

AGENDA

Próximas actividades

- **Congresos y Foros de Nutrición y Alimentación.**
 - Participación en las VII Jornadas ALCYTA que se celebrarán los días 23 y 24 de marzo en la Facultad de Veterinaria de la Universidad Complutense de Madrid. El día 22 de marzo, a las 11:30 horas se ofrecerá una charla a cargo del Dr. José Vicente Carbonell en la que se presentará el estudio "La evaluación de propiedades nutritivas, funcionales y sanitarias de la cerveza en comparación con otras bebidas"
 - V Jornadas de Nutrición Práctica DIETECOM, los días 3 y 4 de abril en el Colegio de Médicos de Madrid. El día 3 de abril, a las 16:40 horas el Dr. Antonio Luis Villarino, presentará el estudio "Cerveza sin alcohol. Sus propiedades"
 - Salón del Gourmet de Madrid que se celebrará del 2 al 5 de abril en Madrid. El día 2 de abril, el Dr. José Vicente Carbonell ofrecerá una charla sobre "Cerveza y Salud" a las 17:00 horas en el pabellón de la PIPA de la Casa de Campo de Madrid.
 - Feria Internacional de Alimentación de Valencia, del 12 al 16 de mayo.
 - XLIII Congreso Nacional de Endocrinología y Nutrición (SENN), Santiago de Compostela del 16 al 18 de mayo.
- **Jornadas Científicas.** Presentación en Colegios Oficiales de Médicos del estudio "Cerveza sin alcohol. Sus propiedades", realizado por el Dr. Jesús Román Martínez y el Dr. Antonio Villarino, de la SEDCA. Estas presentaciones se realizarán en Oviedo (28 de marzo), Murcia (4 de abril), Las Palmas de Gran Canaria (19 de abril) y Málaga (24 de abril). Todas las presentaciones tendrán lugar a las 20:00 horas.
- **Universidad de León.** 5 de abril. Departamento de Higiene y Tecnología de los Alimentos. En la clausura del doctorado sobre elaboración de la cerveza interviene el CICS con una ponencia de Marcela González-Gross.
- **Universidad de Barcelona.** 19 de abril. Ponencia en la Asociación Catalana de Ciencias de la Alimentación (ACCA). Acude José Vicente Carbonell.

Fue noticia

- **El CICS en el III Congreso Nacional de SENBA.** El Auditorium de Palma de Mallorca acogió del 15 al 17 de febrero este Congreso en el que el CICS ha estado presente con un stand informativo, visitado por un gran número de profesionales y con una conferencia sobre "Cerveza y Salud" que corrió a cargo del Dr. Antonio Luis Villarino, de la Universidad Complutense, y de Mercé Vidal, profesora colaboradora de la Universidad de Barcelona.
- **Gran afluencia de visitantes en el stand del CICS en EUROALIMENTACIÓN 2001.** La Feria Internacional de Muestras de Bilbao acogió entre el 17 y el 20 de febrero el Salón de Dietética, Restauración y Equipamiento, conocido como EUROALIMENTACIÓN 2001, en el que estuvo presente el Centro de Información Cerveza y Salud con un stand informativo y con una conferencia sobre "Cerveza y Salud" que fue impartida por Mercé Vidal, profesora colaboradora de la Universidad de Barcelona.
- **Charla informativa en la Escuela Universitaria de Ingeniería Industrial de Terrassa.** El pasado 15 de febrero el CICS impartió una charla informativa en la Escuela Universitaria de Ingeniería Industrial de Terrassa y que corrió a cargo de D. José Vicente Carbonell, investigador del CSIC y miembro del Instituto de Agroquímica y Tecnología de los Alimentos del CSIC. El tema central de la charla giró en torno a las propiedades nutritivas, funcionales y sanitarias de la cerveza.



WEB

www.cbmc.org/ukpages/beerhealth/default.htm

La Asociación Europea de Cerveceros (CBMC) ha editado un interesante documento sobre la cerveza y la salud que puede descargarse desde internet en inglés, francés y alemán. Esta publicación recoge más de 40 citas bibliográficas de investigaciones recientes. El Centro de Información Cerveza y Salud dispone de ejemplares en castellano que pueden solicitarse gratuitamente.



www.cerveceros.org/dossier00/index.html

Cerveceros de España, la asociación de los cerveceros españoles, ofrece en su página web los últimos datos estadísticos del sector en el año 2000: producción de cerveza en España, consumo, ventas, ventas por tipo de cerveza, por tipo de envase, etc...



