vinetur

Libera endorfinas con una copa de vino

jueves 6 de febrero de 2020

ESCRITO POR ANA GÓMEZ

Las endorfinas, esos neurotransmisores que se encargan de estimular las áreas cerebrales que producen placer al organismo, que nos conducen a un estado de felicidad y que también se liberan cuando bebes una copa de vino.



Estas sustancias, que se producen en el cerebro, tienen efectos opiáceos. Un estudio realizado en la Universidad de California, descubrió que tras consumir alcohol, estas **endorfinas se producen en dos áreas del cerebro llamadas núcleo accumbens y corteza orbitofrontal**.

El receptor responsable de actuar con las endorfinas es el **receptor Mu**.

Cuando **bebemos una copa de vino estamos más felices, más relajados y nos sentimos mejor**. Esta sensación es la que puede llevar a la adicción, de modo que si conocemos bien cómo funciona nuestro cerebro cuando bebemos alcohol, podremos encontrar un mejor tratamiento para la adicción al alcohol.

Un curioso estudio analizó las respuestas cerebrales de individuos con alto consumo de alcohol y otros bebedores ocasionales. En todos los casos se liberaron endorfinas. Lo curioso es que se observó un aumento de endorfinas en la corteza orbitofrontal que sólo incrementó los sentimientos positivos en los bebedores habituales. **Esto quiere decir que el cerebro de los alcohólicos está modificado, y encuentran más placentero el consumo de alcohol, lo que les lleva a beber más.**

Recuerda: bebe con moderación

¡Salud!