

SUPER SALUD

EDICOSMA.COM ▶

Martes 02/03/2010. Actualizado:
20:31 h.

62.997 Lectores Conectados

Contacte con nosotros: 902 400 669

edicion@edicosma.com



PORTADA

Salud

Belleza

Actualidad

Cultura

MÁS SECCIONES ▼

SERVICIOS ▼



Imprimir

Comentar

Enviar a un amigo

Noticias Relacionadas

Las enfermedades cardiovasculares, primera causa de muerte en España

02/03/2010 18:00:40

Una investigación revela que un compuesto del aceite de oliva "podría prevenir el cáncer de mama"

Salud

Los polifenoles del aceite de oliva protegen de enfermedades cardiovasculares

02/03/2010 17:55:55



El aceite de oliva virgen, con un alto contenido en polifenoles, en el contexto de una dieta mediterránea es beneficioso para la prevención de enfermedades cardiovasculares, según constata un estudio del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM)-Hospital del Mar de Barcelona.

La investigación, publicada en 'The Faseb

Journal' el 23 de febrero, demuestra que los polifenoles, enzimas conocidas por sus propiedades antioxidantes, son responsables de cambios en la expresión génica.

La coordinadora del grupo de investigación en riesgo cardiovascular v



Directorio



Diarios



Radios



Videos



Suplementos



Especiales



Boletines



Blogs

Rutas Gastronómicas de España

¡Nuevo! Canal de Anuncios

¡Nuevo! Canal Empleo

13/02/2010 16:31:33

La UAB investigará los efectos del aceite de oliva en el cáncer de mama

23/12/2009 09:16:37

Las enfermedades cardiovasculares matan más en Andalucía, Valencia y Canarias

23/10/2009 18:34:29

Los polifenoles hacen que el chocolate proteja de las enfermedades crónicas

22/10/2009 13:57:00

nutrición del IMIM-Hospital del Mar e investigador del Ciber de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición, Maribel Covas, señaló que "los polifenoles pueden reducir la expresión de genes involucrados en la formación de la placa de ateroma", exceso de grasa en las arterias.

"Ello explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen una dieta mediterránea tradicional", añadió Covas.

La investigación contó con la participación de un grupo de 90 personas sanas, con edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Cada uno de los participantes fue asignado al azar a uno de los tres grupos del estudio durante un periodo de tres meses.

A un primer grupo se le administró dieta mediterránea con aceite de oliva virgen, al segundo dieta mediterránea con aceite de oliva pobre en polifenoles y, por último, el tercero actuó como grupo de control, ya que no siguió ninguna dieta específica.

Aún cuando la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el periodo en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea que, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

» [Guía de Ayuntamientos](#) » [Red Mundial de Radios](#)
» [Radio Turismo Rural](#) » [Topbooking](#)
» [Radio Hípica](#) » [Central de Ventas Europea](#)

más Salud

Variables biológicas convierten el daño cerebral leve en Alzheimer en sólo dos años

02/03/2010 19:03:08

Los altramuces pueden combatir el síndrome metabólico

02/03/2010 19:00:28

Las enfermedades cardiovasculares, primera causa de muerte en España

02/03/2010 18:00:40

Dar el pecho protege a los niños de las úlceras pépticas

02/03/2010 17:36:01

Jiménez dice que las "terribles" imágenes de las cajetillas buscan "proteger la salud del ciudadano informándole"

02/03/2010 11:54:59

Llega a España la bomba de insulina con 'bluetooth'

02/03/2010 11:35:35

Además, abre nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos mediante terapias nutricionales para prevenir la aterosclerosis, que se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa en la pared interna de las arterias provocando su engrosamiento y endurecimiento.

Comentar la noticia

Nombre

E-mail

Comentario

Introduzca el código



Los polifenoles del aceite de oliva protegen de enfermedades cardiovasculares

02/03/2010 17:55:55

Una hormona del estómago mitiga la fibrosis hepática

02/03/2010 11:44:22

[todas las noticias »](#)

publicidad

PUBLICIDAD

[Condiciones de Uso](#) | [Aviso Legal](#) | [Condiciones de Contratación](#) | [Política de Confidencialidad](#)

Super Salud www.supersalud.com

Diario digital con información y noticias actualizadas al minuto. Super Salud es parte del grupo de comunicación Edicosma, integrado por más de 200 diarios digitales al servicio de la información.

© Super Salud 2009

- [Portada](#)
- [Actualidad](#)
- [Noticias científicas](#)
- [Entrevistas](#)
- [Opinión](#)
- [Vídeos](#)
- [Archivo "Salut i Força"](#)
- [Archivo "Salut i Ciencia"](#)
- [Sobre Salut i Força](#)
- [Contacto](#)

Los polifenoles del aceite de oliva protegen de enfermedades cardiovasculares



Europa Press

[Añadir comentario](#)

El aceite de oliva virgen, con un alto contenido en polifenoles, en el contexto de una dieta

[Enviar a un amigo](#)

mediterránea es

[Enviar a Menéame](#)

beneficioso para la prevención de

enfermedades cardiovasculares, según constata

un estudio del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM)-Hospital del Mar de Barcelona.

