



## El síndrome por desuso [

Universidad de Antioquia: Instituto Universitario de Educación Física,  
1989

text (article)

Analítica

El sedentarismo, al parecer una de las características de nuestro siglo, es la base de muchas de las actuales enfermedades. La inactividad física produce deterioro de muchas funciones corporales. Un considerable número de efectos produce el síndrome denominado por desuso. Las características son: vulnerabilidad cardiovascular, obesidad, fragilidad músculo esquelética, depresión y envejecimiento prematuro. El síndrome es experimentalmente reproducible significativamente. Los clínicos estudian medidas para prevenir y/o restituir de una manera barata, segura, asequible y efectiva todos los problemas que conlleva. En nuestro medio se estudian los beneficios del ejercicio. El objeto de la presente revisión es verlo desde el otro punto de vista: la inactividad. En la definición de uso encontramos muchas acepciones: -Diccionario: emplear, utilizar, usufructuar, ejercitar. -En el campo biológico médico, el sistema cardiovascular y músculo esquelético, implica trabajo mecánico; para otros sistemas implica cumplimiento de algunas funciones: órganos de los sentidos (uso de la vista, oído, tacto...) Tracto gastrointestinal (alimentación, digestión...). Es muy conocido el dicho de que órgano que no se usa se atrofia. Pues bien, éste no estaba muy cuantificado. Ahora conocemos algunos parámetros. Básicamente el desuso es no dar uso, no utilizar, no ejercitar, y conlleva a un proceso catabólico (proceso de degradación de sustancias o de energía) (Bioquímica Strayor). Esto afecta adversamente la función de todos los órganos de la economía. Los cambios estructurales radican en pérdidas de fibras musculares, alteración de los sitios y del número de sitios de intercambio de calcio, proceso de alteración del ritmo de secreción de sustancias, hormonas o enzimas. Cualesquiera sean los cambios, están probablemente ligados a los procesos químicos de generación de energía. El propósito de esta revisión es enfocar la atención sobre algunas de las consecuencias adversas del desuso. Además de

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:38443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlVGVicmF0aW9uOmVzLmJhemF0ei5yZW4vMzE0NDUzNzE>

**Título:** El síndrome por desuso electronic resource]

**Editorial:** Universidad de Antioquia: Instituto Universitario de Educación Física 1989

**Documento fuente:** Educación Física y Deporte, ISSN 0120-677X, Vol. 11, N°. 1, 1989, pags. 71-86

**Nota general:** application/pdf

**Restricciones de acceso:** Open access content. Open access content star

**Condiciones de uso y reproducción:** LICENCIA DE USO: Los documentos a texto completo incluidos en Dialnet son de acceso libre y propiedad de sus autores y/o editores. Por tanto, cualquier acto de reproducción, distribución, comunicación pública y/o transformación total o parcial requiere el consentimiento expreso y escrito de aquéllos. Cualquier enlace al texto completo de estos documentos deberá hacerse a través de la URL oficial de éstos en

Dialnet. Más información: <https://dialnet.unirioja.es/info/derechosOAI> | INTELLECTUAL PROPERTY RIGHTS STATEMENT: Full text documents hosted by Dialnet are protected by copyright and/or related rights. This digital object is accessible without charge, but its use is subject to the licensing conditions set by its authors or editors. Unless expressly stated otherwise in the licensing conditions, you are free to linking, browsing, printing and making a copy for your own personal purposes. All other acts of reproduction and communication to the public are subject to the licensing conditions expressed by editors and authors and require consent from them. Any link to this document should be made using its official URL in Dialnet. More info: <https://dialnet.unirioja.es/info/derechosOAI>

**Lengua:** Spanish

**Enlace a fuente de información:** Educación Física y Deporte, ISSN 0120-677X, Vol. 11, Nº. 1, 1989, pags. 71-86

---

### **Baratz Innovación Documental**

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- [informa@baratz.es](mailto:informa@baratz.es)