

Envejecimiento

Información y consejos al servicio de tu salud y la de los tuyos.
www.mapfrecajasalud.com

Vivienda en Colombia

Visite Increíbles proyectos Venta y financiación de vivienda
www.vivaencolombia.com

Envejecimiento

Concurso online para la difusión de proyectos de sensibilización social
www.obrasocialcajamadrid.es

Anuncios Google

Anunciarse en este sitio

6am Hoy por Hoy La Luciérnaga El Pulso del Fútbol La Ventana Hora 20 El Alargue Historia del Mundo Hablar por Hablar Tendido 7



Escúchenos en VIVO

Diales Programación + oído + leído Contáctenos Páute con nosotros Ayuda

Colombia

Lunes, Enero 29 de 2007

» MÁS SECCIONES **Escoja la sección****Sociedad /****Nueva fórmula para la "eterna juventud"**

Fuente: EFE 01/27/2007 - 16:13:00



El consumo de maíz, cerezas, avena y vino tinto retrasa el envejecimiento por su alto contenido en melatonina, sustancia producida en pequeñas cantidades por el cuerpo y que retrasa el daño oxidativo y la degeneración neuronal.

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 (sur de España), informó hoy 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 concluye que el consumo de la melatonina retrasa el daño oxidativo y los procesos inflamatorios propios del envejecimiento.

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 del vino tinto y algunas plantas aromáticas como la menta, la hierba luisa, la salvia o el 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.

Es entonces cuando se produce 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, 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, como el Parkinson, así como las complicaciones de patologías como la diabetes.

El investigador confía en que el Ministerio de Sanidad legalice pronto la comercialización de la melatonina, 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.

Publicidad

Anuncios Google

445€ a Colombia SiVuelas
 Desde Madrid y Barcelona
 Garantiza tu billete por solo 150€
www.sivuelas.es

Vuelo a Colombia 445€
 Ida y vuelta. Oferta especial. Salidas desde Madrid y Barcelona
www.vuelokey.com

Ofertas vuelos a Colombia
 Colombia a tu alcance Compara precios y ahorra
www.edreams.es

Antienvejecimiento
 Aparente 15 años más Joven con el elixir de juventud HGH.
www.Siempre-Joven.com

Anunciarse en este sitio

HerramientasLo **OÍDO**

- El defensor del Pueblo, Volmar Pérez, emite 'Alerta Temprana' de riesgo de seguridad en las Universidades de Bogotá
- En Ipiales encontraron restos humanos de cerca de 21 religiosos
- Niños pobres de San José de Apartadó reciben útiles escolares que dona Carrefour
- Damnificados del Galeras irían a trabajar en España
- Director de El Heraldo, presentará un informe al juzgado que ordenó 'suspender' informaciones sobre la 'parapolítica'

Chat

Nick:

Normal Grande

Lo **LEÍDO**

- Juan Pablo Montoya gana las 24 horas de Daytona
- Ecuador asegura que tiene las pruebas que llevará a La Haya sobre daños por fumigaciones
- Nuevas amenazas de muerte recibieron el senador Gustavo Petro y su familia
- Los banqueros ponen en "tela de juicio" medidas contra la revaluación
- Un burro le arrancó la nariz a un campesino en Bolívar

Anteriores Noticias

Lea todas las noticias de Caracol Radio:

Escoja el día...

Buscar por fecha

Nuevo CERTIFICA METRIC 2.0

Más TITULARES

- » **Beber café en forma moderada no afecta al embarazo**
Publicada : 01/27/2007 16:17:00
- » **Shakira muestra el nuevo modelo de Seat en cuyo diseño participó**
Publicada : 01/27/2007 16:16:00
- » **El mundo de la moda reacciona y se suma al combate contra la anorexia**
Publicada : 01/27/2007 16:15:00
- » **La escritora colombiana Angela Becerra pone magia a las emociones en "Lo que le falta al tiempo"**
Publicada : 01/27/2007 16:12:00
- » **Una mujer china comerá solo tierra durante dos meses para entrar en el Guinness Record**
Publicada : 01/27/2007 10:03:00
- » **"Veo a Colombia en un momento muy difícil", dice Sergio Cabrera**
Publicada : 01/26/2007 11:04:00
- » **Luz Casal, operada de urgencia en una clínica madrileña**
Publicada : 01/26/2007 08:06:00
- » **Cuadro de Rembrandt se subasta en 25,8 millones de dólares**
Publicada : 01/26/2007 08:02:00
- » **Vivir cerca de una autopista perjudica el desarrollo pulmonar de los niños**
Publicada : 01/26/2007 07:59:00
- » **Los científicos hallan el vínculo entre cerebro, emociones y tabaco**
Publicada : 01/26/2007 07:57:00
- » **La ONU advierte que las consecuencias del cambio climático perdurarán por más de mil años**
Publicada : 01/26/2007 07:56:00
- » **Con novedades en prendas, se cierra Colombiatex en Medellín**
Publicada : 01/25/2007 09:56:00
- » **El tiburón "prehistórico" hallado en Japón, es el segundo ejemplar en diez años**
Publicada : 01/25/2007 09:48:00
- » **Gutiérrez Roa y Arango, de la revista SEMANA ganaron premio de Periodismo Digital Rey de España**
Publicada : 01/25/2007 09:47:00
- » **La inteligencia artificial aprende a rastrear olores como los insectos**
Publicada : 01/25/2007 09:45:00
- » **Shakira lanza nueva campaña solidaria en Europa**
Publicada : 01/25/2007 09:43:00
- » **Un niño chino de cuatro años mata a 443 pollos a gritos**
Publicada : 01/25/2007 09:36:00
- » **Un premio Nobel y uno de los músicos más famosos llegan a Cartagena para el Hay Festival**
Publicada : 01/25/2007 07:25:00
- » **Hoy termina la feria Colombiatex de las Américas**
Publicada : 01/25/2007 07:19:00
- » **Llegó a Cartagena el premio Nobel Wole Soyinka**
Publicada : 01/24/2007 21:44:00



COPYRIGHT © 2005 CARACOL, PRIMERA CADENA RADIAL COLOMBIANA S.A., CARACOL S.A.
[Ver Aviso Legal](#)

© 2005 Grupo Latino de Radio

Medición de Tráfico Certifica.com