

Contenido

- 7 Editorial
Mag. Gabriela Cabrera
Mag. Sofía Rubinstein
- Artículos originales
- 8 Percepciones de adolescentes uruguayos sobre un programa de prevención de consumo de tabaco y promoción de actividad física
Lucía Martínez, María Traversa, Viviana Moreno, Martina Florines, Andrew Springer, Melissa Harrell
- 18 Propuesta educativa invertida en la formación de futuros profesores en educación física
Ana Riccetti y Daiana Yamila Rigo
- 27 Patrones electromiográficos de la “Virada por Avante” en regatistas de clase “Optimist”
Carlo Massimo Biancari, Andrés Martínez, Andrea Mesa, Valentina Norbis, Mariana Carriquiriy, Germán Pequera
- 36 Educación Física Consciente: Mindfulness en la escuela
Bruno Bizzozero Peroni, Joaquín Amoroso Guerra
- 45 Composición de las bebidas deportivas: efectos sobre la hidratación y el rendimiento
Andrés Parodi
- 54 Normas de Publicación
- 60 Directrices para autores/as

Los artículos firmados son responsabilidad del/los autor/es y se autoriza la reproducción del material publicado citando la fuente.

La Revista *Universitaria de la Educación Física y el Deporte* es editada por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes (IUACJ). Su objetivo es constituirse en un espacio de investigación, intercambio de experiencias educativas y difusión del conocimiento entre las diversas áreas que componen la Educación Física: Ciencias Biológicas, Ciencias de la Educación y Ciencias del Movimiento.