

Científicos demuestran el poder antienviejecimiento del aceite de oliva

Noticias

Los expertos han analizado cómo afecta la grasa ingerida a las células para poder atenuar ciertos procesos modificando la dieta.

Científicos de la Universidad de Granada (UGR) han demostrado los beneficios del aceite de oliva como terapia contra el envejecimiento en una investigación en la que se ha podido comprobar que ratas alimentadas con este producto viven más que otras con dieta de aceite de girasol.

Los investigadores trabajan para establecer los posibles mecanismos moleculares a través de los cuales el aceite de oliva virgen por sí solo, así como la suplementación con un compuesto antioxidante denominado coenzima Q, ejerce sus influencias en los signos propios del envejecimiento que provocan cambios en la estructura y las funciones de las células, ha informado Andalucía Innova.

En concreto, los investigadores se centran en cómo altera el aceite de oliva el funcionamiento de las mitocondrias, orgánulos del interior de la célula que se encargan de producir energía.

"La dieta basada en aceite de oliva hace que durante la vejez se acumulen menos daños" en las mitocondrias, ha asegurado el responsable de la investigación, el profesor de la UGR José Luis Quiles.

Publicados en la revista especializada 'Mechanisms in Ageing and Development', los resultados han sido el producto de la colaboración entre el [Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos](#) [1] José Mataix de la UGR y otros centros científicos de Jaén, Lleida y Ancona (Italia).

Los análisis llevados a cabo apuntan que si el animal ingiere de forma mayoritaria una grasa durante toda la vida, la composición de las membranas de sus células refleja esa grasa ingerida.

Así, el aceite de oliva virgen genera unas condiciones de salud a nivel mitocondrial y de estrés oxidativo que favorecen la aparición más tardía del fenotipo del envejecimiento.

Para demostrarlo, los investigadores han elaborado las denominadas curvas de supervivencia en las que se visualiza cómo los roedores que sólo ingieren este producto viven más tiempo que el resto.

Asimismo, si se suplementa la dieta basada en aceite de girasol con coenzima Q, se obtienen los mismos beneficios que con el aceite de oliva, pero, sin embargo, suplementar este último tipo de aceite con coenzima Q no mejora su acción beneficiosa, según los investigadores.

Esto demuestra los frágiles equilibrios que se producen en las células de modo que "no es necesario suplementar la dieta de aceite de oliva virgen con coenzima Q si se toma una alimentación variada y basada en aceite de oliva virgen", ha explicado Quiles que ha añadido que sus efectos pueden ser incluso contraproducentes.

Los expertos tratan de averiguar ahora las estrategias para asociar unos determinados genes al origen de la muerte de las ratas

En este sentido, no sólo comprobarán que las ratas alimentadas con aceite de oliva virgen viven más tiempo, sino que asociarán la muerte del animal con una causa: qué órganos se ven afectados en el proceso de envejecimiento y qué tumores se generan, entre otros factores.

Redacción

Enlaces:

[1] <http://winyta.ugr.es/>