

La taurina es inconsistente como biomarcador del envejecimiento

El aminoácido ganó popularidad como suplemento alimenticio.

September 22, 2025 By NIH.gov

Científicos de los Institutos Nacionales de Salud (NIH, siglas en inglés) han descubierto que niveles de taurina en circulación, un aminoácido potencialmente esencial en múltiples funciones biológicas importantes, dudosamente sirva como un buen biomarcador del proceso de envejecimiento. En muestras de sangre humana y sangre de monos y ratones, los científicos descubrieron que los niveles de taurina en circulación a menudo aumentaban o se mantenían constantes con la edad.

Análisis longitudinales de datos demostraron que dentro de las diferencias individuales de los niveles de taurina a menudo excedían los cambios relacionados con la edad. Los investigadores también descubrieron que los niveles de taurina se asociaban inconsistentemente con los resultados de salud a través de las edades, especies y cohortes, sugiriendo que la disminución de taurina no es un marcador universal de envejecimiento. En cambio, su impacto puede depender de los contextos fisiológicos que se determinan por factores genéticos, nutricionales y medioambientales. Los resultados se publicaron en Science.

La taurina ganó popularidad recientemente como suplemento alimenticio debido a investigaciones recientes que encontraron que suplementar con taurina mejoró múltiples rasgos relacionados con la edad y extendió la duración de vida en organismos modelo (gusanos y ratones). Sin embargo, no existen datos clínicos sólidos que demuestren que dicha suplementación beneficie a los humanos.

“Un reciente artículo de investigación sobre la taurina, nos llevó a evaluar esta molécula como un potencial biomarcador del envejecimiento en múltiples especies”, dijo Rafael de Cabo, PhD, coautor del estudio y jefe de la División de Gerontología Translativa del Instituto Nacional del Envejecimiento del NIH (NIA, siglas en inglés).

Los investigadores también descubrieron que la relación entre la taurina y la fuerza muscular o el

peso corporal era inconsistente. Por ejemplo, los análisis de la función de motricidad gruesa resaltan las limitaciones de considerar únicamente los cambios de la taurina como indicadores del envejecimiento biológico, ya que comparativamente la función de motricidad fina se puede asociar con altas o bajas concentraciones de taurina, mientras que en otros casos, ninguna relación fue encontrada entre estas variables.

“La identificación de biomarcadores confiables para predecir el comienzo y la progresión del envejecimiento y el deterioro funcional sería un gran avance”, enfatizó Luigi Ferrucci, MD, PhD, coautor del estudio y director científico en el NIA.

© 2026 Smart + Strong All Rights Reserved.

<http://beta.docker.poz.com/article/la-aurina-es-inconsistente-como-biomarcador-del-envejecimiento>