

Trabajo Interdisciplinario Contracción y sinapsis muscular

Biología Humana- Biología Celular y Molecular.

Fibras musculares

A partir de lo aprendido en clase, resuelve el cuadro comparativo entre los tipos de fibras musculares arrastrando el concepto según corresponda.

Característica	Fibra I lenta	Fibra II a rápida	Fibra II b Rápida
Tipo de ejercicio	 <i>Larga distancia</i>	 <i>Medio fondo</i>	 <i>Velocidad/carrera corta</i>
Sistema energético predominante: <i>Ambos</i> <i>Aerobio</i> <i>Anaerobio</i>			
Capilares: <i>Bajo</i> <i>Alto</i> <i>Intermedio</i>			
Mitocondrias: <i>Poca cantidad</i> <i>Poca cantidad</i> <i>Abundantes</i>			
Retículo sarcoplásmico: <i>Muy desarrollado</i> <i>Menos desarrollado</i> <i>Muy desarrollado</i>			
Diámetro: <i>Pequeño</i> <i>Intermedio</i> <i>Grande</i>			
Color: <i>Rojo</i> <i>Blanco</i> <i>Blanco</i>			
Potencia: <i>+</i> <i>++</i> <i>+++</i>			
Resistencia: <i>+</i> <i>++</i> <i>+++</i>			