

Υιοθέτηση από το Εθνικό Ινστιτούτο Έρευνας για την υγεία του Ηνωμένου Βασιλείου (NIHR) & διεθνής απήχηση για τη μετα-ανάλυση του Δρ Ιωάννη Δ. Μωρρέ με θέμα την υψηλή αντικαταθλιπτική δράση της αερόβιας άσκησης σε ανθρώπους με μείζονα κατάθλιψη. Δημοσιεύτηκε στην επίσημη Ιατρική Επιθεώρηση της Αμερικανικής Ένωσης Κατάθλιψης και Διαταραχών Άγχους και έλαβε μεγάλη δημοσιότητα σε δεκάδες διεθνή και ελληνικά μέσα λόγω της σπουδαιότητάς της.

Η μελέτη:

Aerobic exercise for adult patients with major depressive disorder in mental health services: A systematic review and meta-analysis

[Ioannis D. Morres](#) , [Antonis Hatzigeorgiadis](#) , [Afroditi Stathi](#) , [Nikos Comoutos](#) , [Chantal Arpin-Cribbie](#)

,
[Charalampos Krommidas](#),
[Yannis Theodorakis](#)

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/da.22842>

Διαβάστε περισσότερα:

Περιγραφή της μελέτης:

<http://postgrad.pe.uth.gr/pse/index.php/el/news/1/item/524-2018-10-29-10-55-39>

Forbes: <https://www.forbes.com/sites/daviddisalvo/2018/10/23/moderate-exercise-is-effective->

[medicine-for-treating-major-depression-suggests-new-research/#1f34edb012f3](#)

ScienceDaily: <https://www.sciencedaily.com/releases/2018/10/181018125207.htm>