

■ Educación → Universidad

Cursos de Verano. Universidad de Almería- 28/07/2005

Finaliza la parte dedicada a la nutrición y comienza la relacionada con el ocio y el deporte en el curso de Almerimar

Noticias Indalia. Informa Ayuntamiento de Almería. El Curso de Verano "Nutrición, ejercicio físico y calidad de vida" ha llegado ya a su ecuador, finalizando la parte dedicada a la nutrición y comenzando la que analiza el ocio y la actividades físico deportivas.

José Mataix, codirector del curso, hace un balance muy positivo de esta primera parte. Afirma que la aceptación por parte del alumnado ha sido muy buena, con más de noventa y seis alumnos. Mataix destaca un planteamiento "*bastante original*" al tratar la nutrición desde un punto diferente al que estamos acostumbrados a ver.

La dieta mediterránea lleva implantada en los países de la cuenca del Mediterráneo desde hace miles de años. La influencia de otras dietas, como la anglosajona, está provocando que nuestro organismo no esté adaptado fisiológicamente a un cambio alimenticio que rompe con nuestra herencia genética. Estos cambios están provocando un aumento alarmante de enfermedades relacionadas con la obesidad tales como las coronarias, la diabetes, etc.

El director del curso declara sentirse "*muy satisfecho*" con la respuesta de los alumnos, que no han faltado a ninguna de las actividades o sesiones.

Por otro lado, la parte del curso dedicada a las actividades físico deportivas y al ocio se ha iniciado con la ponencia titulada "El ocio y la recreación físico-deportiva en la sociedad española actual" que ha sido impartida por la profesora de la Universidad de Granada María Elena García Montes. Posteriormente sería Arturo Díaz Suárez, profesor de la Universidad de Murcia el que nos hablaría sobre "El deporte y el desarrollo de hábitos saludables".

noticias@indalia.es

© [Copyright](#) Indalia, S.L.
[Aviso Legal](#), [Política de Privacidad](#)
[Equipo Indalia](#)