

## EDITORIAL

**E**n nuestra nueva cita con los lectores queremos recordar la importancia de la labor divulgativa que se ha realizado en este primer semestre del año. Es objetivo del Centro, además de fomentar la actividad investigadora, poner a disposición de la comunidad científica y de la sociedad en general la información que de ella se derive.

Así, en torno a 500 personas han asistido a las conferencias divulgativas organizadas en colaboración con las asociaciones de consumidores y amas de casa en los últimos meses. Las sesiones sobre "La cerveza en la Dieta Mediterránea" no sólo sirven para dar a conocer un poco más esta bebida tan presente en nuestra dieta y costumbres, sino que en ellas se abordan las claves para mantener una dieta sana y equilibrada.

De acuerdo con este propósito, el Centro ha colaborado con la FESNAD en la organización del Día Nacional de la Nutrición, el 28 de mayo, con el objetivo de concienciar a la población de la importancia de llevar una alimentación saludable.

Además, no podemos dejar de recordar la importancia que tiene el cuidar al máximo los mensajes en torno al consumo moderado de bebidas como la cerveza, cuyo contenido alcohólico, aun siendo bajo, requiere una atención especial. Si bien está contrastado que el consumo moderado de cerveza puede tener efectos beneficiosos en el organismo, sigue siendo necesario reiterar que este consumo debe hacerse siempre con responsabilidad por parte de adultos sanos en el contexto de una dieta variada, sana y equilibrada. Por eso, y más en estas fechas, no debemos olvidar que "la carretera te pide sin".

Según una investigación que analiza los efectos de los polifenoles sobre el cáncer de mama

## Ciertos componentes de la cerveza, el vino y el té podrían retrasar el desarrollo de cáncer

**U**n estudio científico realizado recientemente por la Universidad de Oporto ha concluido que distintos componentes fenólicos contenidos en la cerveza, el vino y el té mostraban un efecto significativo al disminuir la proliferación de células cancerígenas.

Los polifenoles, principalmente los flavonoides, son sustancias que se encuentran en determinados alimentos, y han demostrado un efecto protector sobre el sistema cardiovascular, además de manifestar propiedades antivirales y antialérgicas en varios trabajos científicos.

El estudio investigó el efecto de tres compuestos fenólicos, responsables de la capacidad antioxidante, y que son instrumentos efectivos en la lucha contra el cáncer de mama. Los polifenoles investigados fueron: el epigallocatechin gallate (EGCG), el xanthohumol (XN) y el resveratrol (RES), sustancias presentes en concentraciones muy significativas en el té, la cerveza y el vino tinto, respectivamente. Así, los tres compuestos polifenóli-

cos examinados, mostraron un efecto significativo en la reducción de la proliferación de células cancerígenas. Estos efectos fueron observados tanto en el número de células después de cada periodo de tiempo investigado, como en el proceso tras la incorporación de timidina.

**Los polifenoles examinados mostraron un efecto reductor en la proliferación de células cancerígenas**

El xanthohumol encontrado en la cerveza fue, según la investigación, el polifenol más potente que afectaba a la reducción de las células cancerígenas en el caso del cáncer de mama; además, mostraba sus efectos más rápidamente en concentraciones más bajas.

(continúa en página 2)





(viene de página 1)

Por otra parte, el resveratrol mostró también un efecto antiproliferación en la línea de células de crecimiento de cáncer de mama, si bien en menor potencia que el xanthohumol. El EGCG mostró también un efecto inhibitorio sobre el crecimiento celular, pero fue menos potente que el xanthohumol o que el resveratrol.

Los investigadores concluyen que estos tres compuestos, en presencia de la línea celular de cáncer de mama, son capaces de reducir la proliferación cancerígena. *Estos resultados apoyan a los obtenidos en estudios epidemiológicos que relacionan el consumo de determinadas bebidas con una menor incidencia y prevalencia del cáncer*, han concluido los autores. A pesar de ello, los investigadores insisten en que se precisa de más estudios en humanos para concluir rotundamente esta afirmación.

