

El extracto de hoja de olivo reduciría la presión: estudio

Reuters 04/09/2008 18:35 Actualizado: 04/09/2008 18:35

Por Amy Norton

Un suplemento con extracto de hoja de olivo ayudaría a reducir la presión y el colesterol en las personas en riesgo de desarrollar hipertensión, sugirió un nuevo estudio.

Las hojas de olivo se utilizan desde hace siglos para fines medicinales y la literatura moderna sugiere que los extractos de hoja de olivo poseen propiedades antibacterianas, antiinflamatorias y antioxidantes.

Existe evidencia también que esos extractos pueden reducir la presión sanguínea.

El nuevo estudio, publicado en la revista *Phytotherapy Research*, incluyó 20 pares de gemelos con hipertensión "borderline", que es la presión que se ubica por encima de los niveles óptimos de 120/80, pero por debajo del límite de corte de 140/90 que se usa para diagnosticar la hipertensión.

Uno de los gemelos de cada par recibió píldoras con extracto de hoja de olivo y el otro sólo obtuvo consejos para mejorar el estilo de vida y reducir la presión, que es el enfoque tradicional para manejar este tipo de hipertensión.

La mitad de los gemelos que recibió el suplemento consumió 500 miligramos (mg) de extracto por día y la otra mitad, 1.000 mg.

A las ocho semanas, el grupo que había recibido la dosis más alta del suplemento registró una disminución significativa de la presión (de 137/80 a 126/76) y del nivel de colesterol LDL o "malo".

En cambio, los gemelos que no habían tomado el suplemento no lograron modificar demasiado su presión y mejoraron levemente el nivel de colesterol, según informó el equipo dirigido por Tania Perrinjaquet-Moccetti, bióloga molecular de Frutarom Switzerland Ltd., en Wädenswil, Suiza.

La empresa Frutarom produce el extracto de hoja de olivo (Benolea) utilizado en el estudio.

Los beneficios registrados en este estudio se pueden atribuir a los distintos "componentes bioactivos" de la hoja de olivo, explicó Perrinjaquet-Moccetti a Reuters Health. El más importante, dijo, es la oleuropeína.

Estudios previos demostraron que la oleuropeína actúa como antioxidante y ayuda a relajar y dilatar los vasos sanguíneos.

No obstante, agregó Perrinjaquet-Moccetti, no es un único ingrediente del extracto el que produce los beneficios.

Los extractos de hoja de olivo son de venta libre, pero las personas con presión alta, o con cualquier enfermedad, deben consultar al médico antes de automedicarse.

Perrinjaquet-Moccetti dijo que "sería inteligente" que los pacientes le comenten al médico si consumen algún suplemento, en especial si ya toman alguna medicación.

Los suplementos en base a hierbas pueden interactuar con los fármacos, lo que a su vez puede interferir con la efectividad del medicamento o provocar efectos secundarios.

FUENTE: *Phytotherapy Research*, septiembre del 2008