

Un estudio revela los beneficios de una cerveza al día para el diabético

El equipo del Río Hortega y de la Universidad aconseja tomar a los enfermos entre 100 y 300 mililitros de esta bebida

El consumo moderado disminuye el riesgo cardiovascular, que es mayor en pacientes con insuficiencia pancreática



Un camarero sirve una caña de cerveza en un bar. / EL NORTE

Premio a la mejor comunicación

A. S. VALLADOLID ■ El trabajo del equipo de la Universidad y el Río Hortega está publicado bajo el título de 'Relación entre los niveles de homocisteína y la cerveza en pacientes con diabetes mellitus tipo 2' en la revista de distribución internacional 'Annals of Nutrition and

Metabolism', de la Federación Europea de Sociedades de Especialistas en Nutrición.

Además, este trabajo fue presentado en el XV Congreso de la sociedad Castellano Leonesa de Endocrinología, Diabetes y Nutrición, que se celebró en Ávila los días 21 y 22 de diciembre.

El trabajo del equipo de Valladolid se llevó el premio de las jornadas a la mejor comunicación sobre aspectos clínicos.

Junto a Daniel de Luis Román, que es director del Instituto de Endocrinología y Nutrición de la Facultad de Medicina y de la Unidad de Apoyo a la Investiga-

ción del Río Hortega, participaron en este trabajo los especialistas Nuria Fernández, Rocio Aller, J. de Luis, Marisa Arranz y Olatz Izaola.

La investigación, que revela datos sobre el significado de la elevación de la homocisteína en diabéticos, supone una novedad mundial.

ANA SANTIAGO VALLADOLID

Son buenas noticias para los diabéticos. El casi prohibido consumo de cerveza para los pacientes con insuficiencia pancreática por su contenido en alcohol ha cambiado por la recomendación de un consumo moderado para estos enfermos. El consumo diario de un 'corto' o una 'caña' de esta bebida disminuye los niveles de homocisteína, un aminoácido que, en determinadas cantidades en sangre, aumenta el riesgo de padecer un accidente cardiovascular, que siempre es mayor en un diabético que en una persona sana, según explica el doctor Daniel de Luis Román, director del Instituto de Endocrinología y Nutrición de la Facultad de Medicina y director de la Unidad de Apoyo a la Investigación del Río Hortega.

El equipo, constituido por personal del hospital y de la Universidad, investigó con un grupo de 150 pacientes con diabetes mellitus tipo 2 en las consultas de Endocrinología del Río Hortega durante los años 2001 y 2002. Los facultativos indagaban en sus encuestas nutricionales sobre qué alimentos podían influir y en qué medida sobre los marcadores de riesgo cardiovascular. Junto a los clásicos como la tensión o el colesterol -explica Daniel de Luis-, se trabaja ahora con nuevos marcadores como la homocisteína. Cuanto mayor es el nivel, mayor es el riesgo de accidente cardiovascular.

Controles

Los facultativos analizaron que en personas diabéticas con una ingesta adecuada de calorías, con proporciones correctas de hidratos de carbono, de líquidos y consumo controlado de proteínas, se producían, sin embargo, alteraciones en las vitaminas. Concretamente, escasez de la A, E y D y en minerales como el calcio y el magnesio.

Los datos de hábitos del grupo

INVESTIGACIÓN

- **Título**
'Relación entre los niveles de homocisteína y el consumo de cerveza en pacientes con diabetes mellitus tipo 2'.
- **Publicación**
El trabajo ha sido editado en la revista 'Annals of Nutrition and Metabolism', de la Federación de Sociedades Europeas de Nutrición.
- **Equipo**
Daniel de Luis, Nuria Fernández, Rocio Aller, J. de Luis, Marisa Arranz y Olatz Izaola del Instituto de Endocrinología de la Facultad de Medicina y del Hospital Río Hortega.
- **Conclusiones**
El consumo moderado de cerveza disminuye en diabéticos el riesgo cardiovascular.

registraban que el 11,7% era fumador, el 18% bebía alcohol, el 29,7% cerveza y el 77,7% practicaba algún tipo de actividad física de manera regular.

Correlaciones

Al analizar los nutrientes que influían en los niveles de homocisteína, el equipo detectó que al aumentar la ingesta de proteínas, es decir, de carne sobre todo, los hidratos de carbono se incrementaban y que con el consumo de cerveza se obtenía el efecto contrario. En todas las correlaciones realizadas, sólo la ingesta de esta bebida permaneció en el modelo y es que el ácido fólico disminuye los niveles de homocisteína.

Por lo tanto, las conclusiones del estudio son que el consumo moderado de cerveza, es decir, entre 100 y 300 mililitros al día; lo que viene a ser los llamados 'cortos' o 'cañas', respectivamente, puede ser beneficioso para los diabéticos, según destaca el director de la investigación, Daniel de Luis.

La incidencia de la diabetes en Valladolid, la más baja de España, es del 5,28%; pero en torno al 22% desconoce que padece esta insuficiencia pancreática, según los datos derivados de otro estudio del Hospital del Río Hortega, realizado en esta ocasión en el Servicio de Medicina Interna, por Javier Mena Martín y dirigido por el doctor Juan Carlos Martín Escudero.