Pulsar aquí para descargar el plugin.

Healthsensation sierra nevada
EL SUBIDÓN.es

GranadaDigital

Martes, 09 marzo de 2010, 11:08

Pulsar aquí para descargar el plugin.

Universidad
SALUD

Los niños "en forma" controlan mejor su apetito y su gasto energético, según una investigación de la UGR

lunes, 08/03/2010 12:26

EP **Imprimir** **Enviar**

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 adolescente), 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 J. Castillo Garzón, Jonatan Ruiz Ruiz y Marcela González Gross.

Enviar esta noticia a ... **Imprimir** **Enviar**

Valore este artículo

/ 0 votos | Vota

AGREGUE SU COMENTARIO

Su Nombre:

Su Correo Electrónico:

Comentario:

Añadir

Granada Digital no se hace responsable de los comentarios expresados por los lectores y se reserva el derecho de recortar, modificar e incluso eliminar todas aquellas aportaciones que no mantengan las formas adecuadas de educación y respeto. De la misma forma, se compromete a procurar la correcta utilización de estos mecanismos, con el máximo respeto a la dignidad de las personas y a la libertad de expresión amparada por la Constitución española.

Pulsar aquí para descargar el plugin.

Pulsar aquí para descargar el plugin.

OPINIÓN

CARRERAS UNIVERSITARIAS EUROPEAS
• Banca y Finanzas
• Empresa y Comercio
• Publicidad y RRPP

VISIONARIOS

Ven en nuestras carreras
su futuro profesional