

La adicción a la comida estaría influenciada por la inflamación del cerebro

La elección de alimentos no es sólo un proceso biológico, sino también emocional, lo cual involucra a más zonas neurológicas. Las dietas altas en grasas y azúcares podrían afectar funciones como la memoria, el aprendizaje y la atención.

V.B.V.

Comprender la obesidad más allá del exceso de peso fue el objetivo del “Estudio básico-clínico de la neuroinflamación en la vía hipocampo-septum lateral-hipotálamo lateral y su rol en la obesidad”, desarrollado en la Universidad de Valparaíso (UV), que “aporta nuevas evidencias sobre la relación entre la obesidad, la inflamación cerebral y el deterioro cognitivo”, afirmó la institución.

La Revista Médica de Chile, editada por la Sociedad Médica de Santiago, publicó este año que el país “podría superar el 85% de población adulta con exceso de peso en 2050”, lo cual acarrea diversos problemas de salud, entre ellos, la obesidad y las cardiopatías.

La investigación de la UV desarrollada por el veterinario José Luis Marcos, para su egreso como doctor en Ciencias e Ingeniería para la Salud, explicó que el sedentarismo y el consumo de dietas hipercalóricas contribuyen al aumento de peso, alterando los mecanismos biológicos que controlan la ingesta de alimentos.

“Estos procesos están controlados tanto por el hipotálamo -que regula el hambre y la saciedad-, como por el sistema de recompensa, que asocia la comida con el placer. Entre ambas áreas, el septum lateral (pequeña región del cerebro) cumple un rol modulador clave”, señaló el documento.

En este contexto, “la neuroinflamación inducida por la obesidad emerge como un proceso crónico caracterizado por el aumento de citocinas proinflamatorias (la respuesta del cuerpo a los patógenos) y la activación del inflammasoma NLRP3, lo que se ha aso-

ciado con menor desempeño cognitivo y conductas alimentarias compulsivas”, sostuvo el trabajo académico.

PROBLEMAS DE MEMORIA

Marcos demostró que las dietas altas en grasas y azúcares pueden generar inflamación en áreas específicas del cerebro, afectando funciones como la memoria, el aprendizaje y la atención.

“La neuroinflamación influye negativamente en las funciones ejecutivas del cerebro, y facilita la aparición de conductas compulsivas hacia alimentos altamente calóricos. Es un círculo vicioso: la inflamación cerebral afecta la cognición y al mismo tiempo refuerza el consumo compulsivo de comida”, explicó el investigador.

El desarrollo de la tesis combinó modelos experimentales y estudios clínicos en humanos. Allí se observó que una dieta obesogénica activa genes vinculados al inflammasoma NLRP3 -complejo molecular clave en los procesos inflamatorios- y altera la estructura de regiones cerebrales involucradas en la regulación del apetito y las emociones.

Luego en humanos se detectó que quienes presentan obesidad o sobrepeso tienen mayor probabilidad de desarrollar adicción a la comida, junto con un menor desempeño cognitivo.

FÁRMACOS

El análisis además se enfocó en la minociclina, un antibiótico con propiedades antiinflamatorias. “Utilizamos una estrategia de reposicionamiento farmacológico. La minociclina se usa tradicionalmente para tratar el acné, pero también modula la inflamación cerebral. En nuestro modelo experimental, este fármaco logró reducir los marcadores de neuroinfla-



La comida repercute en el desarrollo cognitivo de las personas, razón por la que se llama a ser cuidadoso...



El investigador José Luis Marcos.

“(Es) urgente tomar medidas sostenidas, de lo contrario enfrentaremos adultos jóvenes con obesidad.”

FERNANDO VIO
EXDIRECTOR DEL INTA

85% DE LA POBLACIÓN

en el país tendría exceso de peso en 2050, según la Revista Médica de Chile.

25 PREGUNTAS

planteó el académico Fernando Vio para enfrentar el sobrepeso infantil.

tas con efectos similares.

Entre las conclusiones, el académico planteó que la obesidad debe abordarse de forma multidisciplinaria, integrando la medicina, la psicología, la nutrición y la neurociencia. “Debemos dejar de ver la obesidad sólo desde un punto de vista metabólico. Los aspectos neuroinflamatorios y cognitivos son trascendentales. Sin un enfoque interdisciplinario no vamos a avanzar”.

Marcos agregó que “mientras antes se manifieste la obesidad, más difícil será revertir sus efectos. En los niños, la inflamación cerebral puede afectar el desarrollo cognitivo y perpetuar conductas alimentarias compulsivas”.

OBESIDAD INFANTIL

El académico y exdirector del Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos (INTA) de la Universidad de Chile, Fernando Vio, presentó hace unos días el libro “Obesidad Infantil. El futuro en manos de todos. 25 preguntas para tomar acción frente a una pandemia invisible”, el que está disponible para descarga gratuita en bit.ly/4n3JJW.

El volumen “es un llamado urgente a tomar medidas sostenidas, porque de lo contrario enfrentaremos generaciones de adultos jóvenes con obesidad y sus graves comorbilidades”, destacó el especialista durante el XXVII Congreso Chileno de Obesidad 2025.