Consumir greixos en períodes curts activa la crema de calories, segons un estudi



El consum d'una dieta alta en greixos en períodes curts d'entre tres i set dies ajuda a cremar calories. Així ho determina un estudi de la UIC Barcelona, amb seu a Sant Cugat, que ha observat que la ingesta de greixos durant uns dies activa el que es coneix com el greix marró, l'agent responsable de la crema de calories que ajuda a aprimar. Però, els responsables alerten en un comunicat que aquests condicionants només es donen en circumstàncies d'obesitat inicial, i no en fases avançades de la patologia. L'estudi, dut a terme amb ratolins, s'ha publicat a la revista 'Journal of Lipid Research'. Els autors consideren que obre la porta a tenir en compte aquests aspectes com a nous 'biomarcadors de l'obesitat'.

Concretament, l'estudi revela que la ingesta d'aliments rics en greixos produeix un increment dels endocannabinoides a l'hipotàlem, la regió cerebral que controla la gana i el metabolisme corporal, així com l'activitat del greix marró, que incentiva la crema de calories.

L'estudi ha estat liderat per les doctores Núria Casals i Rosalía Rodríguez del Grup d'Investigació en Neurolípids de la Facultat de Medicina i Ciències de la Salut de la UIC Barcelona.

Noticia disponible a https://www.cugat.cat/noticies/societat/144815.html

Copyright 2024 Cugat.cat