

12 de Abril de 2006

Universidad de Granada

Diario Médico

DIARIO MEDICO.COM

BUSCAR



BÚSQUEDA AVANZADA

[Congresos](#) | [Archivo](#) | [Empleo](#) | [Quién es quién](#) | [Tienda](#) | [DM Móvil](#) | [Documentos](#) | [Formación](#) | [Medline](#) | [Newsletter](#)[Diariomedico.com](#) > [Especialidades](#) > [Endocrinología](#)[Ir a >](#) [ÁREA PROFESIONAL](#) · [ÁREA CIENTÍFICA](#)

SECCIONES

[SANIDAD](#)[PROFESIÓN](#)[NORMATIVA](#)[GESTIÓN](#)[ENTORNO](#)[MEDICINA](#)[INTERNET](#)[DM HOY](#)[ASESOR](#)[TECNOLOGÍA](#)[ESPECIALES](#)[ENTREVISTAS](#)[INVESTIGAR
EN EUROPA](#)[BLOGS](#)[ENCUESTAS](#)[CONGRESOS
ON-LINE](#)[MULTIMEDIA](#)[RSS \[NUEVO\]](#)

ENDOCRINOLOGÍA

 [[Envíe esta noticia](#)] [[Imprimir](#)] [[Feedback](#)]

12/04/2006

Raquel Serrano

Té verde, garcinia y glucomanano, útiles adyuvantes en el control del sobrepeso

El 15 por ciento de la población adulta española y el 12 por ciento de la infantil padece sobrepeso, alteración que de no controlarse evoluciona a obesidad, uno de los más importantes factores de riesgo cardiovascular y esquelético, según Pilar Riobó, jefa asociada de Endocrinología y Nutrición de la Fundación Jiménez Díaz, de Madrid, que ha participado en la presentación de la Guía para el control del sobrepeso con plantas medicinales editada por el Centro de Investigación sobre Fitoterapia (Infito).

A su juicio, hábitos alimentarios saludables y ejercicio moderado son esenciales para mantener a raya un exceso de peso. Si a ello, según Concha Navarro, catedrática de Farmacología de la [Universidad de Granada](#) y presidenta de Infito, se suma "el uso racional y supervisado por el endocrinólogo de fitoterapia como adyuvante, la prevención y el control del sobrepeso es más eficaz".

Evidencias científicas

Navarro se ha referido a investigaciones que empiezan a validar la eficacia de plantas como las del té verde. Un estudio publicado en Molecular Nutritional Research muestra que los derivados fenólicos del té verde, concretamente las catequinas, inhiben la proliferación y diferenciación de los adipocitos. "Su actividad también conduce al incremento de la termogénesis en cerca de un 40 por ciento y a la estimulación de las enzimas digestivas que frenan la absorción de ciertos nutrientes. Sin embargo, hay que incidir en que los abordajes del sobrepeso y la obesidad deben atenerse a recomendaciones individuales establecidas y controladas por los especialistas. No hay milagros, tan sólo ayudas terapéuticas".

Teresa Ortega, profesora de Farmacología de la Universidad Complutense de Madrid y vicepresidenta de Infito ha aludido a los beneficios de otros dos preparados naturales: la garcinia cambogia y el glucomanano, cuyos datos de estudios en animales y humanos recogen las revistas Mutation Research y Nutrition, Metabolism and Cardiovascular Diseases. "El ácido hidroxicítico (AHC) que contiene la garcinia inhibe la síntesis de los ácidos grasos e interviene en el descenso de la lipogénesis y la disminución del apetito, ya que favorece la liberación de serotonina cerebral y reduce péptidos hipotalámicos como la leptina". Permite además adecuar los niveles de lípidos en sangre y reducir la tensión arterial.

Sobre glucomanano, que debe administrarse bajo control médico, Ortega ha indicado que su capacidad hidrosoluble aumenta hasta cien veces su volumen original, lo que incrementa el vaciado intestinal e inhibe la absorción de hidratos de carbono, colesterol y triglicéridos en suero.



ESPECIALIDADES

[Especialidades](#)

© Recoletos Grupo de Comunicación. Aviso Legal. Quiénes somos. Publicidad.

12 de Abril de 2006

Universidad de Granada

Diario Médico

La información que figura en esta página web, está dirigida exclusivamente al profesional destinado a prescribir o dispensar medicamentos por lo que requiere una formación especializada para su correcta interpretación. S.V.P. nº 712-L-CM concedida por la Comunidad de Madrid, autoridad competente en la materia, el 10 de junio de 1997.