



Un estudio realizado por investigadores de la Sociedad Española de Diabetes españoles recalca que diversos componentes de la cerveza como la fibra soluble, los compuestos polifenólicos y los minerales, junto a su baja graduación alcohólica, pueden producir modificaciones de la microbiota (flora intestinal) que alteran la inmunidad intestinal y contribuyen al desarrollo de diabetes tipo I en personas que genéticamente son susceptibles a esta enfermedad.

---

Algunos de los componentes de la cerveza como su fibra soluble podrían actuar contra los mecanismos que desencadenan la diabetes y recomienda su consumo moderado para prevenir y controlar esta enfermedad, comentó el catedrático en Nutrición de la Universidad Pablo de Olavide de Sevilla, Franz Martín Bermudo, quien revisó los efectos preventivos de la cerveza en la diabetes en un estudio del Centro de Información Cerveza y Salud.

La investigación ha comprobado que los nutrientes, entre ellos los polifenoles, podrían actuar sobre los mecanismos y procesos que desencadenan la diabetes y sus complicaciones. "La cerveza es rica en polifenoles y podría ser que estos compuestos indujeran una modificación de la flora intestinal. De esta manera, un consumo moderado de cerveza podría proteger frente al desarrollo de diabetes tipo I en personas con predisposición a tener esta enfermedad", mencionó Bermudo.

En el caso de la diabetes tipo II, investigaciones anteriores relacionaron el consumo de alimentos, nutrientes y dietas con la aparición de esta enfermedad y apuntaron que la dieta rica en fibra y el consumo de polifenoles reduce los riesgos.

"En cuanto a los procesos inflamatorios que están presentes en las complicaciones macro y microvasculares de la diabetes, es importante destacar el papel antiinflamatorio que pueden jugar la fibra y los compuestos fenólicos de la cerveza", sostuvo Bermudo, que también destacó que otros componentes de esta bebida como las isohumulonas y el xantohumol ayudan en la prevención, control y evolución de la diabetes.

A los datos presentados se suman los del estudio "Cerveza, dieta mediterránea y enfermedad cardiovascular", elaborado por el Hospital Clínic de Barcelona y la Universidad de Barcelona, que destacó que las personas que consumen cerveza de forma moderada presentan una menor incidencia de diabetes.

**Fuente: Diariosur.es**