La investigación, publicada en 'The Faseb Journal' el 23 de febrero, demuestra que los polifenoles, enzimas conocidas por sus propiedades antioxidantes, son responsables de cambios en la expresión génica.

La coordinadora del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM-Hospital del Mar e investigador del Ciber de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición, Maribel Covas, señaló que "los polifenoles pueden reducir la expresión de genes involucrados en la formación de la placa de ateroma", exceso de grasa en las arterias.

Ayúdanos a mejorar la web de Salut i Força



En portada

- [Una vacuna experimental contra...](#)
- [El 25% de los pacientes con...](#)
- [Una hormona de la grasa podría...](#)
- [Obesidad y depresión se asocian...](#)
- [Un estudio español identifica un...](#)
- [El 86% de las consultas al...](#)
- [Dormir con el móvil cerca es...](#)
- [Un estudio niega que las...](#)
- [Dar el pecho protege a los niños...](#)
- [Las "terribles" imágenes de las...](#)
- [Los polifenoles del aceite de...](#)
- [El CSIC participa en la creación...](#)
- [Las personas con vasculitis...](#)
- [Más de la mitad de los usos...](#)
- [Primera Unidad Multidisciplinar...](#)
- [El Hospital Comarcal de Inca...](#)
- [Los colegios de farmacéuticos de...](#)

Comentarios recientes

- [hola soy una chica mira que fui hacerme una citología y saque inflamacion en el...](#) (carolina)
- [Hoy es el día de Andalucía. Es un día de muchos crespones negros por los crímenes...](#) (Antonio Francisco Méndez...)

"Ello explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen una dieta mediterránea tradicional", añadió Covas. La investigación contó con la participación de un grupo de 90 personas sanas, con edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Cada uno de los participantes fue asignado al azar a uno de los tres grupos del estudio durante un periodo de tres meses.

A un primer grupo se le administró dieta mediterránea con aceite de oliva virgen, al segundo dieta mediterránea con aceite de oliva pobre en polifenoles y, por último, el tercero actuó como grupo de control, ya que no siguió ninguna dieta específica.

Aún cuando la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el periodo en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea que, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Además, abre nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos mediante terapias nutricionales para prevenir la aterosclerosis, que se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa en la pared interna de las arterias provocando su engrosamiento y endurecimiento.



02 Marzo, 2010 13:49



Noticias científicas



Siguiente



Anterior



Comentarios (0)

- [¿QUE PUESTO QUE USTED HA ESTUDIADO EXHAUSTIVAMENTE SOBRE LA CELULITIS , ESTARIA... \(ELENA DEL RIO\)](#)
- [hola yo tuve papiloma humano solamente he tenido relaciones con mi novio fui con un... \(ATIENDANSE NO LO DEJEN...\)](#)
- [Desde Tacuarembó- Uruguay recuerdo profundamente a quien fuera un amigo personal y... \(Dr. Edgardo Romero Galvan.\)](#)
- [síntomas aparte de tener un vulvo \(arantza\)](#)
- [hola yo soy malagueña creo ke padezco trastorno alimentario compulsivo por favor me... \(carmela\)](#)
- [a mi quitaron la matriz hace poco sin embargo estoy muy bien dentro de lo que cabe... \(ines\)](#)

comentarios

Añadir comentario

Los comentarios son moderados para evitar spam. Esto puede hacer que tu escrito tarde un poco en ser visible.

Título

Texto

Tu nombre

Email

Web

Editorial Fangueret, SL [Subscripción vía RSS](#)

Carrer de la Barcarola, 2-2ªA- 07010 Palma de Mallorca

W3C Valid [XHTML](#), [CSS](#)

[Formulario de contacto](#) - Tfno: 971 72 44 46

[Créditos](#)



El aceite de oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías



Foto: sabor-artesano.com

El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, **es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis**, según un estudio divulgado hoy por científicos españoles.

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, **el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.**

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que **la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.**

Esa dieta, complementada con **aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria**, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

Vía EFE

Charlas sobre Obesidad

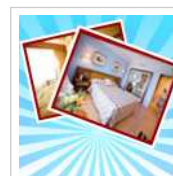


Dr. Joan Pujol
Hotel Atrium Palace (Barcelona)

invitación

www.ucom.es

PUBLICIDAD

¿Quiere saber quién inventó el papel?
Google tiene la respuesta.

Datos curiosos Google

¿Sabe qué ciudad es la capital de Sicilia?
La respuesta a solo un clic.

Datos curiosos Google

Aceite Gourmet
Descubre Nuestro Aceite Gourmet y cuidate con una Dieta Saludable!

¿Buscas Oposiciones 2010?
Éxito Cef: 90% Alumnos Aprobados. ¡Informate! Asesoramiento Personal

Aceite de oliva Argudell
Denominación de origen Empordà. Delicatessen y hostelería.

¿Es Rajoy la Solución de España?

