

- [TV](#)
- [Multimedia](#)
- [blogs](#)
- [Comunidad](#)
- [Archivo](#)
- [servicios](#)

Buscador de abc

buscador

última hora

[Carme Chacón abandona y anuncia que no se presentará a las primarias del PSOE](#)

[Noticias agencias](#)

[Ponen en práctica estudio que demuestra capacidad de rehidratar de la cerveza](#)

26-05-2011 / 15:00 h

El estudio se enmarca en la tesis "La cerveza como bebida rehidratante después del ejercicio. Efectividad y Seguridad para el Consumidor" que ha sido leída hoy en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la [Universidad de Granada](#).

A este acto ha asistido un colectivo de deportistas estadounidenses que han puesto en práctica las conclusiones de la investigación, que ya fueron adelantadas hace meses, así como diversos investigadores y el exjugador profesional de baloncesto y médico Juan Antonio Corbalán.

Posteriormente un grupo de deportistas granadinos ha realizado una marcha hasta el barrio del Albaicín para llevar a la práctica esta investigación y se han recuperado con cerveza a su llegada.

La tesis concluye que el consumo moderado de cerveza puede contribuir a mantener niveles más altos de glucosa plasmática y atenuar las respuestas hormonales de estrés.

Las maltodextrinas, carbohidratos de gran interés para la nutrición deportiva y presentes en la cerveza, corrigen la posibilidad de hipoglucemia, ya que se metabolizan lentamente y liberan glucosa que pasan progresivamente a la sangre y dan lugar a concentraciones de ésta en plasma menos elevadas y más extendidas.

También se ha observado que el consumo moderado de esta bebida, tanto en su variedad tradicional como sin alcohol, tras realizar ejercicio físico en condiciones de elevada temperatura ambiental y abundante

transpiración, puede permitir recuperar las pérdidas hídricas en medidas similares al agua. EFE

0

Por comunidades

[Andalucía](#)

[Aragón](#)

[Baleares](#)

[Cantabria](#)

[Castilla La Mancha](#)

[Castilla y León](#)

[Cataluña](#)

[Ceuta](#)

[Comunidad Valenciana](#)

[País Vasco](#)

[Córdoba](#)

[Extremadura](#)

[Galicia](#)

[La Rioja](#)

[Madrid](#)

[Melilla](#)

[Murcia](#)

[Navarra](#)

[Sevilla](#)

[Canarias](#)

[Todas las comunidades](#)

[Noticias Internacionales](#)

Enlaces