

## SALUD Y CALIDAD DE VIDA

## BEBÉS

# Nuevos beneficios de la lactancia materna

Mientras más tiempo tarde la madre en introducir alimentos complementarios existe menor riesgo de sufrir sobrepeso

## Redacción

Entre los pilares de la actual prevención de la obesidad y sus patologías asociadas está, evidentemente, el freno a la obesidad infantil. Un nuevo estudio realizado en Dinamarca aporta una evidencia más de que la lactancia materna es la mejor, y casi la única, alimentación que un bebé debe recibir en su primera etapa de la vida. Mientras más se retrase la introducción de otros alimentos complementarios preparados, mejor.

Este estudio parte de una idea no demostrada aún que sugiere que la leche materna podría predisponer a una persona a estar delgado. La lactancia prolongada se suele asociar generalmente a la introducción tardía de otros alimentos, y es posible que todo esto influya en el peso. Para

abordar esta posibilidad, un equipo de investigadores daneses liderado por Kim Fleischer Michaelsen ha investigado estos factores en un grupo de individuos que fueron estudiados desde el nacimiento hasta la edad adulta. Sus resultados se publicarán en la edición del mes que viene de *The American Journal of Clinical Nutrition*. Ni la duración de la lactancia ni el calendario de los alimentos complementarios se relacionó significativamente

con el índice de masa corporal durante la infancia, la adolescencia o edad adulta temprana. Sin embargo, a los 42 años de edad el riesgo de tener sobrepeso era menor en aquellos que durante su infancia habían abandonado más tarde la lactancia materna. El riesgo de tener sobrepeso a los 42 años de edad se redujo en un 10% por cada mes que se había retrasado el consumo de verduras.

La portavoz de la Sociedad Americana de Nutrición destaca que "como padres, todos queremos saber qué podemos hacer para ayudar a nuestros hijos a evitar la obesidad, este estudio es importante porque aporta pruebas de que la lactancia materna y su relación con otros alimentos tiene un peso específico en la probabilidad de desarrollar obesidad en la edad adulta".

## 10%

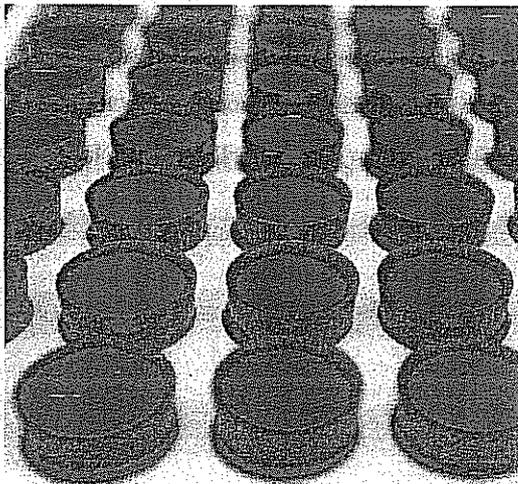
### MENOS OBESOS

A partir de los cuarenta el riesgo de sobrepeso se reduce en aquellos que alargaron la lactancia

## NUTRIENTES

## Antioxidantes del chocolate e infartos

El Hospital Sant Michael's de Toronto, Canadá, estudiará el efecto protector del chocolate en personas que han sufrido un infarto cerebral. Los investigadores han analizado tres estudios y creen que "la información preliminar es interesante", pero tienen que determinar si "realmente el consumo disminuye el riesgo de un derrame o si el beneficio es parcial sobre la base de los que son en promedio más sanos que la población en general cuando se inscriben en un ensayo clínico". Su hipótesis es que los flavonoides del chocolate pueden beneficiar a personas en riesgo de sufrir accidente cerebrovascular.