En la última reunión celebrada durante el mes de junio en el Museo de la Cerveza de Madrid

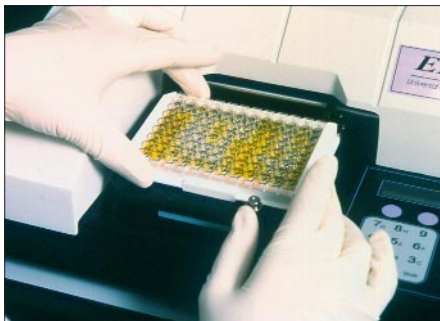
## El Comité Técnico Asesor del CICS destaca la gran actividad investigadora en torno a la cerveza y la salud

El pasado mes de junio se celebró en Madrid la última de las reuniones del Comité Técnico Asesor del Centro, con el objetivo de realizar un seguimiento de las acciones en curso. Uno de los aspectos más importantes del CICS, el fomento de la investigación, centró parte del encuentro, en el que se destacó la gran actividad en este ámbito observada en los últimos años en torno al consumo moderado de cerveza. De hecho, en estos momentos varios centros españoles están trabajando en tres estudios científicos que cuentan con el apoyo del Centro de Información Cerveza y Salud, dos de los cuales podrán estar a disposición de la comunidad científica en 2005.

Siguiendo con esta actividad de estudio en torno a la cerveza y su relación con la salud y la nutrición, los miembros del

Comité destacaron la alta cualificación y excelentes expedientes académicos de los aspirantes a la IV Convocatoria de Becas del Centro de Información Cerveza y Salud, que se concedió a Silvia Pilar González, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Salamanca, quien ya ha comenzado su trabajo de investigación sobre *"La determinación de las modificaciones hormonales estroandrogénicas en pacientes postmenopáusicas sanas sin terapia hormonal sustitutiva tras la ingesta de cantidades moderadas de cerveza"*.

En la primera mitad del año, el CICS puso en marcha una decena de actividades dirigidas a la comunidad científica y al público en general, con el objetivo de difundir y poner a disposición del público interesado las investigaciones realizadas en torno al consumo moderado de cerveza y la salud. Una vez más, el Comité Técnico Asesor recordó la importancia y la responsabilidad que las instituciones como el CICS tenemos en la difusión de informaciones sobre salud y nutrición, en torno a las cuales siempre se ha de recordar que los posibles efectos beneficiosos del consumo de cerveza han de entenderse de forma moderada, en el contexto de una dieta variada, y sólo en el caso de adultos sanos.



## "La Carretera te pide Sin"

La Asociación de Cerveceros de España promueve, por cuarto año consecutivo, una campaña de educación vial dirigida a los conductores, en colaboración con la Dirección General de Tráfico. Se trata de una iniciativa de carácter preventivo y educativo destinada a difundir mensajes que contribuyan a evitar que los conductores ingieran alcohol cuando tengan pensado conducir. "La Carretera te pide Sin" pretende contribuir en la educación vial de los jóvenes que están aprendiendo a conducir, acercándoles mensajes de responsabilidad que hacen especial hincapié en que el consu-

mo de alcohol y la conducción son incompatibles.

En este proyecto participan la Confederación Nacional de Autoescuelas, la Asociación Española de Operadores de Productos Petrolíferos, el Real Automóvil Club de España, La Asociación Española de la Carretera, Ayuda del Automovilista, RACC Automóvil Club y la Fundación Instituto Tecnológico para la Seguridad del Automóvil.

Desde el Centro de Información Cerveza y Salud alentamos y aplaudimos estas iniciativas, ya que el consumo de bebidas alcohólicas, aun siendo de baja graduación, debe de realizarse siempre con responsabilidad.

**La Carretera te pide SIN**

El alcohol y la conducción son incompatibles.  
Si vas a conducir bebe cerveza sin alcohol.

