

*Jamshed H, Gilani AU, Sultan FA, Amin F, Arslan J, Ghani S, Masroor M. Almond supplementation reduces serum uric acid in coronary artery disease patients: a randomized controlled trial. Nutr J. 2016 Aug 19;15(1):7.*

#### **IL CONSUMO DI MANDORLE RIDUCE I LIVELLI DI ACIDO URICO NEL SIERO DI PAZIENTI CON PATOLOGIA CORONARICA: STUDIO CLINICO RANDOMIZZATO**

Lo studio clinico randomizzato, condotto su 150 pazienti ricoverati in cardiologia, ha mostrato come un'assunzione di 10 g di mandorle prima della colazione possa ridurre mediamente la concentrazione di acido urico sierico del 13-16% dopo 6 settimane di trattamento e del 14-18% dopo 12 settimane, senza influenze significative sulla pressione sistolica e diastolica, né sul peso corporeo dei partecipanti. La prevenzione dell'iperuricemia è importante per proteggere i reni e l'apparato cardiovascolare di questi pazienti. Se ricondotti alla popolazione generale, questi benefici risultano ancora maggiori in un'ottica di salute pubblica.