



el semanal
digital.com

Periódico permanente en Internet
Más de 1.500.000 lectores
22-09-2010. Actualizado 23:50

Inscríbete y participa en el sorteo de 150 e-books.

Telefónica

INICIO ESPAÑA MUNDO ECONOMÍA MEDIOS DEPORTES CHISMÓGRAFO MOTOR LIBROS SALUD CULTURA BLOGS SERVICIOS FORMACIÓN SEGUROS

Última hora | Lo más visto | Galería de fotos | Galería de videos | Hemeroteca

Buscar en esd en Google

INICIO -- OCIO -- CONSEJOS

CONSEJOS MÉDICOS

La melatonina, distribuida en todos los países salvo España

Óscar Martín

Son muchos los estudios que avalan las excelencias terapéuticas de la melatonina. Sin embargo en España no se autoriza su venta ni siquiera como complemento dietético.

30 de julio de 2006

Compartir:

La melatonina es una hormona que produce nuestro propio organismo en la glándula pineal, que tiene el tamaño de un guisante y que se sitúa en el centro del cerebro. La secreción de melatonina se produce por la noche como respuesta a la oscuridad. Alcanza un máximo en la mitad de la noche y disminuye hasta la mañana.

Son cientos los estudios que dicen que la melatonina regula y controla nuestro reloj biológico: mejora el sueño, estimula el sistema inmunitario y protege el sistema nervioso central. En estudios realizados in Vitro, la melatonina mostró una actividad anti-mutagénica sobre siete tipos diferentes de células cancerígenas humanas, incluyendo las de mama y las de próstata.

La melatonina también influencia positivamente los sistemas reproductores, cardiovasculares y neurológicos. La melatonina es un anti-oxidante extremadamente potente y versátil que protege cada parte de la célula y cada célula del organismo, incluyendo las neuronas.

Más de 100 enfermedades degenerativas (entre las cuales las cataratas, la degeneración macular de la retina, la enfermedad de Alzeihmer, la enfermedad de Parkinson, la artrosis etc...) se asocian con la reducción de las defensas anti-oxidantes del organismo. La oxidación también es uno de los principales factores de envejecimiento.

Sin embargo, para el Ministerio de Sanidad y Consumo español, y según podemos leer en su página Web:

"La melatonina está disponible en algunos países y puede utilizarse como ayuda para resincronizar el reloj corporal interno. Normalmente se vende como suplemento alimenticio y, por lo tanto, no está sometida al mismo estricto control que los medicamentos (por ejemplo, en Estados Unidos no ha sido aprobada para su uso como medicamento, pero puede venderse como suplemento alimenticio).

No se ha evaluado completamente el mejor momento para tomarse ni la dosificación más eficaz de la melatonina, y se desconocen sus efectos secundarios, especialmente usada a largo plazo. Además, los métodos de fabricación no están normalizados por lo que la dosis de cada tableta puede variar mucho, y pueden estar presentes algunos compuestos dañinos. Por estas razones la melatonina no puede ser recomendada".

Cuando dice que se desconocen los efectos secundarios a largo plazo había que saber cuantos años se consideran largo plazo, pues 20 millones de americanos llevan décadas tomándolo sin que hasta la fecha se hayan constatado efectos secundarios importantes.

También resulta curioso que grandes investigaciones sobre la melatonina se realizan en España con resultados sorprendentes en animales y que no pueden ponerse en práctica en humanos al estar prohibida en nuestro país.

Mª del Pilar Terrón Sánchez, defendió su tesis doctoral sobre los efectos de la melatonina u "hormona de la eterna juventud" en la función fagocítica y en el metabolismo oxidativo de células inmunes de tórtolas collarizas (*Streptopelia risoria*) en diferentes edades. Un estudio por el que ha obtenido la mención de Doctor Europeo y que ha contado con el asesoramiento del prestigioso catedrático de Neuroendocrinología de la Universidad de Texas (EEUU), **Russel J. Reiter**, con el que el departamento de Fisiología mantiene una estrecha colaboración.

Esta hormona es la responsable del buen estado de ánimo, favorece el sueño y frena el envejecimiento y el desarrollo de enfermedades degenerativas como el Alzeihmer y o el

PUBLICIDAD



PUBLICIDAD

GUÍAS LOCALES

Andalucía
Aragón
Asturias
Balears
Cantabria
Castilla La Mancha
Castilla y León

ÚLTIMA HORA

+ TITULARES

España Mundo Economía Medios

Deportes Chismógrafo
23:35 Rusia solicita formalmente a Polonia la extradición de Ajmed Zakayev

23:34 El presidente rumano pidió a Sarkozy que intentase "detener" la expulsión masiva de gitanos