ES UNA RECOMENDACIÓN DE CERVEZOS DE ESPAÑA COLABORANDO CON LA DIRECCIÓN GENERAL DE TRÁFICO.  
LA CONFEDERACIÓN NACIONAL DE AUTOESCUELAS, LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE OPERADORES DE PRODUCTOS PETROLÍFEROS,  
EL REAL AUTOMÓVIL CLUB DE ESPAÑA, LA ASOCIACIÓN ESPAÑOLA DE LA CARRETERA, AYUDA DEL AUTOMOVILISTA,  
RACC AUTOMÓVIL CLUB Y LA FUNDACIÓN INSTITUTO TECNOLÓGICO PARA LA SEGURIDAD DEL AUTOMÓVIL.

ESTA CAMPAÑA FORMA PARTE DE LA INICIATIVA EUROPEA PARA REDUCIR LA SINCERIDAD EN LA CONDUCCIÓN (EUROPEAN ROAD SAFETY CHARTER).

Resultados del estudio publicado en la revista *International Journal of Cancer*

## Un trabajo investiga los efectos de la cerveza en la incidencia de cáncer de colon en roedores

La ingesta moderada de cerveza podría tener un efecto positivo sobre el cáncer de colon. Según un estudio realizado en Japón para Central Laboratories for Key Technology, el consumo de cerveza inhibía el efecto cancerígeno inducido por azoximetano (AOM), agente carcinogénico de colon, en ratas. El análisis indicó que el ADN de los roedores afectado por la inducción de dosis de AOM, se redujo significativamente en aquellas ratas que fueron alimentadas con cerveza o con extracto de malta durante dos semanas. Durante el período experimental, que fue de 5 semanas, se comprobó que se redujo hasta un 35% el número de ACF (Aberrant Crypt Foci), lesiones en la mucosa del colon indicadoras de riesgo de cáncer.

La formación de estas lesiones (ACF) fue reducida perceptiblemente en las ratas tratadas con cerveza liofilizada, pero no con etanol, sugiriendo por tanto que los componentes permanentes de la cerveza son responsables de la reducción. La supresión significativa en la formación de ACF se observó en los grupos tratados con extracto del agua caliente de malta,

especialmente con los extractos de maltas coloreadas, aunque no se observó ninguna reducción cuando se les alimentaba con extracto de los lúpulos.

Un experimento a largo plazo (de 42 semanas) indicó que la ingesta de cerveza disminuyó la incidencia de tumor en un 22% y redujo el número de lesiones, incluyendo adenocarcinomas y adenomas, alrededor de un 44%. Estos resultados sugieren que los componentes de la cerveza tienen efectos preventivos sobre el cáncer de colon inducido por AOM y que el consumo de cerveza podría contribuir a una reducción en la susceptibilidad a padecer cáncer.



Según un estudio del Departamento de Epidemiología y Salud Pública del University College de Londres y publicado en el *British Medical Journal*

## Los bebedores moderados de cerveza podrían tener menos riesgo de infarto que los no bebedores

Un nuevo estudio viene a confirmar que la cerveza podría tener un efecto protector para el corazón. Según un trabajo reciente del Departamento de Epidemiología y Salud Pública de la University College de Londres, las personas que consumen moderadamente esta bebida tendrían hasta un 40% menos de posibilidades de sufrir un infarto que las abstemias. Esta conclusión se desprende de la investigación, "Effect of beer drinking on risk of myocardial infarction: population based case-control study", publicada en el *British Medical Journal*. La cerveza puede reducir la coagulación sanguínea y producir un aumento de las lipoproteínas

de alta densidad o HDL, lo que ejercería un efecto cardioprotector sobre el organismo. Sin embargo, este efecto preventivo se limita a las personas que beben moderadamente, según ha confirmado la investigación.

El estudio del Departamento de Epidemiología y Salud Pública del University College de Londres observó que las personas que bebían más o menos una vez al día tenían un 40% menos de probabilidades de sufrir un infarto que aquellas eran abstemias. Igualmente se demostró que las personas que bebían de manera abusiva no tenían ningún grado de protección extra contra enfermedades del corazón.

