UNIVERSIDAD DE GRANADA

UGR TV

Aula de Salud

'Aula de Salud' es una propuesta de contenido sobre vida saludable dirigido a toda la comunidad universitaria. Presentado por Daniela Calderón, el programa aborda los contenidos en torno a tres grandes ejes temáticos: **Nutrición, Salud Física y Salud Mental y Emocional.**



Copyright© 2026 Universidad de Granada

Episodio #01 - Entre clases y crisis

En nuestro primer program vamos a profundizar en tres asuntos importantes: el uso excesivo del móvil y la importancia del descanso, nuestra alimentación y el cuidado físico mediante la actividad deportiva.

VER EPISODIO #01

Copyright© 2026 Universidad de Granada