

Un compuesto de la piel de la manzana puede ayudar a quemar calorías y evitar la obesidad

(27/06/12) - E.P.

También actúa sobre la prediabetes y la esteatosis hepática

Científicos de la Universidad de Iowa, en Estados Unidos, han descubierto en un estudio que el ácido ursólico, un compuesto que se encuentra en grandes cantidades en la piel de la manzana, ayuda a quemar calorías y reducir el riesgo de obesidad, según informa la revista PLoS ONE.

Los individuos del modelo experimental que recibieron este suplemento, que habían sido alimentados con una dieta alta en grasas, mostraron menos obesidad, menos signos de prediabetes y menos enfermedad hepática que los que no tomaron el compuesto.

El ácido ursólico es una sustancia que se forma de forma natural en muchas plantas, como el arándano, la lavanda, el orégano, las ciruelas, la menta y la albahaca. Pero, sobre todo, han observado que es particularmente abundante en la piel de la manzana.

En una investigación previa, el mismo equipo dirigido por el profesor Christopher Adams demostró el año pasado que el ácido ursólico logró promover el crecimiento muscular y proteger del desgaste muscular, a lo que ahora hay que sumar un aumento de los niveles de la grasa parda.

Tal como señalan los investigadores, los mayores niveles de masa muscular y de grasa parda, factores conocidos por sus propiedades para quemar calorías y, a diferencia de la perjudicial grasa blanca que se forma en el abdomen, es un tejido beneficioso porque está destinado a convertirse en energía en el organismo.

Los investigadores estudiaron modelos experimentales alimentados con una dieta alta en grasas durante varias semanas, posteriormente, se les dio un suplemento de ácido ursólico a la mitad de ellos.

Al final del estudio se observó que, a pesar de que los individuos que recibieron el suplemento habían comido más que los otros, aquéllos aumentaron menos su peso corporal y sus niveles de glucosa en la sangre permanecieron normales.

Asimismo, se observó una vez más cómo el ácido ursólico incrementó el músculo esquelético. "Pero lo más interesante fue que redujo la obesidad, la prediabetes y la enfermedad del hígado graso", ha añadido.

Desde hace tiempo se están buscando formas de poder incrementar la grasa parda en humanos y el ácido ursólico, según este estudio, podría ser una de ellas.

El siguiente paso, ha asegurado Adams, será llevar a cabo estudios con pacientes humanos para confirmar si se pueden obtener los mismos beneficios con el ácido ursólico.