

Las grasas dietéticas aumentan la absorción de endotoxinas en hombres obesos



Un nuevo estudio sugiere que los hombres obesos absorben más endotoxinas que los hombres delgados cuando consumen alimentos altos en grasas. Las endotoxinas son conocidas por aumentar la inflamación y la infección dentro del cuerpo y podrían conducir a enfermedades metabólicas como la diabetes.

Después de las comidas, los carbohidratos, las proteínas y las grasas en nuestro torrente sanguíneo están listos para ser utilizados por nuestras células para la producción de energía. Si la cantidad de grasa en la sangre excede el rango normal, nos ponemos en peligro para las enfermedades cardiovasculares (hipertensión, arritmias, etc). Finalmente, el suministro de sangre a los órganos se interrumpe, lo que puede ser perjudicial para diversos sistemas fisiológicos.

Recientemente se descubrió que cuando los lípidos se absorben en el cuerpo llevan consigo algunos **lipopolisacáridos tóxicos llamados endotoxinas**, las que pueden causar inflamación. Ellos causan daño al cuerpo, específicamente al páncreas, lo que conduce al desarrollo de la

diabetes. Los investigadores analizaron si había una diferencia entre la absorción de endotoxinas dependiendo del tipo de lípido que se absorbe dentro del cuerpo. También investigaron si la tasa de absorción difería entre los hombres obesos y magros.

El estudio

Para llevar a cabo esta [investigación](#), estudiaron a ocho hombres que eran obesos y ocho hombres que tenían un peso normal dentro del mismo rango de edad. Estos dos grupos de hombres ingirieron la misma comida que consistía en dos desayunos iso-calóricos e iso-lipídicos similares, que contenían 40 g de grasa de leche que se emulsionaba o no emulsionaba. La cantidad de lípidos y endotoxinas en su sangre se midió 8 horas después de comer.

Resultados del estudio

Los resultados mostraron que después de que los hombres consumieron la leche emulsionada, hubo un fuerte aumento de los niveles de endotoxina en la sangre en 60 minutos. Esto parecía ser debido a **la absorción temprana de los lípidos que promovieron el aumento de la absorción de endotoxinas** y se encontró en su nivel más alto entre 180 a 300 minutos después de que los lípidos se extendieran por el cuerpo. En hombres magros, no hubo tanta absorción de lípidos, lo que resultó en niveles sanguíneos inferiores de endotoxinas después del consumo de alimentos emulsionados.

Estos resultados se suman a la discusión sobre el consumo de grasa y la aparición de enfermedades metabólicas como la diabetes mellitus. Queda por ver si estos resultados son válidos en las mujeres. Una investigación adicional puede explorar la posibilidad de desarrollar nuevas fórmulas de grasa que disminuyan la absorción de endotoxinas y que reduzcan la inflamación general.