

Resumen N°9

Nuevos desafíos en investigación sobre yerba mate

New Challenges in research on Yerba Mate

Bracesco, N.

Facultad de Medicina. Dpto de Biofísica - Laboratorio de Radiobiología. UdelaR. Montevideo - Uruguay

Contacto: nbracesco@gmail.com

Palabras claves: yerba mate; salud; investigación

Keywords: *yerba mate; health; research*

Consultando informes de exportaciones de yerba mate al mundo nos encontramos que la región exporta millones de kilos al año a casi 60 países distribuidos por el mundo. Esto implica una gran responsabilidad para todos en cuanto a la generación de conocimiento con soporte científico que avale las propiedades de este producto llamado Yerba Mate.

Haciendo un ejercicio nos internamos en PUBMED (motor de búsqueda dependiente de la NIH), buscado específico para artículos publicados en revistas arbitradas relacionadas con la salud.

Qué sucede si ingresamos en este buscador las siguientes palabras claves; *Ilex paraguariensis* muestra 364 publicaciones de las cuales los estudios realizados en humanos no alcanza el 10%, si agregamos la palabra antioxidantes, vemos que hay aproximadamente 90 publicaciones casi todas *in vitro*, al buscar la combinación con cáncer, diabetes y/o osteopatías el número de artículos publicados se reduce a menos de 70 artículos, donde se destacan el tratamiento epidemiológico de bases de datos el modelo animal.

Ya no hay dudas sobre la composición y la presencia bio-compuestos que contribuyen con la salud antioxidante de nuestro organismo. Que actúa sobre ciertas osteopatías, que podría comportarse como antiinflamatorio, que funciona sobre estructuras del SNC. También sabemos que un factor común para la mayoría de estas patologías crónicas es la inflamación y un desequilibrio en el balance redox.

¿Qué es lo que estamos exportando a esos países del mundo? ¿Serán millones de kilos toneladas de hoja de un árbol molidas a granel o envasadas o estamos exportando una materia prima capaz de constituir una fuente de nutrición, que además en su justa medida podría funcionar como un nutraceutico?

Los resultados de los buscadores son claros, existe una sólida información con respecto a las propiedades saluda-

bles de la infusión o la hoja de yerba mate, pero también debemos prestar atención a la escasa evidencia de resultados en modelos de investigación con humanos.

Necesitamos coleccionar la mayor cantidad de evidencia para demostrar que es una muy buena opción a otras infusiones. Debemos complementar y documentar la información sobre las posibilidades farmacéuticas y nutricionales que presentan ciertos compuestos presentes en la *Ilex paraguariensis*.

¿Cómo hacemos? es la pregunta que surge inmediatamente y la respuesta estará en cada uno de nosotros; en la capacidad de nuestros grupos de crecer y aprender de otros grupos y así construir una red de carácter interdisciplinario que nos permita llevar adelante trabajos multicéntricos bien coordinados que ataquen los temas que aún no poseen correlato de investigación en humanos.

No olvidemos la enseñanza que nos dejó la IARC, los expertos que la integraban en la década del '90 decidieron tomar en cuenta artículos publicados sobre la epidemiología del cáncer vinculado al consumo de yerba mate, trabajos que presentaban sus fallas, pero era la evidencia del momento, por lo que esta institución que vela por la salud a nivel internacional, condenó al mate a ser un cancerígeno más.

Desde entonces nuestra capacidad de reacción fue pobre. Como defensa declarábamos en cuanto congreso que participábamos que la yerba mate era buena y que **seguramente** era la temperatura la que inducía la carcinogénesis. Recién 20 años después la IARC reconsidera el tema en un contexto de bibliografía sobre el potencial antimutagénico, antioxidante, los perfiles térmicos para el consumo de yerba mate entre otros tantos aportes.

Estas investigaciones permitieron enfrentar con clasificación y permitir que ahora el mate con los reparos correspondientes sobre la temperatura de consumo no sea considerado un riesgo para la salud.