

Los adolescentes que están en forma controlan mejor su apetito que los que no lo están

8/03/2010 - 11:34

- Según una investigación de la Universidad de Granada

MADRID, 08 (SERVIMEDIA)

Los adolescentes de entre 12 y 17 años que están en buena forma física controlan mejor su apetito que los que no lo están, según pone de manifiesto un estudio elaborado por investigadores del Departamento de Fisiología de la Universidad de Granada (UGR).

El trabajo, realizado con una muestra de unos 3.800 adolescentes europeos, indica que la relación entre buena forma física y control del apetito puede deberse a la mejora metabólica que origina el ejercicio a través de la regulación de hormonas como la insulina y la leptina.

Según informó hoy la UGR, la investigación 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.

A su vez, esta investigación se basa en un estudio multicéntrico, denominado Helena (Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in adolescent), financiado por la Unión Europea y realizado en diez ciudades de nueve países europeos, incluido España.

Tanto en Helena como en el trabajo de la Universidad de Granada, 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.

(SERVIMEDIA)

08-MAR-10

IGA/caa

© **Ecoprensa S.A.** - Todos los derechos reservados - Nota Legal - Quiénes somos - Suscripciones - Publicidad - RSS - Archivo - Ayuda