

El deporte, la panacea para todas las enfermedades.

Escrito por Carlos Barbon

Domingo, 16 de Junio de 2013 18:42 -



El deporte, la panacea para todas las enfermedades.

Los médicos deberían recetar a sus pacientes que hagan deporte. Un estudio ha comprobado que con el deporte se pueden evitar o incluso curar 27 enfermedades. Entre ellas se encuentran algunas como la diabetes II, la hipertensión, el sobrepeso, algunas enfermedades pulmonares o cardiovasculares y aquéllas derivadas de un alto nivel de lípidos en sangre, entre los que se incluye el colesterol.

La masa muscular tiene una influencia positiva sobre el cerebro, el corazón, el hígado, el tejido adiposo y los vasos sanguíneos, porque produce Interleukina-6, una sustancia que bloquea las inflamaciones.