

**Ana Molina**, responsable del Departamento de Nutrición y Salud de Biosabor S.A.T.

“Decir que las frutas y hortalizas son saludables es un argumento flojo, hay que demostrarlo científicamente”

La revista International Journal of Recent Scientific Research ha publicado los resultados de primer ensayo clínico en pacientes que ha realizado Biosabor.

### -¿Cómo surgió la idea de realizar este ensayo clínico?

Desde que en 2015 creamos el Departamento tuvimos claro que si queríamos adentrarnos en el mundo de la salud debíamos hacerlo de la mano de la ciencia, así como lo hace la industria farmacéutica o grandes de la alimentación. A día de hoy decir que las frutas y verduras son saludables es un argumento flojo, además hay que demostrarlo y de ahí el realizar ensayos clínicos pues es la única manera de evaluar si algo funciona de verdad.

Un paso previo fue asegurarnos de que nuestros productos fueran realmente nutritivos. Cual fue nuestra sorpresa al analizar otros gazpachos del mercado descubrimos que nuestros gazpachos daban cantidades muy superiores en capacidad antioxidante y polifenoles totales.

### ¿Qué se quería demostrar con este análisis?

Demostrar que un alimento es nutritivo no es suficiente puesto que una cosa es que un nutriente esté en el alimento y otra que dicho nutrientes sea capaz de llegar al cuerpo humano y en cantidad suficiente para ejercer su acción. Conscientes de ello hicimos estudios

previos con un digestor dinámico in vitro para ver como se comportaban “nuestros nutrientes”. Este estudio realizado en AINIA nos enseñó mucho acerca de la importancia del proceso de conservación elegido y la mezcla de los ingredientes.

Con este conocimiento adquirido y los resultados, ya estábamos preparados para dar el salto a los ensayos clínicos. Ismael San Mauro, director de la clínica Cinusa (Centro de Investigación, Nutrición y Salud de Madrid), se interesó por

nuestro trabajo tras asistir a la charla que impartimos en las Jornadas de Nutrición práctica de Madrid en 2016 (donde nuestro gazpacho de invierno recibió el premio Nutrigold) y a raíz de ahí empezamos a diseñar el estudio.

### ¿Cuáles han sido los resultados obtenidos?

El estudio consistió en establecer sinergias entre estrategias nutricionales que sabemos han dado buenos resultados para optimizar los resultados. Para ello, se diseñó un protocolo nutricional que combinase el poder nutritivo de nuestros productos con una restricción calórica temporal y controlada (semi-ayuno) cuya eficacia ha sido ampliamente demostrada científicamente no solo en obesidad sino en longevidad y algunas enfermedades. Esto se comparó con una dieta mediterránea hipocalórica estándar y se midieron valores de composición corporal, parámetros inflamatorios, lípidos sanguíneos y metabolismo de hidratos de carbono en 44 personas con sobrepeso II (IMC>27) y obesidad (IMC>30).

Los resultados mostraron como el grupo al que le dimos nuestros productos (con el semi-ayuno) disminuyeron significativamente el peso total, concre-

### RESULTADOS:

- Reducción del colesterol LDL en un 16 %.
- Pérdida de peso del 5 %.
- Elevado grado de motivación, satisfacción y sensación de bienestar.



tamente en un 5 % en comparación con el grupo de dieta mediterránea que perdió un 3 %. Los valores más impactantes fueron la reducción del colesterol total, un 16 % de LDL (popularmente conocido como colesterol "malo") en el grupo de nuestros productos y 8 % en el de dieta mediterránea. Otra cuestión importante a resaltar es que el grupo que recibió nuestros productos con esta nueva estrategia nutricional tuvo una mayor satisfacción, motivación, sensación de bienestar y grado de adherencia a la dieta que el grupo de dieta mediterránea tradicional.

#### **¿Qué es necesario para que una revista científica publique un ensayo?**

Es muy importante tener un buen diseño del estudio para obtener resultados que merezcan ser publicados. Otro aspecto clave es el comité de ética, este es un organismo formado por un grupo de investigadores de distintas disciplinas, miembros de la comunidad, y miembros externos, con el objetivo de garantizar el bienestar y los derechos de los sujetos humanos participantes en los proyectos de investigación. Es estrictamente necesario pasar este comité antes de realizar cualquier ensayo clínico, lo cual no te

asegura que vaya a ser publicado pero sí que esté bien planteado.

Posteriormente es importante el cómo se procesen todos los datos una vez finalizado, para ello el equipo investigador debe constar de expertos en análisis de datos, estadística, redacción, traducción al inglés y una serie de aspectos que no se ven pero que hacen que las revistas científicas a las que mandas los trabajos te acepten o no su publicación. Los resultados, a este nivel son casi lo de menos pues en ciencia no hay resultados buenos o malos sino obtención de información que te permita ir avanzando hasta que casi por casualidad te topes con un hallazgo.

#### **Con la información obtenida por Biosabor, a partir de este estudio, ¿cuáles serán los siguientes pasos?**

En este nuevo estudio queremos triplicar el número de pacientes y plantear objetivos más concretos. Es un proyecto apasionante donde abarcamos todo el proceso, desde el desarrollo de productos pensados expresamente para el estudio hasta su prueba en humanos, diseñado por nuestro departamento de Nutrición y Salud y dirigido por médicos e investigadores muy buenos. Queremos que nuestra estrategia de

desarrollo de productos se centre más en la personalización y la evidencia científica.

#### **En octubre también participa en el II Congreso Nacional de Alimentación, Nutrición y Dietética, ¿una oportunidad más para dar a conocer las virtudes de la producción ecológica de Biosabor?**

No exactamente, a este congreso nos han invitado por la estrategia nutricional que utilizamos en el estudio con Cinusa, ya que ha demostrado ser efectiva en obesidad, mesa redonda dentro de la que se desarrollará mi ponencia. El producir ecológico es sin duda una ventaja competitiva pero cada vez son más los que se suman a esta tendencia y pronto dejará de ser un elemento diferenciador por sí solo, entonces lo serán las acciones, las actividades innovadoras que aporten valor a la sociedad o la capacidad de ser sostenible como filosofía y no como estrategia de marketing. Por eso, que te publiquen un estudio en una revista internacional o que te llamen para dar una charla en un congreso nacional supone un refuerzo y motivación para seguir con nuestro compromiso con la salud de los consumidores y con la ciencia.