




INICIO

 **Terri**  
Clic aquí  
para buscar



Compañía. Validez en el área de influencia de Credinea S.A. Cuit: 30-62060873-0, Juan D. Perón 33, Resistencia CHAC

Anuncios Google

**Misiones**

Un pequeño gesto puede suponer una gran ayuda. Toda la información aquí

[www.portantos.com](http://www.portantos.com)

**Argentina desde 450 €**

Aprovecha nuestra oferta hasta el 30 de junio 08  
¡Plazas limitadas!

[www.eDreams.es](http://www.eDreams.es)

**De Futbol**

Todo sobre tu equipo: jugadores, noticias y estadísticas a diario

[deportes.orange.es](http://deportes.orange.es)

**Posada de Doña Urraca**

Enclavada en Feroselle, lugar fronterizo entre España y Portugal

[www.posadadedonaurraca.com](http://www.posadadedonaurraca.com)

**Vuelo Argentina****Posadas**

Vuelos a Argentina a Partir de 309 € Nunca Visto Antes. ¡Que Ganga!

[www.es.Omnidreams.net/Vuelos](http://www.es.Omnidreams.net/Vuelos)

**Rubro**

**NecXus** En informática comprar seguro, es comprar en

Negocios Informáticos S.A. Computadoras AMD - INTEL Monitores LCD Notebook

Sábado 31 de Mayo de 2008 - 15:29 hs.

Salud

## El chocolate puede ser bueno para diabéticos

Para la gente que sufre diabetes beber una taza de chocolate caliente puede ser un raro placer. Pero ahora, un nuevo estudio revela que uno de los compuestos naturales del cacao puede ayudar a las funciones cardiovasculares de los pacientes con diabetes tipo 2.

De hecho, dice la investigación publicada en Journal of the American College of Cardiology (Revista del Colegio Estadounidense de Cardiología), el chocolate caliente podría llegar a formar parte de los métodos de prevención de enfermedades cardiovasculares. Pero no se trata de cualquier chocolate.

El estudio fue llevado a cabo con una bebida de chocolate especialmente formulada rica en flavonoles.

Éstos son compuestos que se encuentran de forma natural en el cacao, el té, el vino tinto y ciertas frutas y verduras.

El estudio llevado a cabo por científicos alemanes, siguió a pacientes con diabetes tipo 2 a quienes se había recetado tres tazas de chocolate enriquecido diariamente durante un mes.

Los científicos encontraron que las arterias de los pacientes (que estaban gravemente dañadas) recuperaron sus funciones normales.

La mejora fue tan grande, dicen los investigadores, como la que se observa con el ejercicio y con los medicamentos que se recetan comúnmente a los diabéticos.

**Impacto en arterias**

La gente con diabetes tiene un gran riesgo de problemas cardiovasculares, como enfermedades del corazón y derrames cerebrales.

Esto se debe a los efectos de los altos niveles de azúcar en sus vasos sanguíneos, lo cual impide que éstos se expandan tanto como requiere el organismo.

El resultado es hipertensión, que a su vez puede causar otros problemas graves. Y aunque un estilo de vida sano puede reducir los riesgos, a menudo esto no lo resuelve el problema totalmente.

"Los tratamientos médicos por sí solos no logran evitar las complicaciones de la diabetes, como aterosclerosis o enfermedades cardiovasculares", afirma el doctor Malte Kelm, del Hospital Universitario de Aquisgrán, quien dirigió el estudio.

"Por eso es necesario buscar cambios en el estilo de vida y nuevas estrategias (



click en la imagen para ampliar

**Beneficios** El chocolate enriquecido con flavonoles favorece a los pacientes con diabetes. [Foto:BBC]

Clasificados  
gratis

ayuden a combatir los riesgos cardiovasculares asociados a la diabetes", agrega. La bebida de chocolate utilizada en el estudio, que todavía no se encuentra disponible comercialmente, era una versión enriquecida con altas concentraciones de flavanoles.

Con los 10 pacientes que bebieron el chocolate durante un mes, los investigadores utilizaron una prueba especial para medir la función de sus vasos sanguíneos. Encontraron que la capacidad de los vasos para expandirse en respuesta a la demanda de sangre del organismo aumentó casi de forma inmediata. En promedio, dicen los investigadores, las arterias de una persona sana pueden expandirse en poco más de 5%.

### Inmediato

Pero el promedio de los pacientes diabéticos era de sólo 3,3% antes de que comenzaran a tomar su primera taza de chocolate.

Dos horas después de haber tomado la primera bebida -agregan los científicos- respuesta aumentó a 4,8%.

Y a los 30 días del estudio, el promedio fue de 4,1% antes de tomar el chocolate a 5,7% dos horas después de la una taza de la bebida.

Por otra parte, el grupo de pacientes que consumió una bebida con bajos niveles de flavanoles no mostraron diferencias importantes en la respuesta de expansión de sus arterias, informan los investigadores.

El doctor Kelm cree que los flavanoles funcionan aumentando la producción de óxido nítrico, un compuesto químico del organismo que indica a las arterias cuándo deben relajarse y cuándo expandirse.

"Los pacientes con diabetes tipo 2 ciertamente pueden encontrar formas de incluir el chocolate en un estilo de vida sano" afirma el doctor Kelm.

"Pero este estudio no es sobre el chocolate ni intenta decir a los pacientes con diabetes que coman más chocolate".

"Nuestros resultados demuestran que los flavanoles en la dieta podrían tener un impacto importante en la prevención de complicaciones cardiovasculares en pacientes diabéticos" dice el investigador.

Los expertos subrayan que aunque los resultados son interesantes, se necesitan más investigaciones para confirmar los efectos a largo plazo del consumo de altas cantidades de flavanoles.

Y por ahora, afirman, no se aconseja a la gente con diabetes que comience a beber chocolate caliente ya que podrían estar también ingiriendo altas cantidades de azúcar y grasa. (BBC)

**Pásate a Fénix  
y Pásalo**

**FÉNIX DIRECTO**  
[fenixdirecto.com](http://fenixdirecto.com)

Calcula aquí  
tu Seguro

«« Regresar