

## Portadas en PDF

Ver edición...

## Edición ACTUALIZADA

- Portada
- Galicia
- España
- Mundo
- Sociedad
- Cultura
- Ciencia y Tecnología
- Deportes
- Economía

## IMAGENES

- Actualidad
- Sociedad
- Deportes
- Infografías

## Ediciones

- Pontevedra
- Ourense
- Arousa
- O Morrazo
- Deza - Tabeirós - Montes

## Secciones

- Portada
- Gran Vigo
- Comarcas
- Galicia
- Opinión
- España
- Mundo
- Sociedad y Cultura
- Sucesos
- Economía
- Deportes
- Humor
- Última
- Cartas
- Agenda

## Servicios

- Titulares
- Mapa del Web
- Buscadores
- Encuestas
- Foros
- Chat
- Webcams
- El Tiempo
- Loterías y quiniela
- Hemeroteca
- Televisión
- Enlaces
- Galería de imágenes
- Cartelera
- RSS
- Páginas amarillas
- Páginas blancas
- Callejero
- Alojamientos
- Restaurantes
- Galería
- Imágenes del día
- Documentos
- Gráficos
- Blogs
- Tecnología aplicada
- El lector sin prisas
- Canales

## INVESTIGACIÓN

# Un estudio muestra que el consumo de maíz, cereza o vino retrasa el envejecimiento

El consumo de alimentos como el maíz, la avena, la cereza o el vino tinto retrasan el envejecimiento por su alto contenido en melatonina, una sustancia natural que produce el ser humano en pequeñas cantidades y que retrasa el daño oxidativo y los procesos neurodegenerativos propios de la edad.

## SERVICIOS

-  Enviar esta página
-  Imprimir esta página
-  Contactar

[Anterior](#)   [Volver](#)   [Siguiente](#)

## AGENCIAS

Así lo establece un estudio de la Red Nacional de Investigación del Envejecimiento en el que participan investigadores del Instituto de Biotecnología de la [Universidad de Granada](#), informó a Efe la institución académica.

El trabajo ha sido llevado a cabo en ratones normales y transgénicos, a los que se provocó un envejecimiento celular acelerado, si bien sus resultados son aplicables al ser humano.

El estudio, en el que también han participado investigadores de las universidades de Sevilla, Oviedo, Zaragoza, Barcelona y Reus, concluye que el consumo de la melatonina retrasa el daño oxidativo y los procesos inflamatorios propios de la edad.

Esta sustancia natural, que el ser humano produce, se encuentra en pequeñas cantidades en algunas frutas y verduras como la cebolla, la cereza y el plátano y en cereales como el maíz, la avena y el arroz, además de en el vino tinto y algunas plantas aromáticas como la menta, hierba luisa, salvia o tomillo.

Según Darío Acuña, miembro del Instituto de Biotecnología de la [Universidad de Granada](#) y coordinador de la Red Nacional de Investigación del Envejecimiento, el estudio ha comprobado que es a los cinco meses de edad en los ratones, lo que equivaldría a los 30 años del hombre, cuando comienzan a aparecer los primeros síntomas de envejecimiento en los tejidos animales debido a un aumento de los radicales libres (oxígeno y nitrógeno), que a su vez provocan una reacción inflamatoria.

Este estrés oxidativo también tiene su reflejo en la sangre del animal, ya que, según han comprobado los investigadores, las células sanguíneas "son más frágiles con el paso de los años, por lo que su membrana celular se destruye más fácilmente".

Los autores del estudio administraron melatonina en pequeñas cantidades a los ratones y observaron que esta sustancia, además de neutralizar el estrés oxidativo y el proceso inflamatorio provocado por el envejecimiento, retrasa los efectos de éste, aumentando así la longevidad.

La labor de la [Universidad de Granada](#) consistió en estudiar la función de la mitocondria de los ratones y su capacidad para producir ATP o trifosfato de adenosina, una molécula encargada de almacenar la energía que cualquier célula necesita para llevar a cabo todas sus funciones.

Según Acuña, la administración crónica de melatonina en el animal en el momento en que deje de producirla ayuda a contrarrestar todos los procesos asociados al envejecimiento.

Así, la ingesta de esta sustancia a diario en el hombre a partir de los 30 ó 40 años podría, si no prevenir, al menos retrasar la aparición de enfermedades ligadas al envejecimiento y relacionadas con los radicales libres e inflamación, como son muchos procesos neurodegenerativos (Párkinson), así como las complicaciones de otras patologías como la diabetes.

El investigador confía en que el Ministerio de Sanidad legalice pronto su uso, ya que al ser un producto natural producido por el organismo humano, esta sustancia no se puede patentar y su producción resultaría poco rentable para la industria farmacéutica.

Mientras se legaliza o no, los expertos recomiendan el consumo de esta sustancia al menos como suplemento nutricional.

Los resultados de esta investigación se han publicado en algunas prestigiosas revistas del campo de la Medicina como "Free Radical Research" y "Experimental Gerontology", entre otras.

**CONTRATE  
DESDE AQUÍ  
SU ANUNCIO  
POR PALABRAS**



- [Bolsa](#)
- [Fútbol](#)
- [Tecnología](#)
- Suplementos**
- [A Escola](#)
- [Campeones](#)
- [El sábado](#)
- [Estela](#)
- [Faro Cultura](#)
- [Faro motor](#)
- [La Isla del Faro](#)
- [Vigo 4 costados](#)
- [Vigo siglo XXI](#)
- [Visado](#)
- Publicidad**
- [Condiciones](#)
- [Tarifas](#)
- [Promociones](#)

	© 1999-2005 Factoría de Chapela-Redondela 36320 PONTEVEDRA Galicia ESPAÑA Tel. +34 986814600 Fax +34 986814614	
	<a href="#">Aviso legal</a>	Publicación electrónica auditada por 

Otras publicaciones del grupo Editorial Prensa Ibérica:  
Costablanca Rundschau - Diari de Girona - Diario de Ibiza - Diario de Mallorca - El 9 Nou - Empordà -  
Información - La Nueva España - La Opinión A Coruña - La Opinión de Granada - La Opinión de  
Málaga - La Opinión de Murcia - La Opinión de Tenerife - La Opinión de Zamora - La Provincia -  
Levante-EMV - El Boletín - Mallorca Zeitung - Regió 7 - Súper Deporte - The Adelaide Review