



MútuaTerrassa



centre adscrit a:



UNIVERSITAT POLITÈCNICA  
DE CATALUNYA  
BARCELONATECH

## CONVOCATÒRIA DE PREMSA

### **Els terrassencs i les terrassenques superen els mínims d'exercici físic setmanal recomanats per l'Organització Mundial de la Salut (OMS)**

Així ho evidencia l'estudi "Com els terrassencs i les terrassenques gestionen la seva salut: exercici físic i benestar psicosocial", realitzat conjuntament per l'Euncet Business School, MútuaTerrassa i la Universitat de Barcelona i que es presentarà:

**Divendres, 27 de juliol a les 11.00 h**

**Edifici Docent de MútuaTerrassa (Sant Antoni, 39. Terrassa)**

El proper divendres, 27 de juliol, es presentaran **les conclusions del projecte de recerca "Com els terrassencs i les terrassenques gestionen la seva salut: exercici físic i benestar psicosocial"**, un treball realitzat conjuntament per l'**Euncet Business School, MútuaTerrassa i la Universitat de Barcelona**.

La presentació anirà a càrrec de la responsable del projecte, la **Dra. Núria Codina**, professora i investigadora en Psicologia Social de la Universitat de Barcelona, juntament amb els investigadors principals: la **Dra. M<sup>a</sup> Paola Mastrantonio**, professora de l'Euncet Business School, el **Dr. José Vicente Pestana**, professor de la Universitat de Barcelona i l'Euncet Business School i la **Dra. Núria Giménez**, de la Unitat d'Investigació de la Fundació Docència i Recerca MútuaTerrassa. A l'acte també hi assistiran la directora de l'Euncet, la **Dra. Dolors Puig**, i la **Sra. M<sup>a</sup> Emilia Gil**, adjunta a la direcció general de MútuaTerrassa.

L'objectiu del projecte ha estat **analitzar diversos aspectes vinculats a l'hàbit de l'exercici físic en relació a diferents indicadors del benestar físic i psicosocial**, a través d'una mostra de **674 terrassencs usuaris de centres esportius** de la ciutat. Els resultats mostren que **els terrassencs superen els mínims d'exercici físic setmanal recomanats per l'Organització Mundial de la Salut**, però han posat de manifest diferències segons el gènere, la cohabitació o l'edat.

**El projecte de recerca ha estat finançat per l'Ajuntament de Terrassa (PESA 25/2017), MútuaTerrassa i l'Euncet Business School.**

Esperem comptar amb la vostra presència.

#### **Per a més informació:**

**Comunicació Corporativa de MútuaTerrassa** 93 736 50 24 / [comunicacio@mutuaterrassa.cat](mailto:comunicacio@mutuaterrassa.cat) / [www.mutuaterrassa.cat](http://www.mutuaterrassa.cat) / [@Mutua\\_Terrassa](https://twitter.com/Mutua_Terrassa)

Terrassa, 25 de juliol de 2018