



Anuncios Google

► Geografía

► Noticias Paraguay

► Mecanismos

► Paraguay club

CARITAS 680
UNIVERSIDAD CATÓLICA

El Jurista online

Empresariales

Noticias

Futuro

de Usuarios

Último momento

Vivir

mi Música

Google™

Buscar

PPN
com.py

Web

www.ppn.com.py



ACTUALIDAD

✉ Avisar por e-mail

🖨 Imprimir

08:48 hs. del 18 de Marzo 2013

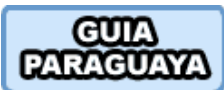
Asunción, Paraguay

Las personas en buena forma física mantienen mejor la atención

Por Ppn .com.py - 3/16/2013 - 13:00



La famosa cita romana Mens sana in corpore sano ya tiene un fundamento científico. Investigadores de la Universidad de Granada han demostrado que mantenerse en buena forma física está relacionado con un mejor funcionamiento del sistema nervioso central y del sistema nervioso autónomo.



De acuerdo con el estudio, que se publica en la revista Plos One y que se basa en un grupo de jóvenes, la mitad de ellos miembros de un club de ciclismo, las personas que practican habitualmente deporte presentan un mejor rendimiento cognitivo que las que tienen hábitos de vida sedentarios.

Concretamente, los datos de esta investigación indican que las personas que se mantienen en forma son capaces de mantener de forma sostenida la atención cuando desarrollan una tarea, reaccionando también más rápidamente que quienes tienen una mala condición física ante un estímulo externo presentado de forma impredecible en una tarea monótona.

Previamente ya se había demostrado que el deporte previene la neurodegeneración, además de promover la neurogénesis y el crecimiento de capilares sanguíneos en zonas como hipocampo, córtex, cerebelo y ganglios de la base.

Fuente: Muy Interesante

Tarjeta SIM Movistar
Comprar en
movistar.es tiene
ventajas.



Ver Berkemeyer Bienes Raíces en inglés

Noticias del día

- 08:44 - Ultiman detalles para la impresión de los boletines de voto
- 08:33 - Francisco recibe a Cristina como un "gesto de cortesía"
- 08:23 - Pronostican días frescos y lluviosos para esta semana
- 08:17 - Lady Gaga nominada a los Premios Logo New Now Next Awards 2013