Si **38.7%**
 No **61.3%**

Vota en **6 segundos** para ganar un **MINI**

© 2009 - AdSalsa International Network, Ltd.

[Suscríbete](#)

hoy Cartelera

[BUSCAR](#)

El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

Agencia EFE

Barcelona, 2 mar (EFE).- El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio coordinado por la doctora Maribel Covas, investigadora del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona.

La aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de aterosclerosis en la pared interna de las arterias, lo que provoca un engrosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según ha informado el centro en un comunicado, el trabajo, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente los hábitos alimenticios propios de la dieta mediterránea.

Hasta ahora se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para llevar a cabo el estudio, los investigadores repartieron a los participantes en tres partes, un grupo control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el centro se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea que, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran además que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales para prevenir la aterosclerosis.



Foto: El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

Banesto: Tenemos lo que todos quieren: Nuestro Depósito Selección

Para escribir un comentario pincha aquí

Firma * E-mail

Mensaje *

Dato obligatorio *

[BORRAR](#) [COMENTAR](#)

Vosotros decidís el tono de los comentarios. Se pondrá en conocimiento de las autoridades administrativas o judiciales aquellos hechos que pudieran ser constitutivos de una actividad ilícita, sin necesidad de comunicarlo previamente al usuario. Nuestra única regla es el respeto.

cardiopatías regular implicados virgen genes aceite puede oliva


Enlaces relacionados

- La UPA promociona el aceite de oliva virgen extra en restaurantes, clínicas y colegios
- El consumo de aceite de oliva virgen extra protege contra el cáncer de mama
- Especialistas de Navarra y Córdoba descubren genes implicados en la leucemia
- La UE obliga a mencionar el origen del aceite de oliva en sus etiquetas

Ver Más Sugerencias Aquí

 **Byxxy outlet online.** Descubre Byxxy Outlet Online. ¡Descuentos de hasta un 60%! [Consultar](#)

 **Spa Kokido Rectangular.** Cómpralo cómodamente desde tu casa. 645,00 €

 **Gafas de sol Electric.** Compra con seguridad online. 75,00 €

Anuncios **Google**

ACEITE-SALUD

El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

02 de marzo de 2010

Barcelona (España), 2 mar (EFE).- El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado hoy por científicos españoles.



[Ampliar fotografía](#)

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Esa dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

Imprimir noticia

Volver a "Salud"

Histórico de noticias

Hoy es miércoles 03 de marzo de 2010

- [Inicio](#)
- [Nosotros](#)
- [Twitter](#)
- [Facebook](#)
- [RSS](#)



- [Noticias](#)
 - [Principales](#)
- [Video](#)
 - [Video del día](#)

[El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías](#)

02/03/2010 a las 7:23 pm

[ABC.ES asegura que](#) la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias, lo que provoca un engrosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares. Según ha informado el centro en un comunicado, el trabajo, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente los hábitos alimenticios propios de la dieta mediterránea. Hasta ahora se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos, [comenta ABC.ES](#).

Para llevar a cabo el estudio, los investigadores repartieron a los participantes en tres partes, un grupo control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles. Desde el centro se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Compartir



Deja un comentario

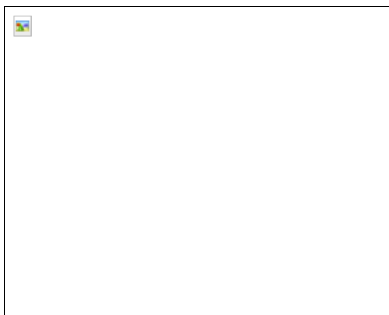
Nombre (required)

Correo (no lo publicaremos) (required)

Sitio web

enviar

video.unafuente



[Spot de seguridad vial arrasa en YouTube](#)





Menú principal

Portada
Noticias científicas
Científicos
Efemérides científicas
Ciencia recreativa
Foros
Videos Nuevo
Astronomía
Biología
Ecología
Física
Geología
Matemáticas
Medicina
Química
Agricultura
Electrónica
Informática
Ingeniería
Antropología
Arquitectura
Paleo y Arqueología

El aceite de oliva virgen reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares

(NC&T/IMIM) Este estudio, dirigido y coordinado por la Dra. M^a Isabel Covas y su equipo desde el Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM), da un paso adelante comparando diferentes tipos de aceite de oliva y concluye que, de entre todos ellos, el aceite de oliva virgen aumenta esta protección cardiovascular gracias a su rico contenido en polifenoles. Estos polifenoles son sustancias de origen vegetal que consumimos a través de la dieta y que presentan importantes propiedades antioxidantes gracias al bloqueo de radicales libres.

Esta polémica sobre los efectos cardioprotectores del aceite de oliva no es nueva. A pesar que todos daban por sentado los efectos beneficiosos del aceite de oliva y la dieta mediterránea sobre las enfermedades asociadas al estrés oxidativo, hasta hoy no había evidencia científica suficiente para una recomendación a nivel poblacional de los beneficios del aceite de oliva virgen ante otros tipos de aceites, de oliva y aceites en general. Este estudio representa una pieza clave para estas recomendaciones y aporta información de gran repercusión para la comunidad, especialmente en poblaciones o países donde el aceite de oliva no forma parte habitual de la dieta.

