



Científicos demuestran que el aceite de oliva retrasa el envejecimiento

El consumo continuado de la grasa vegetal afecta al funcionamiento de las células y limita los daños causados por la edad, según investigadores de la Universidad de Granada

EFE - GRANADA - 08-06-2010

Científicos de la Universidad de Granada (UGR) han demostrado los beneficios del aceite de oliva como terapia contra el envejecimiento en una investigación en la que se ha podido comprobar que ratas alimentadas con este producto viven más que otras con dieta de aceite de girasol.

Los investigadores trabajan para establecer los posibles mecanismos moleculares a través de los cuales el aceite de oliva virgen ejerce sus influencias en los signos propios del envejecimiento que provocan cambios en la estructura y las funciones de las células, ha informado hoy Andalucía Innova.

Los expertos han analizado cómo afecta la grasa ingerida a las células para poder atenuar ciertos procesos modificando la dieta. En concreto, los investigadores se centran en cómo altera el aceite de oliva el funcionamiento de las mitocondrias, órganos del interior de la célula que se encargan de producir energía.

'La dieta basada en aceite de oliva hace que durante la vejez se acumulen menos daños' en las mitocondrias, ha asegurado el responsable de la investigación, el profesor de la UGR José Luis Quiles. Los resultados del trabajo han sido publicados en la revista especializada *Mechanisms in Ageing and Development*.

Los análisis apuntan que si el animal ingiere de forma mayoritaria una grasa durante toda la vida, la composición de las membranas de sus células refleja esa grasa ingerida. Así, el aceite de oliva virgen genera unas condiciones de salud a nivel mitocondrial y de estrés oxidativo que favorecen la aparición más tardía del envejecimiento.

Palabras relacionadas:

Aceite oliva envejecimiento retraso Universidad Granada beneficios terapia girasol moléculas célu



El aceite de oliva retrasa el envejecimiento