

VII Jornada sobre Bebidas Fermentadas y Nutrición

Hosteleros y nutricionistas se forman sobre los efectos del consumo moderado de bebidas fermentadas

- La jornada, celebrada en León, tiene por objetivo debatir junto con docentes y alumnos de Hostelería y Nutrición sobre el papel de las bebidas fermentadas dentro de un estilo de vida saludable
- La Cátedra Extraordinaria de Bebidas Fermentadas de la Universidad Complutense de Madrid fomenta la investigación y análisis sobre estas bebidas

León, 9 de mayo de 2018. – Las bebidas fermentadas suponen un capítulo imprescindible de cualquier acontecimiento gastronómico, pero hay numerosos aspectos relacionados con estas bebidas que no son suficientemente conocidos. Por este motivo, la Casa de las Carnicerías de León, capital gastronómica de España en 2018, acoge hoy la **VII Jornada sobre Bebidas Fermentadas: hostelería y nutrición**. Se trata de un encuentro con profesionales de estas áreas, cuyo objetivo es debatir sobre el efecto del consumo moderado de bebidas fermentadas y las particularidades de éstas para aprender a diseñar un buen maridaje.

El acto, organizado por la Cátedra de Bebidas Fermentadas de la Universidad Complutense de Madrid, ha sido presentado por el **Prof. César Nombela**, Catedrático de Microbiología de la Universidad Complutense de Madrid y director de la Cátedra extraordinaria de Bebidas Fermentadas y Salud de la UCM desde su creación en 2007, y por **Doña María Ángeles Luengo**, presidenta de la Asociación de Hosteleros de León, quienes han destacado que el objetivo de esta jornada es *“ofrecer a los profesionales en hostelería y los expertos en alimentación las últimas evidencias científicas en torno a las bebidas fermentadas”*.

La jornada ha contado con ponencias de expertos en medicina, nutrición y microbiología que han analizado los elementos que determinan los distintos tipos de cerveza, los efectos del consumo moderado de las bebidas fermentadas en la salud cardiovascular y en la nutrición o las claves para un buen maridaje.

Las levaduras y la fermentación

El **Prof. César Nombela**, director de la Cátedra extraordinaria de Bebidas Fermentadas y Salud de la Universidad Complutense de Madrid, y el **Prof. Humberto Martín**, profesor titular de Microbiología en Facultad de Farmacia de la misma Universidad, han impartido una conferencia sobre levaduras y fermentación, destacando que *“en el proceso de fermentación los microorganismos implicados incrementan la biodisponibilidad de los nutrientes y producen componentes antimicrobianos, antioxidantes y bioactivos, que transforman los alimentos y bebidas, proporcionándoles aromas y matices muy variados. Por ello, el tipo de levadura tiene una gran influencia en las características finales de cada producto”*.

Los efectos de las bebidas fermentadas en la salud cardiovascular

La **Dra. Gemma Vilahur**, investigadora del Instituto Catalán de Ciencias Cardiovasculares (ICCC) de Barcelona, ha afirmado que existen múltiples estudios epidemiológicos que apuntan a que el consumo moderado de bebidas fermentadas podrían estar relacionado con la prevención de algunas enfermedades cardiovasculares^{1,2}, que actualmente son la primera causa de mortalidad en los países industrializados.

Durante su ponencia, la Dra. Vilahur ha subrayado que *“además del alcohol, los componentes no alcohólicos presentes en las bebidas fermentadas desempeñan un papel crucial en los posibles efectos protectores a nivel cardiovascular. De este modo, el consumo moderado de bebidas fermentadas podría ayudar a: mejorar los niveles de HDL (colesterol bueno); disminuir la susceptibilidad a la agregación plaquetaria; aumentar la disolución del coágulo; reducir los marcadores de inflamación; incrementar la capacidad antioxidante y mejorar la función endotelial”*.

