

Menjar greixos i sucres ultraprocessats contribueix a tenir dolor muscular, segons un estudi de la URV

Els investigadors van estudiar els efectes d'aquests aliments en ratolins suïssos mascles durant sis setmanes

Investigadors de la URV han constatat que una alimentació rica en greixos i sucres en aliments ultraprocessats -com la brioixeria- contribueix a incrementar les possibilitats de dolor muscular. Un equip de l'Àrea d'Histologia del Departament de Ciències Mèdiques Bàsiques ha investigat els efectes d'una dieta típica de cafeteria i una dieta comercial alta en greixos en ratolins suïssos mascles durant un període de sis setmanes.

Van calcular l'acumulació de greix i la resposta dels nervis musculars. Si bé la dieta de cafeteria va mostrar la presència de major acumulació, que no va ocórrer amb l'altra, en tots dos casos es va detectar un increment de la neurotransmissió muscular que va durar diverses setmanes després d'interrompre les dietes.

Així, l'estudi, publicat recentment a la revista 'Nutrients', conclou que el subministrament d'una dieta hipercalòrica durant aquest període incrementa la neurotransmissió, facilitant així el desenvolupament de dolor muscular. Passat el període, els animals recuperaven ràpidament el pes normal però seguien amb una major resposta nerviosa durant setmanes.

En el context d'un clar augment de la taxa d'obesitat i sobrepès -que s'ha triplicat durant els últims 40 anys i amb la previsió que l'any 2030 més del 38% de la població adulta tingui sobrepès i un 20% sigui obesa-, l'estudi vol contribuir a la forta relació existent entre aquesta "pandèmia" i el dolor més enllà d'altres patologies relacionades. Tot i que, habitualment, aquest dolor s'ha vinculat a un augment de l'estrès mecànic causat pel sobrepès en les articulacions de càrrega, els investigadors creuen que pugui implicar també "fenòmens sistèmics, els de tot l'organisme".