**Actividad física en adolescentes. ¿Existe evidencia científica de cómo afecta el ejercicio físico al sueño en la población adolescente?**

**Physical activity in adolescents. Is there scientific evidence of how physical exercise affects sleep in the adolescent population?**

Joaquín Reverter-Masia, Vicenç Hernández-González, Carme Jové-Deltell y Monica de Vega Cassasas (1,2).

1. Grupo Consolidado Movimiento Humano. (SGR). Generalitat de Catalunya. Universidad de Lleida, Lleida España.
2. Universidad de Lleida. Sección de Educación Física y Deportiva.

**DIRECCIÓN**

*Vicenç Hernández-González. Facultad de Ciencias de la Educación de la Universidad de Lleida, Av. de l'Estudi General, 4 E-25001 Lleida (España)*

*E-mail: Vicens\_h\_g@didesp.udl.cat*

*Teléfono: 00*34 973 70 65 24

*Fax: 00*34 973 70 65 02