

Gehiegizko kiloak

Kortabitarte Egiguren, Irati

Elhuyar Zientziaren Komunikazioa



ARTXIBOKOA

Gizentasunaren jatorria izan daiteke genetikoa, baina, normalean, kaloriak hartzearen eta galtzearen arteko desorekaren ondorio izaten da gehiegizko pisua. Azken urte hauetan hainbat ikerketa egin dira elikadurari, pisuari eta osasunari buruz; azkenetarikoa hauxe bera.

GEMA FRÜHBECK DOKTORE eta Nafarroako Unibertsitate Klinikako Ikerketa Metabolikoaren Laborategiko arduradunak iruzkin bat argitaratu zuen *Nature* aldizkariaren azaroko zenbakian. Lan hartan, adipozitoaren biologiaren modulatzailer berri gisa aurkeztu zuen akuaporina proteina. Kontzeptu berri bat da. Horren arabera, gantz-zeluletan glizerolarekiko iragazkortasuna izateak aukera ematen du adipozitoaren tamaina modulatzeko, eta horrek gizentasuna kontrolatzen laguntzen du.

Orain arteko ikerketak saguetan egin dituzte, familia eta gene ezberdinetako saguetan, hain zuzen ere. Horiei guztiei

modu berean eman diete jaten, eta ikusi dute sagu batzuk gizendu egin direla, eta beste batzuk, berriz, ez. Emaizta horietatik atera dituzte ondorio nagusiak.

Lehendik jakina zen akuaporinek ura garraiatzen dutela mintzetan zehar, baina orain ikusi dute gorputzeko pisuarekin eta adipositatearekin ere zerikusia dutela. Izan ere, akuaporinen azpifamilia batek, akuaglizeroporinen familiak, uraz gain, solutu txikiak ere garraiatzen ditu, glizerola, besteak beste. Beraz, hainbat molekularen kasuan, zubi-lana egiten dute akuaglizeroporinek, nolabait esateko. Gainera, ikusi dute gantz-ehunaren berezko

akuaporina –akuaporina 7a– ezabazten bada, glizerola ez dela gai gantz-zelulatik irteteko eta pixkanaka barnealdean metatzen dela. Alegia, adipozitoaren hipertrofia sortzen da. Horrek guztiak luze irauten badu, eta adipozito batean baino gehiagotan gertatzen bada, gizentzeko joera handia da.

Gainera, ikusi dute akuaporina 7ak intsulinarekiko sentikortasun handia dutenengan ere eragiten duela. Hala ere, gizakietan, funtzio horren galera ez da lotu gizentasunarekin edo diabetarekin. Gizakietan akuaporina 7a galtzen deneko kasu bakarra aztertu dute, eta pertsona horrek ez du gizentasun edo diabetaren sintomarik; ikusi duten sintoma bakarra da odol-leko glizerol-maila zertxobait igo zaiola.

Arazo genetikoa baino gehiago, ohitura-kontua

Gutxi gorabehera 400 genek parte hartzen dute gorputzeko pisua erregulatzen. Orain dela urte batzuk uste zuten

gizentasunak oinarri genetiko garrantzitsua zuela; hau da, gaixoak gizenak zirela uste zen, haien geneek hala baldintzatzen zituztelako. Horrexegatik aztertu du Ikerketa Metabolikoaren Laborategiak gaixotasun horrekin lotutako geneen espresioaren profila.

“gaur egun dagoen gizentasun-epidemia, hein handi batean, egoneko bizitzari eta bizi-ohituren aldaketari zor zaie”

Eta ikusi dute hainbat generen erruz, gizentzeko joera handiagoa dela zenbait kasutan; izan ere, gene batzuek energia aurrezteko joera dute, eta, beste batzuek, berriz, energia askatzeko joera. Hala ere, gizentasunaren




NAFARROAKO UNIBERTSITATE KLINIKA

Gema Frühbeck doktorea Nafarroako Unibertsitate Klinikakoan dihardu obesitatearen genetika ikertzen.

fenotipo bererako hainbat arrazoi daude. Gaur egun dagoen gizentasun-epidemia, hein handi batean, egoneko bizitzari eta bizi-ohituren aldaketari zor zaie, eta ez horrenbeste aldaketa genetikoari. Zalantzarik gabe, gizentasunaren garapena kanpoko eragileen eta hainbat generen konbinazioaren ondorio da.

Ikerketa honengatik, Sir David Cuthbertson domina jaso du Gema Frühbeck doktorea. Domina hori Nutrition Society erakundeak ematen du. Nutrition Society erakundea elikaduraren ikerketaz arduratzen den Europako erakunde zientifikorik entzutetsuena da. Frühbeck doktorea, berriz, domina hori jasotzen duen espainiar estatuko lehenengo ikertzailea da. Are gehiago, ikerketa-lana Estatu Batuetatik kanpo egiten ari den ikertzaile bat saritzen duten lehenengo aldia da.

Aurrerantzean, Nafarroako Unibertsitate Klinikako ikertzaileen helburua izango da gizakien gizentasunaren egoera fisiopatologikoa sakon aztertzea, eta, halaber, kanal horien modulazioa balioztatzea. 

www.basqueresearch.com

Haurren arazo larria: obesitatea

Azken urte hauetan, gizentasunaren arazoak eragin zuzena izan du gizartearen segmentu batean; haurretan, hain zuzen. Izan ere, Espainiako Osasun Ministerioaren arabera, haurren obesitatea, batez ere 6 eta 12 urte bitartekoena, % 16koa da gutxi gorabehera, helduena baino handiagoa.

Aditu guztiek hazkunde horren zergatiak bilatzeari ekin diote. Haien ustez, azken urte hauetan haurren elikadura izan diren aldaketek zerikusi handia dute. Kontuan izan behar da gure gizartea dieta mediterraneotik urruntzen ari dela, zoritxarrez, eta gero eta prestatutako elikagai gehiago jaten ditugula; baita gero eta otordu laster gehiago egin ere.

Obesitatea tratatzeko modurik onena da arazoari lehenbailehen aurrea hartzea. Ume obesoen kasuan, arazoaren konponbidea da elikadurako eta bizitzako ohitura egokiagoak eta osasuntsuagoak irakastea. Jan-neurri bat ezarri behar bada, oso ongi zaindu

behar da, umearen hazkundera eragin dezakeen murrizketarik ez eragiteko. Horregatik, adin horretan agian egoekiagoa da gastu energetikoa gehitzea, kirola eginez, esaterako.

“Umeak zer ikusi, hura ikasi” dio esaera zahar batek, eta elikadura asko dauka helduak umeari erakusteko. Izan ere, haurtzaroon sendotzen eta osatzen dira jateko ohiturak.



AFK/IBOKA