
Garuna zahartzearen kontra ariketa fisikoak dakartzan onurak, proteina batean

Proteina hepatiko batean egon daiteke garunaren zahartzearen kontra ariketa fisikoak dakartzan onuren gakoa, [Science aldizkarian argitaratutako ikerketa baten arabera](#).

Kirola egin ez duten arratoi zaharrei kirola egin dutenen odol-plasma sartu dietenean, ikertzaileek ikusi dute arratoiak onura kognitiboak izan dituztela. Eta ondorioztatu dute Gpld1 proteina gako izan daitekeela. Izan ere, ikusi dute ariketa fisikoa egiten duten arratoiak Gpld1 proteina gehiago sortzen dutela ariketarik egiten ez dutenek baino; eta egiaztatu dute proteina horrek arratoi zaharrei onura kognitiboa dakarkiola. Gainera, ariketa egin ohi duten pertsona adindunetan ere proteina beraren maila altuagoak daudela ziurtatu dute.

Hortaz, aurkikuntzak garunaren zahartzearen kontrako botikak diseinatzeko bidea ireki dezakeela proposatu dute. Batez ere ariketa fisikoa egiteko moduan ez dauden lagunei begira onuragarria izan daitekeela diote, alzheimerra, dementzia fronto-temporala eta antzeko gaitzen garapena moteltze aldera. ●



ARG.: Raoul Croes/Unsplash.

Harri-pilak egiteak kalte egiten die bizidunei

Ikertzaile-talde batek berretsi du ingurune naturaletan harri-pilak egitea kaltegarria dela hainbat animalia eta landare-espezierentzat; tartean, desagertzeko arriskuan dauden espezie batzuentzat.

Ikusi dute harri-pilak egiteak aldatu egiten duela babesleku gisa harriak erabiltzen dituzten animalia- eta landare-espezieen habitata. Harriek tenperatura- eta hezetasun-kondizio bereziak sortzen dituzte, eta kondizio horiek funtsezkoak dira, esaterako, intsektu, barraskilo eta armiarmintzat; gainera, harrien kokapenak eragina du harraparien eta harrapakinen arteko dinamikan edo lehiakideen artean. Horrez gain, harriak mugitzean lurra higatzen da, eta landareak kaltetzen dira. Horrek guztiak desorekak sortzen ditu ekosistemetan.



ARG.: Efraimstochter/Pixabay.

Ikertzaileek mesedez eskatzen dute ingurune naturaletara joaten garenean halako egiturarik ez eraikitzeke, eta "ez utzi arrastorik" filosofiari jarraitzeke. Aldi berean, agintariei eskatzen diete eginda dauden harri-pilak desegiteke; eta heziketa-kanpainak abiatzeke, harriak hainbat espezierentzat zein garrantzitsuak diren eta harri-pilak egiteak nolako kalteak eragiten dituen erakusteko. ●