

BUSCAR EN EL
CANAL

Noticias

BUSCAR

▼ Portada

► Sociedad

· La Familia Real
· Hombre Actual

Provincias

Nacional

Internacional

Sucesos

► Sociedad

Ciencia

Cultura

Especiales

Finanzas/Invertia

Día en imágenes

Videos

Loterías

El tiempo

Televisión

Tráfico

Chat

Foros

SOCIEDAD

■ salud-estudio 27-01-2007

El consumo de maíz, cereza o vino retrasa el envejecimiento, según un estudio

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.

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.

Terra Actualidad - EFE

[Oposita a la UE](#)

Infórmate de este curso a distancia para opositar a la Unión Europea

www.lectiva.net

[Oposiciones Unión Europea](#)

Preparación completa. Presencial o a distancia.

www.institutoeuropeo.net

[Países Mapa](#)

Más de 2 millones de personas ya han viajado con nosotros ¿Vienes?

www.eDreams.es

PUBLICIDAD



Anuncios Google

imprimir enviar a un amigo