23:30 Reding investiga si España discrimina a los residentes extranjeros

23:24 O.Próximo.- El Consejo de DDHH acusa a Israel de "homicidios intencionados" y "tortura" en su asalto a la flotilla

22:26 Un apagado FC Barcelona vence al Sporting (1-0) con un tanto de David Villa

21:43 Toxo y Méndez llaman a secundar la huelga

21:40 Clima.- Unas 78 personas han muerto en lo que va de año por la temporada de lluvias y huracanes en México

LO MÁS VISTO

+ TITULARES

1. Sara Carbonero reaparece, resbalón incluido, para explicar su último desliz
2. Polémico amante de Tita Cervera entre los Mohedano y cómo sembrar rumores de paternidad entre los Thyssen
3. La reportera que le amargó la noche de cuento de hadas a la Esteban
4. El director de deportes de Antena 3 abandona en medio de rumores
5. La secretaria que ha revolucionado La Moncloa se defiende: "Me están tratando injustamente"
6. El divorcio más mediático y polémico y la nueva vida de la mujer del torero
7. Rubalcaba monta en cólera con Bono cuando le sacan su oscuro pasado
8. Un micrófono traiciona a Zapatero y le deja en evidencia ante la opinión pública
9. La salida del armario en vivo y en directo de un colaborador de "Sálvame"
10. Jaime de Marichalar se sube al carro de la campaña electoral catalana

Parkinson. Igualmente, apunta la directora de la tesis, **Ana Beatriz Rodríguez Moratinos**, en otros países se usa como coadyuvante para eliminar los efectos secundarios de algunos tratamientos que generan gran cantidad de radicales libres (estrés oxidativo) como los de quimioterapia. Sin embargo su administración no está autorizada en España aún.

En el tribunal participaron además de los doctores **Torres Asensio** y **Pariente Llanos** de la UEx, los doctores **García García** (Universidad de Zaragoza), **Sainz Menéndez** (Universidad de Oviedo) y **William Lea** (University of Central Lancashire, Reino Unido).

El trabajo obtuvo la calificación de sobresaliente Cum Laude y ha dado lugar a la publicación de 6 artículos en revistas científicas internacionales de gran prestigio, como Experimental Gerontology, Journal of Neuroendocrinology o Free Radical Research, entre otras.

Científicos de la [Universidad de Granada](#) han realizado también diversos estudios sobre la acción de la melatonina frente a las infecciones que afectan a todo el organismo (sepsis).

Los resultados de la investigación, desarrollada por **Luis Carlos López García** y dirigida por los profesores de la [Universidad de Granada](#), **Darío Acuña Castroviejo** y **Germaine Escames**, han sido publicados en tres revistas internacionales de gran impacto "Critical Care of Medicine, Laboratory Investigation y Journal of Experimental Medicine"

Aunque el trabajo ha pasado la fase de experimentación animal con total éxito, aun no podrá aplicarse en seres humanos ya que el uso de la melatonina, una sustancia natural que genera el propio organismo, está prohibido en España.

De hecho, los resultados previos permitieron a un grupo de investigación italiano el uso de la melatonina como terapéutica frente a la sepsis en recién nacidos, con grandes resultados que han valido para su uso habitual en algunos hospitales italianos.

Aunque este y otros estudios ponen de manifiesto las aplicaciones farmacológicas de la melatonina, existe un problema para comprobarlas en pacientes humanos, ya que en España está prohibido el uso de esta sustancia debido a problemas burocráticos y económicos, puesto que al tratarse de una sustancia natural no es patentable y por tanto "tampoco es rentable para las grandes empresas farmacéuticas", denuncia el científico, tras comentar que a pesar de estas dificultades "tenemos la esperanza de que dentro de un corto periodo de tiempo este fármaco esté legalizado e implantado en España siguiendo los pasos de sus vecinos Francia e Italia para dar soluciones a los pacientes que padecen esta enfermedad".

"Las expectativas terapéuticas de la melatonina son enormes", señala **Acuña**. Y sigue: "En vista de los beneficios y de que en otros países se aprovechan de la investigación básica que realizamos en España, es absurdo que se siga prohibiendo en nuestro país el uso terapéutico de la melatonina en pacientes, siempre en el marco de un control médico".

Por otro lado, investigadores de la Universidad Autónoma de Barcelona han descubierto que la melatonina frena la proliferación de diversos tumores disminuyendo su proliferación hasta en un 50% en cultivos tumorales de rata.

Y suma y sigue:

La melatonina podría ayudar a reducir las cifras de presión arterial, según indica un estudio realizado por especialistas del Brigham and Women's Hospital y de la Harvard Medical School, publicado en la revista científica 'Hypertension'.

[↑ IR ARRIBA](#)

¿Te ha gustado este artículo? Coméntaselo a tus amigos y conocidos:



Me gusta

Sé el primero de tus amigos a quien le gusta esto.