### REVISTA DE PRENSA

la Mañana DIARIO DE PONIENTE

#### "El consumo moderado de cerveza beneficia la salud"

El consumo moderado de cerveza puede aportar a la dieta habitual nutrientes y otros compuestos beneficiosos para la salud. Esta es una de las conclusiones que Mercè Vidal, nutricionista-dietista y profesora de la Universitat de Barcelona, extrajo de la conferencia *La cerveza en la dieta mediterránea*, que se impartió ayer en Lleida. [...]

LA MAÑANA DE LLEIDA. Mayo 2004

Huelva información

#### "Cada año se registran unas seiscientas fracturas de cadera"

Unas seiscientas personas sufren una rotura de cadera al año en nuestra provincia, de las que un porcentaje que oscila entre el 20 y el 35% acaba en fallecimiento. La gravedad que supone esta fractura es la consecuencia más visible de un problema que suele afectar a un buen número de mujeres principalmente en la etapa postmenopáusica: la osteoporosis.

De esta enfermedad y de los beneficios que el consumo moderado de la cerveza puede tener en ella se ha realizado un estudio, que fue ayer presentado en el Colegio de Médicos. El Centro de Información Cerveza y Salud ha promovido de este modo un estudio en el que se confirma que el consumo moderado de esta bebida favorece una mayor masa ósea, debido al alto contenido en flavonoides (con un gran efecto estrogénico en la mujer) y a su bajo contenido alcohólico. [...]

HUELVA INFORMACIÓN. Junio 2004

### PREVENIR

#### "El bebedor de cerveza tiene un corazón sano"

El equilibrio de una dieta sana no debería excluir un alimento tan saludable, cuando se toma con precaución, como la cerveza. El consumo moderado de esta apetitosa bebida puede mejorar la calidad nutricional de la dieta de un adulto sano: rica en flavonoides y silicio y con un contenido alcohólico bajo, ejerce un papel protector frente a enfermedades cardiovasculares, previene la osteoporosis y posee una gran capacidad antioxidante. La cerveza aporta vitaminas (en especial del grupo B), minerales y otras sustancias con propiedades funcionales. [...]

PREVENIR. Junio 2004

## AGENDA

## Fue noticia

## ■ Jornadas Científicas

El estudio *Consumo moderado de cerveza y masa ósea en mujeres pre, peri y posmenopáusicas* se presentó a la comunidad científica y a los medios de comunicación durante el mes de junio en el Colegio Oficial de Médicos de Huelva, en el Colegio Oficial de Médicos de Ourense y en el Colegio Oficial de Farmacéuticos de La Rioja.

## ■ Congresos y Foros de Nutrición

- El CICS ha estado presente en las VIII Jornadas de Nutrición Práctica-DIETECOM que se celebraron en Madrid, a través de la conferencia sobre Cerveza y Salud que impartió el Profesor Jesús Román Martínez.
- Se presentó en el 46º Congreso de la Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN), celebrado en mayo en Barcelona, el estudio "Papel protector de los flavonoides de la cerveza frente a las alteraciones hepáticas inducidas por estrés oxidativo".
- El CICS colaboró en el Día Nacional de la Nutrición, que organizó la Federación Española de

Sociedades de Nutrición, Alimentación y Dietética (FESNAD) el 28 de mayo, a través del apoyo en la edición de los materiales divulgativos.

## ■ Conferencias divulgativas

Durante los meses de mayo y junio se han celebrado, en colaboración con las asociaciones de consumidores y amas de casa CECU y UNAE, cinco conferencias sobre "La cerveza en la Dieta Mediterránea" en Las Palmas, Lleida, Madrid, Murcia y Mérida.

## Será noticia

## ■ Jornadas Científicas

Continuaremos presentando a la comunidad científica el estudio *Consumo moderado de cerveza y masa ósea en mujeres pre, peri y post menopáusicas*, dirigido por el Dr. Juan Diego Pedrera, profesor de la Universidad de Extremadura. Está previsto que se celebren 6 conferencias en Santander, Madrid, Jerez, Tarragona, Palencia, Bilbao y Cuenca, entre los meses de septiembre y noviembre.

