

# *Comer fresas ayudaría a prevenir el alzhéimer*

---



Un estudio sugiere que un compuesto natural de las fresas podría ayudar a prevenir las enfermedades neurodegenerativas como el alzhéimer.

Según informó el lunes el portal web Health Central, un compuesto natural que encontramos en las fresas -y en otras frutas como los arándanos, los caquis o las manzanas-, la fisetina, ha resultado ser un aliado eficaz para prevenir la enfermedad de Alzheimer y otras enfermedades neurodegenerativas relacionadas con la edad.

Los investigadores del Instituto Salk de Estudios Biológicos en La Jolla, California (EE. UU.), probaron un tratamiento con fisetina en roedores, descubriendo una reducción en el deterioro cognitivo y la inflamación cerebral.

La fisetina ha sido objeto de estudio en la última década, cuyos resultados han indicado que el compuesto tiene propiedades antioxidantes, esto es, que puede ayudar a limitar el daño celular causado por los radicales libres.

Un estudio de 2014, por ejemplo, halló que la fisetina reducía la pérdida de memoria en ratones con alzhéimer. Sin embargo, la investigación se centró en ratones con alzhéimer hereditario/familiar, que supone apenas un 3 % de todos los casos de la enfermedad de Alzheimer.



**Radio Habana Cuba**