

«Las empresas no están interesadas en algo que no tenga un resultado a corto plazo»

María Teresa García Conesa Investigadora especialista en Ciencia y Tecnologías de los Alimentos del Cebas-CSIC

ENTREVISTA

GINÉS SORIANO FORTE

✉ gines.soriano@laverdad.es

María Teresa García Conesa investiga en torno a compuestos saludables para la dieta humana. Se trata de un desempeño que abre a largo plazo nuevas vías de comercialización para consumidores con unas características determinadas.

–¿Qué hacen?

–En los últimos cuatro años hemos participado en una red de cooperación europea en ciencia y tecnología [COST, por sus siglas en inglés] que ha reunido a investigadores de distinto tipo que trabajan en torno a propiedades saludables de alimentos de origen vegetal. Son los conocidos como antioxidantes, que nosotros englobamos en el grupo más amplio de compuestos bioactivos. A estos compuestos se les han atribuido muchas propiedades, por ejemplo antiinflamatorias, de regulación del organismo, ... En nuestra red nos centramos en prevenir enfermedades cardiovasculares. Es importante que estos beneficios se demuestren en humanos, si no, no se puede validar su utilidad en nuestra dieta. Se han hecho muchos estudios con animales, y el problema es que no hay suficientes con humanos. Y es importante que se hagan muchos más para probar el efecto de los alimentos ricos en estos compuestos para prevenir enfermedades cardiovasculares.

–¿Qué ha impedido que haya más estudios en humanos?

–En los seres humanos encontramos una enorme variabilidad a la respuesta de estos compuestos. Es algo que resulta habitual en los fármacos: uno pacientes no responden a determinados compuestos mientras que otros sí. Esto ha dificultado los resultados obtenidos has-



María Teresa García Conesa. :: CEBAS-CSIC

ta ahora. Son muy variables, en unos se ven efectos positivos y en otros no, y nosotros tratamos de investigar a qué se debe. Para eso hay que hacer estudios en una población mucho más grande, lo que resulta más costoso, y tener en consideración muchas variables. Por ejemplo, no todo el mundo absorbe igual un compuesto. Ahí hay que ver qué influye, como por ejemplo el microbioma humano, que incluye las bacterias que viven en el organismo y tienen un gran impacto en el metabolismo humano y en la respuesta ante cualquier compuesto, y que es algo sobre lo que se está estudiando mucho; influye el sexo, la edad, el estado de salud, aspectos genéticos... En estos años hemos revisado todo lo que se ha hecho para intentar lanzar nuevas directrices de trabajo y poder acometer estudios mejores para determinar si estos compuestos tienen un beneficio o no.

–En la actualidad ya hay muchos productos que presu-

men de esos beneficios.

–Sí, muchos de estos productos ya están disponibles. Aquí hay varias cuestiones. Algunos se venden como extracto natural de té, de cítricos, o de romero, por ejemplo, sin ninguna cortapisa médica y creo que sin que ninguna legislación lo impida. Pero para figurar en la EFSA –Autoridad Europea para la Seguridad de los Alimentos– hay que pasar muchos controles que validen sus compuestos como saludables. En los supermercados ya se ven omegas y margarinas enriquecidas con fitosteroles, por ejemplo, que si están aprobados, porque ya existen suficientes estudios en humanos que validan sus efectos.

–¿Quiere decir que muchos productos sugieren contar con compuestos saludables y unos pocos lo puedan garantizar con pruebas?

–Claro. En humanos ha sido muy difícil demostrar hasta el momento que estos compuestos tienen esos benefi-

«A los agricultores sí les vendría producir alimentos saludables»

cios. Primero, porque los estudios eran más limitados. En muchos casos se han empleado entre 20 y 100 voluntarios, lo que resulta muy escaso. Es muy difícil llegar a estudios humanos con una población suficiente. Además, no son productos que los médicos estén prescribiendo como tal, sino que se recomiendan. Por otra parte, en realidad estos compuestos los consumimos con la dieta, que a su vez es una cosa supervariada. Yo, en particular, dirijo parte de los objetivos a entender algo más la dieta en sí misma y volver a enfatizar la famosa dieta mediterránea, a la que se atribuyen beneficios, como en general al estilo de vida mediterráneo. A pesar de todo lo que se habla de estas cosas y

de los estudios que ya hay, no parece que se tenga el impacto que tenía que tener para reducir las enfermedades cardiovasculares, que son la principal causa de muerte en los países desarrollados. Muchos de esos estudios están limitados porque aún no se han validado y porque estas dietas entran en colisión con las actuales dietas rápidas y con nuestro estilo de vida, muy sedentario. Por ejemplo en Murcia también siguen siendo importantes los problemas cardiovasculares, la obesidad.