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.org o a la siguiente dirección de correo electrónico:
e-mail: info@cervezaysalud.org

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

Nombre
Apellidos
Especialidad
Centro
Cargo
Teléfono Fax
Dirección
Ciudad C.Postal

EDITORIAL

El Centro de Información Cerveza y Salud ha iniciado el año 2001 con grandes retos de futuro. Tras haber consolidado la entidad como un verdadero motor de investigación y divulgación de los beneficios que el consumo moderado de cerveza aporta a nuestra salud, el CICS ha iniciado el nuevo año con nuevos proyectos y objetivos más ambiciosos.

Este año no sólo se han incrementado los objetivos de investigación con cuatro nuevos proyectos, sino que también se han programado nuevas actividades divulgativas que nos permitirán llegar a un mayor número de profesionales y al público en general.

El CICS estará presente en diez de los foros de nutrición y de alimentación más importantes de España, en los que distintos especialistas expondrán las conclusiones de las investigaciones que hasta ahora se han publicado sobre la cerveza y la salud.

Por último, desde el CICS queremos dar la bienvenida a las instituciones que con sus investigaciones harán posible la publicación de cuatro nuevos estudios científicos, y agradecer el interés de otras muchas entidades que continúan proponiendo estudios y proyectos. Con los últimos trabajos, el CICS suma ya trece investigaciones, dos de las cuales se presentarán a lo largo de este año: "Cerveza sin alcohol: sus propiedades" y "La actividad antioxidante de la cerveza".

El CICS pone en marcha cuatro nuevos estudios de investigación sobre la cerveza y la salud

Entre otros aspectos, se estudiará el papel protector de los flavonoides, la fibra dietética presente en la cerveza y el efecto del consumo moderado de esta bebida en la prevención de la arterioesclerosis.

En su continua labor de fomentar la investigación sobre la cerveza y el efecto que su consumo moderado tiene en la salud, el Centro de Información Cerveza y Salud promueve la realización de cuatro nuevos estudios que se llevarán a cabo a lo largo de este año.

El Instituto del Frío del C.S.I.C. pondrá en marcha un estudio para conocer la cantidad de fibra dietética presente en las cervezas españolas, y evaluar su composición nutricional en comparación con el vino y el zumo de naranja comercial. La investigación, dirigida por el Prof. Fulgencio-Diego Saura Calixto, Jefe del Departamento de Metabolismo y Nutrición del Instituto del Frío, analizará también la posibilidad de utilizar fibras dietéticas antioxidantes en la elaboración de la cerveza.

Otra de las investigaciones que este año se llevará a cabo es la "Relación entre el consumo moderado de cerveza y el consumo de energía y nutrientes, el índice de masa corporal y estilos de vida en la población adulta española", que será realizado por el Centro de Investigación en Nutrición Comunitaria del Parc Científic de Barcelona, y dirigido por el Dr. Lluís Serra i Majem.

Por su parte, el Institut de Recerca del Hospital de la Santa Creu i Sant Pau, de Barcelona estudiará, bajo la dirección del Dr. Francisco Blanco Vaca, el "Efecto del consumo moderado de cerveza sobre el desarrollo de arterioesclerosis en un modelo animal susceptible de enfermedad".

Estudio del posible factor protector de los flavonoides en alteraciones hepáticas

Los flavonoides son compuestos fenólicos presentes en muchas frutas y verduras, y en algunas bebidas como la cerveza. Los flavonoides tienen capacidad antioxidante y

potencial terapéutico en algunas enfermedades entre las que se incluyen la cardiopatía isquémica, la arterioesclerosis o el cáncer. Aunque el posible factor protector de los flavonoides en el hígado apenas se conoce, existen estudios que así lo indican. Por esta razón, el Instituto de Investigaciones Biomédicas (Universidad de León) realizará una investigación que determine el "Papel protector de los flavonoides de la cerveza frente a las alteraciones hepáticas inducidas por estrés oxidativo: estudio de los mecanismos moleculares implicados". Este estudio, dirigido por el Dr. Jesús M. Culebras Fernández y el Dr. Javier González Gallego, cuenta con la colaboración del equipo del Profesor José Mataix, del Instituto de Nutrición de la Universidad de Granada.



La cerveza y la salud en la historia

Muchos son los testimonios de la antigüedad que hacen referencia a la cerveza como una bebida habitual y muy apreciada. A pesar de que en la antigüedad no contaban con los datos científicos de los que hoy disponemos, sí poseían de un buen conocimiento sobre la utilización de la cerveza como bebida saludable. Por el hecho de ser una bebida fermentada, la cerveza evitaba las enfermedades infecciosas que se adquirían al beber agua no higienizada de la época. Además, incorporaban a su dieta habitual más cantidad de nutrientes aportados por la cerveza.

