

Las patatas fritas pueden ser tan adictivas como la marihuana

Comer patatas fritas es como fumar marihuana, te convierte en dependiente. Un grupo de investigadores italianos y estadounidenses del Instituto Italiano de Tecnología de Génova en colaboración con la Universidad de California en Irvine ha descubierto por qué las comidas grasas producen tanta satisfacción y por qué es muy difícil dejar de comerlas.

FUENTE | ABC Periódico Electrónico S.A.

06/07/2011

Que levante la mano quien haya abierto una bolsa de patatas y no haya podido parar hasta que no quedaba ninguna en el paquete. ¿Qué nos ocurre? La respuesta está en los *endocannabinoides*, sustancias producidas por el intestino, llamadas así porque tienen efectos similares a los cannabinoides que presenta la marihuana.

Todo empieza en la lengua, cuando una sustancia grasa es ingerida, genera una señal que viaja primero al cerebro y sucesivamente atraviesa el nervio vago, llega al intestino y estimula la producción de *endocannabinoides*.

Estos últimos activan otras células, que a través de sustancias químicas, provocan un «deseo insaciable» de comer patatas, según se indica en el experimento publicado en la revista «*Proceedings of the National Academy of Sciences*», pero también ocurre con otros alimentos ricos en grasas, sobre todo aquellos conocidos como «comida basura».

Los *endocannabinoides* (en particular el anandamide) interfieren en la producción de hormonas que afectan a la sensación de hambre y de saciedad y es por esto que juegan un papel importante en la regulación de la asunción de comidas grasas.

«En términos evolutivos, el hombre comía grasas para sobrevivir, ya que son una gran fuente de energía, pero en la actualidad no es necesaria la ingesta abundante de estas para vivir», asegura Daniele Piomelli, director del Departamento de Drug Discovery del ITT.

El estudio ha demostrado además que el suministro de un antagonista de receptores de los *endocannabinoides* reduce la necesidad de comer grasa. La investigación asegura que a largo plazo las patatas fritas son el alimento que más engorda, seguidas de otros tipos de patatas, bebidas azucaradas y de la carne conservada y no conservada.