

18/06/2011

## La cronobiología y su influencia en patologías como la obesidad y la diabetes, a debate en el 53 Congreso de la SEEN



Foto: EUROPA PRESS

MURCIA, 18 Jun. (EUROPA PRESS) -

La cronobiología y su influencia en patologías como la obesidad, la diabetes y el envejecimiento prematuro serán algunos de los temas de debate en el LIII Congreso de la SEEN, según han informado fuentes de la Sociedad Española de Endocrinología en un comunicado.

"No dormir las horas suficientes, en torno a unas ocho horas diarias, tener horarios irregulares en cuanto a las comidas y no mantener una actividad física regular, no sólo pueden derivar en obesidad sino también en diabetes, envejecimiento prematuro o en determinados trastornos psicológicos", asegura Marta Garaulet, catedrática de Fisiología de la Universidad de Murcia.

Y es que, según ha explicado, "desde 1972 conocemos la existencia de un reloj central en nuestro organismo, capaz de poner en hora nuestro organismo y no solo eso, sino también capaz de sincronizar nuestro cuerpo con el medio externo. Este reloj interno regula las hormonas relacionadas con el metabolismo y el gasto energético".

El ritmo de vida actual hace que nuestro cuerpo sea incapaz de sincronizar los factores externos con nuestro reloj interno. La consecuencia inmediata de este desajuste es, en parte, la epidemia actual de las sociedades modernas, la obesidad.

Garaulet ha subrayado que "el incremento en el número de personas obesas que se está dando en la población española se debe a que, al no dormir las horas de sueño suficientes, nos encontramos más cansados y, debido a esto, nos movemos menos. A esto debemos sumar que las hormonas de control de la ingesta aumentan cuando no alcanzamos las horas de sueño debidas, con lo que se sobreestimula el apetito y comemos más".

Recientemente un estudio publicado en International Journal of Obesity realizado en más 3.500 niños ha corroborado cómo aquellos niños que duermen menos de siete horas diarias muestran un incremento en el peso, superior al de aquellos que duermen un mínimo de ocho horas diarias.

El estudio de los ritmos biológicos externos y la influencia que éstos tienen sobre las diversas funciones corporales recibe el nombre de Cronobiología, y su relación con la Neuroendocrinología viene motivada por la relación entre las diversas hormonas y los ritmos que éstas manifiestan a través del sistema nervioso y del sistema endocrino.

### **HORMONA DEL CRECIMIENTO (GH)**

Entre otros temas tratados durante el Congreso Nacional de la SEEN, destaca el tratamiento del Déficit de la Hormona del Crecimiento (GH) en Adultos. En este sentido, la doctora Ana Sanmartí, del servicio de Endocrinología y Nutrición del Hospital Universitari Germans Trias i Pujol de Badalona, expuso diversos estudios realizados de los cuales puede extraerse que el tratamiento con la GH a largo plazo mejora la composición corporal, los parámetros lipídicos y la calidad de vida relacionada con la salud en la mayoría de pacientes.

Del mismo modo, el tratamiento con GH no parece aumentar la incidencia de diabetes mellitus tipo 2, ni de neoplasias de novo ni recidivas de estas. "Diversos estudios han demostrado que el tratamiento con GH puede reducir la mortalidad de los pacientes con Déficit de la Hormona del Crecimiento en Adultos (DGHA)", asegura Sanmartí.

Cabe recordar que este trastorno en adultos tiene efectos importantes sobre el metabolismo. Además, se manifiesta alterando la composición corporal, de manera que se reduce la masa muscular, la fuerza muscular y la capacidad de ejercicio, disminuye además la densidad mineral ósea, aumentando la grasa corporal, de localización fundamentalmente abdominal, siendo además frecuente la sensación de malestar y alteraciones de la personalidad.

La Sociedad Española de Endocrinología y Nutrición (SEEN) es una sociedad científica compuesta por Endocrinólogos, Bioquímicos, Biólogos y otros especialistas que trabajan en el campo de la Endocrinología, Nutrición y Metabolismo, para profundizar en su conocimiento y difundirlo.

En la actualidad, está formada por 1.500 miembros, todos ellos implicados en el estudio de las hormonas, el metabolismo y la nutrición. Está reconocida como una Sociedad Científica de referencia en estas áreas temáticas, entre cuyos objetivos se encuentra la generación de nuevos conocimientos y su traslado a la atención clínica que conlleve mejoras en el diagnóstico y el tratamiento de todos aquellos pacientes con enfermedades endocrinológicas y nutricionales.