

**Búsqueda**

palabras de búsqueda

Hemeroteca »

Publicidad



Publicidad



Publicidad



**ALMUÑÉCAR MOTRIL SALOBREÑA PROVINCIA**



**CIENTÍFICOS DE LA UGR DEMUESTRAN LOS BENEFICIOS DEL ACEITE DE OLIVA COMO TERAPIA ANTIVENAJAMIENTO**

07/06/2010 - Redacción

Investigadores del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos José Mataix Verdú de la Universidad de Granada, junto con especialistas del Complejo Hospitalario de Jaén, del Instituto de Bioquímica de la Universidad de La Marche, en Ancona, Italia, y de la Universidad de Lleida han demostrado los efectos beneficiosos del aceite de oliva virgen contra el envejecimiento, frente a otras fuentes grasas. Estos resultados, publicados en la revista Mechanisms in Ageing and Development, demuestran que ratas alimentadas con este tipo de grasa viven más tiempo que otras cuya dieta está basada en aceite de girasol.

Los investigadores granadinos trabajan para establecer los posibles mecanismos moleculares a través de los cuales el aceite de oliva virgen por sí solo, así como la suplementación con coenzima Q, un compuesto antioxidante, ejerce sus influencias en los signos propios del envejecimiento, que provocan cambios en la estructura y las funciones de las células.

Los expertos estudian cómo afecta la grasa ingerida a las células, porque si hay una relación negativa entre ambos factores (tipo de grasa y funcionamiento celular), modificando la dieta también se pueden atenuar ciertos procesos. En concreto, los investigadores se centran en cómo afecta el aceite de oliva a las mitocondrias, un orgánulo del interior de la célula que se encarga de producir energía. Estudian los efectos de la grasa sobre tres niveles: el estrés oxidativo, la funcionalidad del orgánulo y su estructura. "La dieta basada en aceite de oliva hace que durante la vejez se acumulen menos daños en estos tres niveles", asegura el responsable de la investigación, José Luis Quiles.

El estrés oxidativo hace referencia al proceso por el que las células generan cantidades de compuestos llamados radicales libres. Éstos se generan de forma natural por el organismo pero, en exceso, resultan perjudiciales. Se trata de unos agentes que se crean en la producción energética que tiene lugar en el interior de las células. En este proceso de combustión de grasa, se liberan los radicales libres y actúan como antorchas en relación con los tejidos del cuerpo, pues queman todo lo que tocan. "El aceite de oliva reduce el estrés oxidativo, es decir, la generación de radicales libres y, por tanto, hace que los tejidos envejezcan de forma más lenta", asevera Quiles.

En cuanto a la funcionalidad de la mitocondria, han comprobado que el estrés oxidativo daña la capacidad de este orgánulo para producir energía, además de alterar su apariencia. "Al envejecer, se hinchan y pierden la impermeabilidad que permite mantener el equilibrio electroquímico entre el interior y el exterior de la célula", explica Quiles.

Diferentes dietas

Para sustentar estas conclusiones, los expertos han alimentado a ratas con dietas que difieren en su fuente grasa (aceite de oliva virgen, girasol o pescado y/o la suplementación con coenzima Q) durante toda su vida.

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 fenotipo del envejecimiento, cuando se compara con individuos que han ingerido otras grasas como el aceite de girasol. Para demostrarlo, los investigadores han elaborado las denominadas curvas de supervivencia. En estos ensayos, los roedores que sólo ingieren aceite de oliva viven más tiempo que el resto.

Asimismo, si se suplementa la dieta basada en aceite de girasol con coenzima Q, se obtienen los mismos beneficios que con el aceite de oliva. No obstante, suplementar este último tipo de aceite con coenzima Q no mejora su acción beneficiosa, según los investigadores. Esto demuestra los frágiles equilibrios que



**LO MÁS LEÍDO**

1. LA CRISIS OBLIGA A MÁS DE 12.000 ANDALUCES A MARCHARSE FUERA DE ESPAÑA PARA BUSCAR TRABAJO..
2. BAILE AFRICANO, DEGUSTACIÓN GASTRONÓMICA Y LA ACTUACIÓN DE JUAN PINILLA EN LA V SEMANA INTERCULTURAL.
3. PADUL CELEBRA EL DÍA MUNDIAL DEL MEDIO AMBIENTE CON ACTIVIDADES Y TALLERES DE RECICLAJE DIRIGIDOS A LOS ESCOLARES..
4. LA PLAYA DE TORRUEVA Y EL PUERTO DEPORTIVO DE MARINA DEL ESTE SE LLEVAN LAS DOS BANDERAS AZULES DE LA COSTA TROPICAL .
5. HIGINIO ALMAGRO (PSOE) SE COMPROMETE A SER ALIADO, CÓMPICE Y VOZ DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD PARA ACABAR CON LAS BARRERAS QUE IMPIDEN LA PLENA INTEGRACIÓN.

