



Director: Manuel Romero
Martes, 30 de noviembre de 2010 | 11:27:17

PORTADA

ACTUALIDAD

CONFLICTO

MEDIOS

OPINIÓN

CULTURA

DEPORTES

SALUD

OCIO

VIVA LA VIDA

TECNOLOGÍA

MADRID

Auditado por y

Suscríbete al [BOLETÍN](#) | [RSS](#)

ÚLTIMA HORA

Y PREVIENE ENFERMEDADES ASOCIADAS A LA OBESIDAD

La melatonina ayuda a regular el aumento de peso

Europa Press

lunes, 29 de noviembre de 2010, 13:24

GRANADA, 29 (EUROPA PRESS)

Científicos de la Universidad de Granada (UGR) "han demostrado" que la melatonina, una hormona natural que segrega el propio cuerpo humano, sirve para controlar el aumento de peso, incluso sin reducir la ingesta de alimentos, y mejora el perfil lipídico en sangre, al reducir los triglicéridos, aumentar el colesterol-HDL y disminuir el colesterol-LDL.

La melatonina se encuentra 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 a la obesidad y la dislipidemia.

Los investigadores 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, informa en un comunicado la UGR.

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.

PROGRAMA ERASMUS

Este estudio fue financiado y apoyado parcialmente por el Plan Propio de la Universidad de Granada, el grupo de investigación CTS-109 (Junta de Andalucía) España, y la movilidad de los investigadores por el programa Erasmus Mundus (Comisión Europea).

Los científicos de la UGR, pertenecientes al Instituto de Neurociencias y al Departamento de

Los autores de este trabajo son los profesores Ahmad Agil, Miguel Navarro, Rosario Ruiz, Sausan Abuamada, Yehia El-Mir y Gumersindo Fernández. Creen que, a la luz de sus resultados, es previsible conseguir un descenso de la incidencia de enfermedades relacionadas con la obesidad y diabetes (cardiovasculares, entre las principales) que disminuyen la calidad y esperanza de vida de los obesos.

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

hoy en portada



El Barça pone la 'manita' y Sergio Ramos los quantazos

Exteriores investiga las aves marroquíes pero se olvida del pueblo saharauí



Justin Bieber deslumbra a sus fans en 'El Hormiguero'

Helena Rakosnik, en la alegría y la adversidad de Artur Mas

- 11:18 La epidemia de sida se estabiliza a nivel mundial >>>
- 11:18 El Senado celebrará un pleno ordinario la tercera semana de enero >>>
- 11:16 Mañueco (PP) confía en la celeridad de las investigaciones sobre el presidente de las Cortes de CyL >>>
- 11:14 FIFA recuerda que la denuncia de la BBC se refiere a un caso antiguo y ya juzgado >>>
- 11:13 Norbert Dentressangle acuerda la compra del operador logístico TDG por 235 millones >>>

+

Compartir

Escribe tu comentario

Usuario:

Comentario:

[Ver condiciones](#)
[Ver términos legales](#)

La Voz Libre en Facebook

[Me gusta](#)

A 5,085 personas les gusta La Voz Libre

Agrocofore

Florença

Yaretz

Monkita

Carolina

La Voz Libre on Facebook