



# Carne Bovina: Buena para la salud <sup>(1)</sup>

**¿Por qué durante las enfermedades infecciosas se adelgaza?**

**Recientemente investigaciones han demostrado que, cuando el sistema inmunológico es estimulado por una infección o por una simple vacuna, hay modificaciones en el metabolismo (fiebre, reducción del apetito, pérdida de proteínas y por sobretodo pérdida muscular), que hacen bajar de peso; en los niños y en los jóvenes existe también una reducción de crecimiento corporal. Una de las causas, que en los últimos años, en los países desarrollados, ha inducido a un aumento de la estatura media de la población, sin duda ha sido la reducción de las infecciones asociada a una alimentación capaz de contrarrestar los efectos metabólicos desfavorables.**

*Prof. Dr. Giovanni  
Ballarini*

Recientemente estudios realizados en el College of Agricultural & Life Sciences de la Universidad de Wisconsin-Madison (USA) demuestran la importancia del ácido Linoleico de gran contenido en la carne.

El ácido linoleico era conocido por sus características anticancerígenas y por sus propiedades antioxidantes.

El reciente descubrimiento del ácido linoleico, tiene una acción de protección metabólica en casos de infecciones, vacunaciones y estimulación del sistema inmunológico que es sorprendente, pero también permite importantes aplicaciones al mismo tiempo eficaces y seguras, no sólo terapéuticas sino también preventivas.

Sin embargo el suministro del ácido linoleico no modifica la respuesta inmunológica, sino que más bien en algunos casos la aumenta. Para conocer mejor la importancia de las acciones del ácido linoleico es necesario recordar

que la estimulación del sistema inmunológico no es una cosa rara y ocasional, sino muy frecuente, fuera de las citadas vacunaciones y de las enfermedades infecciosas más o menos graves.

Todos y continuamente somos agredidos por microorganismos transmitidos por otras personas o por el medio ambiente o por moléculas alimenticias que estimulan el sistema inmunológico. Por demás si tenemos buena salud es porque nuestro sistema inmunológico responde continuamente a los ataques externos.

***El ácido linoleico es sin embargo un compuesto natural, muy difundido en los alimentos de origen animal, producidos por los rumiantes como la leche y sus derivados y la carne bovina.***

Hasta ahora en casos de infecciones se nos limita-

ba a dar una alimentación ligera y suave, integrada por vitaminas con directas o indirectas actividades anti-infecciosas o inmu-noestimulantes, como la vitamina C, A y E. Ahora sin embargo con el ácido linoleico sin tener que recurrir a medicinas particulares, se puede efectuar una alimentación controlada que obviamente se asocia a aquella general anteriormente citada.

El ácido linoleico es sin embargo un compuesto natural, muy difundido en los alimentos de origen animal, producidos por los rumiantes como la leche y sus derivados y la carne bovina.

En cantidades menores está presente en la carne de los cerdos, de los pollos y en algunos vegetales; muy ricos de ácido linoleico son los aceites de pescado.

La cantidad de ácido necesaria para obtener los efectos deseados son del orden de pocos gramos al día, una cantidad que puede ser obtenida con una dieta que contenga buenas cantidades de carne

bovina o de leche entera de vaca. Las mismas cantidades ejercen también una buena acción anti-oxidante y anti-cancer.

Uno de los usos interesantes del ácido se refiere a la mala nutrición de los niños. Estas investigaciones del ácido revalorizan completamente la importancia de la carne bovina en la alimentación humana, particularmente en los niños, en los jóvenes y en los ancianos por su actividad en favor de un mayor apetito, freno a las infecciones etc.

***Estas investigaciones del ácido revalorizan completamente la importancia de la carne bovina en la alimentación humana***

Los recientes descubrimientos del ácido, permiten revalorizar aquello del buen caldo de carne bovina.

Una vez este alimento obtenido con poner carne fresca y no salada a hervir

lentamente, era un gran alimento para los enfermos. La aparición del ácido linoleico está en el caldo de carne bovina, y no en otro tipo de carnes o vegetales.

El aumento de consumo de carne bovina provoca un aumento de estatura media de una población humana, que se ha observado en modo evidente en Italia.

Por su característica de anti-oxidante natural se piensa utilizar el ácido linoleico también como conservante de alimento de carnes, en lugar de anti-oxidantes sintéticos. ■

(1) Este artículo fue publicado en la re-

vista italiana EUROCARNI. El autor de éste es Giovanni Ballarini, quien ha obtenido el título de Dr. de Medicina Veterinaria en Bologna en 1949. Ha enseñado en las Universidades de Camerino, Bologna y Perna. En esta última es

profesor y director del Instituto de Clínica Médica Veterinaria desde 1965. En la actualidad es miembro activo del Comité Científico de Alimentación Animal y Comité de Hormonas de la Comunidad Económica Europea.

Fue secretario

durante 6 años de la Sociedad Italiana de Buiatría. Fue Presidente y actualmente Vicepresidente de la Sociedad Italiana de Especialista en Suinos.

Es autor, junto con otros colaboradores de más de 300 publicaciones. Desde hace 15 años se ocupa de la patología y clínica en grandes establecimientos industriales de cría intensiva. Ha participado en reiteradas ocasiones en eventos internacionales, representando al Ministerio Italiano de Salud Animal. Es la tercera vez que el Dr. Ballarini visita al Uruguay en ocasión de las Jornadas de Buiatría. La traducción de este artículo fue realizada por la Sra. Martha Gandolfo de Sainz.

