



Instituto Mixto
Universitario Deporte y
Salud

Charlas-talleres sobre ejercicio y salud acercan la evidencia científica a municipios de Granada

20/02/2026

Los municipios de Fornes, Játar y Arenas del Rey han acogido recientemente las charlas-taller "Salud en Movimiento: el papel del ejercicio físico" una iniciativa dirigida al objetivo de promover hábitos saludables en todas las edades.

La actividad, ha sido dirigida por Antonio Clavero Jimeno, investigador del Instituto Mixto Universitario Deporte y Salud (iMUDS) y del Departamento de Educación Física y Deportiva de la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Granada. Antonio ha acercado la evidencia científica más actual sobre los beneficios del ejercicio físico a contextos rurales, facilitando el acceso al conocimiento también en municipios de pequeño tamaño.

Durante las sesiones se abordaron, de forma práctica y accesible, los principales beneficios del ejercicio físico en la infancia, la edad adulta y la vejez, así como pautas básicas para una práctica segura y adaptada a cada persona. La iniciativa ha puesto de manifiesto la importancia de la actividad física como herramienta clave para la prevención de enfermedades y la mejora de la calidad de vida.



Con este tipo de acciones, se refuerza el compromiso con la promoción de la salud en el entorno local desde el iMUDS, acercando la ciencia a la ciudadanía y contribuyendo a reducir las desigualdades en el acceso a información rigurosa y actualizada.

Contacto

Antonio Clavero Jimeno

Departamento de Educación Física y Deportiva – Facultad de Ciencias del Deporte ·
iMUDS · UGR

Correo: claveroa@ugr.es