

# La obesidad afecta (también) al gusto

► La Universitat de València, junto con científicos de Boston, coordina el primer estudio mundial que constata que las personas obesas detectan menos sabores ► Los nutricionistas afirman que «percibir más sabor amargo predispone a comer más dulces»

ELENA OCAMPO VALÈNCIA

■ Dos personas de la misma edad y lugar de procedencia pueden no degustar igual un plato cuya elaboración sea idéntica. La diferencia no estaría en los ingredientes, sino en los kilos de los comensales. Un revolucionario estudio de sello español acaba de constatar que las personas obesas perciben menos el sabor que las no obesas. Además, con diferencias muy significativas.

Esa es la principal conclusión de una investigación del Centro de Investigación Biomédica en Red en su área de Fisiopatología de la Obesidad y Nutrición, CiberObn, que establece una relación inversa entre la percepción del sabor y el peso. Los científicos han identificado además, por primera vez, el gen LRR32 asociado a la percepción total del sabor.

La investigación ha sido coordinada por Dolores Corella desde la Universitat de València, en colaboración con el Human Nutrition Research Center de Boston, y publicada recientemente en la prestigiosa revista *American Journal of Clinical Nutrition*. Sus resultados son pioneros en todo el mundo ya que es la primera vez que se constata una relación inversa entre la puntuación en la percepción total de todos los sabores (en el es-



## Los datos

► **A más peso, menor gusto.** Se constata la relación inversa entre la puntuación en la percepción de todos los sabores y el peso, obesidad y perímetro de cintura (en 381 hombres y mujeres de 55 a 75 años).

► **Identifican un gen del 'sabor'.** El estudio también identifica por primera vez un gen asociado con la percepción total del sabor, lo que pone de manifiesto la clara influencia genética en esta materia.

► **Dietas saludables... y sabrosas.** La investigación sugiere la necesidad de elaborar dietas no sólo saludables, sino también sabrosas y personalizadas para conseguir una mayor adherencia.

tudio «total taste score») y el peso, obesidad y perímetro de la cintura en una población de 381 hombres y mujeres de entre 55 y 75 años.

La investigación avanza además en los factores genéticos y ambientales que condicionan las preferencias e ingestas de alimentos. Los hallazgos son relevantes a la hora de pautar dietas para prevenir o tratar la obesidad. «Al ser transversales, nuestros resultados no permiten saber si esta relación es causa o

consecuencia y actualmente estamos trabajando en estudios de seguimiento. En este sentido, conclusiones recientes en ratones de laboratorio han demostrado que la inflamación que suele existir en la obesidad es capaz de destruir las papilas gustativas y ésta sería la consecuencia de que las personas obesas percibieran menos el sabor», apunta Dolores Corella.

Según nutricionistas consultados por este periódico, al percibir menor umbral de sabor, es-

tas personas tendrían mayor riesgo de adicción a la comida para satisfacer su apetito. La nutricionista Amil Viéitez asegura que «una de las cuestiones que contemplamos en nutrigenética es la percepción del sabor amargo, porque ya hay estudios que asocian que cuando percibes demasiado el amargo tienes tendencia a inclinarte por dulces, a tener más apetito emocional y comer entre horas; así como a comer menos verduras y más patatas, por ejemplo». Por eso,

Viéitez habla de la importancia de conocer el «ambiente» -estilo de vida y factores ambientales- para regular la dieta y prevenir la obesidad.

El grupo que dirige Corella ha investigado si existe una influencia genética en la percepción del sabor. Para ello, en este mismo estudio ha realizado un genotipado denso de todo el genoma en los participantes y analizado si existe asociación entre las variantes genéticas y cada uno de los sabores y el sabor total mediante la técnica de GWAS (estudio de asociación de genoma completo).

Anteriormente se habían realizado GWAS para el sabor amargo, y sus genes eran conocidos, pero no existían para los sabores dulce, salado, ácido, umami ni la percepción total. «Los resultados nos han permitido replicar los resultados para el sabor amargo y sugerir nuevos genes para cada uno de los demás sabores. Queremos destacar por su novedad e interés los resultados obtenidos para la percepción total del sabor», celebra Corella.

El gen identificado por primera vez asociado con la percepción total del sabor es el denominado LRR32, relacionado previamente con inmunidad, y, curiosamente, con asma y otras enfermedades pulmonares.