Este trabajo forma parte de una serie de publicaciones fruto de los resultados obtenidos del estudio EUROLIVE, que tenía como objetivo evaluar los efectos beneficiosos del aceite de oliva sobre el daño oxidativo en humanos y poner fin al debate sobre el beneficio asociado al consumo de aceite de oliva virgen a través de resultados y evidencia científica. Publicación tras publicación, se han demostrado los beneficios de los polifenoles del aceite de oliva, así como los parámetros sobre los cuales actúan.

El estudio EUROLIVE se inició el año 2002 y finalizó el 2004. Han participado 200 voluntarios sanos de 5 países europeos: España, Dinamarca, Finlandia, Italia y Alemania. La dirección y coordinación de este estudio se ha realizado en España, en el Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM), aunque los investigadores involucrados pertenecen a 7 centros de investigación europeos entre los que figura el Departamento de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Barcelona (UB).

En el estudio se han administrado aceites de oliva con diferentes contenidos polifenólicos (bajo contenido, medio y alto) a los voluntarios en dosis similares e incluso inferiores a las consumidas diariamente en una dieta mediterránea tipo (25ml/día), durante períodos de 3 semanas. El contenido fenólico de los diferentes aceites era de 2.7mg por kg de aceite, 164mg/kg y 366mg/kg, respectivamente. El colesterol bueno (HDL) aumentó linealmente respecto a la dosis de polifenoles, es decir, a mayor concentración de polifenoles mayor HDL. Los Triglicéridos disminuyeron en todos los casos al administrar aceite de oliva y no sólo al administrar aceite con alto contenido fenólico. La proporción de colesterol total/HDL disminuyó en relación directa con el contenido polifenólico de los aceites. Finalmente, los marcadores de estrés oxidativo (oxidación de las LDL) también disminuyeron a mayor cantidad de polifenoles en el aceite de oliva. Este último parámetro es uno de los principales factores de riesgo para la aterosclerosis. El estudio concluye que el efecto antioxidante de estos polifenoles es clave para la mejora del perfil lipídico (aumento de las HDL, disminución de los triglicéridos, disminución de la proporción de colesterol total/HDL y disminución de la oxidación de los lípidos).

Al margen de la ya conocida composición en grasas monoinsaturadas, vitamina E y beta-carotenos (antioxidantes del aceite de oliva), este estudio sitúa a los polifenoles contenidos mayoritariamente en el aceite de oliva virgen (tirosol, hidroxitirosol, oleuropeina, lignanos...) como co-responsables de la reducción del riesgo cardiovascular asociada al consumo de aceite de oliva, por su efecto antioxidante del perfil lipídico. Así pues, el aceite de oliva virgen es el que mejor protege contra el daño oxidativo.

El daño o el estrés oxidativo es el desequilibrio entre los compuestos oxidantes y antioxidantes en el organismo. Los compuestos oxidantes, llamados "radicales libres", se compensan con los antioxidantes, y por eso tienen un papel fundamental aquellos que nos proporciona la dieta. Los polifenoles son sustancias de origen vegetal que

Boletín gratuito

¿Quieres recibir noticias de ciencia en tu email?
Pincha aquí.



Buscar en Solociencia

Info

Boletines Nuevo
Añadir a favoritos
Página de inicio
Cómo contactar
Mapa de la web
Lexur
Política de datos
Aviso legal



están presentes en el aceite de oliva virgen. Su estructura química les confiere extraordinarias características antioxidantes, atrapando a los radicales libres. Estos radicales libres son sustancias que tienen un electrón no apareado que busca el equilibrio robando el electrón que le falta a otras sustancias y así oxidándolas. Si hay más compuestos oxidantes que antioxidantes (estrés oxidativo), estos contribuyen al desarrollo de enfermedades como el cáncer o la arteriosclerosis. La oxidación de las lipoproteínas de baja densidad (LDL) o llamado popularmente colesterol malo, es por ejemplo un primer paso en el desarrollo de aterosclerosis y enfermedad coronaria.

Esta información dará opciones a los consumidores a la hora de escoger sus hábitos nutricionales y el tipo de aceite que quieren consumir en función de su calidad, gusto, color y precio. El aceite de oliva no se debe tomar solo ni como medicina, sino como parte de las comidas, crudo para aliñar o añadir a una tostada, por ejemplo. En sí mismo no aumenta el peso de los consumidores si lo hacen a razón de 2-3 cucharadas (25ml)/ día. El contenido fenólico del aceite es un parámetro a tener en cuenta por parte del consumidor y el que mayor contenido nos aporta es el aceite de oliva virgen, por eso tiene un gusto más fuerte, un poco amargo y una tonalidad más verdosa que los aceites con bajo contenido fenólico.



