

REFERENCIAS

- Organización Mundial de la Salud. (2019) Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
- Universidad Autónoma de Coahuila (2025). COORDINACIÓN GENERAL DE DEPORTES. Recuperado de: <http://www.uadec.mx/deportes>
- U.S. Department of Health and Human Services. (2018) Physical Activity Guidelines for Americans, 2° edition. Recuperado de: https://odphp.health.gov/sites/default/files/2019-09/Physical_Activity_Guidelines_2nd_edition.pdf
- UpToDate. (2025) Soluciones basadas en la evidencia para la atención médica moderna. Recuperado de: <https://www.uptodate.com/contents/search>
- Redacción. (2017) Tips for starting physical activity. National Institute of Diabetes and Digestive and Kidney Diseases. Recuperado de: <https://www.niddk.nih.gov/health-information/weight-management/tips-get-active/tips-starting-physical-activity>
- Ibarra Gutiérrez, Cynthia. (2019). Juegos Autóctonos y Tradicionales. Gaceta UNAM. Recuperado de: <https://www.gaceta.unam.mx/juegos-autoctonos-y-tradicionales/>