شنبه 21 شهریور 1394 - 17:32

راهکار دانشمندان برای تقویت عضلات ضعیف

با افزایش سن حفظ قدرت و استحکام ماهیچه‌ها دشوار می‌شود که در این مطالعه، متخصصان راه‌حلی برای تقویت توان عضلانی پیدا کرده‌اند.

با افزایش سن حفظ قدرت و استحکام ماهیچه‌ها دشوار می‌شود که در این مطالعه، متخصصان راه‌حلی برای تقویت توان عضلانی پیدا کرده‌اند. متخصصان سلامت به بررسی دقیق چگونگی حفظ سلامت و قدرت ماهیچه‌ها پرداخته و دریافته‌اند که مصرف پوست سیب و گوجه فرنگی سبز می‌تواند از تحلیل رفتن ماهیچه‌ها جلوگیری کند.

به گزارش پایگاه خبری شبکه العالم، مجله ساینس ورلد ریپورت تأکید کرد،با بالا رفتن سن قدرت ماهیچه ای و حجم آن از دست می رود که یکی از بزرگترین مشکلات دوران پیری است و می تواند تاثیر جدی بر کیفیت زندگی و سلامت داشته باشد.

در مطالعات پیشین متخصصان دو ترکیب «اسید اورسولیک» و tormatidine را به ترتیب در پوست سیب و گوجه فرنگی سبز شناسایی کرده بودند. این دو ترکیب مولکول های کوچکی هستند که می توانند از تحلیل رفتن ماهیچه ها ناشی از گرسنگی و تحرک کم جلوگیری کنند.

در مطالعه اخیر متخصصان با دقت بیشتری این دو ترکیب را مورد بررسی قرار دادند. به گفته کارشناسان، اسید اورسولیک و tomatidine به میزان قابل توجهی از ضعف ماهیچه ها در موش ها جلوگیری می کنند.

در این بررسی متخصصان مشاهده کردند که با افزودن این دو ترکیب به رژیم غذایی موش های مبتلا به ضعف عضلانی، حجم ماهیچه های آنها ۱۰ درصد افزایش پیدا می کند.