Semana de la Ciencia y la Innovación 2025: Da color a tu plato: convierte a tu corazón en un superhéroe con ritmo.

26/11/2025

El taller **“Da color a tu plato: convierte a tu corazón en un superhéroe con ritmo”**, desarrollado por los grupos de David Sancho y José Antonio Enríquez, líderes de los grupos de Inmunobiología y Genética Funcional del Sistema de Fosforilación Oxidativa, respecticamente, reunió a niños y niñas de entre 6 y 12 años en una actividad científica y educativa centrada en el cuidado del sistema cardiovascular.

Durante la sesión, los participantes construyeron su propio estetoscopio utilizando materiales sencillos y reciclados —globos, tubos de plástico y botellas usadas— que pudieron llevarse a casa. Gracias a este dispositivo casero, exploraron cómo sonaba su corazón en reposo y después del ejercicio, comprendiendo de forma práctica la importancia del ritmo cardíaco para la salud.

La actividad continuó con la observación de una maqueta humana de poliespán a tamaño real, que permitió visualizar el recorrido de la sangre por el sistema circulatorio y entender cómo ciertas alteraciones, como la ateroesclerosis, pueden afectar al organismo. Además, los asistentes pudieron ver cómo cambia la sangre cuando contiene un exceso de grasa.

Estas demostraciones ayudaron a concienciar al público infantil sobre la relevancia de evitar el sedentarismo y mantener hábitos alimentarios saludables desde edades tempranas como medida de prevención frente a enfermedades cardiovasculares.

URL de origen:https://www.cnic.es/es/noticias/semana-ciencia-innovacion-2025-da-color-tu-plato-convierte-tu-corazon-un-superheroe-con