

UVA Y PLAQUETAS. Las enfermedades coronarias poseen unos altos índices de mortalidad y morbilidad en todo el mundo y, en muchos enfermos, hay que intentar reducir los riesgos de la agregación plaquetaria que facilitan las obstrucciones circulatorias. Las uvas y el vino tinto poseen unos componentes flavonoides polifenólicos que reducen la agregación plaquetaria. En la revista JOURNAL OF NUTRITION se publicó hace unos años una investigación en la que se comparaban los efectos de ingerir diariamente durante una semana unos 6 mililitros (por kilo de peso) de zumo de uva negra, zumo de naranja o zumo de pomelo. El zumo de uva mostró un excelente efecto inhibidor de la agregación plaquetaria, mientras que los efectos de los de naranja o pomelo fueron mínimos.