

**SUPLEMENTOS**

XL Semanal

Mujer Hoy

La Guía TV

PORTADAS

Heraldo de Aragón

Heraldo de Huesca

Heraldo de Soria

BUSCADOR

HEMEROTECA

27 Ene 2007

UTILIDADES

WAP

**Sociedad****SALUD**

El consumo de cerezas, plátanos, maíz o vino tinto retrasa el envejecimiento

Un estudio de diversas universidades, entre ellas la de Zaragoza, concluye que contienen melatonina, una sustancia natural que retrasa la oxidación.



EFE. Granada | 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**, según esta 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 se encuentra en pequeñas cantidades en 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, la hierbaluisa o el tomillo.

Según Darío Acuña, miembro del Instituto de Biotecnología de la **Universidad de Granada**, la ingesta diaria de esta sustancia a partir de los 30 ó 40 años podría, si no prevenir, al menos retrasar la aparición de enfermedades ligadas al envejecimiento humano y relacionadas con los radicales libres e inflamación, como muchos procesos neurodegenerativos (Parkinson).

El investigador confía en que Sanidad legalice su uso, ya que, al ser una sustancia natural producida por el organismo humano, no se puede patentar.

HERALDO.es

© Heraldo de Aragón, S.A. 2007

Contacte con nosotros

Teléfono 976 765 000

Publicación digital controlada por - Política de **privacidad**

Queda prohibida toda reproducción sin permiso escrito de la empresa a los efectos del artículo 32.1, párrafo segundo, de la Ley de Propiedad Intelectual

HERALDO DE ARAGÓN,S.A. Pº. Independencia, 29, 50001 Zaragoza
 Inscrita en el Registro Mercantil de Zaragoza, con fecha 25-Junio-1909,
 Tomo 7 del Libro de Sociedades, Folio 435, Hoja 570, Inscripción 1ª. CIF:
 A50001973

¡Nadie vende más
propiedades que
RE/MAX!

INMOBILIARIA
Tiempos
Inmóviles

buscador de
inmuebles

**Pizarra
Inmobiliaria**