

La algarroba, un superalimento recomendado en EEUU para prevenir el cáncer de mama y de próstata

Los científicos ensalzan las propiedades multifuncionales de un producto al alza en la industria farmacéutica y alimentaria



Imagen de una plantación de algarrobas - ABC

ABC [@ABC_CValenciana](#) VALENCIA Actualizado: 05/04/2019 08:06h

De alimento infravalorado a producto recomendado en la dieta por el **Instituto Nacional del Cáncer norteamericano (NCI)** para prevenir tumores malignos como los de mama o próstata. La algarroba ha conseguido cambiar la consideración que de ella se tenía. Ya no es el alimento infravalorado de antaño, sino que hoy tiene el prestigio de los superalimentos cargados de propiedades. Esa nueva reputación la ha conseguido a partir de investigaciones que avalan sus beneficios.

Uno de los estudios más importantes es el elaborado por los investigadores **José Ignacio López-Sánchez, Diego A. Moreno y Cristina García-Viguera**, del CEBAS-CSIC; un texto publicado en AIMS Agriculture and Food con título: «D-pinitol, un producto muy valioso de las vainas de algarroba: efectos beneficios para la salud y vías metabólicas de este superalimento natural y sus derivados».

El estudio explica que el **D-pinitol se** puede conseguir a través de transformaciones químicas, pero es “la algarroba, procedente de un árbol mediterráneo conocido por sus ventajas ambientales, la única

materia en la que se puede aislar el D-pinitol en cantidades suficientes para una explotación comercial viable”. Es decir, el fruto del algarrobo es el único alimento con capacidad para proporcionar esta apreciada sustancia en dosis relevantes.

Los investigadores indican que “el interés farmacológico en este compuesto ha aumentado enormemente en los últimos años debido a sus propiedades multifuncionales”, y especifica las vías en las que actúa.

Anticáncer: el Instituto Nacional del Cáncer norteamericano (NCI) ha resaltado una serie de alimentos para los cuales existen evidencias de un riesgo reducido de padecer cáncer si se incorporan a la dieta regular, y uno de los ingredientes que ha demostrado prevenir los cánceres de mama y de próstata es el D-pinitol procedente de la algarroba.

Antidiabético: el estudio científico señala que el D-pinitol es un principio activo de la planta antidiabética *Bougainvillea spectabilis*, tradicionalmente conocida por sus efectos similares a la insulina.

Antioxidante: los investigadores se hacen eco de un trabajo en el que se demostró el efecto beneficioso del D-pinitol procedente de la algarroba contra el estrés oxidativo. “Además, se han protegido diferentes usos del D-pinitol y las composiciones derivadas considerando este potencial antioxidante”, subraya el informe.

Efecto hepatoprotector: no sólo es importante la calidad de los alimentos que consumimos, sino también la forma en que nuestro cuerpo los digiere y absorbe. En ese sentido, como se mencionó anteriormente, el D-pinitol ejerce un efecto protector de los tejidos hepático, renal y pancreático contra el estrés oxidativo.

Inmunosupresor: la capacidad inmunomoduladora del D-pinitol, investigada a fondo para tratar patologías como el asma, la inflamación crónica, la artritis reumatoide o la esclerosis múltiple, ha demostrado ser una estrategia prometedora para lograr un sistema inmunológico más equilibrado.

Antienvejecimiento: la restricción dietética (DR), la reducción continua de nutrientes sin malnutrición, ha demostrado ser una estrategia efectiva contra el envejecimiento. Sin embargo, no es una estrategia terapéutica de aplicación general, y el D-pinitol de la algarroba es uno de los pocos compuestos que se sabe que son capaces de imitar el DR.



Miguel Pérez, de Ibiza Carob Company – ABC

Todas estas propiedades hacen que la algarroba esté empezando a ser ampliamente considerada por el sector farmacéutico, pero también en la industria alimentaria. La algarroba lleva algunos años posicionándose en las preferencias dietéticas de los ciudadanos, y algunas marcas están distribuyendo el producto en diferentes formatos para cubrir esa demanda. “Nuestra intención es normalizar el consumo de un alimento de valor nutricional incalculable y despojarlo del estigma que tradicionalmente ha arrastrado este fruto”, explica **Miguel Pérez**, impulsor del proyecto **Ibiza Carob Company** y del relanzamiento de la recogida de la algarroba autóctona de la isla de Ibiza para la elaboración de productos ecológicos como la harina, el shake o el sirope de algarroba.

Lejos del estigma al que se refiere el experto, la algarroba empieza a ser tendencia entre los consumidores españoles, y lo es sobre todo gracias a las propiedades concentradas en la sustancia **D-pinitol**. Fue un alimento de posguerra, infrutilizado y poco valorado, pero el siglo XXI le ha dado una segunda oportunidad a este generosísimo fruto.