

La melatonina ayuda a prevenir los signos del envejecimiento

El VII Congreso Internacional de la Sociedad Española de Medicina Antienvejecimiento y Longevidad (Semal), celebrado en Valencia, se ha centrado en combatir los efectos adversos del envejecimiento.

Enrique Mezquita. Valencia 06/10/2008

"El tratamiento crónico con melatonina en animales de envejecimiento acelerado previene las principales manifestaciones del proceso, fundamentalmente por la reducción de los radicales libres, del estrés oxidativo y de la inflamación crónica que subyacen", ha explicado Darío Acuña, catedrático de Fisiología de la Universidad de Granada (UGR). Además, "no solamente no aparecen las manifestaciones típicas del envejecimiento, como los tumores subcutáneos, la caída del pelo o el aumento de la grasa corporal, sino que los animales viven un 25 por ciento más de tiempo en buenas condiciones".

Aunque no se realizan estudios directamente sobre humanos, Acuña ha señalado que "estamos evaluando cuáles son las bases bioquímicas de ese efecto antienvjecimiento para comprobar si son viables y factibles en la especie humana".

A través de un estudio de las alteraciones bioquímicas del envejecimiento, "hemos comprobado que el potencial de la melatonina se basa en su capacidad de mantener en buen estado las mitocondrias".

En una trasposición al ser humano, se han iniciado una serie de estudios para evaluar cómo la melatonina afecta a los marcadores de estrés oxidativo e inflamación, reflejo del daño mitocondrial.

"Los resultados son muy prometedores y, dependiendo de la dosis, es capaz de mantener en unos niveles fisiológicos esos marcadores", ha explicado. Como el ser humano deja de producir melatonina entre los 35 y los 40 años, Acuña ha apostado por una posible terapia sustitutiva.

Esta suplementación sería posible ya porque desde hace un año está legalizada su venta en toda la Unión Europea. Además, "prácticamente no existen contraindicaciones, aunque en tres colectivos deberíamos prestar especial atención y control: los pacientes con enfermedades autoinmunes, las personas anticoaguladas, al presentar un ligero efecto anticoagulante, y las embarazadas, porque es recomendable que no consuman nada en ese periodo".