



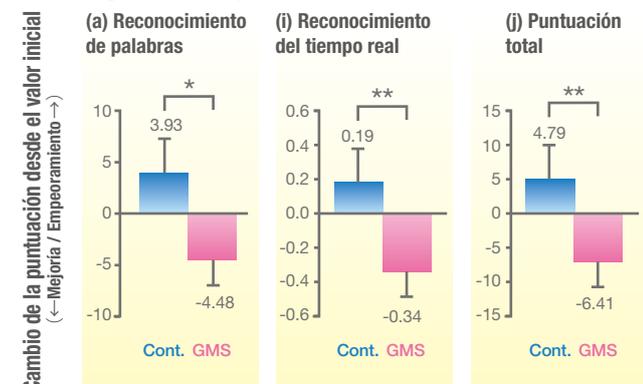
Por ejemplo, se están acumulando pruebas sobre la posible relación de la demencia con la resistencia a la insulina y el exceso de glucosa en el cerebro, lo que sugiere que una dieta especializada puede ser beneficiosa para estos pacientes.

El pasado octubre se publicó un artículo interesante y quizás sorprendente en el European Journal of Clinical Nutrition. Los investigadores de la Universidad de Tottori en Japón habían realizado un estudio que mostraba un beneficio potencial del GMS en personas que sufrían de demencia².

En este estudio, 159 pacientes con demencia fueron divididos en dos grupos. En un grupo, 80 pacientes recibieron dietas con 0,26 g de sal añadida en cada comida (3 comidas/día), y en el otro, 79 pacientes recibieron dietas con 0,9 g de GMS añadido en cada comida (3 comidas/día). La dosis se determinó de tal manera que la cantidad de consumo de sodio fuera igual en cada grupo. A todos los sujetos se les hicieron exámenes físicos, pruebas de sangre, cuestionarios y pruebas de síntomas cognitivos antes y después del experimento de 12 semanas y, luego, 4 semanas después durante una evaluación de seguimiento.

En el seguimiento, los investigadores encontraron que el grupo de pacientes que ingirió GMS mostró puntuaciones superiores en una prueba de habilidad cognitiva general versus el grupo de pacientes que ingirió sal ($p < 0,05$). Además, obtuvieron puntuaciones más altas en las pruebas de “reconocimiento de palabras” y “reconocimiento del tiempo real”.

■ Efecto del L-glutamato monosódico (sustancia del umami) en la función cognitiva de las personas con demencia



Resultados de la evaluación de seguimiento de 4 semanas. Todos los datos indicados significan \pm error estándar, y el número en la barra de error es el valor medio. * $p < 0,05$, ** $p < 0,01$

La pérdida de apetito se considera un factor de riesgo importante para la progresión de la demencia en pacientes ancianos. Se plantea la teoría de que la capacidad de degustar el umami puede disminuir con la edad, y que esto contribuye a la falta de gusto por la comida. En este estudio, al añadir GMS y, además, al

incrementar el sabor del umami en la comida, el apetito aumentó y la función cognitiva también mejoró en los pacientes ancianos con demencia. Este estudio indica que el uso del umami puede inhibir el progreso de la demencia y los investigadores creen que estudios posteriores pueden demostrar un impacto positivo al inicio de la enfermedad.

Aunque estos son resultados muy interesantes y prometedores, son preliminares. Los investigadores notaron que se requiere de mayor investigación para confirmar el estudio y para entender mejor por qué y cómo el GMS puede tener un impacto positivo en la habilidad cognitiva.

Un corpus de evidencia cada vez mayor

La demencia y su tratamiento es uno de los campos de estudio más investigados rigurosamente en la medicina moderna. Los científicos y los investigadores han estudiado sus causas, su relación con los factores de riesgo como la diabetes, los accidentes cerebrovasculares y la depresión, y numerosos enfoques medicinales y terapéuticos para curar, prevenir o al menos ralentizar la progresión de esta afección debilitante.

Los resultados presentados en este boletín se suman a un corpus de evidencia cada vez mayor de que el GMS, el umami y los aminoácidos parecen tener un impacto positivo en una variedad de problemas sanitarios de los ancianos, incluyendo la demencia.

Beneficio potencial del GMS³

- Ayuda en la deglución.
- Ayuda a prevenir la resequead bucal y el trastorno del gusto.
- Contribuye a la higiene bucal.
- Ayuda a controlar el apetito.
- Acelera la digestión.
- Ayuda a reducir el consumo de sal.

