

Descubre la Zona Outlet
con terminales seleccionados



Deporte base Fotos

Versión móvil widgets noticias

Hemeroteca | Edición Impresa | RSS

Hoy 4.9 / 12.6 | Mañana 2.7 / 13.6 |

nortecastilla tu televisión online...

26 marzo 2010

Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com Hoyvino

Portada Castilla y León Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios

Buscar IR

Valladolid Palencia Segovia Zamora Ávila Burgos Salamanca Soria El Castellano Canal Castilla y León Canal UVA

Estás en: El Norte de Castilla > Noticias Castilla y León > Noticias Zamora > El consumo moderado de cerveza reduce infartos, según un estudio

ZAMORA

El consumo moderado de cerveza reduce infartos, según un estudio

Las últimas investigaciones científicas sobre la bebida afirman que ayuda a la rehidratación tras la práctica deportiva

26.03.10 - 00:52 - EL NORTE | ZAMORA.

3 votos

0 Comentarios | Comparte esta noticia »

El consumo moderado de cerveza podría contribuir a reducir el riesgo cardiovascular y ayudar a la rehidratación tras la práctica deportiva, según la Monografía del III Simposio Internacional sobre esta bebida, presentado ayer en Zamora. La monografía reúne las últimas investigaciones sobre las propiedades del consumo moderado de cerveza y su relación con la salud, entre ellas las relacionadas con la salud cardiovascular, sistema inmune, agentes quimiopreventivos contenidos en el lúpulo, rehidratación tras la práctica deportiva y bebidas fermentadas como parte de la dieta mediterránea

El documento fue presentado en Zamora por el doctor Jesús Román Martínez, profesor de la Facultad de Medicina de la Universidad Complutense de Madrid y portavoz del Centro de Información Cerveza y Salud en el Colegio Oficial de Médicos de Zamora. Hoy en día existen multitud de estudios científicos que corroboran que el consumo moderado de cerveza, siempre que se realice por adultos sanos y dentro de una dieta equilibrada, podría ayudar a prevenir distintas enfermedades que tienen parte de su base en la alimentación, informaron a Europa Press fuentes del Centro de Información Cerveza y Salud.

La cerveza es una bebida fermentada de baja graduación elaborada con ingredientes naturales (agua, cebada malteada y lúpulo) y de ellos se desprenden los más de 2.000 compuestos que se pueden encontrar en esta bebida.

Vitaminas

Según el doctor Jesús Román Martínez «la cerveza es una bebida muy interesante desde el punto de vista nutricional, ya que aporta vitaminas, fundamentalmente del grupo B, antioxidantes naturales, carbohidratos, minerales y otros compuestos beneficiosos para la salud».

Estudios científicos nacionales e internacionales indican que los carbohidratos contenidos en la cerveza en forma de maltodextrinas, podrían facilitar un vaciado gástrico ralentizado y una mayor absorción intestinal. Las maltodextrinas podrían corregir la posibilidad de hipoglucemia, ya que esta sustancia se metaboliza lentamente liberando unidades de glucosa que pasan progresivamente a la sangre y dan lugar a un pico de concentración de glucosa en plasma menos elevado y más extendido.

En esta misma línea, una investigación codirigida por el profesor Manuel Castillo-Garzón, catedrático de Fisiología Médica de la Facultad de Medicina de la Universidad de Granada, ha concluido que tras la realización de un esfuerzo físico, el consumo moderado de cerveza permite recuperar las pérdidas hídricas en la misma medida que el agua.

El Investigador del Instituto del Frío del Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) y coautor de este mismo trabajo, el doctor Javier Romeo, concluye que la ingesta de una cantidad moderada de cerveza, por su contenido en carbohidratos (destacando las maltodextrinas), minerales y vitaminas, podría mantener niveles más altos de glucosa plasmática y atenuar las respuestas hormonales de estrés, además de reducir directa e indirectamente las perturbaciones en el sistema inmune.

Según esta investigación, la cerveza, debido a su composición, las propiedades de sus ingredientes, sus características organolépticas y su bajo contenido alcohólico, de cuatro o cinco grados, tomada en cantidades moderadas, podría ser beneficiosa y favorecedora de una efectiva rehidratación y podría incluirse en la dieta equilibrada de los deportistas.

Menos colesterol

Por otra parte, diversas investigaciones han demostrado también que el consumo moderado de cerveza podría aumentar de forma significativa los niveles de colesterol HDL y participar en la protección del organismo frente a enfermedades cardiovasculares.

En el apartado de la monografía dedicado a valorar la influencia de la cerveza en la reducción del riesgo cardiovascular, el doctor Armin Imhof, del Departamento de Cardiología del Hospital Universitario de Ulm



El doctor Jesús Román y el investigador Javier Romeo, en la presentación del estudio. :: LUIS CALLEJA

Ahórrate la cuota de línea



LO MÁS VISTO

El Juzgado Militar investiga a la cúpul...
Cinco cajas de la región tuvieron pérdi...
Miedo al castigo...
Un muerto al embestir un tren de mercan...
La ciudad ya vive la Pasión...
Un aviso de bomba en nombre de ETA acti...
De la Riva reprocha al PSOE que propong...
Ocho provincias en alerta por nieve, vi...
El apagón analógico llega a los últimos...
Condenado a seis años el atracador que ...
Chávez amplía los días festivos de la S...
La Junta garantiza el pago de la hipote...

LO MÁS COMENTADO

LO ÚLTIMO DE NORTECASTILLA.ES
NOTICIAS AL MINUTO (AGENCIAS)

JOYAS DE CASTILLA Y LEÓN SEMANA SANTA



CONCURSO

Vota los pasos y procesiones de la
Semana Santa de Zamora

Buscamos las 9 joyas de Castilla y León [+]

¡Participa con tus votos!

Bienvenido a

Accede directamente si tienes cuenta en

[+]información

Actividad lectores Iniciar sesión REGISTRO Cerrar barra