ARCHIVO

## TECNOLOGÍA Y ALIMENTOS

## Técnicos argentinos diseñan una leche enriquecida con propiedades saludables

Variaron la alimentación de las vacas introduciendo subproductos oleaginosos

## Redacción

Investigadores argentinos desarrollaron una nueva leche enriquecida, mediante un cambio de la

alimentación de la vaca, informa la agencia DPA basándose en una noticia del diario argentino *Clarín*. Esta fórmula podría servir para elaborar productos lácteos como el queso y yogures. El proyecto es obra de los técnicos del Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA). Esta leche, además

del aporte de nutrientes clásicos, agrega biomoléculas de ácido linoleico conjugado y ácido vaccénico, que presentan "propiedades antitumorales, antiaterogénicas y anti-diabéticas", según el coordinador del Programa Nacional Leches del INTA, Miguel Taverna. "Pero estos lácteos no deben verse como

un medicamento, sino como una medida preventiva que funciona como un eslabón en un contexto de hábitos saludables de vida", subrayó Gerardo Gagliostro, del grupo Nutrición, Metabolismo y Calidad de Producto del instituto. La alimentación habitual de las vacas lecheras fue suplementada

con subproductos oleaginosos, aceites, cáscaras de soja y una pequeña concentración de harina de pescado. "La modificación se hace sobre la alimentación de la vaca. Se la suplementa con oleaginosas, es decir con alimentos que contienen aceites insaturados. Y con eso la vaca misma, a nivel de su glándula mamaria, genera un cambio profundo en la composición de la fracción grasa de la leche, que se vuelve más saludable desde el punto de vista de la salud cardiovascular para el consumidor", explicó el responsable.

## En breve

## NUTRICIÓN

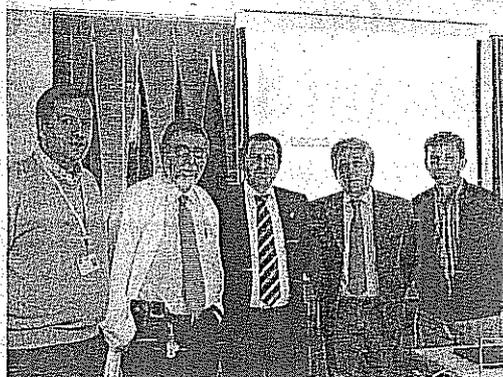


FOTO CEDIADA POR EL HOSPITAL REGIONAL DE MÁLAGA

## Nace la base de datos española sobre composición de alimentos

El catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Murcia, Gaspar Francisco RosBerruero, ha presentado esta semana en Málaga la Red Bedca (Base de Datos Española de Composición de Alimentos), una plataforma de información sobre la composición nutricional de los alimentos españoles que se elabora a escala nacional. Su objetivo es establecer valores de consenso para energía y nutrientes (como proteínas, hidratos de carbono, fibra, vitaminas y minerales) y para otros componentes como los antioxidantes.

## VEGETALES

### Efectos saludables del consumo de ruibarbo cocinado

Comer ruibarbo, una hortaliza que puede cocinarse en platos dulces o salados, podría convertirse en la base de un nuevo tratamiento contra algunos problemas, ya que consumir este alimento cocinado durante 20 minutos aumenta de forma drástica los niveles de sustancias anticancerígenas. El hallazgo aparece publicado en *Food Chemistry*.

## TERCERA EDAD

### La hidratación es fundamental en la salud de los mayores

El Instituto de Investigación Agua y Salud (IIAS) afirma en un comunicado que las personas mayores necesitan beber aunque no tengan sed, ya que sus requerimientos de agua son importantes. Al envejecer, disminuye la proporción de agua en el organismo. Representa tan sólo el 60% en hombres y el 50% en mujeres, frente al 80% durante la juventud.

## DÍA INTERNACIONAL

### Luz Casal dona fondos para potenciar la investigación del cáncer de mama

La cantante Luz Casal ha hecho entrega de 14.673 euros al Grupo Español de Investigación en Cáncer de Mama para potenciar la investigación de esta enfermedad en España. La cantidad corresponde a los fondos recaudados en el último concierto de Luz Casal en el Teatro Albéniz de Madrid el pasado día 18 de octubre, con motivo del Día Internacional del Cáncer de Mama.

