

El Omega-3 y las aves migratorias – Radiocápsula RCP/CPR ^[1]

Enviado el 30 marzo 2009 - 12:32pm

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:



No

Contribución de CienciaPR:



Ciencia Puerto Rico y Radio Casa Pueblo 1020 te informan sobre las aves migratorias y el Omega-3. Ciertas especies de aves deben viajar largas distancias para poder migrar de lugares fríos a unos más cálidos. Para prepararse, según la temperatura baja, las aves cambian su dieta y comienzan a comer más. Lo interesante aquí es que no es necesariamente lo mucho que coman, si no qué alimento comen, según científicos canadienses. Las aves consumen un compuesto que aumenta su estamina y rendimiento. El secreto de su dieta aparenta ser el ácido graso Omega-3. De acuerdo con científicos de la Universidad de Ottawa, el consumo del ácido graso Omega-3 aumentó la capacidad para consumir oxígeno y producir energía en los músculos pectorales de las aves bajo estudio. El aumento en la capacidad fue de un 58% a 90%. Estudios con seres humanos confirman que el Omega-3 también aumenta la capacidad oxigenadora del cuerpo de un 38% a un 76%. Se descubrió además que el Omega-3 se distribuye en el cuerpo en diferentes membranas de las células musculares y no en el mitocondrio que es el organelo

celular responsable de la respiración celular y la generación de energía. En los humanos, el Omega-3 también alivia la depresión y mejora las enfermedades del corazón. Este ácido graso debe ser parte importante de la dieta boricua. Lo puedes encontrar en el salmón, las nueces, la soya, los camarones, el pescado y el aceite de oliva. Para más información, visítanos: www.cienciapr.org [2]. Para Ciencia Puerto Rico y Radio Casa Pueblo les informé Greetchen Díaz-Muñoz de Ohio State University y Wilson González-Espada.

Categorías (Recursos Educativos):

- [Texto Alternativo](#) [3]
- [Noticias CienciaPR](#) [4]
- [Biología](#) [5]
- [Ciencias terrestres y del espacio](#) [6]
- [Biología \(superior\)](#) [7]
- [Ciencias Biológicas \(intermedia\)](#) [8]
- [Ciencias terrestres y del Espacio \(superior\)](#) [9]
- [Text/HTML](#) [10]
- [Externo](#) [11]
- [Español](#) [12]
- [HS. Inheritance/Variation of Traits](#) [13]
- [MS/HS. Matter and Energy in Organisms/Ecosystems](#) [14]
- [MS/HS. Natural Selection and Adaptations/Evolution](#) [15]
- [6to-8vo- Taller 2/3 Montessori](#) [16]
- [9no-12mo- Taller 3/4 Montessori](#) [17]
- [Noticia](#) [18]
- [Educación formal](#) [19]
- [Educación no formal](#) [20]

Source URL: <https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-omega-3-y-las-aves-migratorias-radiocapsula-rcpcpr?page=10>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/el-omega-3-y-las-aves-migratorias-radiocapsula-rcpcpr> [2] <http://www.cienciapr.org> [3] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/texto-alternativo> [4] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/noticias-cienciapr> [5] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia> [6] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-terrestres-y-del-espacio> [7] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/biologia-superior> [8] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-biologicas-intermedia> [9] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/ciencias-terrestres-y-del-espacio-superior> [10] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/texthtml> [11] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/externo> [12] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/espanol> [13] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/hs-inheritancevariation-traits> [14] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/mshs-matter-and-energy-organismsecosystems> [15] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/mshs-natural-selection-and-adaptationsevolution> [16] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/6to-8vo-taller-23-montessori> [17] <https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/9no-12mo-taller-34-montessori> [18] <https://www.cienciapr.org/es/categories-educational-resources/noticia> [19]

<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-formal> [20]

<https://www.cienciapr.org/es/educational-resources/educacion-no-formal>