



La mélatonine pourrait aider à contrôler le poids et à prévenir les maladies cardiovasculaires associées à l'obésité

Publication Date: **2011-04-29**

[Ahmad Agil](#)
[Universidad de Granada](#)

Granada
Spain
aagil@ugr.es
Tel: 34 625 143349
<http://www.ugr.es/>

Il s'agit d'une hormone naturelle que secrète le corps et qui se trouve dans quelques fruits et légumes, comme la moutarde, les baies de Goji, les amandes et les graines de tournesol, le cardamome, le fenouil, le coriandre et les cerises. Des chercheurs de l'UGR ont analysé les effets de la mélatonine sur l'obésité, la dyslipidémie et l'hypertension chez des rats jeunes obèses diabétiques.

Des scientifiques de l'Université de Grenade ont démontré que la mélatonine, une hormone naturelle que secrète le propre corps, sert à contrôler le poids sans besoin de réduire l'ingestion d'aliments, et améliore le profil lipidique du sang en réduisant les triglycérides, en augmentant le cholestérol-HDL et en diminuant le cholestérol-LDL.

La mélatonine se trouve à petites doses dans certains fruits et légumes, comme la moutarde, les baies de Goji, les amandes et les graines de tournesol, le cardamome, le fenouil, le coriandre et les cerises, d'où leur consommation pourrait contribuer à contrôler le poids et à prévenir les maladies cardiovasculaires associées à l'obésité et à la dyslipidémie.

Recherche avec des rats

Les chercheurs ont analysé les effets de la mélatonine sur l'obésité, la dyslipidémie et l'hypertension associée à l'obésité chez des rats Zucker jeunes obèses diabétiques, un modèle expérimental du syndrome métabolique. Étant donné que les bénéfices dérivés de l'administration de la mélatonine se sont produits chez des rats jeunes, avant de développer des complications métaboliques et vasculaires, les scientifiques croient que la mélatonine pourrait contribuer à prévenir les maladies cardiovasculaires associées à l'obésité et à la dyslipidémie.

Les auteurs de l'étude soulignent que si ces recherches se confirment chez les humains, l'administration de mélatonine et l'ingestion d'aliments qui en contiennent pourraient devenir un outil pour combattre l'obésité et les facteurs de risque qui y sont associés.

Travail en collaboration

Cette étude a été financée et partiellement appuyée par le Plan Propre de l'Université de Grenade, le groupe de recherche CTS-109 (Junta andalouse) et la mobilité des chercheurs à travers les programme Erasmus Mundus (Commission européenne). Les scientifiques de l'UGR, membres de l'Institut de neurosciences et du Département de Pharmacologie de la Faculté de Médecine, ont réalisé ce travail en collaboration avec le service d'Analyse Cliniques de l'Hôpital Universitaire San Cecilio de Grenade ; le département de Physiologie et de Pharmacologie de l'Université de Salamanque ; le département de Pharmacologie de l'Université de Jordanie et le service d'Endocrinologie de l'hôpital Carlos III de Madrid.

Les auteurs de ce travail sont les professeurs Ahmad Agil, Miguel Navarro, Rosario Ruiz, Sausan Abuamada, Yehia El-Mir et Gumersindo Fernández. D'après eux, ces résultats laissent prévoir une baisse de l'incidence de maladies en rapport avec l'obésité et le diabète (cardiovasculaires, surtout) qui diminuent la qualité et l'espérance de vie des obèses.

Une partie des résultats de cette recherche vient d'être publiée dans la prestigieuse revue scientifique Journal of Pineal Research.

Contact : Ahmad Agil. Département de Pharmacologie. Institut de Neurosciences de la faculté de Médecine de l'Université de Grenade. Tél. : +34 958 243538 ; portable : +34 625 143349 ; courriel : aagil@ugr.es

Subject: FOO; 39;
Country: Spain;
Institution: Educational Body (School, University);
Category: Result;

RCN: 26531
Quality Validation Date: **2011-04-29**