

Investigadores de la UPNA participan en el Observatorio de Actividad Física escolar

El proyecto, financiado por el Gobierno de Navarra, se centra en los estudiantes de entre 3 y 6 años

DN Pamplona

Un grupo de investigadores de la UPNA han tomado parte, a través de un proyecto de investigación financiado con 10.000 euros por el departamento de Educación, en la creación del primer Observatorio de Actividad Física de Niños de entre 3 y 6 años en la Comunidad Foral. En concreto, el grupo está formado por Alicia Alonso, Mikel Izquierdo y Alazne Antón (todos ellos, de la UPNA), Antonio García-Hermoso y Robinson Ramírez-Vélez (Navarrabiomed), Berta Villoslada y Berta Echavarri (CIP FP Lumbier- Departamento de Educación Gobierno de Navarra).

El objetivo del observatorio es favorecer el incremento en la práctica de actividad física del alumnado escolar, para que reduzcan el tiempo de uso de dispositivos con pantallas y descansen lo suficiente para su edad, ya que está demostrado que la adquisición de hábitos saludables en la infancia es crucial para la prevención de enfermedades cardiovasculares. Para ello, se van realizar una serie de evaluaciones dirigidas a alumnado de centros educativos de Navarra (y sus familias) con el fin de evaluar su condición física y tiempos de descanso para, posteriormente, analizarlos con ellos en los colegios. Las evaluaciones comprenden pruebas físicas (test de salto a pies juntos, test de velocidad-agilidad), análisis de la composición corporal (mediciones de cintura, % grasa, e índice de masa corporal) y el uso de dispositivos electrónicos personales para medir intensidad de las actividades cotidianas y los tiempos de descanso y sueño. Además, se va a estudiar la relación entre condición física y rendimiento escolar.

El estudio va a comenzar en el colegio Santa María la Real - Maristas Pamplona en este mes de octubre, para continuar con el Colegio

Público San Juan de la Cadena. El proyecto se completará con una formación específica y docente, en el CIP F.P. Lumbier. Sus 80 alumnos/as de los ciclos formativos de grado superior se formarán como evaluadores y todo ello, se integrará en el módulo “Valoración de la condición física e intervención en accidentes”.

Por otro lado, se involucrará al profesorado de los centros educativos en los procesos de medición con la finalidad de introducir en los colegios nuevas tendencias, metodologías y fórmulas para la evaluación de la salud del alumnado. “Sus resultados podrían ayudar a entender las posibles ganancias de peso y los peores resultados escolares en escolares con bajos nivel de actividad física”, aseguran los autores del estudio.

Tal y como explican los investigadores, “la primera infancia es un período crítico para el desarrollo físico, social y cognitivo y para establecer patrones de comportamiento saludables, que pueden persistir en la infancia y en la edad adulta”. Los estudios constatan que “la participación regular en actividades físicas en niños en edad preescolar es vital para el crecimiento y desarrollo normal, proporcionando beneficios inmediatos y a largo plazo para el bienestar físico y psicológico”, concretan. “Sin embargo, la evidencia para este grupo de edad sigue siendo relativamente pequeña en comparación con la existente en población de 6 a 17 años”, explican.



El equipo que participa en el Observatorio de la Actividad Física escolar. DN