



## Consultoría en actividad física para estudiantes de la Facultad de Medicina

### Fechas

Martes y jueves del 20 de marzo hasta el 29 de mayo.

### Horario

19:30 20:30

### Contenidos:

Espacio formativo diseñado especialmente para estudiantes de medicina de todos los niveles, con el propósito de brindar una comprensión sólida y práctica sobre los principios de la actividad física y su aplicación en el contexto clínico.

A través de sesiones interactivas y basadas en evidencia científica actualizada, los participantes aprenderán a:

- Realizar evaluaciones físicas básicas en distintos contextos.
- Conocer las recomendaciones internacionales sobre actividad física para la promoción de la salud.
- Integrar hábitos de vida activos en su propia rutina y en la de sus futuros pacientes.

Este espacio busca fortalecer el rol del estudiante como agente de cambio y promotor de salud integral, dotándolo de herramientas prácticas para fomentar el ejercicio como parte esencial de la prevención y el tratamiento de enfermedades crónicas no transmisibles.

Actividad organizada por la Facultad de Medicina y el grupo de investigación GENUD y el Servicio de Actividades Deportivas.

### Información general:

| Alumnos | Incluye            | Profesor          | Sesiones |
|---------|--------------------|-------------------|----------|
| 10-15   | Material didáctico | Marcos Echevarría | 16       |

Inscripciones: [mechevarría@unizar.es](mailto:mechevarría@unizar.es)