

Descubren efectos inesperados del ayuno intermitente en las células intestinales

¿Acaso lo que hace bien, en exceso, puede terminar haciendo mal? Algo así es lo que hallaron investigadores del Instituto Tecnológico de Massachusetts (MIT) acerca del ayuno intermitente.

En un estudio realizado en ratones publicado en la revista Nature, los expertos observaron que luego de un período de abstinencia alimentaria, las células madre en los intestinos de los animales se incrementaron para reparar el daño.

Y tras asegurar que esa regeneración sólo ocurrió después de que los ratones reanudaron la alimentación, destacaron que esta activación de las células madre tuvo consecuencias negativas, ya que los ratones que experimentaron un cambio genético relacionado con el cáncer durante el período post-ayuno tenían una mayor probabilidad de desarrollar pólipos precoces en los intestinos en comparación con aquellos que no habían ayunado en absoluto.

Este fenómeno resulta de una serie de mecanismos intrincados. Investigaciones previas del MIT han mostrado que el ayuno puede mejorar los efectos positivos al estimular las capacidades reparadoras de las células madre intestinales, facilitando así la recuperación del intestino ante daños o inflamaciones.

Para el trabajo, los investigadores intentaron comprender cómo y cuándo el ayuno da lugar a un aumento de la actividad y la cantidad de células madre. Y lo hicieron a partir de estudiar tres grupos de ratones: animales que ayunaron durante 24 horas, aquellos a los que se les permitió “realimentarse” (volver a comer durante 24 horas después de un ayuno de 24 horas) y aquellos que podían comer cuando quisieran durante el estudio.

En la mirada del profesor asociado de biología en el MIT, miembro del Instituto Koch para la Investigación Integral del Cáncer y autor principal del nuevo estudio, Omer Yilmaz, “tener una mayor actividad de células madre favorece la regeneración, pero un exceso de algo positivo a lo largo del tiempo puede tener efectos negativos”.

El investigador consideró que se requieren más investigaciones para determinar si el ayuno tiene efectos similares en los seres

humanos.

Y amplió: “Aún nos queda mucho por descubrir, pero es notable que el estado de ayuno o la reintroducción de alimentos durante la exposición a mutágenos puede influir significativamente en la probabilidad de desarrollar cáncer en estos modelos de ratón bien definidos”.

Con información de [Infobae](#)