Haz click aquí para ver vídeos relacionados con este tema

[Deje un comentario](#)

Hay 2 comentarios

soledad – 13/01/10 - 14:33
stgo.
Tema: dejar un comentario
gracias por la información entregada en esta página.

javi valdez – zitacuaro michoacan 16/01/09 - 10:59
(mexico)
Tema: todos
ME INTERESA SU PAGINA WEB

[Deje un comentario](#)

* Su nombre

* Su dirección de email (no aparece publicada)

Su ciudad

Recuérdame

Subscribirse: No A todos Respuestas a mi comentario

Tema:

Más artículos

Mapa mundial de la felicidad
Tácticas para comer menos
Genoma del neandertal
Alucinógeno en hongos
Apnea del sueño
Funcionamiento del cerebro
Ganas de comer
Comportamiento innato
Acción de los mastocitos
Aceite de oliva virgen

Combatir la obesidad
Comunicación neural
Evolución del lenguaje
Actividad cerebral
Hiperplasia prostática
Uso de signos verbales
Meditación trascendental
Genes y defectos de nacimiento
Bases para el aprendizaje perceptivo
Activar genes del cerebro

Biomedicina y Salud

Epidemiología

Los polifenoles, fundamentales en la regulación de los genes implicados en las enfermedades cardiovasculares

Un estudio liderado por investigadores del IMIM (Institut Municipal d'Investigació Mèdica)-Hospital del Mar, muestra por primera vez que el efecto beneficioso del aceite de oliva virgen, con un alto contenido en polifenoles en la dieta mediterránea, puede producir cambios en la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis.

IMIM-HM

Cataluña

02.03.2010 15:56

- 
- 
- 
- 
- 
- 



El estudio muestra el efecto beneficioso del aceite de oliva virgen. Foto: El Aderezo.

Los resultados de este estudio demuestran que los polifenoles presentes en el aceite de oliva, son responsables de cambios en la expresión génica. Según Maribel Covas, coordinadora del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM-Hospital del Mar e investigadora del CIBER de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición (CIBEROBN), "los polifenoles pueden reducir la expresión de genes involucrados en la formación de la placa de ateroma, lo cual explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen una dieta mediterránea tradicional".

La aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa (placa de ateroma) en la pared interna de las arterias provocando un engrosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados. Hasta ahora se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para llevar a cabo el estudio, los investigadores contaron con la participación de un grupo de 90 personas sanas, con edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Cada uno de los participantes fue asignado al azar a uno de los tres grupos del estudio durante un periodo de tres meses: dieta mediterránea más aceite de oliva virgen; dieta mediterránea con aceite de oliva pobre en polifenoles y por último un tercer grupo que actuó como grupo control y que no siguió ninguna dieta específica.

Aun cuando la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar, por primera vez, una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el periodo en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.



Aceite oliva virgen puede regular genes implicados en cardiopatías

Publicado : Martes, 02 de Marzo del 2010 |

El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado hoy por científicos españoles.

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Esa dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

-EFE-



Copyright © 2008 Grupo RPP S.A. Central Telefónica: 2150200 [Anuncia en RPP](#)



Ingresar | Registrarse


 T: 28ST: 30H: 62% >>

Martes 02 de marzo de 2010 11.52 Hs.

[ULTIMO MOMENTO](#)
[NOTICIAS](#)
[DEPORTES](#)
[OCIO](#)
[OPINION](#)
[COMUNIDAD](#)
[EDUCACION](#)
[SALUD](#)


Salud y calidad de vida

11:00 | martes, 02 de marzo de 2010

Salud

Herramientas

 imprimir
 enviar por e-mail
 A A A


 RSS


 Compartir

Según una investigación, el aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

El estudio, realizado en España, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea



El trabajo abre nuevas perspectivas para futuros tratamientos con terapias nutricionales

[Galería de Imágenes](#)

El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado hoy por científicos españoles.

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un engrosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Esa dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

Fuente: EFE

Salud Y Nutrición

Visita el nuevo blog McDonald's para aclarar todas tus dudas.
Comprometidoscontigo.com/Mcdonalds

Vive la salud. Red social

No dejes tu salud en manos de la suerte.
www.vivelasalud.com

Cirugía de la Obesidad

Sesión informativa del Dr. J. Pujol
 Descargue su invitación personal
www.ucom.es



Anuncios Google

Anuncios Google

Aceite Virgen Extra

Aceite de Oliva Virgen Extra variedad Arbequina. Sólo Online!
Loscarrazos.com/AceiteVirgent

¿Quieres Dejar de Fumar?