SUCESOS. LA GUARDIA CIVIL ARRESTA A UN TOTAL DE 15 PERSONAS

## El torero Juan Pedro Galán y su familia, detenidos por liderar una red de explotación sexual

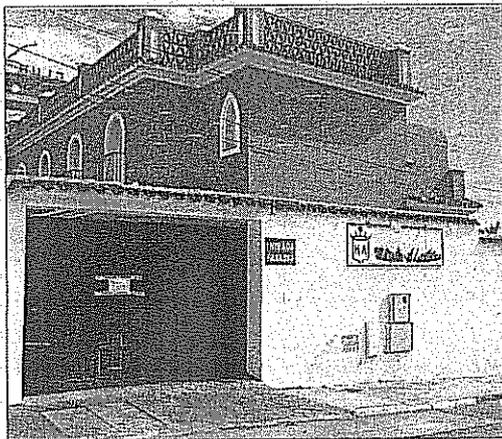
El grupo desarticulado regenta 5 hoteles en Cádiz y uno en Estepona en los que trabajaban al menos 150 mujeres ■ Inmovilizan un patrimonio de 50 millones

La investigación señala a los padres del matador como los jefes de la organización y aseguran que obligaban a las chicas a hacer dieta o darles la mitad de sus ganancias bajo amenazas de multa.

II JOSE TORRES, Málaga

► Espectáculo y sala VIP con barra para fiestas privadas, despedidas de solteros o fiestas de empresas. Estos son algunos de los servicios que ofrecía ayer el Hotel Aladín en su página web horas después de que la Guardia Civil se presentara en el establecimiento de Estepona y detuviera al encargado del local. Fuentes de este periódico aseguraron que los agentes intervinieron una gran cantidad de documentación en "formato papel e informático".

De forma paralela, la benemérita tomaba otros cinco establecimientos que el grupo Galantería Hoteles Club, propiedad de la familia del torero jerezano Juan Pedro Galán, posee en otros tantos municipios de Cádiz. En total, la Guardia Civil detenía en la madrugada de ayer a una quinceña de personas por su presunta pertenencia a una organización que se dedicaba a la explotación sexual de mujeres. Además del matador de toros retirado, eran dete-



Estepona. El Hotel Aladín fue precintado por los agentes. NOELIA ANDRADE

nidos su hermana Rocío y sus padres "por formar la cúspide de la organización", aseguraron fuentes de la investigación.

**Seis prostíbulos.** La denominada operación 'Toscana' se desarrolló de forma simultánea en los prostíbulos que la familia del torero posee en Jerez de la Fronteira, Conil, Puerto de Santa María, Medina Sidonia y Algeciras, donde la Guardia Civil sospecha que la familia había creado un entramado empresarial orientado a la explotación sexual de mujeres, al blanqueo de capitales y a la falsedad documental.

Otro dato revelador que aportó la Guardia Civil son los siete registros que los agentes hicieron en otras tantas viviendas además de una gestoría en los que los agentes intervinieron una gran cantidad de documentación, 26 vehículos y medio millón de euros en efectivo, además de inmovilizar a la red un patrimonio valorado en 50 millones de euros.

Otras fuentes apuntaban que en los seis clubes había unas 150 mujeres trabajando en el momento en el que se produjo la redada. Unas mujeres que, según el Instituto Armado, la red mantenía en unas condiciones abusivas: jornadas de

trabajo interminables, quedarse con la mitad de sus ganancias u obligarlas a hacer dietas son algunas de las condiciones de vida a las que estas mujeres eran sometidas bajo la amenaza de multas.

La investigación se inició en abril del año pasado después de que los agentes detectaran que en uno de los locales, llamado 'Garum' y localizado en Conil, una de las mujeres que ejercía la prostitución "movía la droga". La situación de

**La Guardia Civil también acusa a los detenidos por presuntos delitos de blanqueo de capitales y falsedad documental**

necesidad que presentaban otras muchas dio lugar a nuevas pesquisas que explotaron en la madrugada de ayer con la detención de los encargados de los locales y la familia Galán. No es la primera vez que este linaje se topa con la justicia, ya que Rocío fue detenida hace años por temas relacionados con la prostitución que no llegaron a mayores. Además, la hermana de Juan Pedro Galán ha saltado en los últimos meses a la palestra de la prensa rosa por su supuesta relación sentimental con José Ortega Cano, también matador de toros y viudo de la tonadillera Rocío Jurado. ■

MÁLAGA. LA POLICÍA LOCAL SUMA TRECE ARRESTOS POR MALOS TRATOS EN 15 DÍAS

## Detenido en la capital por maltrato a su madre y hermana

► La Policía Local de Málaga ha detenido a Rafael R. D., natural y vecino de Málaga de 31 años, como presunto autor de un delito de malos tratos en el ámbito familiar.

