



## **OLIO DI PESCE E AUMENTANO ATTENZIONE E APPRENDIMENTO STUDIO AMERICANO PUBBLICATO SUL TIMES**

*Fonte: DIRE - Notiziario Minori*

L'olio di pesce contribuirebbe ad alzare i livelli di apprendimento e concentrazione dei bambini con problemi di attenzione e iperattività'. Secondo uno studio americano, pubblicato dal quotidiano inglese Times, questo tipo di alimento aiuterebbe i bambini affetti da depressione e classificati come ADHD a rendere meglio nello studio e in attività che prevedono un'alta concentrazione mentale. La ricerca, pubblicata originariamente sull'American Journal of Clinical Nutrition, prevedeva la somministrazione a 33 bambini di 11 anni di un acido grasso essenziale chiamato DHA e contenuto nell'olio di pesce per una o due volte al giorno per otto settimane. Il risultato è stato che quasi tutti i bambini hanno registrato significativi miglioramenti durante performance in cui si richiedeva un grande esercizio di attenzione.

In generale, i loro livelli di attenzione, secondo lo studio, aumentavano dopo la somministrazione sistematica di DHA. In particolare, i bambini che ricevevano le dosi più alte di DHA rendevano molto meglio in esercizi di matematica e di ragionamento complesso. Inoltre, Tac cerebrali utilizzate dagli esperti durante lo studio hanno dimostrato che l'attività funzionale della corteccia cerebrale aumentava significativamente.

(Mua/ Dire)