



El ajo, un filón para la salud por descubrir

Un equipo de investigación de la Universidad de Castilla La Mancha (UCLM) dirigido por el catedrático de Ingeniería Química, Ignacio Gracia, lleva más de diez años explorando los beneficios del ajo y más concretamente del ajo morado de Las Pedroñeras, localidad de Cuenca, situada al suroeste de Castilla-La Mancha.

Gracia explica a Efe su línea de trabajo y los descubrimientos que han hecho sobre esta especie de olor penetrante y, a veces, insoportable. “Empezamos trabajando en sus propiedades para intentar demostrar la verdad que encierra la tradición de las abuelas que solían decir que el ajo era bueno para todo y que, incluso, la gente que se tomaba un diente de ajo todas las mañanas vivía muchos años”.

UN AJO QUE NO TIENE COMPARACIÓN.

Los primeros pasos los realizó el equipo de Ignacio Gracia en colaboración con el hospital madrileño Ramón y Cajal, donde lograron ser capaces de analizar el contenido de una molécula, la alicina, que es la que “ofrece la mayor parte de las propiedades al ajo, concretamente el ajo morado de Las Pedroñeras (Cuenca, Castilla-La Mancha) que tiene muchas más que otras variedades de esta especia”.

“Observamos que esta molécula era beneficiosa para combatir el ‘*Hellicobacter pylori*’, una bacteria que tenemos el 75% de los humanos, que provoca gastritis y úlcera de estómago, además de algún tipo de cáncer. Todos los ajos son buenos porque contienen alicina, pero, curiosamente, el ajo morado de Las Pedroñeras tiene alrededor de cinco veces más de esta molécula que el ajo normal”, argumenta Gracia.

“En la investigación, nosotros en la universidad realizábamos la parte de ingeniería química y en el hospital madrileño Ramón y Cajal se hacían los ensayos. Lo primero que comprobamos era que tenía efecto vasodilatador, anticoagulante y antiinflamatorio, disminuía la tensión, era antitumoral y en algunos casos hacía el efecto ‘viagra’, que se estaba investigando como sustituto de este fármaco”.

El ingeniero químico y su equipo estaban “muy impresionados por todas estas propiedades del ajo morado, así que decidimos intentar desarrollar un producto comercial, pero para ello había que darle la capacidad de conservación, porque prácticamente todos los extractos que hay en el mercado enseguida se degradan si no los conservas. Así, lo primero que hicimos fue patentar un procedimiento de conservación, mediante la liofilización”, indica.

TRES PRODUCTOS PARA ALIVIAR Y PROTEGER LA SALUD.

La idea era desarrollar un complemento nutricional, aprovechando todas las buenas propiedades de ese ajo como vasodilatador, como protector cardiovascular o para combatir el colesterol, y también hacer un producto para reforzar el sistema inmunológico.

Estos dos primeros productos se llegaron a comercializar con los nombres de Alcyn CV1, para el sistema cardiovascular, y Alcyn SP1 para el sistema inmunológico y de recuperación de un esfuerzo o una situación de estrés.

“El último producto que hemos elaborado tiene la finalidad de mejorar la vista y potenciar la salud ocular para prevenir, entre otros daños, la lesión macular. Estos son los tres tipos de productos que hemos fabricado manteniendo la misma filosofía, con ese ajo liofilizado que puedes conservar cuatro años y que contiene una serie de vitaminas, minerales y complementos que también refuerzan el producto”, subraya el científico.

El equipo de investigadores, a través de su página web (alycinsalud.com), dan a

conocer los trabajos científicos que se encuentran realizando, muestran las propiedades de sus productos e, incluso, recetas culinarias elaboradas con la especia, “todo ello para fomentar la cultura del ajo”, asevera Gracia.

CURIOSIDADES HISTÓRICAS A SU ALREDEDOR.

El conocimiento sobre los beneficios del ajo viene de antiguo y hay una serie de historias curiosas como, por ejemplo, que “la primera huelga que está datada en la historia procede de la época de la construcción de las pirámides. En aquel tiempo, a los esclavos que trabajaban en su construcción se les daba ajo para recuperar fuerzas pero, en un momento dado, los capataces redujeron su ración, por lo que los esclavos se negaron a trabajar. Hay constancia de este hecho porque se dejó escrito en determinados jeroglíficos de las pirámides”, cuenta Gracia.

Otra curiosidad se produjo durante la II Guerra Mundial. Mientras los ingleses tenían penicilina para curar a sus soldados, los rusos carecían de este fármaco y utilizaban el ajo, al que llamaban la penicilina rusa, porque actuaba como antibacteriano.

Por otra parte en la isla de Cuba la gente que corta caña, que es un trabajo muy duro, suelen beber ron pero, dentro de la botella, ponen ajos.

“El principal problema del ajo es el olor que despide, pero al mismo tiempo - indica Gracia- ese es su beneficio, porque demuestra que el ajo se metaboliza a través de todo el organismo. Es tan activo que, cuando lo comes, llega a todas partes del cuerpo. De hecho, también lo sudas, y no sólo te huele el aliento sino todo el cuerpo. Por eso, si lo tomas en cápsulas o pastillas liofilizadas que van al estómago o al intestino, esos perjuicios secundarios desaparecen”.

ANTINFLAMATORIO CONTRA EL CORONAVIRUS.

Sobre los posibles usos que las propiedades del ajo pueda tener en la enfermedad del nuevo coronavirus , el investigador señala que “la alicina está bien caracterizada y ha sido una de las pocas moléculas naturales que fue seleccionada por el Centro Nacional de Biotecnología para investigar respecto al tratamiento contra la Covid, porque es un extracto natural (uno de los pocos extractos naturales que se probaron), no es una molécula sintética. Al final, con los resultados no se ha llegado todavía a ver claro si es muy eficaz o no”.

Pero, mantiene Gracia que “la ventaja del ajo como antiinflamatorio creemos que

puede interferir con algunos de los factores implicados en la cascada inflamatoria y es lo que está averiguando esta investigación actual en concreto”.

“SARS-CoV-2 genera una respuesta inflamatoria con una importante liberación de factores proinflamatorios y es precisamente aquí donde pensamos que la alicina podría tener su papel, interfiriendo con algunos de estos factores”.

El químico incide en que “es ahí donde se propaga. Se tiene una especie de reacción alérgica y, en horas, se pasa de estar normal a estar grave o, en el peor de los casos, fallecer, debido a esa respuesta inflamatoria que funciona como una reacción alérgica”.

“La ventaja del ajo en este caso y por lo que estamos viendo no es que mate al virus, sino que al ser la reacción inflamatoria una de las puertas por las que se introduce, la propiedad antiinflamatoria del ajo disminuye esa posibilidad. Esta vía de investigación se está estudiando en colaboración con el Hospital Universitario de Ciudad Real y el Hospital Carlos III, de Madrid”.

“Todo esto es muy interesante y prometedor, pero para que se hagan realidad estos proyectos faltan décadas hasta que culminen en un fármaco. Ahora simplemente estamos en el principio de una intensa investigación”, de lo que puede llegar a ser el ajo como filón de remedios en medicina, según las previsiones que realiza Ignacio Gracia.

Por Isabel Martínez Pita.

EFE/REPORTAJES