

AGENDA

Fue noticia

- **El CICS participó en la Feria Internacional de la Alimentación "Alimentaria 2002".** La Feria de Barcelona acogió del 4 al 8 de marzo este evento especializado en alimentación en el que el CICS estuvo presente con un stand informativo, visitado por un gran número de profesionales. Además, participó en la conferencia "Evolución de las bebidas fermentadas en la historia del Mediterráneo" enmarcada dentro del IV Congreso Internacional sobre la Dieta Mediterránea, cuya exposición corrió a cargo de Manuel Mandianes profesor de Antropología del CSIC.
- **Encuentro con medios en febrero junto a la Unión de Consumidores de Valencia (UCE).**
El pasado 20 de febrero se realizó un encuentro sobre "Cerveza y Salud" en colaboración con la Unión de Consumidores de Valencia.
- **Charla informativa "Cerveza y Salud"** celebrada en Toledo el 18 de febrero, donde se informó a las Amas de Casa de las propiedades saludables de la cerveza.
- **Participación en las VI Jornadas de Nutrición Práctica DIETECOM** que se celebraron el pasado 9 y 10 de abril en Madrid. El CICS estuvo presente con la conferencia "La cerveza en la alimentación de los españoles" elaborada por el Dr. Lluís Serra Majem, del Centro de Investigación y Nutrición Comunitaria de Barcelona.

Próximas actividades

- **Congresos y Foros de Nutrición.**
El 44 Congreso de la SEEN se celebrará en Alicante del 22 al 24 de mayo en donde el CICS presentará una comunicación sobre la "Evaluación del consumo moderado de cerveza: Estudio nutricional e inmunológico en humanos y animales de experimentación" a cargo de la Dra. Ascensión Marcos (CSIC).
- **Jornadas Científicas.**
Presentación en 6 ciudades españolas (Tenerife, Madrid, Alicante, Valladolid y Ciudad Real) del estudio, "Fibra dietética en cerveza: contenido, composición y evaluación", del Dr. Fulgencio Diego Saura, del Instituto del Frío del CSIC.
- **UNAE.**
Las próximas charlas destinadas a amas de casa se celebrarán en Sevilla y Valladolid.
- **Charlas en Universidades.**
El día 27 de abril, en la Facultad de Veterinaria de la Universidad Complutense de Madrid a las 10 de la mañana, tendrá lugar la charla "Actividad antioxidante de la cerveza" a cargo de la Dra. Victoria Valls, de la Universidad de Valencia, en el marco de las 8ª Jornadas en Ciencia y Tecnología de los Alimentos.

El Comité Técnico Asesor del CICS se reúne en Zaragoza



El pasado día 5 de abril tuvo lugar la primera reunión del año del Comité Técnico Asesor del Centro de Información Cerveza y Salud en la que se realizó un balance de las actividades que se han llevado a cabo y que se realizarán durante el año 2002. Entre otros muchos temas, se hizo una revisión de los dos estudios científicos que se han puesto en marcha este año: "Capacidad de absorción y efecto antioxidante de la cerveza en un modelo in vivo", que será realizado por la Universidad de Valencia y la Universidad de Burgos e "Ingesta moderada de cerveza y masa ósea en mujeres sanas, pre, peri y post menopáusicas", que será realizado por la Universidad de Extremadura. Estos estudios verán la luz en 2003 y 2004.

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

e-mail

EDITORIAL

Cuatro años de trabajo, nueve estudios publicados, cerca de veinte investigaciones científicas promovidas, y entidades de gran prestigio que las avalan. El Centro de Información Cerveza y Salud cumple año tras año su objetivo de consolidarse como centro de referencia en el campo de la investigación y la divulgación científica sobre el consumo moderado de cerveza y los beneficios que puede aportar a la salud.

Y es precisamente por esta razón por la que este año el CICS abordará un nuevo y apasionante reto: reunir por primera vez en España a especialistas nacionales e internacionales para debatir las últimas investigaciones sobre el consumo moderado de cerveza. Se trata del I Simposio Internacional de la Cerveza que bajo el título "La cerveza, razón y placer" abordará todos los aspectos relativos al consumo moderado de esta popular bebida. Aspectos científicos, sanitarios, tecnológicos, gastronómicos y sociales se darán cita en este primer encuentro que nace con vocación de futuro.

