

KHORASAN KAMUT

UN TRIGO DE VERDAD

Los resultados del nuevo estudio científico sobre los beneficios nutricionales de este trigo milenario muestran un efecto positivo sobre la capacidad antioxidante y los parámetros inflamatorios...

En el consumo de los productos hechos a base de harina de trigo khorasan Kamut destaca, a nivel metabólico, una reducción significativa en el colesterol total y la glicemia, principales factores de riesgo cardiovascular, gracias a una mejora en la capacidad antioxidante y una disminución de los parámetros inflamatorios. Estos son los interesantes resultados extrapolados del estudio científico "Characterization of khorasan wheat (Kamut) and impact of a replacement diet on cardiovascular risk factors: cross-over dietary intervention study", el primer estudio de fase III de la investigación plurianual promovido por Kamut International para investigar las propiedades del milenario trigo khorasan comercializado por la marca Kamut® y las razones de su mayor tolerabilidad.

CEREALES ANTIGUOS

El estudio, publicado en enero en la revista *European Journal of Clinical Nutrition*, fue realizado conjuntamente por un grupo de investigadores italianos de la Universidad de Florencia y de la Universidad de Bolonia en un grupo de 22 adultos sanos -8 hombres y 14 mujeres- en dos períodos de prueba, con una duración de 8 semanas.

"Esta es una gran oportunidad para aprender más sobre los cereales antiguos y biológicos y sus beneficios", dijo Bob Quinn, Fundador de Kamut International. "En los últimos cuatro años hemos completado las dos primeras de las cuatro etapas de nuestro proyecto de investigación. En la segunda fase de nuestro proyecto, hemos estudiado el efecto en las ratas que comían trigo antiguo y moderno. Ahora hemos iniciado nuestra tercera fase basados en estudios de sujetos humanos sanos. Estábamos ansiosos por ver confirmados los resultados que habíamos encontrado en estudios en ratas. Una dieta basada en trigo de marca Kamut® en comparación con una dieta a base de trigo tradicional determina una capacidad antioxidante más alta y una reducción de la actividad inflamatoria". En general, el consumo de cereales integrales ya se ha relacionado con un papel protector en la enfermedad cardiovascular, la diabetes y el cáncer. Los investigadores de este estudio, por lo tanto, han querido determinar si una dieta sustitutiva basada en productos a base de trigo integral biológico Kamut® podría reducir el perfil de riesgo cardiovascular de los participantes, en comparación con una similar dieta sustitutiva con alimentos a base de trigo duro integral.



Foto: EcoArchivo

El trigo khorasan kamut es nutritivamente muy completo

KAMUT INTERNACIONAL
PRODUCCIÓN ORGÁNICA

La misión de Kamut International es la de promover la agricultura biológica y apoyar a los agricultores biológicos, para aumentar la diversidad de los cultivos y las dietas, y para proteger el legado de un antiguo y exquisito trigo de alta calidad antigua en beneficio de ésta y de futuras generaciones. Kamut® es una marca registrada de Kamut International que garantiza altos estándares de calidad que se verifican mediante pruebas en todos los campos. Para obtener más información, visite www.kamut.com



Foto: EcoArchivo

Los estudios de la marca Kamut no dejan lugar a dudas de la calidad nutricional de este trigo, producido de forma orgánica



Foto: EcoArchivo

Este trigo reduce el riesgo cardiovascular del consumidor

METODOLOGÍA
DE ESTUDIO

El Comité de Revisión de la Universidad de Florencia aprobó el protocolo de estudio, que separó a los sujetos en el grupo experimental -aquellos que consumían trigo khorasan Kamut® cultivado orgánicamente en Canadá- y el grupo de control que comía trigo moderno, cada uno compuesto por 11 personas. El profesor Stephen Benedetelli coordinó el proyecto, que se subdividió en los estudios sobre los análisis de sangre realizados por Francesco Sofi en la Agencia de Nutrición del Hospital Universitario de Careggi, Florencia (en colaboración con F. Cesari, A.M. Gori, C. Fiorillo, M. Becatti, A. Casini, R. Abbate y G.F. Ginsini) y los análisis realizados sobre la harina de Anne Whittaker (en colaboración con G. Di-



