



26/06/2017

SESIÓN CLÍNICA " ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD MENTAL" EN EL CRPS ASCASAM SANTANDER



El pasado jueves 22 de junio, Carlos Cobo Corrales y la Dra. Blanca Fernández-Abascal, impartieron una charla dirigida a personas que acuden a los servicios de ASCASAM de la zona de Santander. Sobre el estudio que están realizando acerca de los efectos de la actividad física en personas con problemas de salud mental y Sdr. Metabólico.

La jornada que duró dos horas aproximadamente se dividió en tres partes. Carlos, licenciado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y psicopedagogía, comenzó explicando los beneficios que la actividad física tiene en las personas, introduciendo conceptos como actividad física, Sdr. Metabólico, factores de riesgo, tratamiento y prevención.

En segundo lugar expusieron los objetivos de su estudio y la forma de proceder, en tres fases de intervención, con los sujetos que colaboren en el proyecto.

Tras la exposición dejaron un espacio de preguntas, en la que ambos profesionales resolvieron, con mucha amabilidad, las dudas de las personas presentes.