–¿Lo que han investigado por tanto es cómo estudiar esos compuestos para validar sus supuestos beneficios?

–Eso es. Hay miles de compuestos. Unos laboratorios estudian el té, otros el cacao, otros los frutos rojos... Hay una cantidad de compuestos enorme. En muchos casos los utilizan las plantas para defenderse de elementos dañinos. Todos pueden ser beneficiosos y serlo de forma diferente según diferentes personas. Es un tema muy amplio por la complejidad de la dieta y del ser humano.

–¿Cómo recibe la agroindustria el estudio de estos compuestos que aparentan gran potencial comercial?

–Es el tema de siempre. Las empresas no están interesadas en algo que no tenga un resultado a corto plazo. Si sé que en Murcia hay empresas que están dedicadas a estos extractos. Son empresas importantes, que se dedican a antioxidantes. Lo que no sé es cuánto interés tienen en invertir en los proyectos de investigación a largo plazo que son necesarios para comprobar los efectos beneficiosos en los humanos. Es más rápido de aplicar el uso de antioxidantes para preservar alimentos o producir fungicidas, por ejemplo. Eso sí se consigue a corto plazo, y por tanto es más interesante para las empresas. Para su uso en alimentación son importantes los desarrollos personalizados, dirigidos a grupos o personas que van a obtener un beneficio importante de ahí. En esta línea ya hay empresas que se van interesando, pero es una investigación a más largo plazo y por eso quizá no están viendo tanto in-

terés en invertir. De ahí que esto siga en manos de la investigación básica.

–¿A pesar de su aparente potencial comercial?

–A los agricultores sí les vendría producir alimentos saludables, desde luego. Pero además intervienen los condicionantes que tenemos de clima, suelo y demás, para ver qué se puede producir aquí en una Región de Murcia con una tendencia hacia la sequía cada vez más evidente. Quizá habría que dirigir estudios que combinen todo: ver qué se puede cultivar que produzca alimentos saludables. Desde luego es una base muy importante para el futuro, para la producción y para el gasto sanitario. El futuro va por ahí.

–Todo esto interesa cada vez más a los consumidores, ¿no?

–Disiento un poco de esa idea. Si es verdad que un sector de la gente tiene por su lado mucho interés en esto, pero lo que veo por la calles es que hay una porción muy importante de la población que no está interesada. Se ve en los bares: hay mucha comida rápida, se come de más y en muchos casos mal. Creo que la crisis ha influido en esta proliferación de comidas rápida, más asequibles económicamente. Por eso también participo en una red, para la que esperamos conseguir financiación en los próximos años, que busca ahondar en la dieta mediterránea. Incluye trabajar con los consumidores para ver lo que opinan, lo que saben, lo que quieren saber y transmitirles la información que tenemos de la forma más fidedigna posible. De este modo la gente tenderá hacia dietas más saludables y cuando llegue el momento de productos específicos la población estará más preparada. Es importante tener un mayor conocimiento, por eso, si tenemos financiación, vamos a lanzar el proyecto Mediweb. Somos un consorcio fruto de un acuerdo firmado por investigadores de entidades públicas de diversos países de la cuenca mediterránea, incluido Portugal, que lidera conmigo la iniciativa. También estamos esperando que la Comunidad Autónoma financie a la Universidad de Murcia, como se comprometió, en un proyecto de varios países para el aprovechamiento de subproductos del azafrán. De momento los demás países implicados ya lo tienen más o menos resuelto, pero en cambio aquí aún no nos ha llegado esa ayuda y estamos desconcertados.