



Froilán se recupera tras ser operado por el disparo accidental en el pie. P31

## La chufa previene de los infartos y reduce el colesterol

Es recomendable incluso para las personas que sufren hipertensión

Expertos afirman que es adecuada para las insuficiencias renales



IÑAKI ZARAGUETA - VALENCIA. Las propiedades de la horchata de chufa, que se produce mayoritariamente en la Comunidad Valenciana, pasan por la reducción del colesterol, la disminución de los riesgos de sufrir infartos o los beneficios para los enfermos de arteriosclerosis o con insuficiencias renales, según los últimos datos presentados ayer por el Consejo Regulador de la Denominación de Origen Chufa de Valencia. La que denominan «la bebida refrescante por excelencia» es

recomendable incluso para las personas que sufren hipertensión, dado su bajo contenido en sodio, al tiempo que aporta cantidades de hierro y magnesio superiores a las de la leche, lo que la convierte en beneficios durante los periodos de la infancia, el embarazo y la vejez. Así mismo, los expertos afirman que es adecuada para las insuficiencias renales y ayuda a cicatrizar ya que la arginina incrementa la celularidad linfocitaria.

**EL CULTIVO SE MANTIENE** Según el doctor Miguel Bixquert, uno de los responsables del estudio, gracias a su contenido en ácidos grasos, esta bebida se parece al aceite de oliva. Algunos de sus efectos beneficiosos recién descubiertos, son la reducción del cáncer de colon. La comunidad Valenciana es también la principal economía consumidora de este producto, ya que los valencianos beben gran parte de los 40 ó 50 millones de litros anuales que se producen.

A esta región le siguen Cataluña, la Comunidad de Madrid y Andalucía. De igual modo, el informe señala que a pesar de la fuerte presión urbanística a la que está sometida la zona de cultivo, que comprende un total de 16 municipios, la superficie dedicada al cultivo de la chufa se ha mantenido en los últimos años en unas 400 hectáreas. Actualmente existen en Valencia cerca de 500 productores de chufa con denominación de origen que la regula.

## Un estudio demuestra las propiedades anticancerígenas de la horchata

C. G. VALENCIA.

Que la horchata es una de las bebidas más sabrosas y apetecibles para el verano es algo por todos sabido, pero no lo expresado en un estudio del Centro Tecnológico Ainia en el que se revela que este líquido y la chufa de Valencia destacan por su alto contenido en polifenoles potencialmente anticancerígenos y por su elevada capacidad antioxidante. El estudio asegura que la presencia de estos compuestos puede ayudara prevenir la arteriosclerosis y ciertos trastornos óseos. Asimismo, señala que los compuestos bioactivos que se hallan en la horchata y en la chula pueden intervenir en la mejora del sistema inmune y antiinflamatorio, entre otros

## La bebida ayuda a prevenir la arterioesclerosis y trastornos Óseos

Sin embargo, los expertos de Ainia indicaron que, aunque los polifenoles se encuentran en la horchata y en la chufa, hay que tener en cuenta que, cuando se ingiere un alimento, intervienen multitud de factores y hay que ahondar en los estudios clínicos que demuestren el efecto beneficioso de estos alimentos incluidos en una dieta equilibrada. El estudio de Ainia ha sido promovido por el Consejo Regulador de la D.O. Chufa de Valencia con el apoyo de la Conselleria de Agricultura, Pesca y Alimentación. Por otra parte, la consellera de Agricultura, Maritina Hernández, criticó que el recorte de las ayudas a la agricultura de la Política Agraria Común (PAC) se destine para el fomento de las políticas de desarrollo rural y de medio ambiente. Defendió «una financiación exclusiva destinada a las políticas de desarrollo rural y de medio ambiente, diferenciada de la financiación que va a parar. agricultura».

## Gallardón llama a «superar divisiones artificiales» en un 2009 de crisis

El alcalde de Madrid, Alberto Ruiz-Gallardón, ha hecho hoy, en su mensaje de Navidad, un llamamiento a «superar las divisiones artificialmente creadas en la sociedad en los últimos años» P16

## CAMPAÑA DEL IRPF

La masiva afluencia de contribuyentes el primer día en busca de la devolución colapsa la web de Hacienda.

P.22

