

# El té podría ser la nueva arma contra los gérmenes

---

**Publicado el:** 27-11-2017

Una taza de té normal y corriente podría ser una potente arma contra las infecciones, según un estudio. Un grupo de investigadores dijo en la revista *Proceedings of the National Academy of Sciences* que ha encontrado en el té una sustancia química que multiplica por cinco las defensas del organismo contra la enfermedad.

Sostienen que esa sustancia prepara a las células del sistema inmunológico para atacar a las bacterias, virus y hongos y quizás podría convertirse algún día en un medicamento. El doctor Jack F. Bukowski, del Brigham and Women's Hospital de Boston y de la Facultad de Medicina de Harvard, declaró el lunes que él y su equipo aislaron la sustancia en el laboratorio y luego la probaron en un grupo de voluntarios a los que protegió de gérmenes.

"Desarrollamos los aspectos moleculares de este componente del té en un tubo de ensayo y lo probamos en un pequeño número de personas para ver si realmente funcionaba en humanos", declaró Bukowski. Los resultados, dijo, demostraron que cinco tazas de té al día reforzaban las defensas del organismo contra la enfermedad. Penny Kris-Etherton, una experta en nutrición de la Pennsylvania State University, dijo que el estudio de Bukowski se suma a un creciente número de pruebas de que el té es una buena arma contra la enfermedad.

"Este es un hallazgo potencialmente muy significativo", dijo. "Estamos encontrando muchos beneficios en el té", agregó. No obstante, la científica dijo que la investigación requería de confirmación en un estudio a más largo plazo con un mayor número de personas.

## **Protección contra infecciones**

En el estudio, Bukowski y su equipo aislaron del té negro ordinario una sustancia llamada L-teanina. El investigador dijo que ese compuesto también se encuentra en el té verde y oolong, que se procesan a partir de las hojas verdes del árbol del té.

Bukowski dijo que la L-teanina es descompuesta en el hígado en forma de etilamina, una molécula que prepara la respuesta de una célula sanguínea inmunológica llamada gamma-delta T.

"Sabemos de otros estudios que estas células gamma-delta T en la sangre son las primeras en la línea de defensa contra muchos tipos de infecciones de bacterias, virus, hongos y parásitos", dijo. "Incluso tienen cierta actividad anti-tumor", agregó.

Las células T desencadenan la secreción de interferón, una parte esencial de las defensas químicas del cuerpo contra la infección, explicó Bukowski.

"Sabemos de estudios con ratones que si se aumenta esta parte del sistema inmunológico, puede proteger de infecciones", señaló.

Para probar el hallazgo, los investigadores pidieron a 11 voluntarios que bebieran cinco tazas de té al día, y a otros diez que bebieran café. Antes de comenzar el estudio, sacaron muestras de sangre de los 21 voluntarios.

Tras cuatro semanas, volvieron a analizar la sangre de los que bebieron té y a continuación la

expusieron a la bacteria E-coli. Bukowski dijo que las células inmunológicas en las muestras segregaron cinco veces más interferón que las células sanguíneas de los mismos sujetos antes de beber el té. Los análisis de sangre no indicaron ningún cambio en los niveles de interferón de los que bebieron café, agregó.

Bukowski dijo que se podría aislar y refinar aún más la L-teanina del té y usarla como medicamento para aumentar las defensas del cuerpo.

Los beneficios para la salud del té ya han sido muy estudiados. La tradicional bebida se ha vinculado a una incidencia menor de las enfermedades coronarias y del riesgo de cáncer gracias a la acción de los flavonoides, un tipo de antioxidante. Otras investigaciones han relacionado el té con la lucha contra la osteoporosis y el alivio de algunos síntomas de la alergia.

**Fuente:** <https://netsaluti.com>