

ÍNDICE

1. RESUMEN.....	5
2. INTRODUCCIÓN	6
3. OBJETIVOS	9
4. METODOLOGÍA	10
5. REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA.....	11
5.1 Anatomía del músculo esquelético.....	11
5.2 Fisiología de la contracción Muscular	15
5.3 Cambios estructurales en el músculo esquelético relacionados con la edad.....	17
5.4 Cambios en la función del músculo esquelético relacionados con la edad.....	19
5.5 Sarcopenia	21
5.5.1 Definición y Prevalencia	21
5.5.2 Consecuencias funcionales de la Sarcopenia	22
5.5.3 Etiología	23
Influencia Genética.	23
Pérdida de Motoneuronas.....	23
Disfunción de Células satélites	24
Factores hormonales e inflamatorios.....	24
Disfunción Mitocondrial	27
Apoptosis.....	27
Baja ingesta nutricional	28
Inactividad física	29
5.5.4 Vías de señalización molecular de síntesis y degradación de proteínas musculares involucradas en la sarcopenia.....	32
5.5.5 Medidas Preventivas y Terapéuticas	41
Ingesta de Proteínas.....	41
Fármacos anabólicos	42

Ejercicio Físico.....	44
6. CONCLUSIÓN.....	51
7. BIBLIOGRAFÍA	54