Descubre como dejar el cigarillo en el sitio Help!
Help-eu.com

Aceite de oliva

Argudell
 Denominación de origen Empordà. Delicatessen y hostelería.
www.massimo.cat

Cosmetica De La Oliva

Fabricamos a Terceros, Linea Facial Corporal, Labial, Manos y Uñas
www.Mieleria.Com

Salud Y

Alimentación

Visita el nuevo blog McDonald's para aclarar todas tus dudas.
Comprometidoscontigo.com/



avisos legales






Portal Desarrollado por **Ellecktra Imagen Global**

Copyright 2006 Rosario3 @ Todos los derechos reservados

23/09/2010 9

Cuida tu inversión



Marzo 02, 2010



DESCARGA 360 widget 360 móvil

INICIO NACIONAL MUNDO ECONOMÍA NEGOCIOS DEPORTES ENTRETENIMIENTO TECNOLOGÍA INSÓLITAS SALUD ENTREVISTAS

TITULARES <||> **Real Madrid supera ganancias económicas ...**

LO MÁS VISITADO COMENTADO ENVIADO

Aceite oliva virgen regula cardiopatías

Marzo 02, 2010, 09:31 AM



4 retweet

Share



Comparte ésta noticia con tus amigos

E-mail

RSS

Print

Font Size A A

Facebook

Twitter

MySpace

Google

Blogger

 Ir


[Aceite Los Carrizos](#)

Aceite Virgen Extra Máxima Calidad. Venta Exclusiva Online. Pruébalo!
Loscarrizos.com/AceiteVirgenExtra

[¿Quieres Dejar de Fumar?](#)

Descubre como dejar el cigarillo en el sitio Help!
Help-eu.com

Anuncios Google

Cualquier dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados

Barcelona, EFE - El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado por científicos españoles.

La investigación, coordinada por **la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación** de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, **el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada** entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, **se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa** en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, **los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control** que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde **el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida** en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

RS / REPORTE360

Escribe tu comentario

Nombre: (Obligatorio)

Correo electrónico: (Obligatorio)

Campo Obligatorio. Restan: 600 caracteres

Validación:



Enviar

Normas para comentar en reporte360

- * Esta es la opinión de los usuarios, no la de reporte360.com.
- * No está permitido difundir comentarios injuriantes.
- * Nos reservamos el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera del tema.
- * Concéntrese en el tema.

Síguenos en

[Principal](#) [Contacto](#) [Publicidad](#) [Aviso Legal](#) [Nosotros](#)

© Copyright 2009. Reporte 360. Todos los derechos reservados.

Ciència



Diversitat



Edifici



Notícies científiques

04/03/2010

IMIM: S'estableix la relació entre l'estrès oxidatiu i la pèrdua de massa muscular (cat/cast)

Nota de premsa emesa per l'IMIM el 4 de març de 2010

Investigadors de l'Institut Municipal d'Investigació Mèdica (IMIM-Hospital del Mar) han comprovat la relació entre l'estrès cel·lular oxidatiu i la pèrdua de massa muscular que es dona a la fase final d'algunes malalties com ara el càncer. Estudis anteriors realitzats pel mateix grup ja havien aportat dades sobre les implicacions de l'estrès oxidatiu en la pèrdua de massa i disfunció muscular en diverses malalties cròniques, però ara és el primer cop que s'ha realitzat un estudi experimental comparatiu entre diferents tipus de músculs de les extremitats i el miocardi en animals amb caquèxia cancerosa.

L'estudi s'ha publicat a la revista *Antioxidants & Redox Signaling*.

Per a llegir la resta de la notícia si us plau cliqueu [aquí](#).

Para a leer la noticia en castellano por favor pulse [aquí](#).

Tornar



Connectem ciència i diversitat en un espai creatiu únic

© Parc Recerca Biomèdica de Barcelona -

NTN 24



- [Ingresar](#)
- [Regístrate](#)
- [Acerca de Nosotros](#)

[Noticias](#) | [Programación](#) | [Mapa de noticias](#)

[Portada](#)

[Mundo](#)

[América Latina](#)

[Política](#)

[Justicia](#)

[Deportes](#)

[Cultura](#)

[Economía](#)

[General](#)

[Entretenimiento](#)

[Ciencia y Tecnología](#)

[Ecología](#)

[Salud](#)

[Contáctenos](#)

[Portada](#) » [Salud](#) »

02 de Marzo de 2010 | 16:13 GMT

AYUDA EN SALUD

Aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

A A A

El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado por científicos españoles.

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Esa dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis.

Con EFE

Etiquetas: [aceite de oliva](#), [Cardiología](#), [cardiopatía](#),

Calificación

Su Voto

Promedio

Comentarios

Enviar un comentario nuevo

Su nombre *

Correo-e *

El contenido de este campo se mantiene como privado y no se muestra públicamente.

Página principal

Asunto

▶ Notes de Premsa



2 de març de 2010

• **Els polifenols, fonamentals en la regulació dels gens implicats en les malalties cardiovasculars**

És un estudi liderat per investigadors de l'IMIM-Hospital del Mar

Un estudi liderat per investigadors de l'IMIM-Hospital del Mar, mostra per primera vegada que l'efecte beneficiós de l'oli d'oliva verge, amb un alt contingut en polifenols en la dieta mediterrània, pot produir **canvis en l'expressió de determinats gens implicats amb l'aterosclerosi**. Els resultats d'aquest estudi demostren que els **polifenols** presents en l'oli d'oliva, són responsables de canvis en l'expressió gènica. Segons la **Dra. Maribel Covas, coordinadora del grup de recerca en risc cardiovascular i nutrició de l'IMIM-Hospital del Mar i investigadora del CIBER de Fisiopatologia de l'Obesitat i Nutrició (CIBEROBN)** "Els polifenols poden reduir l'expressió de gens involucrats en la formació de la placa d'ateroma, la qual cosa explicaria la propietat cardioprotectora observada entre les persones que segueixen una dieta mediterrània tradicional".

