



Comunicado 053
Ciudad de México, 24 de febrero de 2019

PROFUNDIZA IPN INVESTIGACIÓN SOBRE IMPULSO ADICTIVO POR LA COMIDA

- *Este estudio podría marcar la pauta para prevenir la obesidad en el país, donde el 70 por ciento de la población padece esta enfermedad, considerada como uno de los principales retos para el sector salud*
- *“En México la gente come por alegría, toda vez que tenemos un calendario del mal comer, por la cantidad de festividades”, afirmó Delfina Marín Soto, científica del CICS Unidad Santo Tomás*

Ante la situación que se vive en México, donde el 70 por ciento de la población padece obesidad y casi la tercera parte sufre sobrepeso, el Instituto Politécnico Nacional (IPN) realiza una investigación sobre *Food craving*, fenómeno caracterizado por la adicción a la comida, la cual podría marcar la pauta para prevenir estas enfermedades que representan uno de los principales retos para el sector salud.

La especialista en psicología del Centro Interdisciplinario de Ciencias de la Salud (CICS) Unidad Santo Tomás, Delfina Marín Soto, explicó que *Food craving* es la adicción a la comida que desencadena el deseo irresistible por consumir un alimento en particular, el cual además de conducir a la obesidad, se presume que podría provocar alteraciones en la expresión genética.

Consideró que a pesar de las acciones emprendidas por el sector salud para reducir el índice de obesidad en México, aún no se han visto resultados palpables, por el contrario el problema crece cada día, situación que la llevó a analizar aspectos genéticos que puedan estar relacionados con el deseo irresistible por comer.

Marín Soto mencionó que diversos estudios relacionan al consumo de comida en exceso con depresión o sentimientos de tristeza. Sin embargo –enfaticó– en México la gente come por alegría. “Tenemos un calendario del mal comer, mes con mes buscamos fechas que celebrar y con ese pretexto ingerimos muchos alimentos saturados en grasas y carbohidratos. Lo que queremos investigar es si este ambiente obesogénico por el que estamos rodeados, contribuye a la modificación genética”, detalló.



La investigadora, quien con este proyecto obtendrá la maestría en ciencias de la salud, expuso que por factores psicológicos, sociales y culturales la alimentación en las personas se ha modificado y ahora no es una necesidad meramente fisiológica. “Al ingerir un alimento que causa placer se produce dopamina y el propio cuerpo pide ese alimento, porque es sinónimo de bienestar. Además, hay un cambio neurocognitivo orientado al deseo de comer el alimento y, por consiguiente, un cambio conductual al buscar la forma de obtenerlo”, añadió.

Señaló que a nivel internacional existen muy pocas investigaciones sobre *Food craving* y la que se realiza en el IPN representa una aportación importante para el sistema de salud. Añadió que el estudio incluirá a 30 pacientes con obesidad y 30 con peso normal, a quienes se les aplicará un cuestionario encaminado a detectar dicho fenómeno.

Con base en los puntajes obtenidos se les tomarán muestras de sangre para realizar estudios moleculares y establecer si existe una correlación entre las personas obesas y la expresión de los genes DRD2 (receptor de dopamina), CART (adicción a la comida), TAS1R1, TAS2R2 y TAS3R3 (receptores del gusto).

La especialista politécnica refirió que a partir de los resultados obtenidos se efectuarán propuestas para la detección de *Food craving* a una mayor escala. Con ello, dijo, se contaría con herramientas confiables en las que los profesionales de la salud (médicos, nutriólogos y psicólogos) podrán basarse para atender la respuesta adictiva a través de la modificación de factores ambientales y mediante modelos de terapia cognitivo-conductual.

Explicó que esto también favorecerá la adherencia a los tratamientos para controlar el peso, ya que por desconocimiento, los médicos o nutriólogos restringen el alimento causante de *Food craving*, lo cual genera ansiedad a los pacientes, ya que se enfrentan al síndrome de abstinencia, lo que conduce a recaídas.

Indicó que la falta de conocimiento es uno de los principales obstáculos para detectar el *Food craving*. Por ello, dijo, en la medida en que se profundicen las investigaciones, se contarán con mayores elementos para contribuir a su diagnóstico, pues muchas veces se piensa que sólo se trata de un “antojo”, pero cuando esos episodios se presentan de manera frecuente y con sólo pensar en el alimento surge el deseo incontrolable por comerlo, ya se trata de una conducta adictiva.



Instituto Politécnico Nacional
“La Técnica al Servicio de la Patria”

DIRECCIÓN GENERAL
Coordinación de Comunicación Social

Finalmente, Marín Soto comentó que mediante este estudio también comprobarán la hipótesis de las diferencias en la elección de alimentos. “Los varones tienen mayor inclinación por la comida salada, en tanto que las mujeres prefieren los alimentos dulces”, concluyó.

--o0o--