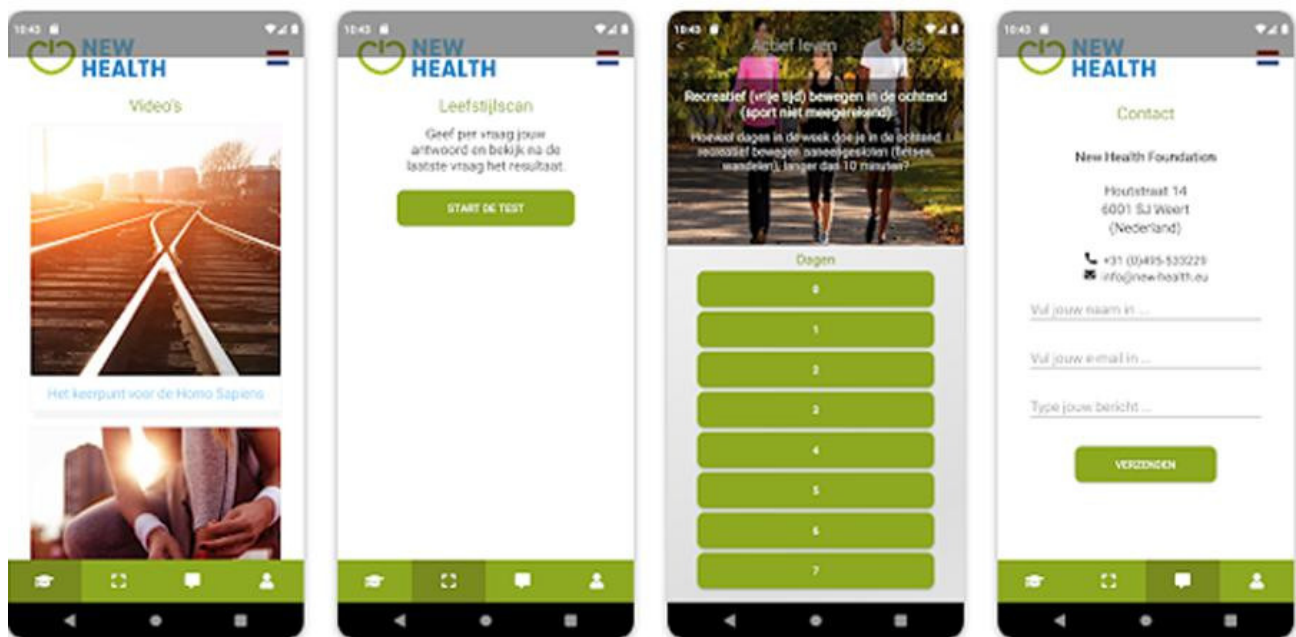


AEDESA - Noticias

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

Ya disponible la aplicación de New Health en Google Play y Apple Store



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.

Puedes registrarte gratuitamente como consumidor, profesional o partner en le siguiente enlace: [página de New Health](#).

¡Disponible en app stores!

La App de New Health está ya disponible en Google Play y en Apple Store, de forma gratuita, para que puedas realizar el escaneo de estilo de vida y puedas ver los videos de New Health.

¡Siéntete libre de compartir el mensaje!

Con energía,

El Equipo de New Health.

[Descarga la App en Google Play](#)

[Descarga la App en Apple Store](#)

Link to Original article: <https://www.aedesa.org/noticias/ya-disponible-la-aplicacion-de-new-health-en-google-play-y-apple-store?elem=291810>