

RESULTADOS

Consulta todos los datos de las elecciones de Cataluña por provincias, comarcas y municipios

laopiniondegranada.es » Granada



Estudio de la Universidad de Granada

La melatonina ayuda a controlar el aumento de peso

Frutas y verduras como las Bayas del Goji, almendras o pipas de girasol presentan esta hormona en pequeñas cantidades

10:37 VOTE ESTA NOTICIA ☆☆☆☆☆

Me gusta



EFE Científicos de la Universidad de Granada (UGR) han demostrado que la melatonina, hormona natural segregada por el cuerpo humano, sirve para controlar el aumento de peso sin necesidad de reducir la ingesta de alimentos y mejora el perfil lipídico en sangre.

Esta hormona se encuentra además en pequeñas cantidades en algunas frutas y verduras como la mostaza, las Bayas del Goji, las almendras y pipas de girasol, el cardamomo, el hinojo, el cilantro y las cerezas, por lo que su consumo podría ayudar a controlar el peso y a prevenir las enfermedades cardiovasculares asociadas.

Los investigadores, según han informado fuentes de la Universidad, han analizado los efectos de la melatonina sobre la obesidad, la dislipidemia y la hipertensión asociada a la obesidad en ratas Zucker jóvenes obesas diabéticas, un modelo experimental del síndrome metabólico.

Dado que los beneficios derivados de la administración de la melatonina se produjeron en ratas jóvenes, antes de desarrollar complicaciones metabólicas y vasculares, los científicos creen que la melatonina podría ayudar a prevenir las enfermedades cardiovasculares asociadas a la obesidad y la dislipidemia.

Los autores del estudio destacan que, si estos hallazgos se confirman en humanos, la administración de melatonina y la ingesta de alimentos que la contienen podrían ser una herramienta que ayudase a combatir la obesidad y los factores de riesgo asociados a la misma.

Parte de los resultados de esta investigación acaban de ser publicados en la revista científica "Journal of Pineal Research".

Anuncios Google

2950 calidad-precio

Nº1 España - 19 clínicas llamanos: 902367742 www.dorsia.es

Cirugía obesidad diabetes

Unidad acreditada en Zaragoza Mayor experiencia de Aragón www.doctorresa.com

Melatonina

Melatonina Suiza 100% Vegetal El único Foro Sobre La Melatonina www.melatonina.es/Melatonina

COMPARTIR



¿qué es esto?

ENVIAR PÁGINA »

IMPRIMIR PÁGINA »

AUMENTAR TEXTO »

REDUCIR TEXTO »

Comente esta noticia

Envíanos desde aquí tu comentario

Texto:

Text input field for comment

Nombre:

Text input field for name

Correo electrónico:

Text input field for email

Declaro que he leído y acepto las condiciones expuestas en el [aviso legal](#)

REORDENAMIENTO DEL TRÁFICO



La calle Ganivet, cerrada al tráfico

La céntrica calle será sometida a obras de remodelación de su sistema de iluminación durante unos meses.

Regístrate

Crea una cuenta o inicia sesión para ver qué les gusta a tus amigos.



Laopiniondegranada.es en Facebook

Me gusta

A 315 personas les gusta Laopiniondegranada.es



Engracia Laudelino Ignacio Desirée Miguel Ángel

Plug-in social de Facebook