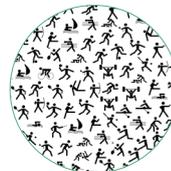
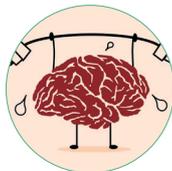


Física(Mente)

## EXERCÍCIO FÍSICO, QUALIDADE DE VIDA E SAÚDE MENTAL QUALITY OF LIFE, PHYSICAL EXERCISE AND MENTAL HEALTH

Considerando os dados da Organização Mundial de Saúde sobre a importância da prática de Exercício Físico na percepção da Qualidade de Vida e na Saúde Mental, o projeto Física(Mente) visa estudar a relação existente entre estas três variáveis de forma a equacionar uma proposta de intervenção promotora de saúde e bem-estar.

Considering data from the World Health Organization on the importance of the practice of Physical Exercise in the perception of Quality of Life and Mental Health, Física(Mente) project aims to study the relationship between these three variables in order to equate a proposal for health promotion intervention and welfare.



PROJETOS **DE**  
INVESTIGAÇÃO



### INVESTIGADOR RESPONSÁVEL PRINCIPAL INVESTIGATOR

Isabel Simões Dias

### UNIDADE DE INVESTIGAÇÃO RESEARCH UNIT

CIEQV-IPLeiria - Centro de Investigação em Qualidade de Vida – pólo do Politécnico de Leiria  
Research Center in Quality of life - Polytechnic of Leiria branch

### DURAÇÃO | DURATION

48 Meses | 48 Months  
(2014 – 2018)

### PARCEIROS INSTITUCIONAIS E EMPRESARIAIS INSTITUTIONAL AND ENTERPRISE PARTNERS

n/a

### ENTIDADES FINANCIADORAS FUNDING

**FCT**  
Fundação para a Ciência e a Tecnologia