Los ciudadanos de la Roma Imperial conocían y consumían la cerveza a través de la importación de los productos de los territorios conquistados. Se convirtió pronto en una bebida popular debido a su sencillo método de producción y su bajo coste, ya que la fabricación del vino costaba aproximadamente el doble de la cerveza. La cerveza se vinculó también en el ámbito romano, según pasajes de Celso, a la curación de diversas patologías médicas relacionadas con el estómago. Los autores occidentales destacaron los beneficios de esta bebida. Marcelo afirmaba que curaba la tos, por su alto contenido en miel, con lo que conseguían también suavizar el amargor de cervezas como la "corma", una cerveza romana de trigo. Se la consideraba adecuada contra las lombrices intestinales y la inflamación de las glándulas.

En la Edad Media ya había una gran afición a esta bebida en los países nórdicos, pero en España no se extiende su consumo hasta la llegada del Emperador Carlos I de España y V de Alemania y de los flamencos y alemanes que había en su corte.

Las aportaciones nutritivas de la cerveza

Hoy en día ya sabemos que esta antigua bebida, por el hecho de estar elaborada con un cereal, es una fuente de nutrientes interesantes que complementan una alimentación saludable o equilibrada:

- La aportación de vitaminas hidrosolubles del complejo B tonifican el sistema nervioso.
- La aportación de minerales como el potasio y una baja concentración de sodio, confiere a la cerveza un poder diurético con lo que se consigue una mayor eliminación de toxinas por nuestro organismo.
- La aportación de fibra soluble, de polifenoles y cantidades moderadas de alcohol, confieren a la cerveza innegables cualidades funcionales.

Actualmente, el desarrollo científico en el campo de la nutrición, nos ha demostrado ampliamente, la relación entre salud y alimen-



tación. Los consejos sobre alimentación saludable que hoy en día se dan a nivel internacional hacen referencia, cada vez más, a distintas formas de alimentación y a la utilización de alimentos que ya se empleaban en la antigüedad, como la dieta mediterránea y la inclusión en estas dietas de pequeñas cantidades diarias de bebidas fermentadas.

La cerveza, complemento nutritivo en la antigüedad

Somos lo que comemos y lo que bebemos. Quizás, los hombres y mujeres de hoy en día, que han sido capaces de numerosos avances tecnológicos en este último siglo, deberían volver hacia su historia y recuperar algunos hábitos culturales y alimentarios que existían en la antigüedad.

MERCE VIDAL. PROFESORA COLABORADORA UNIVERSIDAD DE BARCELONA

Los componentes antioxidantes de la cerveza podrían reducir el riesgo de padecer cataratas

El consumo moderado de cerveza puede ser una forma más de reducir el riesgo de cataratas y de patología coronaria, según revelan los resultados de una investigación realizada la Universidad de Stracton (Pennsilvania, Estados Unidos) presentada en el Congreso Internacional 2000 de Medicina de las Sociedades Científicas del Pacífico. De acuerdo con el estudio, los antioxidantes contenidos en la cerveza pueden contribuir a disminuir el riesgo de cataratas y aterosclerosis. Los expertos han llevado a cabo una investigación en la que se ha comprobado que los antioxidantes actúan como protectores de la mitocondria.

II Convocatoria de las Becas Cerveza y Salud

El Centro de Información Cerveza y Salud creó en el año 2000 las becas Cerveza y Salud, con el objetivo de promover entre los jóvenes la realización de trabajos de investigación experimentales sobre la cerveza en relación con la salud y/o la nutrición. La buena acogida de las becas por parte de los estudiantes y la calidad de las propuestas de investigación recibidas, han sido factores decisivos para el lanzamiento de esta segunda convocatoria.

Al igual que en la primera edición, para optar a las becas, es necesario que el solicitante esté matriculado en el último curso de licenciatura de cualquier carrera universitaria de ciencias o en un curso de postgrado, siempre que se trate de centros de estudios o investigación en España e independientemente de la nacionalidad del aspirante. Sin embargo, y debido a la demanda de participación por parte de personas que aca-

baban de finalizar sus estudios, para las becas 2001 se admitirán también las propuestas de investigación de licenciados en cualquier carrera de ciencias, siempre y cuando nacieran después del 1 de enero de 1971. De este modo, se atiende a la demanda de numerosos licenciados que tras terminar su carrera necesitan una financiación para sus proyectos de investigación científica.

Los proyectos de investigación, la documentación requerida y los impresos de solicitud, se podrán enviar hasta el 15 de noviembre de este año al apartado de correos 61.210, 28080 de Madrid.

Número de becas: 2

Duración máxima: 1 año

Dotación de cada beca: 2.000.000 de pesetas

Áreas de estudio: Trabajos de investigación experimentales sobre la cerveza y la salud y/o la nutrición

La cerveza sin alcohol puede ser incorporada en dietas hipocalóricas e hiposódicas

"Esta bebida "sin" es una fuente aprovechable de ácido fólico: un tercio de cerveza al día aporta más de un 10% de las necesidades diarias de esta vitamina". Según un estudio liderado por los Dres. Jesús Román Martínez y Antonio Luis Villarino, de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación.

