

Beneficis de la poma de polpa vermella en la salut cardiovascular

Redueix la inflamació i millora la funció endotelial, segons una recerca liderada per la UdL i la URV

Les pomes de polpa vermella milloren la funció endotelial, que regular el flux i la perfusió sistèmics de les venes; redueixen la inflamació i modulen el sistema immunitari en persones amb colesterol alt. Així ho revela una recerca emmarcada en el projecte AppleCOR, liderat per la Universitat de Lleida (UdL) i la Rovira i Virgili (URV). Els resultats de les proves realitzades a l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus els han publicat a la revista científica *Food and Function* [



Poma de polpa vermella / Foto: Lubera AG (Wikimedia Commons)

<https://pubs.rsc.org/en/journals/journalissues/fo#!recentarticles&adv>].

L'equip va repartir en tres grups les 121 persones voluntàries (70 dones i 51 homes). Durant sis setmanes, un dels grups va consumir poma vermella Redlove, rica en uns pigments hidrosolubles de la família dels flavonoides anomenats **antocianines** [<https://ca.wikipedia.org/wiki/Antocianina>]. Un altre, pomes de polpa blanca de la varietat Granny Smith. I un tercer, infusions d'*Aronia melanocarpa* [https://en.wikipedia.org/wiki/Aronia_melanocarpa], un **fruit del bosc** [<https://www.arandanoscierron.com/blog/beneficios-propiedades-aronia>] d'Amèrica del Nord amb molts compostos antioxidants.

Els resultats assenyalen que les pomes de polpa vermella redueixen els nivells de **proteïna C reactiva** [<https://medlineplus.gov/spanish/ency/article/003356.htm>] i la glicoproteïna **interleucina-6** [<https://ca.wikipedia.org/wiki/Interleucina-6>], associades a la inflamació. També milloren la **hiperèmia reactiva** [<https://es.wikipedia.org/wiki/Hiperemia>] isquèmica, és a dir l'augment transitori del flux sanguini després d'una obstrucció. Aquest paràmetre s'utilitza per avaluar la funció endotelial i la salut vascular i que indica com els vasos sanguinis es dilaten en resposta a la restauració del flux de sang. L'estudi afirma que la poma de polpa vermella també millora el perfil lipídic i la modulació de les **immunoglobulines** [<https://ca.wikipedia.org/wiki/Antic%C3%B2s>], clau en la defensa del cos contra infeccions.

A banda de la UdL i la URV, a l'estudi ha participat personal investigador de l'Institut de Ciències de la vinya i el vi (CSIC, Universidad de La Rioja), la Unitat de Nutrició i Salut d'Eurecat, l'Institut d'Investigació Sanitària Pere Virgili (IISPV) i la Unitat de Recerca Biomèdica de l'Hospital Universitari Sant Joan de Reus.

Text: UCC+i URV / Premsa UdL

M É S

I N F O R M A C I Ó :

NOTÍCIA URV [<https://diaridigital.urv.cat/pomes-polpa-vermella-salut-cardiovascular/>]

[Article](https://pubs.rsc.org/en/content/articlelanding/2024/fo/d3fo05114e) *A red-fleshed apple rich in anthocyanins improves endothelial function, reduces inflammation, and modulates the immune system in hypercholesterolemic subjects: the AppleCOR study* [<https://pubs.rsc.org/en/content/articlelanding/2024/fo/d3fo05114e>]

NOTÍCIES RELACIONADES:

[La poma de polpa vermella podria beneficiar la salut cardiovascular](https://www.udl.cat/ca/serveis/oficina/Noticies/La-poma-de-polpa-vermella-podria-beneficiar-la-salut-cardiovascular) [<https://www.udl.cat/ca/serveis/oficina/Noticies/La-poma-de-polpa-vermella-podria-beneficiar-la-salut-cardiovascular>]