

Uso de cookies

Utilizamos cookies propias y de terceros para mejorar nuestros servicios y mostrarle publicidad relacionada con sus preferencias mediante el análisis de sus hábitos de navegación. Si continúa navegando, consideramos que acepta su uso. Puede obtener más información, o bien conocer cómo cambiar la configuración, en nuestra [política de cookies](#), pinche el enlace para mayor información.

efe.com

La web de la primera agencia de información en español

Edición

España

Iniciar sesión

Registro

Contacto

Quiénes somos

Webs de EFE

EFE: FUTURO

Búsqueda Avanzada

buscar aquí...



CIENCIA

ESPACIO

HUMANIDADES

DISPOSITIVOS

VIDEOJUEGOS

INTERNET

MEDIO AMBIENTE

SALUD

COP19

ESPECIAL REGALOS

PORTADA > CIENCIA > DESCUBREN POR QUÉ EL EJERCICIO MEJORA LA FUNCIÓN CARDÍACA

GENÉTICA CARDIOLOGÍA



8



Me gusta



+1

Descubren por qué el ejercicio mejora la función cardíaca

Investigadores del [Centro de Regulación Genómica \(CRG\)](#) de Barcelona han encontrado el mecanismo celular que explica por qué el ejercicio físico es beneficioso para el corazón y han descubierto que el deporte moderado eleva el nivel de ciertas proteínas en las mitocondrias de sus células cardíacas.

EFEFUTURO BARCELONA | MIÉRCOLES 12.02.2014



Los corredores de la primera serie de 800 metros en el Campeonato de Europa de Atletismo Barcelona 2010, que se celebra en el Estadio Olímpico Lluís Companys de Barcelona. EFE/Andreu Dalmau

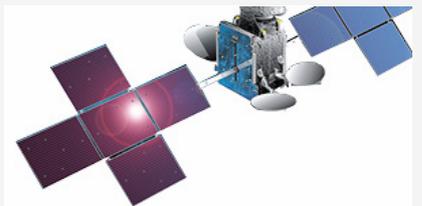
La investigación, que publica hoy la revista científica "[Journal of Proteome Research](#)" que publica de la Asociación Americana de Química (ACS, en sus siglas en inglés), demuestra por primera vez cómo y de qué manera el ejercicio físico influye en la fuerza de las células para mejorar la función cardíaca.

Aunque muchos estudios han demostrado que el ejercicio físico tiene muchos beneficios, como ayudar a perder peso, a tener unos músculos más fuertes e incluso a reducir el riesgo de desarrollar cáncer y otras enfermedades, se desconocía el mecanismo celular que causaba estos beneficios.

El jefe de la Unidad de Proteómica en el Centro de Regulación Genómica en Barcelona, Eduard Sabidó, ha explicado que a pesar de los bien documentados beneficios del ejercicio físico "la manera exacta en que este ayuda al corazón no se conocía bien".

"Por supuesto, el ejercicio refuerza el músculo del corazón, que así puede bombear más sangre en el cuerpo de forma más eficiente. Y las personas que entrenan y hacen ejercicio regularmente tienen menos riesgos de desarrollar problemas cardíacos y enfermedades cardiovasculares", ha puntualizado el investigador.

Publicidad



HISPASAT.
Calidad y eficacia en las comunicaciones por satélite.

CANAL DE VÍDEOS



VER MÁS VÍDEOS >

Nuestras webs



Blogosfera de Ciencia y Tecnología

Sin embargo, la forma en que sucede todo esto en el cuerpo a nivel molecular ha desconcertado a los investigadores hasta ahora.

El equipo de científicos que ha llevado a cabo la investigación, entre los que están los del CRG, han descubierto que los ratones de laboratorio (usados como modelos de enfermedades humanas) que realizaban ejercicio durante 54 semanas, siguiendo una rutina concreta para correr, tenían niveles más altos de ciertas proteínas en las mitocondrias de sus células cardíacas que los ratones que no hacían ejercicio.

Las **mitocondrias** producen energía para las células del cuerpo y, en concreto, los investigadores han identificado dos proteínas, las quinasas denominadas RAF y p38, que “parece ser que desencadenan los efectos cardiovasculares beneficiosos de la realización de ejercicio físico durante un período de tiempo prolongado”, ha explicado Sabidó. EFE



Sobre nosotros [EFEfuturo](#)

EFEfuturo, plataforma global de noticias de ciencia, tecnología, gadget, ocio digital y periodismo electrónico de la Agencia EFE. +34913467100 futuro (arroba) efe.es <http://www.efefuturo.com> y <http://www.efeverde.com>

Etiquetado con: [cardiología](#), [CRT](#), [deporte](#), [investigación](#), [mitocondrias](#)

Publicado en: [Ciencia](#)

Publicidad

Assistència Sanitària

per només **30,46** €/mes

Sentiràs que la teva salut està en bones mans...

EFE FUTURO - CIENCIA

EFEciencia (EFEfuturo) is out!
<http://t.co/bakcpm2Qlo> hace 40 minutos desde Paper.li ReplyRetweetFavorite

El Museo de la Evolución Humana expondrá una colección anatómica en cera <http://t.co/eKmdozjKpo> hace 3 horas desde Tweet Button ReplyRetweetFavorite

Seguir a @efeciencia 10.8K seguidores

Publicidad

00:00/30:08

Atomos y Bits
Atomos y Bits N 37

Download

1. Atomos y Bits N° 37	30:08
2. Atomos y Bits N° 36	30:02
3. Atomos y Bits N° 35	30:08
4. Atomos y Bits N° 34	29:50

VOOX

00:00

LO MÁS EN EFE FUTURO – AGENCIA EFE

VISTO COMPARTIDO NUBE DE TAGS

- TOR, el oscuro mundo de la internet profunda
- Bill Gates y su nuevo cargo en Microsoft ¿un aval de despedida o de regreso?
- Así es la supernova 2014J
- El Amazonas dejará de enfriar la atmósfera al emitir más CO2 del que absorbe
- Hallan el mecanismo cerebral que conecta el olfato con el apetito
- Supersólido: ¿un nuevo estado de la materia?
- Canarias ensaya el cambio que puede dejarnos sin pescado y expuestos al mar
- Impresoras 3D: La nueva revolución