



Una hormona llamada Irisin podría ser la responsable de una parte de los efectos positivos que ofrece la práctica de ejercicio físico para la salud y que, en un futuro, prevén emplearla para tratar problemas como la obesidad.

Así lo indicaron investigadores de la Facultad de Medicina de Harvard y del Instituto de Cáncer Dana-Farber de Boston, Estados Unidos, quienes divulgaron dicho estudio en 2012 en la revista *Nature*.

La investigación señala que cuando una persona hace ejercicio, el cuerpo estimula la producción de la hormona denominada Irisin, la cual actúa de manera directa sobre las células blancas del tejido adiposo.

Tras conocer el resultado, los especialistas experimentaron con ratones a los que administraron Irisin y hallaron que un aumento leve de los niveles de esta hormona en sangre pudo traducirse en un incremento del gasto energético total.

Ello sin modificar la cantidad de ejercicio físico o la ingesta de comida de estos mamíferos, enfatiza el estudio expuesto por varios diarios electrónicos.

A decir del doctor en Biología Celular Bruce Spiegelman, los ratones mostraron mayor resistencia a obesidad y a diabetes, y por consiguiente “disfrutaron de una mayor esperanza de vida”.

Dicho descubrimiento, mencionaron los expertos, hacen pensar que Irisin puede ser la responsable de los beneficios que brinda el ejercicio físico, pero sobre todo de aquellos asociados con el gasto energético total y la resistencia a padecer obesidad.

El especialista en la materia consideró que la hormona podría servir como tratamiento inyectable para enfermedades metabólicas en humanos y otros desordenes en los que la actividad deportiva dé mejores resultados contra el padecimiento.

Es de destacar que durante el estudio los científicos pusieron a los ratones a correr en una rueda y luego de tres semanas observaron que la concentración de Irisin en su sangre aumentó 65 por ciento.

También, los expertos estadounidenses detectaron resultados similares en varias muestras de músculo tomadas en humanos, antes y después de diez semanas de llevar a cabo un entrenamiento físico supervisado.

Lo anterior reveló que los niveles de la hormona en sangre se duplicaron en comparación con los de un individuo no expuesto al ejercicio.

Para Spiegelman y su equipo de trabajo todavía falta indagar en los posibles usos de Irisin para contrarrestar el serio problema de obesidad y diabetes.

Cabe mencionar que México registra los niveles más altos de Latinoamérica en sobrepeso y obesidad, ya que 70 por ciento de la población adulta presenta este problema.

Y para la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económicos (OCDE) es la segunda nación con los mayores índices de sobrepeso y obesidad. **Carlos Trejo Serrano**