TERMINOS HABITOS SALUDABLES

La miología humana:	ALEJANDRO MUÑOZ BLANDON
Análisis del movimiento:	CARLOS EDUARDO SANCHEZ OSORIO
Higiene y nutrición en los contextos productivo y social:	DAVID RAMIREZ ARCILA
Plan de higiene corporal:	ERIKA JHOANA JULICUE MEDINA
Rutinas de ejercicio físico:	ESTEBAN MEJÍA DÍAZ
Cargas de trabajo:	JEREMICH ESTRADA RIOS
Actividad física para una recuperación adecuada:	JHON JAIDER RIASCOS GAVIRIA
Técnicas de coordinación motriz:	JUAN ANDRES RIVERA VALLEJO
Capacidad de reacción mental:	JUAN DAVID GOMEZ RUBIO
Destrezas motoras:	JUAN DIEGO LONDOÑO LOPEZ
Ergonomía:	MARIA ARIAS DUQUE
Pausas activas:	NICOLAS BRITO ARBOLEDA
Prevención de riesgos ergonómicos:	NICOLAS CASTAÑO RAVE

DEFINICIONES HABITOS SALUDABLES

Es la rama de la anatomía que se enfoca en el estudio de los músculos del cuerpo humano, incluyendo su estructura, función, ubicación y relaciones con otros tejidos y sistemas del cuerpo.	BRANDON GEOVANNY ESTRADA RIOS
Es el estudio sistemático de los movimientos del cuerpo humano. Implica la observación y evaluación de cómo se realizan los movimientos, así como los factores biomecánicos y fisiológicos involucrados en la ejecución de dichos movimientos.	CAMILA FINDO RAMÍREZ
Se refiere a la aplicación de prácticas higiénicas y principios nutricionales adecuados en entornos laborales y sociales para promover la salud y el bienestar de las personas. Incluye el manejo seguro de alimentos, la promoción de hábitos saludables y la prevención de enfermedades relacionadas con la dieta y la higiene.	EDWIN CAMILO RODRIGUEZ ROBLES
Es un conjunto de prácticas y rutinas diseñadas para mantener la limpieza y el cuidado del cuerpo humano. Incluye actividades como el baño regular, el cepillado de dientes, el lavado de manos y el cuidado de la piel y el cabello.	ESTEBAN ESPINOSA NIETO
Son programas estructurados de actividad física diseñados para mejorar la salud, la aptitud física y el rendimiento deportivo. Incluyen una variedad de ejercicios y actividades que se realizan de manera regular y planificada. Son programas estructurados de actividad física diseñados para mejorar la salud, la aptitud física y el rendimiento deportivo. Incluyen una variedad de ejercicios y actividades que se realizan de manera regular y planificada.	HANNZ ALEXANDER MONCADA GALEANO
Se refiere a la cantidad de trabajo físico y mental que una persona realiza en un período de tiempo determinado. Incluye tareas laborales, responsabilidades domésticas y actividades cotidianas que requieren esfuerzo y energía.	JHOAN STEVEN ALZATE CORREA
Son ejercicios y movimientos diseñados para ayudar en la recuperación y rehabilitación de lesiones, enfermedades o esfuerzos físicos intensos. Se enfocan en restaurar la fuerza, la flexibilidad y la función corporal después de periodos de inactividad o estrés.	JOHN ALEXANDER CASTAÑEDA BAÑOL

Son métodos y ejercicios diseñados para mejorar la habilidad del cuerpo para realizar movimientos coordinados y precisos. Incluyen prácticas como ejercicios de equilibrio, ejercicios de coordinación mano-ojo y actividades que requieren control motor fino.	JUAN CAMILO VARGAS CARDENAS
Es la habilidad del cerebro para procesar información y responder rápidamente a estímulos externos o situaciones cambiantes. Incluye la capacidad de tomar decisiones rápidas y precisas en diferentes contextos y situaciones.	JUAN DAVID PERDOMO MOTATO
Son habilidades físicas y coordinativas que permiten realizar movimientos específicos con precisión y control. Incluyen habilidades como la locomoción, el equilibrio, la manipulación de objetos y la coordinación mano-ojo.	JUAN SEBASTIAN GIRALDO MARTINEZ
Son habilidades físicas y coordinativas que permiten realizar movimientos específicos con precisión y control. Incluyen habilidades como la locomoción, el equilibrio, la manipulación de objetos y la coordinación mano-ojo.	YENSI YULISA LEMUS VIVEROS
Es el estudio de la interacción entre las personas y su entorno de trabajo. Se enfoca en diseñar espacios, herramientas y tareas de manera que se adapten a las capacidades y necesidades humanas, reduciendo así el riesgo de lesiones y mejorando la eficiencia y comodidad.	MICHAEL ANDRES LONDOÑO FRANCO
Son breves períodos de actividad física o estiramientos que se realizan durante el trabajo o actividades sedentarias para aliviar la tensión muscular, mejorar la circulación sanguínea y reducir el estrés.	NICOLAS CANO FISCAL
Son medidas y prácticas diseñadas para identificar, mitigar y prevenir lesiones musculoesqueléticas y otros problemas de salud relacionados con la ergonomía y las condiciones de trabajo. Incluyen ajustes en el diseño del puesto de trabajo, capacitación en ergonomía y promoción de hábitos saludables en el trabajo.	SAMUEL GUARÍN BALLESTEROS