**Editorial**



**Editorial**  
POR LOS PELOS.

**BLOGS**



**Fermín Anguita**  
BLOGS.



**ARANGÜENA**  
BLOGS.



**Blog de Cine**  
BLOGS.



**Emilio Calatayud**  
BLOGS.

**OPINIÓN**



**AFAVIDA**  
ALMUÑÉCAR .



**ADALH**  
ALMUÑÉCAR .



**CRÍTICOS**  
¡¡¡HAY QUE PARAR ESTO COMO SEA!!! .



**Maximo Lopez Millan**  
BLOGS .



**Lucía. G.**  
BLOGS.



**La Otra Mirada**  
BLOG DE COLIN .



**Calle Nueva**  
BLOGS .

se producen a nivel celular. "Los experimentos revelan que no es necesario suplementar la dieta de aceite de oliva virgen con coenzima Q si se toma una alimentación variada y basada en aceite de oliva virgen, porque no sólo no aumentamos el efecto, sino que podríamos romper el equilibrio de la célula y puede ser contraproducente", avisa Quiles.

Los expertos exploran ahora la denominada nutrigenómica, es decir, la relación de la dieta con la expresión de los genes. El siguiente paso es encontrar estrategias para asociar unos determinados genes al origen de la muerte de las ratas. En este sentido, no sólo comprobarán que las ratas alimentadas con aceite de oliva virgen viven más tiempo, sino que asociarán la muerte del animal con una causa (qué órganos se ven afectados en el proceso de envejecimiento, qué tumores se generan...).

Comentarios



Envía la noticia a un amigo



Imprimir



**en titulares**



**08/06/2010**  
**COAG SE REÚNE CON LOS EUROPARLAMENTARIOS ESPAÑOLES Y LES PIDE QUE SE OPONGAN A LA RENOVACIÓN DEL ACUERDO CON MARRUECOS**  
 Ha solicitado a los representantes de nuestro país que trabajen dentro de sus respectivos grupos parlamentarios para evitar la ratificación de un acuerdo lesivo para los intereses de los productores españoles.

**08/06/2010**  
**PRESENTADA LA CAMPAÑA DE ABONOS CB GRANADA 2010-11: "YO APORTO, TODOS SUMAMOS"**

**08/06/2010**  
**LA GUARDIA CIVIL DETIENE A UNA MUJER POR UN INTENTO DE HURTO A UN AGENTE**  
 La detenida está reclamada por hechos similares por tres juzgados de Manresa, Torrelavega y Valladolid.

**08/06/2010**  
**EL SEGUIMIENTO DE LA HUELGA EN LOS ORGANISMOS DE LA ADMINISTRACIÓN GENERAL DEL ESTADO EN LA PROVINCIA DE GRANADA HA SIDO DEL 11,5%**



**08/06/2010**  
**LUISA GARCÍA CHAMORRO: "EN EL PSOE NO HAY PARO"**  
 La secretaria general del PP de Granada, Luisa García Chamorro ha asegurado que "en el PSOE de la provincia no existe la lacra del paro".

**08/06/2010**  
**EL PP ASEGURA QUE LA SITUACIÓN SANITARIA A NIVEL ANDALUZ ES PREOCUPANTE**  
 "Hay granadinos de primera y de segunda, no todos tienen las mismas oportunidades en materia de salud, en función de la comarca en la que residan"



**07/06/2010**  
**LA FUNDACIÓN CRUZCAMPO DISTINGUE A PANSEQUITO CON EL COMPÁS DEL CANTE 2010**  
 La distinción se entregará el próximo 8 de julio en el transcurso de una cena, que se celebrará en el Palacio de los Córdoba de Granada.



**07/06/2010**  
**CAJAGRANADA, CAJA MURCIA, CAIXA PENEDÈS Y SA NOSTRA CREAN EL GRUPO LÍDER DEL ARCO MEDITERRÁNEO**



**07/06/2010**  
**LA GUARDIA CIVIL DESMANTELA UNA BANDA DEDICADA AL ROBO**  
 Han sido detenidas cinco personas, entre ellas una menor de 17 años de edad.



**FOTO CIUDADANA**



ESTO NO SE PUEDE CONSENTIR AMIGO GUSTAVO

Publicidad

**PARKING DE RESIDENTES**  
**Avda. REY JUAN CARLOS**

**VENTA**  
**PLAZAS DE RESIDENTES**  
**A partir de 22.000 €**

Teléfono de Información: **958 63 53 00**

**Condiciones de pago:**  
 6.000 € Reserva  
 80% en Contrato  
 resto en Escritura

