

Expertos advierten que fumar mata y envejece

Un estudio realizado con casi 500.000 personas ha demostrado que fumar acorta los fragmentos finales de los cromosomas de los glóbulos blancos de nuestro sistema inmunitario. La longitud de estos fragmentos finales, llamados telómeros, es un indicador de la rapidez con la que envejecemos y de la capacidad de nuestras células para repararse y regenerarse.

En su presentación en el Congreso Internacional de la Sociedad Respiratoria Europea, celebrado en Milán (Italia), la doctora Siyu Dai, profesora adjunta de la Facultad de Medicina Clínica de la Universidad Normal de Hangzhou e investigadora postdoctoral honoraria del Departamento de Pediatría de la Universidad China de Hong Kong, ha destacado que el estudio demuestra que el hábito de fumar y la longitud de los telómeros son factores determinantes en el envejecimiento de las células.

«Nuestro estudio demuestra que el hábito de fumar y la cantidad de cigarrillos pueden provocar el acortamiento de la longitud de los telómeros de los leucocitos, que es un indicador de la autorreparación, regeneración y envejecimiento de los tejidos –señala. En otras palabras, fumar puede acelerar el proceso de envejecimiento, mientras que dejar de fumar puede disminuir considerablemente el riesgo relacionado».

Los telómeros son como las fundas de plástico o metal al final de los cordones de los zapatos, que impiden que éstos se deshilachen. Son longitudes de secuencias repetitivas de ADN que protegen los extremos de los cromosomas.

Cada vez que una célula se divide, los telómeros se acortan ligeramente, hasta llegar a ser tan cortos que la célula ya no puede dividirse con éxito y muere. Esto forma parte del proceso de envejecimiento.

La longitud de los telómeros en los glóbulos blancos (llamados leucocitos) se ha relacionado anteriormente con el tabaquismo, pero, hasta ahora, apenas se había investigado si el hábito de fumar y la cantidad de cigarrillos fumados causaban realmente el acortamiento de la longitud de los telómeros.

La doctora Dai y su colega el doctor Feng Chen, de la Universidad China de Hong Kong, analizaron los datos del Biobanco del Reino Unido, que contiene información genética y

sanitaria de medio millón de participantes británicos.

Para seguir leyendo con información de Infosalus