

La UdL muestra cómo la dieta mediterránea evita el envejecimiento

LLEIDA

M.B.

La dieta mediterránea, rica en aceites no saturados, retarda el proceso de envejecimiento y la aparición de enfermedades asociadas a la edad, como las cardiovasculares y las neurodegenerativas. A esta conclusión han llegado el grupo de investigación de Fisiopatología Metabólica de la Facultat de Medicina de la UdL que, de forma conjunta con investigadores australianos y norteamericanos, han publicado recientemente los

resultados de la misma en *Physiological Reviews*, la primera revista del mundo en el campo de la fisiología.

Según ha declarado el jefe de área Reinald Pamplona, "el grupo tiene como objetivo el estudio del estrés oxidativo en el proceso biológico del envejecimiento y sobre cómo se puede modificar este proceso". Para comprobar el papel del estrés oxidativo, se han realizado distintas aproximaciones. Por una parte, hacia otras especies



L.M.

Grupo de Fisiopatología Metabólica

con una capacidad de oxidación distinta y, por el otro, modulando el propio proceso oxidativo de los humanos mediante la variable de la alimentación. Como conclusión

del estudio, se ha demostrado que una reducción en la ingesta de grasas saturadas reduce las lesiones en las moléculas y, por tanto, retarda el proceso de envejecimiento.