

## **CUESTIONARIO PARA EL VIDEO “FALTA DE EJERCICIO FÍSICO”**

1. EL MÉDICO QUE ESTUDIA LOS FENÓMENOS RELACIONADOS CON EL DEPORTE SE LOS DENOMINA.
2. LA FALTA DE EJERCICIO,EL SOBREPESO, CONSUMO DE ALCOHOL Y TABACO SE LOS DENOMINA.
3. LAS EDADES DE LAS PERSONAS QUE SE HICIERON LOS ESTUDIOS COMPRENDE ENTRE.
4. LOS FACTORES DE RIESGO AUMENTAN A PARTIR DE QUE EDAD?
5. PARA QUE REDUZCA SIGNIFICATIVAMENTE EL RENDIMIENTO FÍSICO QUE SE NECESITA?
6. CON EL EJERCICIO QUE TIPO DE CAPACIDADES MEJORAN.
7. EL EJERCICIO ACTIVA REGIONES CEREBRALES ESPECÍFICAS IDENTIFIQUE CUALES?
8. “CUANDO HACEMOS DEPORTE, LA ACTIVIDAD CEREBRAL SE TRASLADA A LA CORTEZA MOTORA Y CON ELLO DESAPARECE LA ACTIVIDAD DE LAS OTRAS ÁREAS POR ESTA RAZÓN NOS MOSTRAMOS MÁS RELAJADOS Y TRANQUILOS. ESTA USTED DE ACUERDO CON ESTE ENUNCIADO?
9. COMPLETE:  
El deporte\_\_\_\_\_ el stress de las regiones cerebrales responsables del \_\_\_\_\_.
10. COMPLETE:  
HACER\_\_\_\_\_ EJERCICIO ES MEJOR QUE NO HACER\_\_\_\_\_.