

INVESTIGACIÓN DE LA UNIVERSITAT DE VALÈNCIA

La mandarina puede reducir el riesgo cardiovascular en niños

El zumo de esta fruta mejora el estado antioxidante del consumidor

El estudio rechaza que los jugos naturales favorezcan la obesidad infantil

REDACCIÓN
societat@epmediterraneo.com
VALENCIA

El zumo de mandarina "mejora el estado antioxidante de los consumidores y puede disminuir el riesgo cardiovascular en niñas y niños", según un nuevo estudio del departamento de Pediatría, Obstetricia y Ginecología de la Universitat de València.

"La investigación ha examinado los efectos del consumo regular de zumo de mandarina en 48 niños con altos niveles de colesterol de entre 8 y 12 años", explicó la principal investigadora del estudio, Pilar Codoñer.

Codoñer señaló que tras administrarles un suplemento de medio litro diario de zumo de mandarina durante cuatro semanas sin modificar su dieta habitual "los niveles de estrés oxidativo (un desequilibrio que disminuye la capacidad del cuerpo para eliminar los excesos) en sangre habían disminuido significativamente". El estudio ha demostrado un aumento de la defensa antioxidante como resultado del suplemento dietético de zumo

de mandarina, "lo que puede repercutir en una disminución del riesgo cardiovascular".

Aunque algunas investigaciones han sugerido que los zumos de frutas favorecen la obesidad de los niños, el estudio desarrollado por la UV constata que el peso de los niños no había modificado tras el experimento.

Esto se debe a que el zumo usado era natural, sin edulcorantes ni conservantes y por ello diferente a los jugos industriales.

OTROS FACTORES / Los autores del estudio indican que el zumo de mandarina, combinado con factores como la dieta y al estilo de vida, "puede protegernos de las enfermedades ateroscleróticas, actualmente la causa de la mayor mortalidad en el mundo occidental". Según estos expertos, la ruptura del balance oxidante-antioxidante es un factor importante en el inicio de varias enfermedades y patologías que tienen su origen en la infancia, como la arteriosclerosis. ■

MÁS INFORMACIÓN Y SUSCRIPCIONES
www.epmediterraneo.com
Contactador 807 117705 - 810294553



►► La empleada de una frutería prepara el puesto de mandarinas.