

Bibliografia comentada

“Catechins from green tea (Camellia 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.

Des de fa temps, tots vostès conèixen les propietats antiinflamatòries dels polifenols. Aquests compostos acostumen a trobar-se en quantitats molt apreciables en diferents espècies vegetals i, per això, moltes han estat aconsellades com tractaments alternatius a la medicina tradicional. S'ha passat de no conèixer el mecanisme d'acció de molts d'aquests compostos a descriure'ls, poc a poc, entrant a formar part paulatinament del nostre arsenal terapèutic.

Els polifenols de la planta del te són més coneguts com catequines i han demostrat tenir propietats antioxidants, antiinflamatòries, termogèniques i anticarcinogèniques en molts estudis in vitro, en animals i en humans.

Els autors de l'article, la lectura del qual els hi recomenem, estaven interessats en comprovar com aquests compostos podien arribar a ser protectors del cartíleg.

Per això van cultivar cartílegs metacarpofalàngics i nasal bovins i cartílegs sans, osteoartrític i reumàtics humans en entorns enriquits amb coneguts reactius que acceleren la descomposició de la matriu cartilaginosa. A aquests cultius se'ls hi van afegir diferents catequines i es van mesurar els proteoglicans alliberats i el col·lagen tipus II en cada mitjà de cultiu.

Van poder comprovar que las catequines eren capaces d'inhibir la descomposició del cartíleg, fins i tot a concentracions micromolars. Per altra banda, no es van comprovar efectes tòxics. Per tant, conclouent que les catequines, contingudes sobretot en el te vert, tindran una acció condroprotectora.

La planta del te té un cultiu molt extès, sobretot en zones del tercer món. Si s'arribés a demostrar aquest efecte in vivo en humans, seria molt important per a les zones deprimides en altres aspectes, a més a més d'aportar uns compostos de fàcil accés a l'arsenal condroprotector, d'escasos components i efectes controvertits. Queda per veure quina podria ser la millor via d'administració per aconseguir una concentració suficient a nivell articular i proporcionar un efecte significatiu en viu.



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

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

Nature Neuroscience
3: 113-119, 2002.

Encara recordaran de la Facultat que, a l'estudiar el sentit del gust, ens parlaven de què el gust era una sensació complexa en la qual intervenien el sentit de l'olfacte, el sentit del tacte i el propi sentit del gust. A més a més, aquest darrer sentit era molt limitat i sobretot valorava el diferent grau d'amargor, d'acidesa, de dolçor o de salabror. Per això quan en alguna crítica enològica llegíem que un vi concret era

“proteic”, tot i que intuïem quines sensacions ens volia descriure l'autor del comentari, sempre ens quedava una certa sensació d'exageració en aquesta afirmació.

Per això, els invitem a llegir el present article, en el qual els autors ens descriuen uns nous conceptes del sentit del gust relacionats amb la sensació umami i que serien estimulats per tots els aminoàcids, especialment el glutamat. Possiblement siguin aquests receptors els responsables de la sensació proteica, donat que els aminoàcids són els constituents de les proteïnes. Aquests receptors ens ajudarien a seleccionar els aliments rics en contingut proteic.

Probablement per això, i sense que ho sabéssim, el glutamat monosòdic és un dels potenciadors del sabor més utilitzats en la indústria alimentària, sobretot en plats precuinats de tipus oriental. Potser també aquests receptors siguin responsables de què alguns pacients nostres que han de seguir una dieta hipocalòrica es desviïn fàcilment cap a dietes hiperprotèiques buscant més “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.**

Són molts els treballs que han demostrat la influència positiva de l'exercici pel que fa a la disminució del risc de morbi-mortalitat per diverses patologies. És per això que moltes vegades pot resultar gairebé ociós tornar a insistir sobre el tema. Però, per altra part, la innegable influència positiva de l'exercici sobre la salut comunitària, ens omple de raons per continuar la nostra “croada” d'insistència en la progressiva incorporació d'un major grau d'activitat física entre les tasques dels nostres conciutadans i, potser també, de nosaltres mateixos.

Aquest article, la lectura del qual els hi recomanem, és un estudi retrospectiu suec que analitza la relació entre el grau d'activitat física ocupacional i el risc relatiu de patir una neoplàsia de pròstata. Els autors van definir dues cohorts d'homes, de gairebé 1,5 milions de persones cadascuna, de les que es van poder recuperar les dades d'activitat física vinculada al seu lloc de treball l'any 1960 i 1970, i una tercera co-

hort d'unes 700.000 persones el lloc de treballs de les quals exigia un grau d'activitat física similar tant l'any 1960 com el 1970.

A partir del nombre de càncers de pròstata que es va detectar a cada cohort entre els anys 1971 i 1989, en funció de les dades contingudes al Registre Suec del Càncer, els autors van arribar a la conclusió que aquelles persones que treballaven en llocs amb un requeriment físic menor presentaven un major risc de patir càncer de pròstata que aquelles el treball de les quals exigia una major tasca física, tot i haver ajustat les dades en funció de l'edat, els anys de seguiment i el lloc de residència.

Evidentment s'apreciaven unes certes limitacions de l'estudi, conegudes i reconegudes pel propi grup investigador i en gran part atribuïbles al mateix disseny de l'estudi. La recollida inicial de dades no estava dissenyada per a les finalitats de l'estudi i altres fonts d'activitat física no van poder ser ni controlades ni recollides en el seu moment.

Tot i això, el gran nombre de població estudiada així com l'ampli espectre d'anys estudiats, considerem que confereixen a l'estudi suficient entitat per evidenciar el seu gran interès, a més a més de suggerir el desenvolupament de nous estudis sobre el tema.

