



...Ejercitando mujeres del siglo

XXI... [

2007

text (article)

Analítica

Realizar una actividad física o ejercicios sistemáticamente, ver los beneficios que trae la ejecución de ellos se ha transformado actualmente en un fenómeno social multilateral, que representa el factor mas activo de la cultura física, una de las formas fundamentales de la preparación del hombre para la actividad laboral, familiar, desde un punto de vista biopsicosocial, enfocada a la satisfacción de las demandas espirituales, consolidación y ampliación de vínculos sociales. Implica la superación del ser humano, tanto físico, como lúdica. La mujer del tercer mundo, en su mayoría dedicadas plenamente al trabajo hogareño, son inmersas en una rutina ardua de que haceres domésticos, de los cuales a su vez crea una dependencia económica como familiar. Esta mujer núcleo y sustento del ámbito familiar, consolida los aspectos emocionales, nutricionales, financieros, de su hogar, dejando su persona en un segundo hasta tercer plano, descuidando su aspecto, desequilibrado por su estado de animo, donde recaen problemas externos de su hogar. Todo esto contribuye al sedentarismo de la población y como es una causa negativista por ende trae como resultado consecuencias, como la obesidad, deficiencia cardiovascular, desorden en el metabolismo, figura poco estética, que nos llevará a una disminución de la calidad de vida en la mujer. Dado estos argumentos planteamos una estrategia de ejercicios y charlas teóricas que puedan invertir esta lamentable realidad

<https://rebiunoda.pro.baratznet.cloud:28443/OpacDiscovery/public/catalog/detail/b2FpOmNlbGVicmF0aW9uOmVzLmJhcmF0ei5yZW4vMzEzODg0NjI>

Título: ...Ejercitando mujeres del siglo XXI... electronic resource]

Editorial: 2007

Documento fuente: PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, ISSN 1996-2452, Vol. 2, N°. 4, 2007 (Ejemplar dedicado a: Octubre-dic.), pags. 1142-1150

Nota general: application/pdf

Restricciones de acceso: Open access content. Open access content star

Condiciones de uso y reproducción: LICENCIA DE USO: Los documentos a texto completo incluidos en Dialnet son de acceso libre y propiedad de sus autores y/o editores. Por tanto, cualquier acto de reproducción, distribución, comunicación pública y/o transformación total o parcial requiere el consentimiento expreso y escrito de aquéllos. Cualquier enlace al texto completo de estos documentos deberá hacerse a través de la URL oficial de éstos en Dialnet. Más información: <https://dialnet.unirioja.es/info/derechosOAI> | INTELLECTUAL PROPERTY RIGHTS STATEMENT: Full text documents hosted by Dialnet are protected by copyright and/or related rights. This digital object is accessible without charge, but its use is subject to the licensing conditions set by its authors or editors. Unless expressly stated otherwise in the licensing conditions, you are free to linking, browsing, printing and

making a copy for your own personal purposes. All other acts of reproduction and communication to the public are subject to the licensing conditions expressed by editors and authors and require consent from them. Any link to this document should be made using its official URL in Dialnet. More info: <https://dialnet.unirioja.es/info/derechosOAI>

Lengua: Spanish

Enlace a fuente de información: PODIUM: Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física, ISSN 1996-2452, Vol. 2, N°. 4, 2007 (Ejemplar dedicado a: Octubre-dic.), pags. 1142-1150

Baratz Innovación Documental

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