## ■ Congresos y Foros de Nutrición

- A través de un stand informativo, el CICS acercará a los asistentes al VI Congreso de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) que se celebrará en Ibiza del 22 al 25 de septiembre, los últimos estudios disponibles editados por el Centro.
- La antropóloga y nutricionista Mercè Vidal ofrecerá una conferencia sobre *La cerveza en la historia del Mediterráneo, aspectos nutricionales y terapéuticos* en el Congreso Internacional sobre la Cerveza en la Prehistoria y la Antigüedad que se celebrará en Barcelona entre el 4 y el 6 de octubre.

## ■ Conferencias divulgativas

Las próximas conferencias dirigidas a consumidores y amas de casa tendrán lugar a partir del mes de octubre en La Coruña, Jaén, Zaragoza, Oviedo y Alicante.

*Para seguir puntualmente las actividades del CICS, u obtener datos más actualizados, puede consultar la página web [www.cervezaysalud.com](http://www.cervezaysalud.com) o llamar al teléfono 91 383 30 32.*

## Nuevo folleto europeo sobre cerveza y salud

La Asociación de Cerveceros Europeos ha publicado recientemente la tercera edición del folleto "Los beneficios del consumo moderado de cerveza", en el que se recopilan datos europeos sobre el consumo moderado de bebidas con cierto contenido alcohólico, en especial la cerveza. En este documento, en cuya realización ha colaborado el Centro de Información Cerveza y Salud, se recogen cerca de 90 referencias de estudios publicados en diferentes revistas internacionales. El documento se encuentra disponible en inglés en la página web [www.cervezaysalud.com](http://www.cervezaysalud.com), en el apartado de noticias.



## Continúa abierto el plazo de solicitudes de becas de investigación

El plazo de envío de las solicitudes de las Becas de Investigación Cerveza, Salud y Nutrición termina el día 15 de noviembre de 2004. Estas becas se convocan por quinto año consecutivo con el objeto de fomentar la formación experimental de jóvenes, menores de treinta años, e incentivar la investigación científica en colaboración con universidades y centros de investigación españoles.

Los impresos de solicitud para las becas se pueden pedir al Centro de Información Cerveza y Salud a través del teléfono 91 383 30 32, a través del apartado de correos 61.210 - 28080 Madrid, o bien en la página web del Centro: [www.cervezaysalud.com](http://www.cervezaysalud.com).

Sí, deseo recibir información del Centro de Información Cerveza y Salud

Nombre .....

Apellidos .....

Especialidad .....

Centro .....

Cargo .....

Teléfono ..... Fax .....

Dirección .....

Ciudad ..... C.Postal .....

e-mail .....

Para recibir **de forma totalmente gratuita** las publicaciones del Centro de Información Cerveza y Salud, rellene el cupón adjunto y envíelo a:

**Centro de Información Cerveza y Salud**  
**Apdo. Correos 61.210**  
**28080 Madrid**

Si lo desea, también puede hacerlo a través del teléfono **91 383 30 32**, fax **91 766 59 95**, nuestra página web [www.cervezaysalud.com](http://www.cervezaysalud.com) o a la siguiente dirección de correo electrónico:

**e-mail: [info@cervezaysalud.com](mailto:info@cervezaysalud.com)**

**El Centro de Información Cerveza y Salud promueve el desarrollo de estudios científicos sobre la cerveza en relación con la salud y la nutrición. Así, el Comité Científico atenderá y valorará con gran interés las nuevas propuestas de estudios que ustedes quieran plantearnos.**

Pueden enviar directamente sus propuestas a **Apdo. de Correos 61.210 - 28080 Madrid**  
**[info@cervezaysalud.com](mailto:info@cervezaysalud.com)**

[www.cervezaysalud.com](http://www.cervezaysalud.com)