



Universidad de Granada

El ejercicio físico logra resultados eficaces contra el riesgo cardiovascular sin los efectos secundarios de los fármacos

21/02/2022

Divulgación

El ejercicio físico y la polipíldora farmacológica son dos estrategias efectivas para mejorar el colesterol y los triglicéridos que componen el perfil lipídico de las personas. Sin embargo, la práctica del ejercicio aporta una ventaja adicional al no tener efectos secundarios. Así lo demuestra una investigación en la que han participado investigadoras e investigadores de las

universidades de Granada y Castilla – La Mancha. El estudio evalúa por separado la estrategia del ejercicio físico y la farmacológica de la polipíldora y los efectos que cada una produce contra la enfermedad cardiovascular aterosclerótica (ACVD). Para ello, se ha realizado un metaanálisis en red con un total de 131 ensayos controlados aleatorizados en 23.071 participantes.



[Seguir leyendo](#)