L'aterosclerosi es caracteritza per l'acumulació de dipòsits de greix (placa d'ateroma) a la paret interna de les artèries provocant un engruiximent i un enduriment progressiu dels vasos afectats. Fins ara se sabia que la concentració de greixos en sang disminuïa de manera significativa en persones que seguien una dieta mediterrània amb ingesta habitual d'oli d'oliva verge, però se'n desconeixien els motius.

Per dur a terme l'estudi, els investigadors van comptar amb la participació d'un grup de **90 persones sanes**, amb edats compreses entre els **20 i els 50 anys**. Cadascun dels participants va ser assignat a l'atzar a un dels tres grups de l'estudi durant un període de tres mesos: dieta mediterrània més oli d'oliva verge; dieta mediterrània amb oli d'oliva pobre en polifenols i per últim un tercer grup que va actuar com a grup control i que no va seguir cap dieta específica. Tot i que la mostra és reduïda, l'estudi ha permès observar, **per primera vegada, una relació causa-efecte entre el tipus de dieta seguida durant el període en estudi i l'expressió en cèl·lules sanguínies de gens d'inflamació, un procés responsable de la producció d'aterosclerosi**.

Els investigadors conclouen que la propietat cardioprotectora dels polifenols de l'oli d'oliva, aporta noves evidències sobre l'efecte beneficiós de la dieta mediterrània, que complementada amb oli d'oliva verge, és una bona mesura per prevenir la malaltia coronària, una de les primeres causes de mort als països desenvolupats. Així mateix, obre noves vies de recerca y de futurs tractaments per teràpies nutricionals per prevenir l'aterosclerosi

Article de referència:

In vivo nutrigenomic effects of virgin olive oil polyphenols within the frame of the Mediterranean diet: a randomized controlled trial. FASEB J. first published on February 23, 2010 as doi:10.1096/fj.09-148452.

▶ **Enllaços relacionats**

- ✚ Nota de premsa (català)
- ✚ Nota de premsa (castellà)
- ✚ Nota de premsa (anglès)

Pujar

noticias

martes, 02 de marzo de 2010 18:15



El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

Barcelona (España), 2 mar (EFE).- El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio divulgado hoy por científicos españoles.

La investigación, coordinada por la doctora Maribel Covas, del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona (noreste de España), explica que la aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias.

Esa circunstancia provoca un grosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según informó el centro en un comunicado, el estudio, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente una dieta mediterránea.

Hasta ahora, se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para elaborar el trabajo, los investigadores repartieron a los participantes en tres grupos: uno de control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el IMIM-Hospital del Mar se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida en el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea.

Esa dieta, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran, además, que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales que puedan prevenir la aterosclerosis. EFE

dh/pl/ero/pa/ik

¡Únete a la discusión! Sé el primero en hacer un comentario. Para agregar un comentario, por favor [iniciar sesión](#)

Notas relacionadas

11870.COM

Servicio de presupuestos

Recibe tres presupuestos

nortecastilla.es

Versión móvil widgets noticias



VIDEOCHAT. 11.00 H.

Óscar Puente
Líder socialista
+ videochat

Hemeroteca | Edición Impresa | RSS

Hoy 2 / 11.4 | Mañana 2.4 / 13.3 |

nortecastilla tu televisión online...

Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com Hoyvino

3 marzo 2010

Portada Castilla y León Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios IR

España Mundo Cultura Vida y Ocio

Estás en: El Norte de Castilla > Vida y Ocio > Últimas noticias > El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

ÚLTIMAS NOTICIAS DE VIDA Y OCIO 13:27

El aceite oliva virgen puede regular los genes implicados en las cardiopatías

Noticias EFE

Barcelona, 2 mar (EFE).- El aceite de oliva virgen, gracias a su alto contenido de polifenoles, es capaz de regular la expresión de determinados genes implicados en la aterosclerosis, según un estudio coordinado por la doctora Maribel Covas, investigadora del IMIM-Hospital del Mar de Barcelona.

La aterosclerosis se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa o placas de ateroma en la pared interna de las arterias, lo que provoca un engrosamiento y un endurecimiento progresivo de los vasos afectados, lo que supone un factor de riesgo para las enfermedades cardiovasculares.

Según ha informado el centro en un comunicado, el trabajo, realizado con 90 personas de 20 a 50 años, es el primero que explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen habitualmente los hábitos alimenticios propios de la dieta mediterránea.

Hasta ahora se sabía que la concentración de grasas en sangre disminuía de manera significativa en personas que seguían una dieta mediterránea con ingesta habitual de aceite de oliva virgen, pero se desconocían los motivos.

