



Marcadores discursivos

Completa el texto con los siguientes marcadores discursivos:

De ahí que	Además	De hecho	No obstante
En definitiva	Sin ir más lejos	A pesar de eso	Esto es

La Organización Mundial de la Salud (OMS) advierte que la actividad física regular reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2 y varios tipos de cáncer. _____, numerosos estudios publicados en revistas como The Lancet han demostrado que incluso sesiones breves de movimiento diario producen mejoras significativas en la salud mental. _____, la evidencia indica que caminar tan solo treinta minutos al día disminuye los niveles de estrés y mejora la calidad del sueño.

En las grandes ciudades, sin embargo, muchas personas no alcanzan esos mínimos recomendados. _____, en América Latina menos del 50 % de los adultos cumple con las pautas básicas de actividad física según datos de la OMS. _____, la infraestructura urbana continúa priorizando el transporte motorizado y el sedentarismo asociado a largas jornadas laborales. Este desequilibrio tiene consecuencias sociales y económicas: el sedentarismo incrementa los costos de los sistemas de salud y reduce la productividad laboral; _____ varios gobiernos están implementando programas para promover la movilidad activa, _____, desplazamientos a pie o en bicicleta dentro de las ciudades. _____, la adopción de estas políticas suele ser lenta debido a limitaciones presupuestarias y a la resistencia cultural al cambio. _____, aunque los beneficios de la actividad física están ampliamente documentados, las sociedades modernas todavía enfrentan importantes desafíos para integrarla de manera cotidiana en la vida urbana.