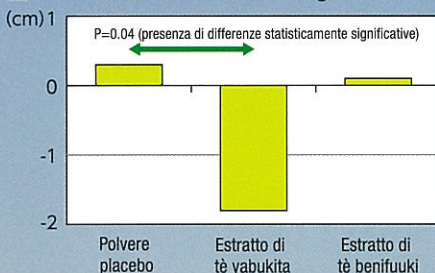
Si intendono studiare le abitudini di vita più adeguate affinché la catechina contenuta nel tè verde sia assorbita dall'organismo nella maniera più efficace.

Prove di assunzione di tè verde effettuate per verificare la sua efficacia preventiva sulle patologie correlate allo stile di vita, in particolare sull'arteriosclerosi. I partecipanti alla prova sono stati suddivisi in 3 gruppi, ai quali sono state fatte assumere, per 12 settimane e dopo ogni pasto, capsule contenenti polvere dei vari tipi di tè di Kakegawa (estratto di tè yabukita, estratto di tè benifuuki) e capsule contenenti polvere di tè placebo, in cui non erano contenuti i componenti del tè verde. In questo modo si è potuta dimostrare l'efficacia preventiva sulle patologie correlate allo stile di vita del tè verde.

Modifica dei valori del colesterolo LDL



Modifica delle dimensioni del girovita



Gli individui che avevano assunto le capsule contenenti polvere di tè yabukita per 12 settimane, hanno mostrato una diminuzione media dei valori del colesterolo cattivo di 9,2 mg/dl e una riduzione media delle dimensioni del girovita di 1,86 cm. Secondo il professor Shin Kuriyama, che ha coordinato la ricerca, un simile risultato, senza ricorrere ad un aumento dell'attività fisica o a restrizioni sul regime alimentare, classifica il tè al pari di un farmaco prescrivibile.

Spesa sanitaria pro-capite per anziani al di sopra dei 75 anni di età

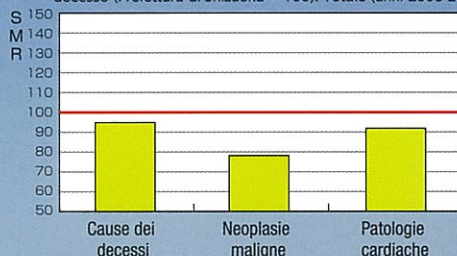
	Comune di Kakegawa(a)	Giappone(b)	(a)/(b)
2010	689.268yen	904.795yen	0.76
2011	710.560yen	918.206yen	0.77
2012	720.118yen	919.452yen	0.78
2013	727.557yen	929.573yen	0.78
2014	741.941yen	923.576yen	0.80

La spesa sanitaria pro-capite per gli anziani al di sopra dei 75 anni di età risulta inferiore del 20% rispetto alla media nazionale.

Elaborazione di dati tratti dalla Tabella 2 del Rapporto sulle Condizioni dell'Assistenza Sanitaria agli Anziani - Secondo Semestre (Ministero per la Salute ed il Benessere Pubblico) e da documenti dell'Amministrazione Locale relativi all'Assistenza Medica agli anziani della Provincia di Shizuoka - Secondo Semestre.

Tasso standardizzato di mortalità (SMR) in base alle cause di decesso del Comune di Kakegawa

(indicatori sanitari dei Comuni della Prefettura di Shizuoka)
<Tasso standardizzato di mortalità (SMR) in base alle cause di decesso (Prefettura di Shizuoka = 100); Totale (anni 2008-2012) >



* Fonte: indicatori sanitari dei Comuni della Prefettura di Shizuoka (Centro per la Salute Globale della Prefettura di Shizuoka)

Da una comparazione tra le medie della città di Kakegawa e quelle dell'intero territorio nazionale, le percentuali dei decessi per neoplasie maligne e per patologie cardiache sono risultate inferiori di, rispettivamente, 20,8 e 8,1 punti.

Secondo le statistiche del Ministero per la Salute ed il Benessere Pubblico, in un gruppo di Comuni del Giappone che totalizza una popolazione di oltre 100.000 persone, il Comune di Kakegawa è risultato quello con il più basso tasso di mortalità per neoplasie maligne, sia tra gli uomini che tra le donne.

Il tè fukamushi (cotto al vapore) come abitudine di vita: un valore aggiunto per la propria salute.

Città di Kakegawa
Divisione Promozione Tè
1-1-1 Nagaya, Kakegawa, Shizuoka 436-8650 GIAPPONE