

У любителей полежать на диване есть оправдание

Автор: Administrator
28.02.2013 15:22 -



Теперь у любителей полежать на диване появилась уважительная причина своего поведения – у них просто отсутствуют гены спортивного поведения. Хотя люди могут считать, что они ленивы, в действительности в их организме просто не тот набор генов.

Исследователи из Великобритании удалили у мышей два гена, необходимых для мышечных упражнений, и обнаружили, что по сравнению со здоровыми мышами экземпляры с удаленными генами потеряли активность. Удаленные гены контролировали AMPK – фермент, который выделяется при тренировке.

Хотя мыши любят бегать, причем на многие километры, мышцы особей без генов могут работать на расстоянии «коридор и обратно» максимум. Хотя на вид мыши выглядели одинаково, вычислить среди них «диванного овоща» было легко.

При тренировке вырабатывается больше митохондрий, наращивающих мышечную ткань, а если упражнений нет, то количество митохондрий снижается. При удалении генов исчезает и регулятор митохондрий – фермент AMPK.

Для страдающих ожирением людей эти результаты крайне важны, ведь неспособность к упражнениям ведет к диабету или сердечным болезням.