

BuscaPé  **Teléfono Celular Motorola**  Desde \$ **169,00**

17 de mayo
Lectores: 330.894

El Clima | Subtes
Juegos de Azar

▶ Clasificados ▶ Infitness ▶ Posgrados
▶ Infocampo ▶ InfoPrecios ▶ Weblogs

Hoy Argentina Mundo Deportes Espectáculos Tecnología Negocios y FN **Secciones**

Buscar

Buscador avanzado

Salud Mujer InfoFitness

¿Joven por siempre?

La ciencia avanza cada día más y se estaría acercando a la fuente de la juventud. Olvídense de las cremas costosas, cirugías plásticas y tratamientos, conozca los efectos de la melatonina

 Ampliar Imagen



Científicos españoles informaron en los últimos días se descubrió que la melatonina, una hormona que se produce en el cerebro de forma natural en pequeñas cantidades, logra retrasar los efectos oxidantes e inflamatorios del envejecimiento.

Esta hormona se encuentra también en varios tipos de alimentos como maíz, avena, cerezas, arroz y vino tinto.

Hasta ahí todo sería fácil, pero, lamentablemente el cuerpo humano deja de producir la hormona alrededor de los 30 años, y es ahí donde aparece el problema.

Pero el Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada descubrió que "una dosis diaria de melatonina a partir de los 40 años no sólo neutraliza los efectos del envejecimiento, sino también incrementa la longevidad", afirmó el profesor Darío Acuña Castroviejo, quien coordinó el estudio.

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

Los resultados de la melatonina

Uno de los efectos más conocidos de la hormona es la regulación del reloj biológico en el ser humano, razón por la cual se la utiliza muchas veces en tratamientos para trastornos de sueño.

Luego de un estudio realizado con ratones genéticamente modificados que presentaban un envejecimiento celular acelerado se pudieron registrar algunos parámetros del proceso por medio del cual se analizó el deterioro cerebral, daños en la sangre y piel, del sistema inmunológico y celular.

Según los especialistas, 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.

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".

El próximo paso es producir cantidades de la hormona suficientes para que el proceso de envejecimiento no sólo se detenga, sino que además retroceda.

Mi Infobae:

MIS ARTICULOS 0 LOGIN XML RSS
NOTAS POPULARES REGISTRARSE SEGUIMIENTOS

Votá: ★★★★★ 11 Votos | Ranking: 4.5

Comunidad

Compartir 

PUBLICIDAD

PUBLICIDAD

Clinica Dental Cabrera
ZahnartzPraxis Dental Clinic Arenal
971440136 San Cristobald Arenal

Antienvejecimiento
Aparente 15 años más Joven con el elixir de
juventud HGH.

Anuncios Google

[Hacer tu página de inicio](#) [Carta de lectores](#) [Contáctenos](#) [Publicidad](#) [Infobae en tu sitio](#) [Noticias RSS](#)
[Términos y condiciones de uso](#) [Política de Privacidad](#) [Registración](#)