Para ello, trabajamos de la mano de nuestro Comité Técnico Asesor y en colaboración con la Sociedad Española de Dietética y Ciencias de la Alimentación (SEDCA) y con la Asociación de Licenciados en Ciencia y Tecnología de los Alimentos (ALCYTA), lo que nos garantizará sin duda el rigor del encuentro.

Esperamos iniciar con ello una actividad que se consolide en el tiempo garantizando una vez más el prestigio y la credibilidad de cuantas actividades se han hecho desde el CICS.

al día

ES UNA PUBLICACIÓN DEL CENTRO DE INFORMACIÓN CERVEZA Y SALUD

Una bebida milenaria, cuyo consumo ha estado siempre vinculado a la cultura del Mediterráneo, utilizándose en muchos casos con fines terapéuticos

La cerveza en el IV Congreso de la Dieta Mediterránea

La cerveza, a través de su historia y su cultura mediterráneas, estuvo presente en el IV Congreso de La Dieta Mediterránea, que tuvo lugar en Barcelona el pasado marzo. En la mesa redonda "Dieta Mediterránea y su historia", dirigida por el Catedrático de la Universidad de Barcelona Ramón Clotet, y en la que participó el Centro de Cerveza y Salud, se hizo un repaso a la vinculación de la cerveza con la historia del Mediterráneo.

Las bebidas fermentadas en la historia del Mediterráneo fue el título de la ponencia realizada por la portavoz del Centro Mercé Vidal y expuesta por el sociólogo Manuel Mandianes que se centró en la cerveza como una bebida milenaria, cuyo consumo ha estado siempre presente en la cultura mediterránea, utilizándose en muchos casos con fines terapéuticos.

Según la investigación de Vidal, el gran arraigo cultural de la cerveza en el Mediterráneo es patente: "desde hace más de 6.000 años, la cerveza ha sido una bebida de uso cotidiano por las clases populares, mientras que el vino se ha reservado siempre para ocasiones más especiales, asociadas a las celebraciones o ritos religiosos". El consumo de la cerveza con fines terapéuticos también tiene base documental. De acuerdo con el estudio, los griegos llamaban a la cerveza "oinos christino"

(christinos, la misma raíz que Cristo, el ungido), la bebida que servía para unguir a las personas afectadas de dolencias gástricas e intestinales. En la Roma imperial la cerveza se vinculó a la curación de diversas patologías médicas relacionadas con el estómago. "Marcelo afirmaba que curaba la tos, por su alto contenido en miel, con lo que conseguían también suavizar el amargor de cerveza, como la corma, una cerveza romana de trigo. Se la consideraba adecuada contra las lombrices intestinales y la inflamación de las glándulas" explica Mercé Vidal.

La cerveza es un símbolo sagrado de las culturas mediterráneas

Dentro de la misma mesa redonda, la profesora Zimmerman, coordinadora de la exposición "Alimentos Sagrados del Mediterráneo", también dedicó un apartado importante a la cerveza, situándola como un alimento inseparable y un símbolo sagrado en todas las culturas mediterráneas. Por su parte, la profesora Lemtouni, del Instituto Agronómico y Veterinario Hassan II (Marruecos), en su charla sobre la dieta marroquí se refirió a la cerveza como una bebida que forma parte indispensable de la cultura árabe.



Consumo de cerveza en el Antiguo Egipto

III edición de las Becas Cerveza y Salud del CICS

El Centro de Información Cerveza y Salud ha convocado por tercer año consecutivo las Becas Cerveza y Salud, una ayuda de 12.020 € (2 millones de pesetas) para la realización de un trabajo de investigación experimental sobre la cerveza en relación con la salud y/o la nutrición. Estas becas fueron creadas en el año 2000 con el objeto de fomentar la formación experimental de jóvenes menores de treinta años, incentivando la investigación científica en colaboración con Universidades y Centros de Investigación españoles.

