

La doctora eldense Nítida Pastor, sexta en los premios TOP 100 que visibilizan el talento femenino

10/04/2021



Imagen de la eldense con su libro "20 plantas saludables para combatir el estrés".

La doctora eldense y especialista en Nutrición, Nítida Pastor, ha quedado en la sexta posición, elegida por votación popular, entre un centenar de candidatas a los premios TOP 100 que visibilizan el talento femenino desde la igualdad. Ahora será un jurado el encargado de elegir a la ganadora. Estos premios a funcionar en el 2011 y representan un paso fundamental para lograr un mayor equilibrio entre los géneros. Por otro lado, recientemente ha publicado en la revista científica *Nutrients* un artículo que ha tenido una gran repercusión.

Nítida Pastor es farmacéutica por la Universidad de Granada y doctora *Cum Laude* en Pediatría por la

Universidad Autónoma de Madrid. Además es directora de Asuntos Médicos para Europa en Reckitt Benckiser, RB, trabajo que la lleva a viajar por todo el mundo. Especializada en Economía de la Salud por la Universidad de York, sus comienzos tuvieron lugar en el Departamento de Botánica de la Universidad de Granada, investigando en Etnobotánica y el uso de plantas medicinales. Esta faceta de su actividad es para ella una afición investigadora que realiza paralelamente a su trabajo.

¿Por qué cree que fue nominada este año a los premios TOP 100?

Para mí es un reconocimiento a mi carrera dedicada a difundir y profundizar en la ciencia y apoyar a otros que contribuyen al bienestar de las personas. Cabe resaltar que he quedado en la sexta posición por votación popular y ahora será el jurado el que elija a la ganadora.

Mi trabajo desde la empresa, los proyectos de investigación, mis libros en los que conecto ciencia, tradición y vida son un pilar fundamental, pero también mi participación en comités, la dirección de más de sesenta proyectos sociales, y las mentorías para el desarrollo de jóvenes me han llevado a la categoría de Pensadoras, Académicas y Científicas llamada "Mujeres que inspiran y lideran el conocimiento y la innovación".

¿Qué ha significado para usted ser votada entre las seis primeras a la lista TOP 100?

Me hace especial ilusión porque la diseminación veraz y ética de la ciencia y el apoyo a comités y fundaciones tiene un impacto.

Estoy convencida de que el hecho de haber sido nominada es el resultado de un duro trabajo y de la dedicación al aprendizaje continuo, pero también refleja el apoyo de mi familia y de mis compañeros. Sólo tengo que levantar la vista para ver a toda la gente de la que estoy orgullosa.

¿Qué actividad desarrolla en la actualidad?

Actualmente soy directora Médica para Europa en Reckitt Benckisser. Estoy centrada en entender los avances científicos para ver cómo se pueden traducir en temas concretos, desde mejoras de productos nutricionales a la creación de nuevas líneas de investigación, facilitando la diseminación de estos avances.

Estoy convencida del valor de la información científica veraz y aún más en estos tiempos convulsos. Hoy en día la información en temas de salud circula muy rápido y, a veces, no está correctamente interpretada o científicamente sustentada. En las áreas de mi especialización, Nutrición, Plantas medicinales o Inmunidad, entender lo que se sabe, lo que no y lo que es prometedor, es crítico.

Recientemente, Nítida Pastor ha publicado en *Nutrients*, revista científica internacional, un artículo que ha tenido un gran impacto, titulado "Phytonutrient and Nutraceutical Action against COVID-19: Current Review of Characteristics and Benefits", en el que habla de las perspectivas del uso de los fitonutrientes y/o nutracéuticos ricos en flavonoides en la prevención y el tratamiento complementario de enfermedades víricas, incluida la COVID-19 y otras infecciones respiratorias.

¿A qué cree que obedece el impacto que ha tenido este artículo?

En la etnobotánica, la medicina tradicional china (MTC) y la medicina ayurvédica, las hierbas medicinales y otros extractos se han utilizado durante generaciones por sus efectos positivos sobre la salud. Hoy en día y por la búsqueda de remedios contra las infecciones virales, concretamente para la COVID-19, el interés y consideración tanto en la prevención, como en el tratamiento o en la recuperación ha aumentado y está generando altas expectativas.

En general, la evidencia científica actual es relativamente escasa sobre el tema del posible uso de Fitonutrientes y Nutracéuticos en la COVID-19. La mayoría de las publicaciones se basan en extrapolaciones para el posible uso basado en la experiencia previa con otro virus, como el anterior coronavirus del SARS (síndrome respiratorio agudo severo). Los mejores resultados son de estudios in vitro, por lo que, de muchos extractos de hierbas, existen pocos datos, o ninguno, sobre su eficacia, efectos secundarios, dosificación o interacciones farmacológicas. Lo que sí se sabe es que los flavonoides cuentan con posibilidades de eficacia como antivirales por sus propiedades antiinflamatorias y de defensa.

¿Qué fitonutrientes y nutracéuticos actúan como agentes terapéuticos?

Entre los flavonoides estudiados, los candidatos más adecuados para actuar fueron: la curcumina, el kaempferol, la quercetina, la apigenina y la monolaurina, seleccionados para su uso como agentes terapéuticos adyuvantes contra las infecciones virales, incluido el SARS-CoV-2. Al mismo tiempo, son necesarios estudios más detallados antes de poder recomendar el uso de estos compuestos como parte de la terapia antiviral. Los alimentos ricos en estos flavonoides constituyen la base de una alimentación saludable.

El diseño adecuado de los ensayos clínicos para demostrar un efecto profiláctico o terapéutico en humanos sigue siendo un reto. Lo mismo ocurriría con la evaluación de la biodisponibilidad y la bioactividad de estos compuestos debido a la gran variabilidad interindividual.

Los resultados in vitro de F/N son prometedores. Sin embargo, antes de emprender nuevos ensayos clínicos en humanos, se necesitan más estudios bien diseñados en animales que investiguen el mecanismo de acción, la farmacocinética y el perfil de seguridad de los complejos vegetales y sus compuestos bioactivos aislados antes de embarcarse en nuevos ensayos clínicos en humanos.

