LITORALPRESS

Fecha: 12-06-2025
Medio: La Estrella de Arica
Supl. : La Estrella de Arica
Tipo: Noticia general
Título: La taurina no es un biomarcador fiable del envejecimiento, como se pensaba

Pág. : 15
Cm2: 624,4

Tiraje: 7.300
Lectoría: 21.900
Favorabilidad: No Definida

[TENDENCIAS]

La taurina no es un biomarcador fiable del envejecimiento, como se pensaba

Investigadores estadounidenses y españoles analizaron en humanos, ratones y monos la presencia del aminoácido que ha estado de moda por la creencia de que su suplementación podría favorecer a una mayor longevidad.

Agencia EFE

La taurina no es un biomarcador fiable del envejecimiento y su potencial como terapia antienvejecimiento es más probable que dependa del contexto de cada individuo antes que tener un carácter universal, según un estudio con datos de humanos, monos y ratones.

Un equipo de investigadores estadounidenses y españoles publican en Science un artículo en el que se indica que los niveles de taurina en sangre varían más por factores propios de cada individuo que en función del envejecimiento per se.

El micronutriente taurina es uno de los aminoácidos más abundantes en los animales y está implicado en múltiples funciones biológicas.

Algunos artículos previos señalan que la taurina circulante en sangre disminuye con la edad y uno de 2023 hecho con animales indica que la suplementación con esa sustancia podría favorecer una vida más larga y saludable. Sin embargo, otros no concuerdan con esas afirmaciones.

Estos y otros resultados han suscitado debates sobre si los niveles de taurina podrían constituir un biomarcador sanguíneo del envejecimiento. Para que se considere como tal, su nivel debe cambiar con la edad de forma fiable en diversas poblaciones y a lo largo del tiempo.

El equipo, encabezado por los Institutos Nacionales de Salud (NIH) de Estados Unidos, descubrió que las concentraciones de taurina no disminuyen con la edad en individuos sanos de las tres especies de mamíferos estudiadas, sino que, en general, aumentan o se mantienen estables, dijo en una rueda de prensa virtual la primera firmante del artículo, María Emilia Fernández.

SHUTTERSTOCK

LOS CIENTÍFICOS DIJERON QUE PARA TENER UNA VIDA MÁS SANA EN LOS AÑOS DE LA ADULTEZ NO HAY COMO UNA DIETA EQUILIBRADA.

Las variaciones en los niveles estaban más influidas por las diferencias individuales, la dieta, el sexo y la especie que por el propio envejecimiento.

La investigación sugiere que "los cambios en la taurina circulante no son una característica universal del envejecimiento" y sus efectos "pueden depender del contexto temporal y fisiológico de cada individuo", señala el estudio.

Además, indica que "la eficacia de la suplementación con taurina para retrasar el envejecimiento o tratar en general afecciones relacionadas con el envejecimiento puede depender del contexto".

El equipo realizó análisis longitudinales (repetidamente a lo largo del tiempo) o transversales del nivel de taurina en tres grandes cohortes humanas, así como en monos rhesus y ratones de distintas edades, explicó a EFE la investigadora del Instituto de Investigación Sanitaria Islas Baleares (IdISBa), Marta González-Freire, también firmante del estudio.

Las concentraciones aumentaron o se mantuvieron sin cambios con la edad en todos los grupos, salvo en los ratones macho donde permanecieron inalteradas. Los resultados varían en función de la especie y del sexo pero no tienden a disminuir, reiteró.

El estudio -precisó- usó datos de tres cohortes de poblaciones de Baltimore (BLSA), Altlanta (ambas en EE.UU.) y del Estudio sobre el envejecimiento en las Islas Baleares (BILSA), que incluía personas de 20 a 85 años.

El investigador Rafael de Cabo de los NIH y también firmante destacó, en la rueda de prensa, la importancia de usar datos longitudinales de distintas especies a lo largo de la vida y en condiciones normales para entender la evolución de los niveles de taurina.

Los resultados de este estudio difieren de otro publicado por la Universidad de Columbia (EE.UU.) hace dos años en Science, hecho con ratones y monos, según el cual los niveles de taurina disminuyen con la edad y agrega que la ingesta de suplementos con taurinas podía favorecer en esos animales una vida más larga y saludable.

¿RECOMENDACIÓN?

Los investigadores coincidieron en la prudencia sobre el uso de la taurina como suplemento. "No haré ninguna recomendación ni a favor ni en contra. Nuestros datos muestran que es posible que cualquier cosa que se haga depende, en gran medida, del contexto fisiológico", declaró Fernández.

"Todo el mundo se vuelve loco", cuando hay una publicación sobre suplementos, agregó De Cabo, pero hizo hincapié en que son avances científicos que deben entenderse en su contexto.

En el momento actual del conocimiento no hay suplementos que "realmente mejoren la longevidad", afirmó Luigi Ferrucci, del mismo equipo, quien recordó que "si tienes una dieta equilibrada, todo lo que necesitas está en ella".

"Hace falta entender mejor lo que hace o no la taurina", antes de recomendar nada, según Vijay Yadav de Columbia y autor principal del artículo de 2023 con datos contrapuestos al actual, también presente en la rueda de prensa para hablar de las diferencias entre ambos.

Yadav dijo que su grupo realiza ahora un ensayo clínico sobre si la administración de suplementos de taurina en personas se traduce en una mejor salud o forma física.

En cuando a los resultados dispares entre ese estudio y el ahora publicado, De Cabo consideró que "no son opuestos, sino que se complementan", a lo que Ferruci agregó que si hay discrepancias hay que "analizarlas en profundidad porque pueden revelar algún nuevo e importante mecanismo relacionado con el envejecimiento".