baratz | ODA

Relación entre adhesión a la dieta mediterránea y los estados de ánimo y quejas somáticas en el personal sanitario [

Allué Gavín, Blanca

2016.

Proyectos y Trabajos Académicos | Recurso en Línea | Máster Universitario en Condicionantes Genéticos, Nutricionales y Ambientales del Crecimiento y el Desarrollo.

Monografía

Resumen: A nivel mundial existe una gran preocupación por la mortalidad y morbilidad que producen las enfermedades crónicas, también llamadas enfermedades no trasmisibles. De hecho la OMS ha creado una "Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud", donde la alimentación juega un papel esencial en la prevención y tratamiento de estas enfermedades. La Dieta Mediterránea (DM) es un ejemplo de alimentación saludable y numerosos estudios científicos asocian la adhesión a la DM con los estados de ánimo y quejas somáticas. El objetivo fue estudiar la relación entre la adhesión a la DM, los estados de ánimo y las quejas somáticas. Los participantes (N=43), fueron evaluados a través de autoinformes de DM, estados de ánimo y quejas somáticas. Los resultados obtenidos muestran que una mayor adhesión a la DM, conlleva una mejora del estado de ánimo y disminución de las quejas somáticas. Por tanto, el cumplimiento de la DM mejora el estado de salud y previene enfermedades.

https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMTg0NTIwMjE

Título: Relación entre adhesión a la dieta mediterránea y los estados de ánimo y quejas somáticas en el personal sanitario Recurso electrónico] autora,Blanca Allué Gavín ; tutores académicos, Gerardo Rodríguez Martínez y Pilar Samper Villagrasa.

Editorial: 2016.

Descripción física: 43 p.

Nota general: Trabajo fin de Máster. Facultad de Medicina. Universidad de Cantabria. Santander.

Autores: Rodríguez Martínez, Gerardo Samper Villagrasa, Pilar

Entidades: Universidad de Cantabria. Facultad de Medicina

Baratz Innovación Documental

- Gran Vía, 59 28013 Madrid
- (+34) 91 456 03 60
- informa@baratz.es