

Secciones RSS Política Opinión Judicial Negocios Última Hora Quito Ecuador Mundo Sociedad Deportes Cultura Edición Impresa Especiales El Comercio del Ecuador Los Asambleístas Masacre en Virginia Tech Paul Wolfowitz Revistas Siete días Familia Educación Servicios Registro de Usuarios Encuestas Foros Clasificaló Suscripciones Internacionales Anuncie Aquí	<div style="text-align: right;">sociedad@elcomercio.com</div> <p>SOCIEDAD NO. DE PALABRAS: 267 TIEMPO DE LECTURA: 1'46"</p> <h2>La melatonina podría prevenir el envejecimiento</h2> <p><i>Redacción Sociedad</i></p> <p>Científicos españoles parecen estar cada vez más cerca de una de las grandes metas de la ciencia: la forma de retrasar el envejecimiento.</p> <p>Los investigadores afirman que la melatonina logra retrasar los efectos oxidantes e inflamatorios del envejecimiento, según publicó ayer la BBC de Londres.</p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>Enlaces de interés</p> <ul style="list-style-type: none"> > Semana Digital > Colegio Médico > Melatonina </div> <p>La melatonina es una hormona que se produce en el cerebro de forma natural en pequeñas cantidades. Y también se encuentra en varios tipos de alimentos como maíz, avena, cerezas, arroz y vino tinto.</p> <p>"El problema es que el ser humano deja de producir esta sustancia alrededor de los 30 años", dijo el profesor Darío Acuña, quien coordinó el estudio en el Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada.</p> <p>"Pero descubrimos que una dosis diaria de melatonina, a partir de los 40 años, no solo neutraliza los efectos del envejecimiento, sino también incrementa la longevidad" afirmó.</p> <p>Los expertos advierten sin embargo, que hacen falta más investigaciones que documenten la efectividad y seguridad de esta sustancia. Hasta ahora se conoce que una de las funciones de la melatonina es la regulación del reloj biológico en el ser humano.</p> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p><input type="checkbox"/> SOLO TEXTO <input type="checkbox"/> ¿LE SIRVIÓ? <input type="checkbox"/> COMENTE <input type="checkbox"/> ENVÍE A UN AMIGO <input type="checkbox"/> IMPRIMA</p> </div> <div style="display: flex; justify-content: space-between;"> <div style="width: 30%;"> <p>Hipoteca Ecuatorianos Hipoteca especial para ecuatorianos Financiación 100% hasta 50 años.</p> </div> <div style="width: 30%;"> <p>Perder hasta 3kg/semana Cuentas con una dieta rica en proteínas y tu dietista personal</p> </div> <div style="width: 30%; text-align: right;"> <p>Anuncios Google</p> <p>dieta ¿Quieres verte ideal? Mira: Gratis análisis nutricional. www.tunuevafigura.com</p> </div> </div> <div style="border: 1px solid #ccc; padding: 5px; margin-bottom: 10px;"> <p>Moldea tus curvas sin dejar de comer lo que te gusta TU NUEVA FIGURA www.tunuevafigura.com Comentarios: anuncios Google</p> </div> <p>» OTRAS NOTICIAS SOBRE SOCIEDAD</p> <p>Los cereales no refinados, como la quinua y el trigo, son pura fibra Puerto Rico, en guerra contra las grasas 'trans' Galápagos contará con energía limpia Los profesores shuar combinan la docencia con la agricultura El cambio climático exige nuevos hábitos Hipotecarios: el IESS no construirá casas La migración y la constituyente se debaten en Cuenca La herencia genética aumenta riesgo de tumor</p>
---	--