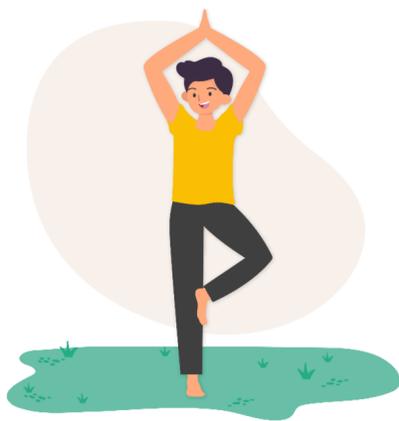




Sistema de Atención Integral a la Salud
Universidad Veracruzana



Universidad Veracruzana
Secretaría de Administración y Finanzas



Te invitamos a la plática informativa “Efectos de la actividad física sobre la memoria de trabajo y el bienestar psicológico: el papel de las variables moderadoras”

El objetivo principal de la plática informativa es presentar las condiciones bajo las cuales la actividad física influye sobre la memoria de trabajo y el bienestar psicológico. Específicamente, se verá que la relación entre la actividad física, la memoria de trabajo y el bienestar psicológico se ve afectada por la edad de las personas y por la intensidad, la frecuencia y el tipo (aeróbico vs. anaeróbico) de actividad física que se realiza. Finalmente, se proporcionarán algunas recomendaciones para maximizar los beneficios de la actividad física sobre la cognición y el bienestar psicológico.

Esta plática será impartida por el **Dr. Odir Antonio Rodríguez Villagra**, por parte de la Universidad de Potsdam en Alemania, posee una maestría en Ciencias Cognoscitivas de la Universidad de Costa Rica y una licenciatura en Psicología de la Universidad Católica de Costa Rica. Actualmente, es director del Centro de Investigación en Neurociencias, investigador del Instituto de Investigaciones Psicológicas y profesor de la Escuela de Psicología de la Universidad de Costa Rica. Su investigación se enfoca en comprender los factores que limitan la capacidad de la memoria de trabajo. Recientemente está desarrollando estudios con el fin de conocer la influencia de la actividad física sobre la memoria de trabajo. El estudio de estos aspectos los aborda, metodológicamente, por medio de la modelación matemática, la electroencefalografía y el registro de los movimientos oculares.

**Para conocer más del tema los invitamos a participar en la plática del lunes 25 de septiembre del 2023 a las 11 horas, vía zoom (<https://bit.ly/468pH6R>).
ID de la sesión: 814 3493 4202 | Contraseña: 143422**

Más información
www.uv.mx/saisuv/