

## Mensaje evaluado

“El consumo de arándanos previene las infecciones de orina”



Veracidad del mensaje **Probablemente cierto** (certeza moderada: ⊕⊕⊕⊖)

Dirigido a personas vulnerables a las infecciones de orina

### Conclusiones

El consumo de productos elaborados con arándanos (zumos, cápsulas o comprimidos):

- Probablemente previene las infecciones de orina en **mujeres** que las padecen con frecuencia y en **niños**
- Probablemente las previene poco o nada en **personas mayores que viven en residencias**, y podría prevenirlas en **personas operadas**
- Probablemente no aumenta los **efectos adversos** gastrointestinales, como las diarreas



Evaluación basada en una [revisión Cochrane](#) (incluye 50 ensayos clínicos con 8857 personas) publicada en abril de 2023