



Instituto Mixto
Universitario Deporte y
Salud

Ejercicio online mejora la salud ósea tras cáncer infantil

25/03/2026

Un estudio liderado por la **Universidad de Granada** demuestra que un **programa de ejercicio físico online** puede **mejorar la salud ósea en niños y adolescentes supervivientes de cáncer**, aportando evidencia en un ámbito todavía poco explorado.

La investigación incluyó **116 participantes (6-18 años)** y evaluó una intervención de **9 meses** que combinó **fortalecimiento del tren inferior** con ejercicios de **impacto** (como saltos), diseñados para estimular el tejido óseo. Los resultados muestran un efecto positivo en la **cadera**, con una **mejora significativa del contenido mineral óseo**, indicador clave de fortaleza y resistencia del hueso. Este hallazgo es especialmente relevante porque los supervivientes de cáncer infantil suelen presentar alteraciones óseas derivadas de la enfermedad y los tratamientos.



El trabajo forma parte de la tesis doctoral de **Andrés Mármol Pérez** y se enmarca en el proyecto **iBoneFIT**, liderado por **Luis Gracia Marco** (Facultad de Ciencias del Deporte, UGR). La investigación ha sido desarrollada por el grupo **PROFITH CTS977**, vinculado al **IMUDS**, en colaboración con **CIBEROBN**, **ibs.GRANADA** y hospitales como el **H.U. Virgen de las Nieves (Granada)** y el **H.U. Reina Sofía (Córdoba)**. El equipo destaca la implicación de los niños y niñas participantes y de sus familias, clave para abrir nuevas vías de integración de programas online en el seguimiento clínico de jóvenes supervivientes.

Contacto: Luis Gracia Marco — lgracia@ugr.es

Información completa

<http://imuds.ugr.es/>