Foto: EcoArchivo

Este trigo tiene muchos antioxidantes



Foto: EcoArchivo

El consumidor reclama cada vez más productos sanos y completos

nelli, I. Marotti de la Universidad de Bolonia). La primera parte del estudio duró ocho semanas durante las cuales cada grupo de voluntarios se alimentó con la misma cantidad de producto fabricado a partir de trigo –el primero exclusivamente con productos de khorasan Kamut®, el segundo con los productos fabricados exclusivamente a partir de trigo duro moderno- sin que después se dejara consumir cualquier otro tipo de grano. Después de las ocho semanas iniciales, todos los voluntarios pasaron el período del llamado “lavado” en el cual volvieron a incorporar los hábitos alimenticios anteriores. Por último, en la segunda etapa se invirtieron los dos grupos (invirtiendo las dietas) para otro período de ensayo de ocho semanas.

REDUCCIÓN DE COLESTEROL

Después de la investigación, en las personas que fueron alimentadas con trigo khorasan Kamut®, se registró una reducción significativa en la tasa de colesterol total en sangre (-4%) de colesterol LDL “malo” (-8%) y un aumento igualmente significativo de

minerales como el potasio (+5%) y el magnesio (+2%). Estas consecuencias favorables para la salud cardiovascular han sido acompañadas por un significativo efecto beneficioso en la reducción del estado inflamatorio, a través de la reducción estadísticamente significativa de las citoquinas inflamatorias tales como TNF-alfa (-35%), y la interleucina-6 (-24%), y el perfil de antioxidante a través de la reducción de TBARS y carbonilos.

Estos interesantes resultados vienen después de los ya identificados en la Fase I, en los que se había identificado la notable concentración de importantes antioxidantes, como los polifenoles y minerales como el selenio, en khorasan Kamut®. En la Fase II, sin embargo, el estudio mostró los efectos beneficiosos de estos niveles más altos de antioxidantes en un sistema vivo. El aspecto sorprendente fue el descubrimiento de que los productos de la marca Kamut® parecían prevenir la inflamación causada generalmente por fármacos para promover la formación de radicales libres en las ratas que eran el objeto del estudio.

FASE IV

El primer artículo de la Fase III del estudio, apenas publicado, confirma ahora algunos de estos mismos resultados en seres humanos sanos. La Fase IV del proyecto de investigación, que ya ha comenzado, compara los efectos del trigo antiguo y el moderno en aquellos que sufren determinadas enfermedades, como el síndrome de intestino irritable, enfermedades cardiovasculares y la diabetes.

“Estamos haciendo grandes progresos en la documentación de los importantes beneficios del antiguo trigo” concluyó Bob Quinn, que es agricultor orgánico desde hace 30 años, después de haber obtenido un doctorado en Investigación Bioquímica en la UC Davis. “Este estudio refuerza nuestro continuo compromiso con la investigación con el fin de entender el papel que el trigo antiguo es capaz de jugar en la salud humana y la prevención de enfermedades. Nuestro agradecimiento va al equipo de investigadores cuya experiencia hace que esto sea posible”.



Foto: EcoArchivo

Redacción Este trigo también es antiinflamatorio

Tratamiento Natural del Agua

...podrá beber agua del grifo!

Sistemas personalizados según la población

Tel. 972 874026

25 AÑOS OFRECIENDO SOLUCIONES

ESPECIALIZADOS EN TRATAMIENTO DEL AGUA SIN PRODUCTOS QUÍMICOS

agua@aguanatural.com - www.aguanatural.com

c/ Afores, s/n- Local - 17451 Sant Feliu de Buixalleu (Girona)

ESCUELA DE SALUD

FUNDACIÓN LOS MADROÑOS

Ofrece en su programa un espacio para renovar la Energía Vital, a través del reencuentro con la naturaleza y con uno mismo, charlas y talleres de trabajo corporal, técnicas de manejo del estrés, autoconocimiento y desarrollo personal, la alimentación vegetariana, excursiones (monte y playa)... Con el fin de recuperar la armonía y la salud personal y social. Piscina.

12594 Oropesa del Mar (Castellón)

Tel.: 902 199 741

http://www.casadereposo.com

e-mail: casadereposo@casadereposo.com