



Sport en hartgezondheid

Beschrijving



Wetenschappelijk onderzoek SportHart: De

voordelen en risico's van sporten voor de hartgezondheid

DEELNEMERS GEZOCHT / vragenlijst naar sport & hartgezondheid

Het Radboudumc uit Nijmegen is een onderzoek gestart naar sport en hartgezondheid. Sporten is namelijk gezond en verlaagt het risico op hart- en vaatziekten. Tegelijkertijd verspreidt de media berichten over mogelijke hartproblemen door intensief sporten. Deze tegenstrijdigheid kan bij sporters leiden tot allerlei vragen en zorgen. Met dit **onderzoek** middels een vragenlijst wil het Radboudumc inzicht krijgen in de relatie tussen gezonde sportbeleving en mogelijke gezondheidsrisico's. Iedereen die 18 jaar of ouder is, en regelmatig sport en beweegt, kan de vragenlijst invullen. Dit duurt ongeveer 20 minuten en kan anoniem.

Het bestuur van RV Breda ondersteunt deze activiteit en heeft de flyer met daarop de QR code om nadere informatie te downloaden en om je op te geven, op het prikbord in de sociëteit geplaatst.