

Menos gráficos | Sólo texto | Escribanos | Ayuda

Miércoles, 25 de abril de 2007 - 15:29 GMT

✉ Envíe esta nota por e-mail

🖨 Imprima esta nota

¿El secreto de la eterna juventud?

BBC Mundo Ciencia

Científicos españoles parecen estar cada vez más cerca de una de las grandes metas de la ciencia: la forma de retrasar el envejecimiento.

Los investigadores afirman que la melatonina logra retrasar los efectos oxidantes e inflamatorios del envejecimiento.



Los expertos creen que la melatonina previene el envejecimiento.

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.

"El problema es que el ser humano deja de producir esta sustancia alrededor de los 30 años", dijo a BBC Ciencia el profesor Darío Acuña Castroviejo, quien coordinó el estudio en el Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada.

"Pero descubrimos que una dosis diaria de melatonina a partir de los 40 años no sólo neutraliza los efectos del envejecimiento, sino también incrementa la longevidad" afirma el investigador.

Los expertos advierten sin embargo, que hacen falta más investigaciones que documenten la efectividad y seguridad de esta sustancia.

Efectos

Se sabe que una de las funciones de la melatonina es la regulación del reloj biológico en el ser humano.

Es por eso que se utiliza en tratamientos para trastornos de sueño.

El nuevo estudio, que se publica en la revista *Experimental Gerontology*, fue llevado a cabo con ratones genéticamente modificados que presentaban un envejecimiento celular acelerado.

Con éstos pudieron evaluar una serie de parámetros de envejecimiento.

La investigación multicéntrica analizó el envejecimiento cerebral, daños en la sangre y piel, envejecimiento del sistema inmunológico y envejecimiento celular.

"Estudiamos cómo envejece la célula, cómo se hace cada vez más incapaz de realizar sus funciones y cuáles son los mecanismos involucrados", señala el profesor Acuña.



Existen todo tipo de tratamientos para mantener la piel joven.

"Vimos que a los cinco meses de edad de los ratones -que corresponde a unos 40 años humanos- se empiezan a ver los primeros signos del envejecimiento", agrega.

Este proceso es causado por la acumulación de radicales libres (oxígeno y nitrógeno), lo que causa posteriormente una reacción inflamatoria de la célula.

A los 10 meses -que en seres humanos equivale a unos 70 años- los ratones mostraron efectos mucho más significativos de envejecimiento, como caída de pelo, tumores, baja capacidad de movimiento, etc.

A esa edad los científicos observaron una acumulación mucho más elevada de radicales libres en las células, y signos mucho más marcados de reacción inflamatoria.

Ese proceso provoca que el animal se vuelva mucho más susceptible de infecciones, inflamaciones y todos los

NOTAS RELACIONADAS

[Vivir para siempre](#)

06 09 06 | Ciencia y Tecnología

[R. Unido: alimentos "de la felicidad"](#)

04 01 04 | Cultura y Sociedad

[Luz del día ayuda a dormir a los bebés](#)

23 11 04 | Ciencia y Tecnología

VÍNCULOS

[Universidad de Granada](#)[Gerontología Experimental](#)[Información sobre melatonina \(en inglés\)](#)

El contenido de las páginas externas sugeridas no es responsabilidad de la BBC.

EN ESTA SECCIÓN

[El talento detrás de los efectos especiales](#)[¿El secreto de la eterna juventud?](#)[Descubren un planeta "habitabile"](#)[📡 | ¿Qué es RSS?](#)

BBC RADIO

[Programación](#)[En FM, AM, OC](#)

SERVICIOS

[¿Qué es RSS?](#) | [📡](#)

OTROS IDIOMAS

[ENGLISH](#)[PORTUGUÊS](#)[MÁS IDIOMAS](#)

síntomas típicos del envejecimiento, que también se dan en el ser humano.

¿Eterna juventud?

"Descubrimos que si a partir del mes de nacidos administramos a los ratones melatonina en el agua de bebida, todos estos signos de envejecimiento no aparecen", afirma el profesor Acuña.

El proceso de envejecimiento se presenta tanto externa (las arrugas y las canas), como internamente.

“ Demostramos que con la melatonina podemos tener una mejor calidad de vida al envejecer, porque prevenimos todos estos procesos internos asociados al envejecimiento ”

"Ahora podemos corregir el envejecimiento externo, por ejemplo con cirugía estética" dice el profesor Acuña.

Prof. Darío Acuña, Universidad de Granada

"Pero si no atacamos los procesos de envejecimiento dentro del cuerpo -agrega- sólo estamos haciendo cambios en la fachada del organismo".

"Demostramos que con la melatonina podemos tener una mejor calidad de vida al envejecer, porque prevenimos todos estos procesos internos asociados al envejecimiento", afirma el científico.

La melatonina -un compuesto antioxidante- se encuentra de forma natural en pequeñas cantidades en el cuerpo.

Pero los seres humanos dejamos de producir esta sustancia a partir de los 35 años, lo que provoca una disminución en los efectos protectores del cuerpo.

"Por eso creemos que una dosis diaria de melatonina a partir de los 40 años podría prevenir el proceso de envejecimiento".

Cautela

Varios estudios en el pasado han analizado los efectos protectores de la melatonina, pero hasta ahora no se ha encontrado suficiente evidencia de sus beneficios.

Es por eso que en varios países todavía no se permite la comercialización de la hormona como suplemento nutricional.

El profesor Acuña y su equipo intentarán ahora repetir sus resultados en seres humanos para demostrar su efectividad y seguridad.

"Mientras la sustancia se comercializa -afirma el investigador- recomendamos a las personas que aumenten su consumo de melatonina con los alimentos que la contienen".

 Envíe esta nota por e-mail

 Imprima esta nota

VEA ADEMÁS



S.O.S. Glaciares

- ▶ Fotos y testimonios desde Perú
- ▶ Escuche la miniserie
- ▶ Envíe sus preguntas



La historia de Yeltsin

La vida del presidente ruso que marcó el fin del comunismo.



¿La nueva Tierra?

- ▶ Descubren planeta "habitable"
- ▶ ¿Cómo se lo imagina? Participe.

BBC MUNDO - PRODUCTOS Y SERVICIOS

[Titulares por e-mail](#)

[Celulares y PDA](#)

[Podcasts](#)

[Noticias a la carta \(RSS\)](#)

[Salvapantalla](#)

Arriba ^^

[Ayuda](#) | [Escríbanos](#) | [Cláusula de privacidad](#)