Este nuevo caso de violencia doméstica tuvo lugar sobre las 10.00 horas de la mañana del pasado viernes 5 de febrero en un domicilio familiar donde, según fuentes de cuerpo, el individuo agredió a su hermana de 21 años. Las mismas fuentes detallaron que, presuntamente, el detenido arrastró a la joven por el suelo de la vivienda agarrándola por el pelo, llegando a provocarle una

inflamación en un pie con motivo de las presuntas agresiones. Igualmente, las diligencias añaden que le propinó varios em-

**El agresor se enfrentó a su madre después de que ésta intentara defender a su hija de una agresión que le causó lesiones**

puñones a su madre cuando ésta salió en defensa de su hija.

Tras los hechos, una dotación

de la Jefatura del Barrio Distrito Norte de la Policía Local procedió al traslado de la joven agredida a un centro hospitalario de la capital para ser atendida de sus heridas.

Por su parte, el presunto agresor fue detenido y trasladado por otra patrulla a dependencias policiales, lugar en el que prestó declaración antes de ser puesto a disposición de la autoridad judicial. Según explicó la Policía Local en un comunicado, el individuo ya había sido denunciado anteriormente por su madre por otros episodios de presuntos malos tratos.

En corto

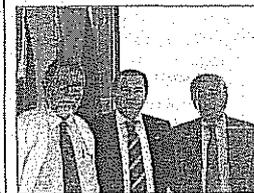
PREMIOS

Andalucía Económica reconoce a Turismo Andaluz y a Egmasa

► La marca turística de la empresa pública Turismo Andaluz y la gestión medioambiental realizada por Egmasa, ambas dependientes de la Junta de Andalucía, fueron galardonadas ayer en los IX premios de la revista Andalucía Económica. Con estas distinciones, que constan de 11 categorías, la revista reconoce cada año la labor de personas, empresas e instituciones en favor del desarrollo regional. ■ L. O. Málaga

HOSPITAL CIVIL

Ros Berruero presenta la composición nutricional de los alimentos



Ros Berruero, en el centro.

► El catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad de Murcia, Gaspar Francisco Ros Berruero, ofreció ayer una conferencia en el Hospital Civil como coordinador de la Red BEDCA (Base de Datos Española de Composición de Alimentos), una plataforma de información sobre la composición nutricional de los alimentos españoles. ■ L. O. Málaga

INICIATIVA

Vértice reparte 50.000 euros en premios a cinco parados emprendedores

► El Grupo Vértice, a través de su fundación, repartirá hoy los 50.000 euros correspondientes a la I Edición Mecenazgo Grupo Vértice para Desempleados con Inquietudes Emprendedoras a los cinco parados con las mejores ideas. El acto tendrá lugar a las 12.00 en el salón de actos de Unicaja de la plaza de la Marina. ■ L. O. Málaga

GESTIÓN

Unicaja apoya a las pymes y autónomos de Guadalpyrme

► Unicaja dio su apoyo ayer a las pequeñas y medianas empresas (pymes) y autónomos de Guadalpyrme, la Asociación de Empresarios de Alora, Almogía, Cártama, Pízarra y Valle de Abdalajís; con el objeto de facilitar y mejorar el desarrollo de la gestión y la actividad de sus más de 800 asociados. ■ LA OPINIÓN. Málaga

# NOTICIAS DE SALUD

UN BLOG CON NOTICIAS DE ACTUALIDAD RELACIONADAS CON EL MUNDO DE LA SALUD. NOVEDADES, ENCUESTAS, ESTUDIOS, INFORMES, ENTREVISTAS. CON UN SENCILLO LENGUAJE DIRIGIDO A TODO EL MUNDO

MIÉRCOLES 17 DE FEBRERO DE 2010

## Se presenta en Málaga la Base de Datos española de composición de alimentos

El  
catedrático  
de  
Nutrición y  
Bromatología de la  
Universidad de  
Murcia,  
Gaspar  
Francisco  
Ros



Berruero, ha ofrecido una conferencia en el Hospital Civil de Málaga como coordinador de la Red BEDCA (Base de Datos Española de Composición de Alimentos), una plataforma de información sobre la composición nutricional de los alimentos españoles que se elabora a escala nacional. Esta ponencia se enmarca en el ciclo de seminarios organizado por el Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Regional de Málaga.

