

Universidad del Atlántico Medio

Actividad física y bienestar psicológico en personas mayores: una revisión sistemática

Artículo

Autoría: Domínguez León, Raquel; Pérez Cabrera, Adrián

Año: 2024

Registro de demostración. Contenido ficticio creado para pruebas del repositorio.

Resumen

Revisión sistemática de 27 estudios publicados entre 2015 y 2023. La práctica regular de actividad física moderada se asocia de forma consistente con menores niveles de síntomas depresivos y mayor satisfacción vital.

Palabras clave: actividad física, personas mayores, bienestar psicológico, revisión sistemática

1. Introducción

Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la
sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo
para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de
ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto
de ejemplo para la sección.

2. Marco teórico

Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la
sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo
para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de
ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto
de ejemplo para la sección.

3. Metodología

Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la
sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo
para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de
ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto
de ejemplo para la sección.

4. Resultados

Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la
sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo
para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de
ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto
de ejemplo para la sección.

5. Conclusiones

Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la
sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo
para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de
ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto de ejemplo para la sección. Texto
de ejemplo para la sección.