Las bebidas fermentadas dentro de la Dieta Mediterránea

El **Prof. Jesús Román Martínez**, profesor del Grado de Nutrición y Dietética en la Universidad Complutense de Madrid, ha impartido una conferencia sobre la posible relación entre el consumo moderado de bebidas fermentadas y la salud, en la que ha indicado que *“la cerveza es una bebida fermentada con un contenido escaso en alcohol que aporta minerales, vitaminas del grupo B, carbohidratos y cantidades reducidas de proteínas y fibra soluble; además, de ser una fuente destacable de antioxidantes”*. Asimismo, ha recordado que las bebidas fermentadas se encuentran dentro de la Dieta Mediterránea y se han incorporado en la Pirámide de Alimentación Saludable de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC) como una opción para adultos sanos, siempre bajo un consumo opcional y moderado.

Cata y maridaje de bebidas fermentadas

Por su parte, el **Prof. Victor J. Cid**, profesor de Microbiología en la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid, durante su intervención ‘Elaboración de la cerveza: tradición, tecnología y arte’, ha afirmado que *“la compleja química de la cerveza es responsable de su frescor, amargor, aromas frutales, sabores dulces, tostados, la espuma, el color... Sus materias primas (cereal, lúpulo y agua) junto con las transformaciones bioquímicas ocurridas durante el malteado, macerado, fermentación y maduración, así como, en gran medida, el arte de los maestros cerveceros, son los factores que determinan la asombrosa complejidad química de las cervezas”*.

“Desde los años 70 y 80 del siglo XX, la cerveza ha entrado en una dimensión en la que, como sucedió pocas décadas antes con otras bebidas “hermanas” como el vino, los aspectos

¹ The non-alcoholic fraction of beer increases stromal cell derived factor 1 and the number of circulating endothelial progenitor cells in high cardiovascular risk subjects: a randomized clinical trial. Chiva-Blanch G., Condines X, Magraner E, Roth I, Valderas-Martínez P, Arranz S, Casas R, Martínez-Huélamo M, Vallverdú-Queralt A, Quifer-Rada P, Lamuela-Raventos RM, Estruch R. *Atherosclerosis*. 2014. Apr; 233(2):518-24

² Effects of alcohol and polyphenols from beer on atherosclerotic biomarkers in high cardiovascular risk men: A randomized feeding trial. Chiva-Blanch G, Magraner E, Codines X, Valderas-Martínez P, Roth I, Arranz S, Casas R, Navarro M, Hervas A, Sisó A, Martínez-Huélamo M, Vallverdú-Queralt A, Quifer-Rada P, Lamuela-Raventos RM, Estruch E. *Nutr Metab Cardiovasc Dis*. 2015 Jan; 25(1):36-45.

sensoriales, la cata y el maridaje definen un nuevo rol como bebida culta, importante ya no solo por cotidiana, sino por innovadora y mundial: ya no estamos limitados a beber la de nuestra localidad, sino que tenemos acceso a las de todo el planeta y, con ellas, a sus gentes y a su historia” ha afirmado Luis Vida, coordinador del “I Curso de sommeliers de cerveza” de la Cámara de Comercio de Madrid, en su conferencia sobre ‘La cerveza: una bebida cultural’. Asimismo, ha recordado que la cerveza “permite la creación de magníficos maridajes: siempre hay una cerveza adecuada que realza un plato y, para algunas materias complicadas, como las verduras, el vinagre, los ahumados o los quesos fuertes, una cerveza podría ser la primera elección y la más acertada”.

Cátedra Extraordinaria de Bebidas Fermentadas y Salud

La Cátedra Extraordinaria de Bebidas Fermentadas de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid (UCM) es la primera en Europa dedicada al análisis, la investigación y la realización de actividades docentes sobre bebidas fermentadas (vino, cerveza y sidra).

Las tareas de la Cátedra se centran en la realidad y perspectivas de estas bebidas, que tradicionalmente forman parte de la Dieta Mediterránea, y su relación con la salud humana dentro del contexto de una alimentación saludable y equilibrada, siempre desde el análisis de un consumo moderado por adultos sanos.

La Cátedra está asociada a la Facultad de Farmacia y está dirigida por el Prof. César Nombela, Catedrático de Microbiología de la Facultad de Farmacia de la Universidad Complutense de Madrid.

Para más información:

Irene González
91 384 67 12 / 609 46 43 45
Irene.Gonzalez@bm.com