

## 21 días encadenados a una cama por la ciencia

Jornadas monótonas sin moverse de la cama, con los pies en alto, sin poder ir a la ducha ni al baño, con pruebas médicas constantes y una estricta dieta. Esta es la dura experiencia que ha superado un equipo de voluntarios de la Agencia Espacial Europea (ESA) durante tres semanas para estudiar lo que ocurrirá en los futuros vuelos espaciales.

ESA/SINC

23/10/2013 16:27 CEST

Un grupo de voluntarios de la ESA acaba de finalizar la tercera y última sesión de un estudio de reposo durante el que permanecieron tres semanas en la cama con los pies en alto. Todo por la ciencia y el futuro de los vuelos espaciales.

Tan pronto como sus cuerpos se repongan de la experiencia y terminen algunas pruebas, podrán volver a hacer una vida normal. La experiencia es similar a la que sufren los astronautas cuando regresan de una misión de larga duración y necesitan varios días para recuperarse de los efectos de la microgravedad.

Durante este trabajo, desarrollado en Toulouse (Francia) se probó una dieta alta en proteínas y una tabla de ejercicios que consistía en empujar a los voluntarios contra una placa vibratoria mientras hacían una especie de 'sentadillas invertidas'.

Quedarse en la cama y que te paguen por ello podría parecer el trabajo ideal, pero los estudios de reposo suponen un gran esfuerzo. Los participantes se

tienen que enfrentar a días de extrema monotonía, continuas pruebas médicas y una estricta dieta, sin poder levantarse para estirar las piernas, tomar un poco de aire fresco, darse una ducha o ir al baño.

---

Quedarse en la cama y que te paguen por ello parece ideal, pero supone un gran esfuerzo

“Los primeros días de cada sesión eran los peores”, explica Marc Marengo. “El cuerpo necesita tiempo para adaptarse, y yo tenía migrañas y dolor de espalda”.

No obstante, los ‘camonautas’ están orgullosos de haber contribuido a la ciencia y a la exploración tripulada del espacio, así como de ayudar a la gente que permanece encamada en la Tierra.

“Somos una referencia para muchos artículos; creo que estos datos ayudarán a los científicos a avanzar en sus investigaciones”, explica Daniel Fandino, que trabaja en un bar en su vida normal.

Los investigadores ahora analizarán los datos de los experimentos. Este estudio fue organizado por la ESA en colaboración con la agencia espacial francesa (CNES) y se llevó a cabo en las instalaciones de investigación médica MEDES, en Toulouse.

Estudios de reposo como este ayudan a simular algunos aspectos de los vuelos espaciales. También permiten a los científicos estudiar cómo reacciona el cuerpo humano y poner a prueba nuevos métodos para preservar la salud y buena forma de los futuros astronautas.

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

VIAJES ESPACIALES | ESA | ASTRONAUTAS |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las](#)

[condiciones de nuestra licencia](#)