Boletín vol.5 / Boletín vol.8

Como lo comentamos en el Boletín 8, el sabor básico del umami en sí mismo podría tener un beneficio significativo para la salud de los ancianos. Más de un tercio de las personas ancianas tienen un sentido del gusto deteriorado, y entre las personas ancianas que no están sanas, esta proporción se eleva a la mitad. El deterioro del gusto está asociado a la reducción de la secreción de saliva, lo que dificulta la deglución. La combinación de la reducción del gusto y la dificultad para deglutir puede contribuir a la disminución del apetito, dando lugar a la pérdida de peso y a la desnutrición. Sin embargo, el sabor del umami aumenta tanto la palatabilidad de los alimentos como la salivación, por lo que se espera que aumente el apetito y regule el aumento de peso.



Asimismo, tal como se describe en el Boletín 5 de esta serie, la sarcopenia -es decir, la pérdida de masa muscular esquelética y de fuerza relacionada con la edad- es otro problema sanitario común que puede afectar a la salud y la independencia de los ancianos. Nuestro "Amino L40", que es una mezcla de nueve aminoácidos esenciales vitales para la síntesis de proteínas musculares, ha demostrado que aumenta la masa y la fuerza muscular y la velocidad de la caminata en las personas ancianas cuando se combina con un programa de ejercicios.

Ajinomoto Co., Inc.: El beneficio de la ciencia para los seres humanos

Se sigue investigando continuamente sobre los aminoácidos, el umami y el GMS, lo que contribuye a una base bibliográfica cada vez mayor que sugiere beneficios para la salud en los ancianos. Continuaremos siguiendo estos desarrollos con gran interés en nuestro esfuerzo constante para ayudar a todos a comer bien y a vivir bien.

Sobre Ajinomoto Co., Inc.

El Grupo Ajinomoto es una empresa global que se especializa en el negocio de los alimentos y aminoácidos, asistida por nuestras tecnologías de biociencia de vanguardia y sustancias químicas finas.

Basándonos en el mensaje corporativo "Comer bien, Vivir bien", hemos estado buscando científicamente las posibilidades de los aminoácidos en apoyo a la vida saludable de las personas de todo el mundo. Nuestro objetivo es crecer en el futuro y continuar contribuyendo a un mayor bienestar, generando valor a través de soluciones sostenibles e innovadoras para las comunidades y la sociedad.

El Grupo Ajinomoto cuenta con oficinas en 35 países y vende productos en más de 130 países y regiones. En el ejercicio fiscal 2018, las ventas fueron de 1,1274 trillones de yenes (10.100 millones de dólares estadounidenses). Para conocer más, visite <http://www.ajinomoto.com>.

Referencias:

- <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC5732407/>
- M. Kouzuki, M. Taniguchi, T. Suzuki, et al. Effect of Monosodium L-Glutamate (Umami Substance) on Cognitive Function in People with Dementia. *Eur J Clin Nutr* 73, 266-275 (2019)
- Potential Benefits of MSG
International Glutamate Information Center
<https://glutamate.org/benefits/umami-taste-important-for-overall-health/>
BBC
<https://www.bbc.com/news/health-30952637>
Umami: The Science and Lore of Healthy Eating (The Academia of Nutrition and Dietetics, US)
https://www.andeal.org/vault/2440/web/Umami_Science_and_Lore_of_Health_Eating_201708.pdf
 - Helps control appetite
U. Masic & M. R. Yeomans: "Umami flavor enhances appetite but also increases satiety" *Am. J. Clin. Nutr.*, 100, 532 (2014).
 - Helps with swallowing/Helps prevent taste disorders
T. Sasano "Important Role of Umami Taste Sensitivity in Oral and Overall Health" et al., *Curr Pharm. Des.* 20: 2750-2754 (2014)
<https://flavourjournal.biomedcentral.com/articles/10.1186/2044-7248-4-10>
 - Contributes to oral hygiene/Accelerates digestion
H. Zai, M. Kusano, H. Hosaka, Y. Shimoyama, A. Nagoshi, M. Maeda, O. Kawamura & M. Mori: "Monosodium L-Glutamate Added to a High-Energy, High-Protein Liquid Diet Promotes Gastric Emptying" *Am. J. Clin. Nutr.*, 89, 431 (2009).
 - H. Uneyama et al. "Physiological Role of Dietary Free Glutamate in the Food Digestion" *Asia Pac. J Clin. Nutr.* 17(S1) 372-375 (2008)
 - Helps reduce salt intake
S. Yamaguchi et al. *Journal Food Sci* 49(1) 82-85 (1984)
Boletín vol.9