

Estudio investiga cómo el consumo de cerezas puede mitigar efectos de la obesidad

Un estudio internacional está analizando los beneficios del consumo de cerezas dulces como una herramienta alimentaria para mitigar algunos efectos de la obesidad, aportando evidencia científica que permita posicionar esta fruta como un alimento funcional.

El proyecto integra a la académica **Romina Pedreschi**, de la Escuela de Agronomía y del Doctorado en Ciencias Agroalimentarias de la **Pontificia Universidad Católica de Valparaíso**, y es liderado por la Dra. **Giuliana Noratto Stevens**, de la **Texas A&M University**, con financiamiento de entidades del estado de Washington, Estados Unidos.

Anuncio Patrocinado

La investigación busca profundizar en los mecanismos moleculares que explicarían los efectos positivos del consumo de cerezas en factores de riesgo asociados a la obesidad, como la inflamación sistémica, la microbiota intestinal y ciertos procesos metabólicos y neurológicos. Para ello, se utilizará un enfoque multi-ómico que integra transcriptómica, metabolómica y proteómica.

Estudios clínicos previos han demostrado que la suplementación con cereza dulce puede reducir la presión arterial y la inflamación en adultos con obesidad, sin alterar parámetros como lípidos, glucosa o enzimas hepáticas. Además, se han observado mejoras en la microbiota intestinal y en funciones cognitivas.

WAM | PUBLICIDAD

AGENCIA DE PUBLICIDAD

- Impresiones
- Manejo de redes sociales
- Videos y fotografías profesionales

Conversemos por WhatsApp

Según explicó Romina Pedreschi, el objetivo final es generar evidencia científica que incentive un mayor consumo de frutas y verduras, en un contexto donde las enfermedades crónicas no transmisibles representan un desafío creciente. “Más del 80% de la población chilena no cumple con la recomendación mínima diaria de frutas y verduras, lo que transforma a la dieta en un factor de riesgo relevante”, señaló.

El proyecto contempla un estudio placebo controlado, en el que personas con obesidad recibirán jugo concentrado de cerezas dulces, para luego analizar distintos marcadores asociados a inflamación y metabolismo. Si bien el estudio se desarrolla en Estados Unidos, la académica subrayó que sus resultados son plenamente aplicables a la realidad chilena.

Las cerezas dulces destacan por su alto contenido de antioxidantes como las antocianinas y compuestos antiinflamatorios como la quercetina, además de aportar beneficios a la salud cardiovascular, el sueño y el sistema digestivo. En ese contexto, la investigación también releva la importancia agronómica de producir frutas de alta calidad nutricional y funcional.

Finalmente, Pedreschi valoró la colaboración internacional y destacó que el estudio se enmarca en el **Instituto Milenio Centro de Regulación del Genoma**, donde participa como investigadora principal, reforzando el vínculo entre ciencia, alimentación y salud pública.

Estudio investiga cómo el consumo de cerezas puede mitigar efectos de la obesidad

y tú, ¿qué opinas?