Para llevar a cabo el estudio, los investigadores repartieron a los participantes en tres partes, un grupo control que no debía seguir ninguna dieta específica y dos que debían ingerir la misma dieta mediterránea, más aceite de oliva virgen o aceite de oliva pobre en polifenoles.

Desde el centro se ha destacado que, aunque la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el período en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea que, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Los autores del estudio aseguran además que este trabajo abre además nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos para terapias nutricionales para prevenir la aterosclerosis. EFE

[Banesto: Tenemos lo que todos quieren: Nuestro Depósito Selección](#) —

ANUNCIOS GOOGLE

MBA Executive Valladolid

sólo directivos, empresarios y profesionales, Inicio Febrero 2010
www.een.edu/mba-executive.htm

Calcular 20 Seguros Coche

Compara 20 aseguradoras en 3 minAhorra hasta 500€ en tu seguro
www.AsesorSeguros.com

Cursos en Castilla y León

+400 cursos en Castilla y León todotipo y niveles. Infórmate gratis.
Cursos-Castilla-y-Leon.Lectiva.net



LO MÁS VISTO

- Una alumna de las Filipenses se arroja ...
- Localizan a dos montañeros muertos en E...
- La mitad de los monumentos en ruinas de...
- Un detenido en Laguna por pertenecer a ...
- Una herida grave en la avenida de Segov...
- Preocupante toque de atención...
- Siete 'Jaboneros de china' sustituirán ...
- Inauguración de la tienda de Vaillant...
- El juez cita a la mujer de Méndez para ...
- El Ayuntamiento quiere saber si el cent...
- 35 nuevos agentes de Policía patrullará...
- El ex director de Gullón exige su readm...

LO MÁS COMENTADO

LO ÚLTIMO DE NORTECASTILLA.ES
NOTICIAS AL MINUTO (AGENCIAS)



GALERÍAS DE FOTOS

más fotos [+]



Los mejores vestidos de Penélope Cruz



D'Callaos en Porta Caeli, Valladolid



Mila Shon y Laura Biagiotti cierran Milán



Sound of Silence en Porta Caeli, Valladolid

GUÍA DE HOSTELERÍA



GUÍA DE HOSTELERÍA Restaurantes, bares y hoteles

Guía de información de los restaurantes, bares y hoteles de Castilla y León por provincias [+]

CANAL [Accede a la guía de hostelería y restauración](#)

Bienvenido a

[Accede directamente si tienes cuenta en](#)

[\[+información\]](#)

[Actividad lectores](#) [Iniciar sesión](#) [REGISTRO](#) [Cerrar barra](#)

Los polifenoles del aceite de oliva protegen de enfermedades cardiovasculares, según estudio

hace 3 horas 10 mins

europa
press

BARCELONA, 2 (EUROPA PRESS) El aceite de oliva virgen, con un alto contenido en polifenoles, en el contexto de una dieta mediterránea es beneficioso para la prevención de enfermedades cardiovasculares, según constata un estudio del Instituto Municipal de Investigación Médica (IMIM)-Hospital del Mar de Barcelona.

La investigación, publicada en 'The Faseb Journal' el 23 de febrero, demuestra que los polifenoles, enzimas conocidas por sus propiedades antioxidantes, son responsables de cambios en la expresión génica.

La coordinadora del grupo de investigación en riesgo cardiovascular y nutrición del IMIM-Hospital del Mar e investigador del Ciber de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición, Maribel Covas, señaló que "los polifenoles pueden reducir la expresión de genes involucrados en la formación de la placa de ateroma", exceso de grasa en las arterias.

"Ello explicaría la propiedad cardioprotectora observada entre las personas que siguen una dieta mediterránea tradicional", añadió Covas.

La investigación contó con la participación de un grupo de 90 personas sanas, con edades comprendidas entre los 20 y los 50 años. Cada uno de los participantes fue asignado al azar a uno de los tres grupos del estudio durante un periodo de tres meses.

A un primer grupo se le administró dieta mediterránea con aceite de oliva virgen, al segundo dieta mediterránea con aceite de oliva pobre en polifenoles y, por último, el tercero actuó como grupo de control, ya que no siguió ninguna dieta específica.

Aún cuando la muestra es reducida, el estudio ha permitido observar una relación causa-efecto entre el tipo de dieta seguida durante el periodo en estudio y la expresión en células sanguíneas de genes de inflamación, un proceso responsable de la producción de aterosclerosis.

Los investigadores concluyen que la propiedad cardioprotectora de los polifenoles del aceite de oliva aporta nuevas evidencias sobre el efecto beneficioso de la dieta mediterránea que, complementada con aceite de oliva virgen, es una buena medida para prevenir la enfermedad coronaria, una de las primeras causas de muerte en los países desarrollados.

Además, abre nuevas vías de investigación y de futuros tratamientos mediante terapias nutricionales para prevenir la aterosclerosis, que se caracteriza por la acumulación de depósitos de grasa en la pared interna de las arterias provocando su engrosamiento y endurecimiento.

[Envía esta noticia](#)

[Compartir](#)

[Imprimir](#)