



La alimentación sin regularidad temporal podría ser un factor de riesgo de control de peso corporal

Mauricio Andrade-Marcial¹, Albertina Cortés Sol², Claudia Juárez-Portilla³, Tania Molina-Jiménez⁴ y Elvira Morgado¹

1 Facultad de Biología Xalapa UV, 2 Facultad de Biología Xalapa, 3 Centro de Investigaciones Biomédicas UV; Facultad de Biología Xalapa UV, 4 Facultad de Química Farmacéutica Biológica UV; Facultad de Biología Xalapa UV. mauricio-andrade@hotmail.com

La hora de alimentación es un importante sincronizador de parámetros metabólicos, hormonales, neurales y conductuales. Se ha propuesto que la ingestión de alimento a horas no habituales es un factor de riesgo de obesidad, síndrome metabólico y diabetes. Sin embargo, poco se ha explorado sobre la irregularidad temporal de la ingestión de alimento, un hábito común en las sociedades modernas. Se exploraron tres condiciones de alimentación durante 28 días, utilizando ratas Wistar hembras (n=18) y machos (n=18), bajo condiciones de bioterio, con ciclo de luz/oscuridad 12/12 h, (encendido a las 04:00 h) y agua ad libitum: 1) Alimentación fija (AF), donde los sujetos recibieron alimento de 08:00-11:00 h; 2) Alimentación irregular (AIr), donde los sujetos fueron alimentados en diferentes horarios diariamente, en intervalos de tres horas (a las 10:00, 06:00, 18:00, 14:00, 22:00, 02:00 reiniciando el ciclo); y 3) Ad libitum (AL), sujetos con disponibilidad de alimento las 24 horas. Se registró el peso diario de cada sujeto, justo antes de la entrega del alimento para los grupos AF y AIr y para el grupo AL justo antes del apagado de luz. Asimismo, se registró el consumo de alimento diario para todos los grupos. El grupo AL mostró una ganancia de peso continuo, el grupo AF mostró una disminución de peso durante la primer semana y posteriormente alcanzaron los pesos del grupo AL. Sin embargo los sujetos del grupo AIr tuvieron una ganancia de peso corporal irregular, teniendo su mayor ganancia cuando ingieren alimento durante la fase de oscuridad. El consumo de alimento no mostró variaciones. Nuestros resultados sugieren que se tiene un mejor aprovechamiento nutrimental cuando el alimento es ingerido en horas adecuadas de alimentación según la especie y que la ingestión de alimento sin regularidad temporal podría ser un factor de riesgo de control de peso corporal.