El plazo de presentación de solicitudes está abierto hasta el 15 de noviembre de 2002

Como candidatos a las Becas Cerveza y Salud podrán presentarse estudiantes de último curso, estudiantes de un curso de postgrado y licenciados de cualquier carrera universitaria de ciencias nacidos después del 1 de enero de 1972. La dura-

ción de la beca es de un año. El plazo de presentación de las solicitudes está abierto hasta el 15 de noviembre de 2002. El Centro de Información Cerveza y Salud seleccionará a los candidatos conforme a la evaluación de su Comité Técnico Asesor.

Durante el año 2001, se concedieron dos becas. Nuria Solozábal, de la Facultad de Farmacia de la Universidad de Salamanca, realizará durante el presente año un trabajo de investigación sobre *La composición flavonólica de la cerveza*, mientras que Andrés Pérez, de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid, investigará sobre *La caracterización y determinación del contenido de ciclitoles de la cerveza*.



Número de becas	1
Dirigida a	Estudiantes de último año de carrera de ciencias, estudiantes de postgrado (en España), o licenciados nacido después del 01/01/72
Plazo de entrega solicitudes	15 de noviembre de 2002
Duración	1 año
Dotación	12.020 € (2 millones de pesetas)
Área de estudio	Trabajos de investigación experimentales sobre la cerveza en relación con la salud y/o la nutrición

Efectos beneficiosos de la cerveza en la prevención de la diabetes

Los hombres que consumen entre 15 y 19 gramos de alcohol diario tienen un 36% menos de riesgo de desarrollar diabetes del tipo 2 que quienes no consumen nada de alcohol. Esta es una de las conclusiones que se desprenden del estudio realizado por la doctora Katherine M Conigrave, de la Harvard School of Public Health, de Boston.

El estudio, publicado en la revista "Diabetes", afirma que lo ideal es un consumo moderado pero regular de alcohol (medio litro de cerveza o una copa de vino durante cinco días a la semana), aunque el riesgo también se reduce con cantidades menores.

El consumo moderado de alcohol incide positivamente frente al desarrollo de diferentes tipos de demencia

La ingesta moderada de alcohol puede reducir el riesgo de demencia entre los individuos mayores, según las conclusiones de un estudio realizado por el equipo de Monique Breteler, de la Universidad Erasmus de Rotterdam.

El estudio holandés publicado por The Lancet afirma que, como es sabido, el consumo moderado de alcohol reduce el riesgo de padecer enfermedades coronarias y el ictus y al estar relacionada esta enfermedad vascular con el daño cognitivo y la demencia, el consumo moderado de alcohol se puede asociar de forma positiva con el riesgo de demencia.

El equipo de Breteler estudió la relación de alcohol y demencia a lo largo de seis años en un grupo de 8.000 pacientes

mayores de 55 años, los cuales no presentaban signos previos de demencia. El consumo moderado de alcohol (de entre una a tres copas diarias) implica una reducción del 42% del riesgo de demencia y cerca de un 70% menos de riesgo de desarrollar una demencia vascular.

Las conclusiones del estudio reflejan que el alcohol puede reducir el riesgo cardiovascular porque disminuye la agregación plaquetaria con la alteración de lípidos sanguíneos y sugieren que la ingesta moderada de alcohol puede tener un efecto directo en el conocimiento por la estimulación de la liberación de acetilcolina en el hipotálamo. La reducción del riesgo no está en principio relacionado con el tipo de bebida alcohólica consumida.

