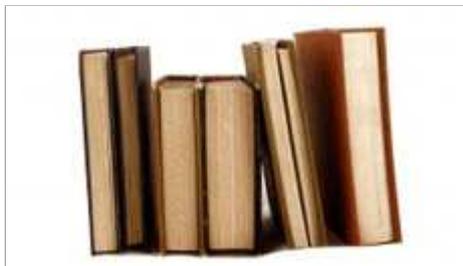




NOTICIA AMPLIADA



Fuente: <http://www.sxc.hu>

En el proyecto participan, además de la Universidad de Murcia, la [Universidad de Granada](#) y la de Almería

LIBROS

Profesores de la Universidad de Murcia publican un libro sobre la actividad física

Universidad de Murcia

La actividad física y los estilos de vida saludables constituye el tema de análisis del libro que han publicado los profesores de la Universidad de Murcia Francisco Ruiz Juan y María Elena García Montes, junto con Maurice Piéron, profesor de la universidad belga de Lieja.

19/8/2009



El volumen es el resultado de la investigación que estos docentes han desarrollado desde el año 2006 para encontrar las **pautas que indiquen cómo generar en adultos los hábitos necesarios para la promoción de la actividad física de forma regular.**

Asimismo, el trabajo ha perseguido **encontrar los patrones que pueden constituir impedimentos para poder luchar contra los mismos.**

Para estos científicos, entre los agentes que pueden contribuir a la consecución de unos determinados hábitos se encuentra la familia.

Asimismo, se analiza la incidencia que determinados hábitos alimenticios y el consumo de sustancias nocivas, como el alcohol y el tabaco, puede tener sobre la calidad de vida de las personas.

El libro es parte de los resultados del proyecto de investigación Hábitos físico-deportivos y de salud, estilos de vida en jóvenes y adultos, que está subvencionado por el Ministerio de Educación y Ciencia.

El proyecto cuenta con la intervención de la Universidad de Murcia y las de Granada y Almería.

Con el mecenazgo de



Ciudad Grupo Santander
Avda. de Cantabria, s/n - 28660
Boadilla del Monte
Madrid, España