

Más de la mitad de los jóvenes apuestan por el deporte para mejorar su forma física y bienestar emocional

Herbalife Nutrition, en el marco del I Informe Business Talents, ha preguntado a los jóvenes universitarios participantes del programa formativo "Business Talents" por su estilo de vida y cómo éste influye en su rendimiento. El deporte, vital para la mejora del bienestar y rendimiento intelectual de casi 3 de cada 4 encuestados

Crear un negocio, es decir, emprender, es una carrera de fondo no apta para todo el mundo; hay que estar preparado y tener la capacidad física y mental adecuada para superar los obstáculos que puedan aparecer. En ese sentido, el 66,2 % de los jóvenes emprendedores señalan la práctica de actividades físicas o deportes como uno de los mejores hábitos para fortalecer la salud física y el bienestar emocional, según se desprende del I Informe Business Talents sobre las actitudes y tendencias de los jóvenes universitarios españoles, llevado a cabo por Herbalife Nutrition y Praxis MMT.

Otro de los factores que puede ayudar a los jóvenes a desarrollar sus aptitudes como emprendedores es viajar y conocer otras culturas (59,8%), seguido de dormir un número suficiente de horas (56,4%) y tener algún hobby que fomente las capacidades (54,9%). Practicar actividades de grupo y una alimentación más sana y equilibrada tienen la misma importancia para el 48% de los jóvenes emprendedores, mientras que para el 43,6% disfrutar de más tiempo de ocio resulta fundamental para mantenerse sanos física y mentalmente.

Además, tener más contacto con la naturaleza es uno de los hábitos destacables para el 35,8 % de los jóvenes encuestados, mientras que asistir a espectáculos artísticos y culturales y realizar alguna actividad artística lo es para el 31,9% y el 24,5%, respectivamente. Por último, pero no por ello menos importante, el 30,9% de los jóvenes emprendedores es consciente de la importancia de rechazar el consumo de alcohol y tabaco para fortalecer su salud física y mental.

El objetivo de este estudio, realizado a un total de 681 estudiantes de entre 17 y 29 años que cursan estudios de grado o Máster o que han acabado de cursarlos durante los meses de octubre y noviembre de 2020, es conocer las actitudes y tendencias de los jóvenes estudiantes universitarios españoles, así como para identificar las cuestiones más relevantes que pueden influir en su futuro. La edición 2020-2021 -cuya final se realizará en mayo- ha contado con el patrocinio de Herbalife Nutrition.

Sobre Herbalife Nutrition Ltd

Herbalife Nutrition es una compañía global que se dedica a cambiar la vida de las personas con productos nutricionales de calidad y una oportunidad de negocio demostrada para sus distribuidores independientes desde 1980.

La compañía ofrece productos de alta calidad, respaldados por la ciencia, que se venden en más de 90

países por distribuidores independientes, quienes brindan formación personalizada para inspirar a sus clientes adoptando un estilo de vida más saludable y activo. A través de su campaña global para erradicar el hambre, Herbalife Nutrition también se compromete a llevar nutrición y educación a las comunidades de todo el mundo.

Para más información, por favor visitar IAmHerbalifeNutrition.com.

Herbalife Nutrition también invita a los inversores a visitar su página web de relaciones con los inversores en ir.herbalife.com, donde encontrarán toda la información financiera actualizada, así como las últimas novedades.

Datos de contacto:

Cristina Villanueva Marín
664054757

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [Emprendedores](#) [Otros deportes](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>