

دراسة: الرياضة في الصغر تحسن عمل الدماغ في الكبر



الأحد 3 يناير 2016 12:01 م

اكتشف العلماء أن التمارين البدنية في الصغر تؤثر إيجابيا في عمل بكتيريا الأمعاء، مما يساعد في نشاط دماغ الإنسان بعد سن البلوغ []
أجرى علماء جامعة كولورادو الأمريكية مجموعة تجارب على الجرذان المخبرية، حيث اتضح أن الجرذان التي كانت نشيطة في صغرها تميزت في الكبر عن الجرذان التي كانت خاملة منذ الصغر []

من هذا استنتج الباحثون أن التمارين البدنية في الصغر تفيد في تحسين عمل الدماغ في الكبر، اكتشف العلماء في أمعاء الجرذان النشيطة كمية من البكتيريا المفيدة، أكبر بكثير مما في أمعاء الجرذان الخاملة []

يفهم من هذا أن بكتيريا الأمعاء تؤثر بصورة مباشرة في نشاط الدماغ وتضمن مفعول مضاد للكآبة []

ينوي العلماء الاستمرار في هذه الدراسة بهدف معرفة كيف تؤثر هذه البكتيريا في عمل الدماغ []