Los consumidores moderados de cerveza tienen una dieta de mayor calidad nutricional

El Profesor Lluís Serra ofreció una conferencia sobre "La cerveza en la alimentación de los españoles" en el marco de DIETECOM

El CICS participó en las VI Jornadas de Nutrición Práctica- Dietecom- que tuvieron lugar en Madrid durante el mes de abril, con una conferencia sobre "La cerveza en la alimentación de los españoles", a cargo de Lluís Serra, catedrático en Medicina Preventiva y director de la investigación junto al Dr. Javier Aranceta. Una de las principales conclusiones del estudio es que las personas que consumen cerveza de forma moderada tienen una dieta de mayor calidad nutricional que las no consumidoras ya que aportan una mayor cantidad de folatos y vitaminas del grupo B, esenciales para la prevención de diversas enfermedades y para garantizar una correcta alimentación. La investigación está realizada sobre una muestra de 10.208 individuos de entre 25 y 60 años, y en ella se establecen importantes diferencias en los hábitos dietéticos de los españoles según el consumo de cerveza.

Como explicó el profesor Serra en su exposición, a la que asistieron cerca de 400 personas, los consumidores moderados

de cerveza aportan a su dieta cantidades más elevadas de folatos (ácido fólico), especialmente en el caso de las mujeres, y de otras vitaminas del grupo B, importantes también para un buen desarrollo del equilibrio nervioso.



El stand informativo del CICS repartió numerosos estudios y material divulgativo durante el congreso de Dietecom

"La cerveza constituye un elemento más de la Dieta Mediterránea"

El Prof. Lluís Serra Majem, Presidente de la Asociación para el Desarrollo de la Dieta Mediterránea, defiende el papel de la cerveza en la Dieta Mediterránea



Prof. Lluís Serra, Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública

■ ¿Cree que en la actualidad la cerveza ocupa un lugar importante en la Dieta Mediterránea?

En efecto, recordemos que la cerveza se creó entre el Tigris y el Eufrates y los yacimientos de centros de elaboración de cerveza más antiguos de Europa se encuentran en la provincia de Lleida. Actualmente, la cerveza constituye un elemento más de la Dieta Mediterránea sólo en los países del Norte del Mediterráneo, si bien sin quitar el protagonismo al vino.

■ Parece demostrado que existe una relación entre la Dieta Mediterránea y una menor incidencia de enfermedades cardiovasculares.

Es totalmente cierto, especialmente para las enfermedades coronarias. La Dieta Mediterránea también reduce el riesgo de algunos cánceres y de trastornos cognitivos en la edad adulta. También es útil en el tratamiento de muchas enfermedades como en el propio infarto de miocardio. En los países mediterráneos la mortalidad coronaria es hasta 4 veces inferior a la de los países del Norte de Europa.

■ Además de los propios beneficios de la Dieta Mediterránea, la cerveza tiene nutrientes y vitaminas ¿qué otros beneficios aporta su consumo moderado a nuestra salud?

La cerveza nos aporta cantidades significativas de folatos que son una vitamina muy importante en la prevención de las enfermedades cardiovasculares y el cáncer de colon, entre otras muchas.

REVISTA DE PRENSA

EP[S]

"Beber Saludablemente"

[...] Desde el punto de vista nutricional la cerveza contiene más proteínas y vitaminas del grupo B que los vinos. Es además una bebida muy rica en polifenoles, un grupo de compuestos con diversas actividades biológicas antimicrobiana, antimutagénica, antioxidante, antiagregante plaquetaria y anticancerígena. Todas estas características se recogen en diferentes estudios científicos presentados en octubre de 2001 en Bruselas con motivo de una reunión sobre cerveza y salud. [...] En este encuentro especialistas españoles presentaron diversos estudios entre ellos el de la doctora Pilar Codoñer Franch, de la Universidad de Valencia. El trabajo dirigido por esta experta, y

realizado en colaboración con la Universidad de Burgos, demostraba el alto poder antioxidante de la cerveza por su elevado contenido en polifenoles. [...]

EL PAÍS SEMANAL, 17 de marzo de 2002

Clara

"El poder antioxidante de la cerveza"

Según un estudio realizado por la Universidad de Burgos y la de Valencia queda demostrado el poder protector del consumo moderado de cerveza. El poder antioxidante de algunos compuestos de la cerveza, como la cebada, puede tener efectos protectores contra las enfermedades cardiovasculares y procesos degenerativos como el cáncer y el envejecimiento.

CLARA, 8 de Abril de 2002