La Red BEDCA integra el trabajo de profesionales de distintos organismos públicos (universidades de Madrid, Barcelona, Córdoba, Granada y Murcia y centros del Consejo Superior de Investigaciones Científicas) y privadas. Su objetivo es el desarrollo y mantenimiento de una base de datos española en la que se expresen valores consensuados para energía y nutrientes (como proteínas, hidratos de carbono, fibra, vitaminas y minerales) y para otros componentes presentes en los alimentos, como los antioxidantes.

La Red, financiada por el Ministerio de Ciencia e Innovación y la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición del Ministerio de Sanidad y Política Social, servirá como fuente y herramienta de información unificada para la evaluación de la ingesta alimentaria de energía y nutrientes en personas y grupos de población.

Las bases de datos de composición de alimentos son esenciales para

ADD THIS

SHARE

FEEDJIT LIVE TRAFFIC MAP

Recent Visitors

Click to Get FEEDJIT

ULTIMATE TRANSLATION SELECTOR 2

Translate to:

español

FREE COUNTER AND WEB STATS

Page views	
Total	37807
Yesterday	807
Today	111

SEGUIDORES

- www.youtube.com
- www.diariodirecto.com
- www.acem.es
- www.fundaciondeleorazon.com
- www.who.int/es
- www.cancer.gov/espanol
- www.cnio.es
- www.seom.org
- www.fundacionabbott.com
- www.fundacionlilly.com
- www.novartis.es
- www.esteve.es

el trabajo en diferentes campos. Son de gran utilidad en estudios epidemiológicos como el que desarrolla desde hace más de una década investigadores del Servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Regional de Málaga en el municipio malagueño de Pízarra en el que se valora la relación entre alimentación, hábitos de vida y genética y la salud de los ciudadanos.

Además, esta información es necesaria para valorar lo que comen las personas y evaluar el efecto de la alimentación en la salud y la enfermedad y en la elaboración de las guías alimentarias para la población. También son utilizadas por el personal sanitario en la práctica clínica, por la industria alimentaria (en el etiquetado de los alimentos, por ejemplo) y por los profesionales de la administración sanitaria implicada en temas relacionados con la educación nutricional y la promoción de la salud.

Los datos de composición nutricional, que tradicionalmente se habían recogido en tablas impresas, se complementan con información en soporte informático 'on line' que permiten consultar la información nutricional de forma más rápida por su mayor accesibilidad.

La Red BEDCA está integrada en la Red Europea de recursos de información sobre alimentos, EuroFir. En la actualidad, existen más de 150 tablas de composición de alimentos o bases de datos electrónicas y la actividad de la Red Europea va dirigida a establecer una plataforma de bases de datos de composición de alimentos de calidad de los diferentes estados miembros.

En el primer trimestre del año, el Servicio de Endocrinología y Nutrición organiza la celebración de otros seminarios científicos, como los relacionados con la obesidad, trastornos del comportamiento alimentario, nuevas tecnologías en diabetes o tumores endocrinos.

PUBLICADO POR FRANCISCO ACEDO EN 09:14  
ETIQUETAS: GASPAR FRANCISCO ROS BERRUEZO, HOSPITAL CARLOS HAYA DE MÁLAGA, RED BEDCA

## COMENTARIOS:

Publicar un comentario en la entrada

**Help those most in need**

Eradicate extreme poverty &  
hunger Support Concern  
Worldwide

www.concern.net

www.sef.es

## DATOS PERSONALES



FRANCISCO ACEDO

Periodista español  
especializado en  
temas de Salud y

Deportes

VER TODO MI PERFIL



## ARCHIVO DEL BLOG

▼ 2010 (270)

▼ febrero (149)

ANIS lanza una Guía para  
explicar la naturaleza de...

Raúl Díaz-Varela reelegido  
presidente de Aseg

Una de cada cuatro españolas  
sufrir sofocos de meno...

Valoración positiva de la  
segunda edición del Mast...

Dos de cada tres adictos a ...  
tóxicos sufren además u...

Presentación internacional en  
Sevilla de CITRE. la...

Roche pone en marcha una  
consulta online sobre Art...

Un grupo de expertos de la  
SEFH elabora el primer ...

El agua mineral natural, un