



Lunes, 16 de abril de 2012

GALERÍAS GRÁFICAS

CANALES

BLOGS

PARTICIPACIÓN

HEMEROTECA

BOLETÍN

ESPECIALES

MAPA WEB

granadahoy.com

GRANADA

PORTADA

GRANADA

PROVINCIA

ANDALUCÍA

DEPORTES

ACTUALIDAD

TECNOLOGÍA

CULTURA

TV

25M

OPINIÓN

SALUD



Granada Hoy, Noticias de Granada y su Provincia

Granada

Un estudio de la UGR revela que el ejercicio reduce el estrés en la menopausia

Un estudio de la UGR revela que el ejercicio reduce el estrés en la menopausia

El trabajo se ha desarrollado con 60 mujeres que se han dividido en dos grupos

R. G. / GRANADA | ACTUALIZADO 16.04.2012 - 01:00

0 comentarios

0 votos



Me gusta

COMPARTIR

Un estudio multidisciplinar dirigido por la Universidad de Granada ha concluido que la actividad física en mujeres menopáusicas reduce los síntomas de estrés y depresión y previene las alteraciones en el estado de ánimo que provoca el choque de la privación hormonal de este periodo de la vida. Un grupo de investigación multidisciplinar de la Universidad de Granada, dirigido por Carmen Villaverde, ha desarrollado un estudio para analizar los beneficios que aporta el ejercicio físico a las diferentes dimensiones implicadas en la calidad de vida de las mujeres después de la menopausia. La investigación se ha orientado a conocer los efectos que tiene la actividad física en mujeres de entre sesenta y setenta años.

El estudio se ha desarrollado con sesenta mujeres postmenopáusicas divididas en dos grupos, uno de control y otro que ha realizado actividad física continua, con sesiones adaptadas a su edad.

0 comentarios

0 votos



0 COMENTARIOS

[Ver todos los comentarios](#)

Su comentario

Nombre *

Email (no se muestra) *

Blog o web

 Publicar información


Introduce el código de la imagen

 Acepto las [cláusulas de privacidad](#)

ENVIAR COMENTARIOS

Normas de uso

Este periódico no se responsabiliza de las opiniones vertidas en esta sección y se reserva el derecho de no publicar los mensajes de contenido ofensivo o discriminatorio.



Pie de foto

[AYER Y HOY__José Luis Delgado](#)

Selección de los mejores artículos del cronista e investigador granadino publicados en Granada Hoy.

El escudo de Granada hizo el ridículo

El pan de Granada

La Tarántula de la Tempranica era de Granada