El reciente estudio publicado por el Centro de Información Cerveza y Salud, "Cerveza sin alcohol. Sus propiedades" del grupo liderado por los Dres. Jesús Román Martínez y Antonio Luis Villarino, de la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA), mantiene que la cerveza sin alcohol es apta para dietas hipocalóricas e hiposódicas, bajo control facultativo, debido a su bajo contenido en sodio (4,5mg/100ml) y a su poco valor energético (alrededor de 14kcal/100ml). Además, según este estudio, la cerveza sin alcohol puede considerarse una fuente aprovechable de ácido fólico: (5 ug/100 ml por término medio), incluso mayor que en la cerveza normal (3,5/100ml).

Un tercio de cerveza sin alcohol al día aporta más de un 10% de las necesidades diarias de esta vitamina. Este suministro para el organismo es muy importante "máxime cuando muchas personas, por sus peculiares hábitos alimentarios, encuentran dificultad en cubrir diariamente sus necesidades", advierte el estudio.

El otro punto de interés nutricional en la cerveza sin alcohol es la detección de cantidades apreciables de sustancias reductoras que es necesario estudiar y detallar a fondo en estudios posteriores por su posible actividad antioxidante y consecuentemente por la hipotética relación entre su ingesta y la salud de los consumidores.



La levadura "Sacharomyces Cerevisae", fuente de investigación de enfermedades letales

Un equipo de investigadores norteamericanos ha logrado conocer mejor ciertos procesos biológicos asociados a enfermedades letales gracias al estudio de cómo la *Sacharomyces cerevisiae*, una levadura utilizada en la elaboración del pan y de la cerveza, crece en algunas superficies formando biopelículas.

Todd B. Reynolds y Gerald R. Fink, del Whitehead Institute for Biomedical Research y del Massachusetts Institute of Technology creen que la *Sacharomyces cerevisiae* -cuyo genoma ya ha sido descifrado- constituye "un perfecto modelo de investigación que puede apuntar a nuevos compuestos que impidan la formación de biopelículas", según su estudio publicado en el último número de la revista Science.

Estas "biopelículas", capaces de desarrollar colonias sobre una superficie de plástico resistente, también pueden ser observadas en numerosas enfermedades. Así "los pacientes de fibrosis quística padecen infecciones de *Pseudomonas* que suelen resultar en biopelículas resistentes a los antibióticos", explica Fink.

REVISTA DE PRENSA

Diario de Mallorca

"Estudios sobre los efectos de la cerveza en el cuerpo humano"

El centro de investigación e información Cerveza y Salud ha elaborado cinco estudios en los que se pone de manifiesto que el consumo moderado de cerveza resulta beneficioso para el cuerpo humano. Entre las cualidades de esta bebida alcohólica figuran su fácil digestión y que implican un estímulo para el apetito: un aporte calórico bajo en relación con otros líquidos de características similares, que tiene un bajo contenido en sodio y que aporta vitamina B y ácido fólico al organismo. En el caso de las mujeres, retrasa la llegada de la menopausia.

DIARIO DE MALLORCA, 19 DE FEBRERO DE 2001

El Periódico de Álava

"El consumo moderado de cerveza es muy saludable"

La semana pasada y en el marco de la feria Euroalimentación 2001, celebrada en Bilbao, la experta en nutrición Mercè Vidal, de la Universidad de Barcelona, pronunció una interesante charla, titulada *Alimentación saludable y consumo moderado de cerveza*, organizada por el Centro de Información Cerveza y Salud. Tal y como explicó, "por su poder saludable, se aconseja incluir el consumo moderado de cerveza en dietas equilibradas de personas adultas que no ingieran fármacos", apoyando los diversos estudios científicos de ámbito internacional desarrollados hasta el momento que han demostrado las cualidades de esta bebida.

EL PERIÓDICO DE ÁLAVA, 1 DE MARZO DE 2001

Diari de Terrassa

"El consumo moderado de cerveza puede ser beneficioso para la salud"

La Escuela Universitaria de Ingeniería Industrial de Terrassa acogió el jueves una charla de José Vicente Carbonell, miembro del Instituto de Agroquímica y Tecnología de los Alimentos del CSIC, sobre las propiedades nutritivas, funcionales y sanitarias de la cerveza. (...) La cerveza, al ser un producto natural, aporta mayor diversidad de ingredientes que las bebidas refrescantes, destacando su aportación de vitaminas del grupo B y de algunas sustancias minerales.

DIARI DE TERRASSA, 17 DE FEBRERO DE 2001