

## Un estudio concluye que el consumo moderado de cerveza previene y controla la diabetes



### Noticias

El estudio, que se ha presentado en Granada, recalca que diversos componentes de la cerveza como la fibra soluble

Un estudio de investigadores de la Sociedad Española de Diabetes ha concluido que algunos de los componentes de la cerveza como su fibra soluble podrían actuar contra los mecanismos que desencadenan la diabetes y recomienda su consumo moderado para prevenir y controlar esta enfermedad.

El catedrático en Nutrición de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla Franz Martín Bermudo ha revisado los efectos preventivos de la cerveza en la diabetes en un estudio del Centro de Información Cerveza y Salud.

El estudio, que se ha presentado en Granada, recalca que diversos componentes de la cerveza como la fibra soluble, los compuestos polifenólicos y los minerales, junto a su baja graduación alcohólica, podrían actuar sobre los mecanismos y procesos que desencadenan la diabetes y sus complicaciones.

La investigación ha comprobado que los nutrientes, entre ellos los polifenoles, pueden producir modificaciones de la microbiota que alteran la inmunidad intestinal y contribuyen al desarrollo de la Diabetes Mellitus 1 en personas que genéticamente son susceptibles a esta enfermedad.

"La cerveza es rica en polifenoles y podría ser que estos compuestos indujeran una modificación de la flora intestinal. De esta manera, un consumo moderado de cerveza podría proteger frente al desarrollo de Diabetes Mellitus 1 en personas con predisposición a tener esta enfermedad", ha asegurado Bermudo.

En el caso de la Diabetes Mellitus 2, investigaciones anteriores han relacionado el consumo de alimentos, nutrientes y dietas con la aparición de esta enfermedad y han apuntado que la dieta rica en fibra y el consumo de polifenoles, componentes presentes en la cerveza, reduce los riesgos.

"En cuanto a los procesos inflamatorios que están presentes en las complicaciones macro y microvasculares de la diabetes, es importante destacar el papel antiinflamatorio que pueden jugar la fibra y los compuestos fenólicos de la cerveza", ha sostenido Bermudo, que también ha destacado que otros componentes de esta bebida como las isohumulonas y el xantohumol ayudan en la prevención, control y evolución de la diabetes.

En España, la diabetes afecta al 13 % de la población mayor de 18 años, según los datos aportados en un comunicado por el Centro de Información Salud y Cerveza.

A los datos presentados hoy se suman los del estudio 'Cerveza, dieta mediterránea y enfermedad cardiovascular', elaborado por el Hospital Clínic de Barcelona y la Universidad de Barcelona, que ha apuntado que las personas que consumen cerveza de forma moderada presentan una menor incidencia de diabetes.

Redacción

