



## Temperatura

# La grasa buena podría estar vinculada al clima

 A.C.  
*estar bien*

La temperatura ambiente podría afectar al aumento o la pérdida de la grasa marrón o grasa buena en las personas. Así queda recogido en el estudio llevado a cabo por el endocrinólogo Paul Lee, del Instituto de Investigación Médica de Garvan, en Sydney, Australia, y presentado en la reunión de la Sociedad Internacional de Endocrinología y la Sociedad Endocrinóloga.

La investigación demuestra que los ambientes frescos estimulan su crecimiento, mientras los entornos cálidos promueven su pérdida. La grasa parda, conocida también como el tejido adiposo marrón, es un tipo especial de grasa que quema energía para generar calor, de forma que mantiene calientes a los animales pequeños y los bebés. Además protege contra la diabetes y la obesidad. No obstante, está poco claro cómo se regula la grasa marrón en las personas y cómo se relaciona con el metabolismo. No es la primera vez que un estudio recoge la plasticidad de la grasa parda ya que anteriormente, se ha demostrado que personas con abundante grasa almacenada tienden a estar delgadas y poseer niveles bajos de azúcar en la sangre.

“La gran incógnita es si realmente podríamos manipular la grasa marrón para que aumente o disminuya de tamaño en un ser humano”, señala Lee. En este sentido, el investigador ve la grasa buena prometedor para las personas con diabetes, cuyos cuerpos tienen que traba-



jar duro para reducir los niveles de azúcar tras una comida. “La mejora en la sensibilidad a la insulina que acompaña a la ganancia de grasa marrón abre nuevas vías para el tratamiento del metabolismo de la glucosa en el futuro”, apunta.

Por otro lado, la reducción por la escasa exposición al frío debido al uso de la calefacción central puede alterar el funcionamiento de la grasa marrón y ser un colaborador oculto de la obesidad y los trastornos metabólicos”, afirma Lee. “Además de la dieta poco saludable y la inactividad física, es tentador especular que este sutil cambio en la exposición a la temperatura podría ser un factor que contribuye al aumento de la obesidad”, concluye.