



Universidad de Granada

La actividad física por la tarde-noche mejora la regulación de la glucosa casos de sobrepeso u obesidad

11/06/2024

Divulgación

El grupo de investigación PROFITH CTS-977, junto con el Hospital Universitario Clínico San Cecilio y el Hospital Universitario Virgen de las Nieves de Granada, la Universidad Pública de Navarra y el CIBER de Obesidad (CIBEROBN) y de Fragilidad y Envejecimiento Saludable (CIBERFES), ha investigado el impacto de acumular una mayor cantidad de actividad física de intensidad

moderada-vigorosa sobre los niveles de glucosa en adultos con sobrepeso u obesidad. Se sabe que la actividad física influye positivamente sobre la regulación de la glucosa, pero, ¿cómo afecta el momento del día en el que se realiza?



[Seguir leyendo](#)