



Instituto Mixto
Universitario Deporte y
Salud

Charla-taller 2: Protege tu corazón a través de la actividad física

03/02/2026

El jueves 12 de febrero de 2026, de 18:30 a 20:00, se celebrará en la sala docente del iMUDS (planta baja, PTS) la segunda charla-taller del ciclo de Conferencias SALUD Y BIENESTAR EN FEMENINO: EJERCICIO FÍSICO Y ALIMENTACIÓN, a cargo de la Dra. Sol Vidal Almela, Investigadora Postdoctoral Juan de la Cierva y de Ana I. Manzano Salcedo, Investigadora predoctoral. (Ambas del Departamento de Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. UGR)

El ciclo está cofinanciado por el Vicerrectorado de Igualdad, Inclusión y Compromiso Social (VIIS), la Unidad Científica de Excelencia en Ejercicio, Nutrición y Salud (UCEENS) y el Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (iMUDS).

Sobre la charla

Protege tu corazón a través de la actividad física: claves para mejorar la salud cardiovascular en mujeres es una charla-taller práctica y participativa orientada a mujeres de distintas edades y estados fisiológicos. Su propósito es transferir evidencia científica sobre la actividad física y sus beneficios sobre la salud cardiovascular además de facilitar estrategias para incorporar hábitos de vida saludables que favorezcan el bienestar físico y emocional.

<http://imuds.ugr.es/>



Ponentes

Sol Vidal Almela, PhD,

Investigadora Postdoctoral Juan de la Cierva.

Doctorada en ciencias del deporte por el instituto de cardiología de la universidad de Ottawa, en Canadá.

Actualmente imparte clases en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte.

Ana I. Manzano Salcedo

Graduada en Enfermería (UGR), Máster en Investigación en Ciencias de la Salud (UCM) y Máster en Profesorado (UGR).

Actualmente, estudiante de Doctorado en Biomedicina (UGR) y contratada predoctoral FPI en el Departamento de Educación Física y Deportiva (UGR).

Fecha: 12 febrero 2026

Hora: 18:30–20:00

Lugar: Sala docente del iMUDS (Parque Tecnológico de la Salud, planta baja)

Modalidad: presencial con inscripción previa · Plazas limitadas

Inscripción - [formulario](#)

Organiza: Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (iMUDS).

Colabora: Facultad de Ciencias del Deporte y Departamento de Educación Física y Deportiva (Universidad de Granada).

Este acto forma parte del ciclo “Salud y bienestar en femenino: ejercicio físico y alimentación”, dirigido a mujeres de diferentes edades y situaciones fisiológicas y concebido para trasladar conocimiento científico a la práctica cotidiana.

<http://imuds.ugr.es/>