

Bibliografía comentada

“Catechins from green tea (camelia sinensis) inhibit bovine and human cartilage proteoglycan and type II collagen degradation in vitro.”

✍ **C. ADCOCKS,
P. COLLIN,
D.J. BUTTLE.**

J Nutr
132: 341-346,2002.

Desde hace tiempo son por todos Uds. conocidas las propiedades antiinflamatorias de los polifenoles. Estos compuestos suelen estar en cantidades muy apreciables en diferentes especies vegetales, y por ello muchas han sido recomendadas como tratamientos alternativos a la medicina tradicional. De no conocer el mecanismo de acción de muchos de estos compuestos, poco a poco se han ido describiendo, entrando a formar parte paulatinamente de nuestro arsenal terapéutico.

Los polifenoles de la planta del té son más conocidos como catequinas, y han demostrado tener propiedades antioxidantes, antiinflamatorias, termogénicas y anticarcinogénicas en muchos estudios in vitro, en animales y en humanos.

Los autores del artículo, cuya lectura les recomendamos, estaban interesados en comprobar en qué medida estos compuestos podían llegar a ser protectores para el cartílago.

Para ello cultivaron cartilagos metacarpofalángico y nasal bovino y cartilagos sano, osteoartítico y reumatoideo humanos en medios enriquecidos con conocidos reactivos que aceleran la descomposición de la matriz cartilaginosa. A estos cultivos se les añadieron diferentes catequinas, y se midieron los proteoglicanos liberados y el colágeno tipo II en cada medio de cultivo.

Pudieron comprobar que las catequinas eran capaces de inhibir la descomposición del cartílago incluso a concentraciones micromolares. Por otro lado no se comprobaron efectos tóxicos. Concluyen, por lo tanto, que las catequinas, contenidas sobre todo en el té verde, tendrían una acción condroprotectiva.

La planta del té tiene un cultivo muy extendido, especialmente en zonas del tercer mundo. Si llegara a demostrarse un efecto tal in vivo en humanos, sería de una gran importancia para zonas muy deprimidas en otros aspectos, además de aportar unos compuestos de fácil acceso al arsenal condroprotector, de escasos componentes y efectos controvertidos.

Queda por ver cuál podría ser la mejor vía de administración para alcanzar una concentración suficiente a nivel articular y conseguir un efecto significativo in vivo.



“A metabotropic glutamate receptor variant functions as a taste receptor”

✍ **CHAUDHARI N.,
LANDIN A.M.,
ROPER S.D.**

Nature Neuroscience
3: 113-119,2002.

Aún recordarán de la Facultad, que al estudiar el sentido del gusto nos hablaban de que el gusto era una sensación compleja en la que intervenían el sentido del olfato, el sentido del tacto y el propio sentido del gusto. Además este último sentido era muy limitado y sobre todo valoraba el diferente grado de amargor, acidez, dulzor o saladura.

Por eso cuando en alguna crítica enológica leíamos que un determinado vino era "proteico", a pesar de que intuíamos qué sensaciones nos quería descubrir el autor del comentario, siempre nos quedaba una cierta sensación de exageración en esa afirmación.

Por ello les invitamos a leer el presente artículo, donde los autores describen unos nuevos receptores del sentido del gusto relacionados con la sensación umami y que serían estimulados por todos los aminoácidos, especialmente el glutamato. Posiblemente sean estos receptores los responsables de la sensación proteica, ya que los aminoácidos son los constituyentes de las proteínas. Estos receptores nos ayudarían a seleccionar alimentos ricos en contenido proteico.

Probablemente por ello, y sin que lo supiéramos, el glutamato monosódico es uno de los potenciadores del sabor más utilizados en la industria alimentaria, sobre todo en platos precocinados de tipo oriental. Quizás también estos receptores sean responsables de que ciertos pacientes nuestros que deben seguir una dieta hipocalórica fácilmente se desvíen hacia dietas hiperproteicas, en busca de más "sabor".



“Occupational physical activity and risk for prostate cancer in a nationwide cohort study in Sweden”

✍ **A. NORMAN,
T. MORADI,
G. GRIDLEY,
M. DOSEMECI,
B. RYDH,
O. NYRÉN,
A. WOLK**

**Br J Can
86: 70-75, 2002.**

Son muchos los trabajos que han demostrado la influencia positiva del ejercicio en cuanto a disminución del riesgo de morbi-mortalidad por variadas patologías. Es por ello que muchas veces puede resultar casi ocioso volver a insistir sobre el tema. Pero, por otro lado, la innegable influencia benéfica del ejercicio sobre la salud comunitaria, nos llena de razones para continuar nuestra "cruzada" de insistencia en la progresiva incorporación de un mayor grado de actividad física entre las labores de nuestros conciudadanos, y quizás también nosotros mismos.

El presente artículo, cuya lectura les recomendamos, es un estudio retrospectivo sueco que analiza la relación entre el grado de actividad física ocupacional y el riesgo relativo de padecer una neoplasia de próstata.

Los autores definieron dos cohortes de hombres, de cerca de 1,5 millones de personas cada una, de las que pudieron recuperarse los datos de actividad física asociada a su puesto de trabajo en 1960 y en 1970, y una tercera cohorte de unas 700.000 personas cuyo puesto

de trabajo exigía un grado de actividad física similar tanto en 1960 como en 1970.

A partir del número de cánceres de próstata que se presentó en cada cohorte entre los años de 1971 y 1989, en función de los datos contenidos en el Registro Sueco del Cáncer, los autores concluyeron que aquellas personas que trabajaban en puestos con un menor requerimiento físico presentaban un mayor riesgo de padecer un cáncer de próstata, que aquellos cuyos trabajos exigían un mayor desempeño físico, todo y haber ajustado los datos en función de la edad, los años de seguimiento y el lugar de residencia.

Evidentemente se aprecian unas ciertas limitaciones del estudio, conocidas y reconocidas por el propio grupo investigador, y en gran parte achacables al mismo diseño del estudio. La recogida inicial de datos no estaba diseñada para las finalidades del estudio, y otras fuentes de actividad física no pudieron ser controladas ni recogidas en su momento.

Aún y así, el gran número de población estudiada, así como el amplio espectro de años estudiados, consideramos que confieren al estudio suficiente entidad para evidenciar su gran interés, además de sugerir el desarrollo de nuevos estudios sobre el tema.

