vinetur

El vino tinto puede ser un buen aliado contra la gripe

miércoles 4 de diciembre de 2019

ESCRITO POR BODEGAS EL INICIO



Un estudio revela que Los flavonoides contenidos en el vino pueden ayudar a prevenir infecciones

Llega el frío y con él, como cada año, la gripe que influye sin quererlo en nuestra vida cotidiana. No hay nada mejor para no contagiarnos que realizar actos tan sencillos como lavarnos las manos a menudo. Pero además, hay estudios que señalan que comer productos ricos en flavonoides nos ayudan aprevenir infecciones graves de gripe. **Los arándanos, las ciruelas, las manzanas, las bayas, las naranjas, las fresas y las espinacas son frutas que contienen esos flavonoides, que también los encontramos en el té o en el vino tinto**.

Investigadores de la Facultad de Medicina de la Universidad de Washington en St. Louis han descubierto que un microbio intestinal particular puede prevenir infecciones graves de gripe, hasta ahora estudiado en ratones. "Los flavonoides trabajarían con microbios intestinales para protegernos de la gripe y otras infecciones virales", apuntan en el estudio, añadiendo que los resultados están siendo muy interesantes.

"No solo se trata de una dieta rica en flavonoides, nuestros resultados muestran que también se necesitan los microbios adecuados en el intestino para usar esos flavonoides para controlar la respuesta inmune", dijo el autor principal del estudio, Thaddeus S. Stappenbeck.

Los científicos han identificado uno de esos microbios que sospechaban que podrían proteger contra el daño de la gripe. El microbio, llamado Clostridium orbiscindens, degrada los flavonoides para producir un metabolito, la desaminotirosina que, dentro de los ratones el resultado fue que estos experimentaron mucho menos daño pulmonar que los ratones no tratados a pesar de que sus niveles de infección viral fueron idénticos a los de los ratones que no recibieron el tratamiento.

Los siguientes pasos incluyen identificar otros microbios intestinales que también pueden usar flavonoides para influir en el sistema inmunitario, así como explorar formas de aumentar los niveles de esas bacterias en personas cuyos intestinos no están adecuadamente colonizados con esos microbios. A medida que se planean esos futuros estudios, los investigadores dijeron que podría no ser una mala idea beber té negro y comer alimentos ricos en flavonoides antes de que comience la próxima temporada de gripe

Fuente: Washington University School of Medicine in St. Louis