

DIARIO

MAGAZINE

EL VIAJERO

TIENDA

DISEÑO WEB

GRUPO SIGLO XXI

Calcula Tu Peso Ideal

Descubre cuanto deberías Pesar y como Cuidarte! 0,35€/sms
www.blinkogold.es/Test-PesoIdeal

Vive la salud. Red social

La única red social para compartir tu salud con profesionales.
www.vivelasalud.com

Escuela Actividad Física

Máster en Actividad Física y Salud a Distancia. ¡Consúltanos Ahora!
www.mastermas.com

SIGLO XXI

DIARIO DIGITAL INDEPENDIENTE, PLURAL Y ABIERTO

Tienda SIGLO XXI

Envíos urgentes. El mejor precio. La tienda oficial de Diario SIGLO XXI.

Martes, 09 de marzo de 2010 • Actualizado a las 13:38 (CET) • Año VIII. Fundado en noviembre de 2003

VÍDEOS | IMÁGENES | ÚLTIMA HORA | ENCUESTAS | EL TIEMPO | PÁGINAS BLANCAS | PÁGINAS AMARILLAS | CALLEJERO

🔍

Más

OPINIÓN

Firmas

Viñetas

ENTREVISTAS Y CHARLAS DIG.

ESPECIALES

PUBLICIDAD

aprendemas.com

• Cursos

• Másters

ESPAÑA

INTERNACIONAL

DEPORTES

Fútbol

Baloncesto

Motor

Tenis

Balonmano

Ciclismo

Golf

Vela y Copa Am.

Atletismo

Más noticias

ECONOMÍA

Vivienda

Automóviles

CULTURA Y OCIO

Cine

Televisión

Música

Libros

SOCIEDAD

Sucesos y tribu.

Ciencia y salud

Religión

Prensa y medios

Educación

Gente

Gastronomía, vinos y lugares

J. Ruiz de Infante

Toros

Ignacio de Cossío

PUBLICIDAD

¿NUESTRO?

RESTAURANTE

Santiago

Marbella • 952770078

zoom.in

gratuito

Consumo, Calidad de Vida

Los niños con buena condición física controlan mejor su apetito y su gasto energético, según una investigación

Publicado el lunes 8 de marzo de 2010 a las 13:00 horas.

» Enviar una carta al director

» Imprimir esta página

» Guardar y compartir

Menéame

Google

Yahoo!

Windows Live

Digg

Delicious

Technorati

Wikio

Blinklist

Fresqui

Facebook

Newsvine

Reddit

Los niños con buena condición física controlan mejor su apetito y su gasto energético, según una investigación

GRANADA, 8 (EUROPA PRESS)

Los adolescentes de entre 12 y 17 años con mejores niveles de condición física y actividad física poseen también mejores niveles de insulina y leptina, dos hormonas involucradas en el desarrollo de la diabetes, el control del apetito y el gasto energético.

Así lo ha demostrado un reciente estudio elaborado por investigadores del departamento de Fisiología de la Universidad de Granada (UGR), que a su vez pone de manifiesto, tras realizar una profunda revisión sistemática de la literatura científica, que la actividad física y la condición física se asocian de forma negativa con la cantidad de grasa corporal de los adolescentes.

La investigación realizada ha analizado por primera vez en Europa de una forma estandarizada la influencia de los niveles de actividad física y condición física sobre la sensibilidad a la insulina y niveles de leptina de los jóvenes. Para llevar a cabo este trabajo, los científicos analizaron una muestra formada por unos 3.800 adolescentes europeos, con edades comprendidas entre 12,5 y 17,5 años.

El estudio se basa en un importante estudio multicéntrico, denominado "Helena" (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in adolescent), financiado por la Unión Europea y realizado en 10 ciudades de 9 países europeos, incluido España, informó la UGR en una nota.

ESTADO NUTRICIONAL

En ambos proyectos, el objetivo ha sido analizar el estado nutricional y el estilo de vida de los adolescentes, incluyendo aspectos como la actividad física, condición física y perfil hormonal, entre otros.

Los científicos apuntan que, posiblemente,"el mecanismo por el que la condición física y actividad física pueden condicionar la sensibilidad a la insulina y niveles de leptina en adolescentes esté relacionado con los efectos a nivel metabólico del propio ejercicio físico y la disminución de los niveles de grasa".

Los resultados obtenidos en este trabajo han constatado, asimismo, que una elevada actividad física y un alto nivel de condición física en los jóvenes están relacionados con un menor grado de adiposidad en niños y adolescentes.

Esta investigación ha sido realizada por David Jiménez Pavón, del departamento de Fisiología de la Universidad de Granada, y dirigida por Manuel Castillo Garzón, Jonatan Ruiz Ruiz y Marcela González Gross.

Comentarios

Escriba su opinión

Nombre y apellidos *

Comentario (máx. 1.000 caracteres) *

E-mail (no se muestra) *

Envíos urgentes. El mejor precio. Nuestra tienda oficial.

Tienda SIGLO XXI

Aprende terapia infantil

Psicología gestáltica

10% descuento estudiantes

www.centromariamazambrano.es

El poder adelgazante

de la Judía Blanca. De 2 a 3 kilos por semana. Garantía de devolución.

www.firstdayiberia.com

Derecho Infantil:

Ayúdanos a que la infancia sea una realidad para todos los niños.

fundacion.telefonica.com/pron

Obesidad Sobrepeso

¿Eres obeso o tienes sobrepeso?

Consúltanos tu caso y te ayudaremos

www.cmcmmedicalgroup.es

Adelgazar con éxito

¡Sin experimentos de dietas! Adelgazar con éxito con BCM

www.programa-bcm.com

1 de 2

09/03/2010 13:40