Clasificados 11870.com Vivienda Empleo Coches mujerhoy.com

Jueves, 12 septiembre 2013 Hoy 14 / 28 | Mañana 13 / 28 |

Edición: **Granada** Edición Almería Edición Jaén Personalizar

Iniciar sesión con Regístrate

Portada Local Deportes Economía Más Actualidad Gente y TV Ocio Participa Blogs Servicios Hemeroteca IR

Granada Costa Provincia Huétor Vega Maracena Loja Guadix Baza Motril

Estás en: Granada - Ideal > Granada > **Últimas noticias** > **Un estudio demuestra que la melatonina ayuda a regular el aumento de peso**

ÚLTIMAS NOTICIAS DE GRANADA 12:46

Un estudio demuestra que la melatonina ayuda a regular el aumento de peso

Agencia EFE

Granada, 10 sep (EFE).- Científicos españoles han descubierto que el consumo de melatonina ayuda a regular el aumento de peso porque estimula la aparición de "grasa beige", un tipo de células grasas que quema las calorías en vivo en lugar de almacenarlas.

A diferencia del tejido adiposo blanco, que sí almacena esas calorías y provoca un aumento de peso, la grasa beige (también conocida como "grasa buena o adelgazante") ayuda a regular el control del peso corporal y, por lo tanto, sus beneficios metabólicos, ha informado hoy la Universidad de Granada.

En el estudio, publicado en la revista "Journal of Pineal Research", han participado investigadores del Instituto de Neurociencias de la Universidad de Granada, el Hospital Carlos III de Madrid y el Centro Científico Sanitario de la Universidad de Texas en San Antonio (Estados Unidos).

El trabajo ha permitido desvelar por primera vez un enigma hasta ahora desconocido: por qué razón la melatonina tiene beneficios metabólicos como tratamiento antidiabético y antihiperlipidémico.

Los investigadores analizaron en publicaciones previas los efectos de la melatonina sobre la obesidad, la dislipidemia, la hipertensión y la diabetes mellitus tipo 2 asociadas a la obesidad en ratas jóvenes obesas diabéticas, un modelo experimental del síndrome metabólico.

Los resultados obtenidos llevan a pensar que la clave está en que el consumo crónico de melatonina no sólo induce la aparición de esta "grasa beige" en las ratas obesas diabéticas, sino que aumenta su presencia en los animales delgados que se usaron como grupo control.

Las células de "grasa beige" están dispersas en depósitos del tamaño de una lenteja por debajo de la piel en la parte inguinal de ratas obesas diabéticas.

La melatonina es una hormona natural que segrega el cuerpo humano y que aumenta sus niveles de forma natural durante la noche (en la oscuridad).

También 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.

Publicidad

Nuevo iPhone - 17€
Compradores españoles consiguen hasta un 80% de descuento usando un sorprendente truco.
www.megabargains24.com

Hotel 4* en la Playa
Compara precios de hoteles entre más de 150 webs, encuentra tu hotel ideal y ahorra.
www.trivago.es

¿Dura la vuelta al cole?
Prepárate para superarla en Virgin Active Granada. Disfruta 1 día gratis de gym, spa, ...
www.virginactive.es

Powered by SARENET

ideal.es

© Ideal Comunicación Digital SL Unipersonal
Registro Mercantil de Granada, Tomo 924, Libro 0, Folio 64, Sección 8, Hoja GR17840, Inscripción 1ª C.I.F.: B18553883 Domicilio social en C/ Huelva 2, Polígono de ASEGRA 18210 Peligros (Granada) Correo electrónico de contacto: idealdigital@ideal.es Copyright © Ideal Comunicación Digital S.L.U., Granada, 2008. Incluye contenidos de la empresa citada, del diario IDEAL editado por Corporación de Medios de Andalucía y en su caso, de otras empresas del grupo de la empresa o de terceros.

EN CUALQUIER CASO TODOS LOS DERECHOS RESERVADOS:
Queda prohibida la reproducción, distribución, puesta a disposición, comunicación pública y utilización, total o parcial, de los contenidos de esta web, en cualquier forma o modalidad, sin previa, expresa y escrita autorización, incluyendo, en particular, su mera reproducción y/o puesta a disposición como resúmenes, reseñas o revistas de prensa con fines comerciales o directa o indirectamente lucrativos, a la que se manifiesta oposición expresa.

ENLACES VOCENTO

ABC.es
El Correo
Elnortedecastilla.es
Elcomercio.es
SUR.es
Qué.es
La Voz Digital
ABC Punto Radio
hoyCinema
Infoempleo
Autocasion
Mujerhoy
Vadejuegos
Grada360
Hoy Digital
La Rioja.com
DiarioVasco.com
Ideal digital
Las Provincias
El Diario Montañés
Laverdad.es
Finanzas
hoyMotor
Guía TV
11870.com
Pisos.com
Avanzaentucarrera.com
m.ideal.es

Contactar | Mapa Web | Aviso legal | Política de privacidad | Publicidad | Master de periodísmo
Visitas al Ideal | Política de Cookies