

AEDESA - Noticias

<https://www.aedesa.org/>

Profesionales de New Health



**PROFESIONALES DEL FITNESS
COMO
¡PROMOTORES DEL ESTILO
DE VIDA SALUDABLE!**

 **WWW.NEW-HEALTH.EU**

Queridos profesionales del fitness,

Durante los últimos 3 años, y con el apoyo de la Unión Europea, un equipo internacional de expertos en el campo del deporte, la salud y el estilo de vida ha estado trabajando para desarrollar un escáner del Estilo de Vida validado y un programa de entrenamiento breve e inspirador. Estos recursos tienen como objetivo crear una mayor concienciación y promoción de un estilo de vida más saludable para los ciudadanos de la UE. Esto ha dado como resultado un programa muy innovador en 7 idiomas diferentes (holandés, francés, inglés, portugués, español, eslovaco y lituano) que está disponible en el sitio web de New Health, Youtube e incluso a partir de la semana que viene se podrá disfrutar de una aplicación gratuita.

Temas principales del programa.

El programa se ha desarrollado en base a un modelo de trabajo científicamente validado, Combined Lifestyle Intervention (GLI), en el que los temas de estilo de vida centrales son 3:

1. Ejercicio saludable.
2. Comida sana.
3. Una mentalidad saludable.

La Universidad Comenius de Eslovaquia llevó a cabo una investigación sobre la evidencia y los conocimientos esenciales proporcionados por estos 3 temas y este resultado se incorporó a los vídeos cortos que componen el programa del curso.

¡Pautas de estilo de vida de la OMS y el Consejo de Salud!

Las pautas de estilo de vida más recientes del Consejo de Salud y de la OMS se han utilizado para realizar el programa, por lo que todos los consejos que se otorgan, están en línea con las pautas oficiales nacionales e internacionales.

¡Convocatoria para profesionales del fitness!

En el próximo año, tenemos la tarea de proporcionar este conocimiento de forma gratuita a la mayor cantidad posible de profesionales del fitness. Se espera que esto actúe como una actualización de conocimientos y permita a los profesionales aplicar la información y los conocimientos proporcionados en su práctica. Cuando sea necesario, podrán usar el Escáner de Estilo de Vida y ofrecer los materiales del curso a tus clientes.

¡Juntos por una comunidad más saludable!

Nos complace trabajar contigo para llevar a cabo este programa destinado a tus clientes. Esperamos su cooperación para trabajar juntos por un mundo más saludable y un futuro más saludable para las futuras generaciones.

Un cordial saludo,

El Equipo de New Health.

Link to Original article: <https://www.aedesa.org/noticias/profesionales-de-new-health?elem=291806>