

↓ PUBLICIDAD ↓



Nueva Tarjeta SIM DiMinuto Tarifa Plana

MarketPlace: [Coches ocasión](#) [Seguros coche](#) [Mini juegos](#) [Iniciar sesión](#) | [Regístrate](#)

## Granada

[Calle 20](#) [laBlogoteca](#) [Listas](#) [20minutos.tv](#)

[Portada](#) | [Tu ciudad](#) » | [Gente y TV](#) | [Deportes](#) | [Motor](#) | [Tecnología](#) | [Videojuegos](#) | [Cine](#) | [Música](#) | [Zona 20](#) | [Vivir](#) | [Viajes](#) | [Servicios](#) »

[Cartas de los lectores](#) | [Tele](#) | [Cartelera](#) | [Fotos antiguas](#) | [Callejero](#) | [Empleo](#) | [Edición impresa](#) | [Mini20](#) | [RSS](#) | [Conciertos](#)
Granada ☀️ 2° [Ver más ciudades](#)

Martes, 02/02/10. Actualizado hace 1 minuto Haz de 20minutos.es [tu página de inicio](#) | 509.117 lectores diarios (OJD diciembre 2009)

Artículo 16 de 17 en [Granada](#) « Anterior - Siguiente »

### ↓ PUBLICIDAD ↓

## Seguros de coche - Ahorra hasta 500€ comparando »

Estás en [España](#) ▶ [Andalucía](#) ▶ [Granada](#)

# Validan unos test que permiten evaluar la condición física en niños y adolescentes para prevenir la morbilidad

Investigadores de la Universidad de Granada (UGR) han validado una serie de tests que permiten evaluar de forma sencilla y fiable la condición física en niños y adolescentes, lo que permite prevenir la morbilidad y mortalidad, tanto general como cardiovascular, cuando sean adultos.

[Enviar](#) | [Imprimir](#) | [Compartir](#) | [Facebook](#) | [Menéame](#) | [Twitter](#) | [+ Ver más](#)

EUROPA PRESS. 01.02.2010

Este trabajo ha determinado también que, junto con el sobrepeso y la obesidad, un peso corporal excesivamente bajo también influye de forma negativa sobre el estado de salud del adolescente, tal y como sostiene el investigador que ha desarrollado este trabajo y miembro del departamento de Fisiología de la UGR, el doctor Enrique García García. El trabajo hja estado dirigido por el profesor Manuel Castillo.



[Ampliar foto](#)

Para llevar a cabo la investigación, su autor se basó en datos procedentes de los proyectos nacionales y europeos AVENA 'Alimentación y Valoración del Estado Nutricional de los Adolescentes Españoles', HELENA 'Healthy Lifestyle in Europe by Nutrition in Adolescence' y ALPHA 'Assessing Levels of Physical Activity and Fitness; Public Health Executive Agency'.

En total, 3.000 adolescentes españoles, 3.500 adolescentes europeos y una muestra adicional de 126 adolescentes granadinos fueron incluidos en este trabajo.

### Pruebas fiables

Los tests validados incluyen pruebas como la de 20 metros de ida y vuelta, la fuerza de prensión manual, el salto en longitud con pies juntos, el índice de masa corporal, el perímetro de cintura y los pliegues cutáneos, que pueden ser aplicadas de forma sencilla por el profesor de Educación Física.

A juicio del investigador, se trata de pruebas "perfectamente válidas y fiables para evaluar la capacidad aeróbica, la fuerza muscular y la composición corporal en niños y adolescentes". Tanto la capacidad aeróbica como la fuerza muscular se asocian de manera independiente con factores de riesgo cardiovascular en adolescentes.

Su trabajo apunta, además, que un período de lactancia materna de mayor duración podría estar asociado con una mayor capacidad muscular del tren inferior durante la adolescencia.

Los científicos de la UGR han comprobado cómo la prevalencia de adolescentes que



Andalucía » [Última hora](#) [Las más vistas](#)

- Cádiz:** Sucesos.- Hallan el cadáver de un indigente de origen checo en un descampado de Rota
- Sevilla:** Sucesos.- Fallece un varón de 39 años cuando circulaba con un tractor entre Fuentes de Andalucía y La Campana
- Sevilla:** AV.- La cifra de parados en Andalucía aumenta en 16.592 personas en enero, un 1,95% más respecto a diciembre
- Sevilla:** Testigo del terremoto: "Haití sigue en la UCI, lleva veinte años en estado de catástrofe"
- Sevilla:** Trabajadores y directivos de Unicaja y CajaSur se reunirán hoy para "entrar en materia" en la mesa laboral

[Ir a Andalucía](#)

### El Tiempo en Granada

© eltiempo.es, foreca

Hoy	Mañana	Jueves	Viernes
			
<b>2°</b>	<b>13°</b>	<b>10°</b>	<b>8°</b>
Max <b>12°</b> Min <b>-0°</b>	Max <b>13°</b> Min <b>1°</b>	Max <b>12°</b> Min <b>7°</b>	Max <b>10°</b> Min <b>2°</b>

[Predicción a 14 días](#) | [Predicción por hora](#)  
[Imagen de satélite](#) | [Mapa de lluvia](#)

proporcionado por: 

presentan un peso excesivamente bajo no es tan pequeña como a priori pudiera esperarse (3,9% entre los chicos y 4,8% entre las chicas). De hecho este porcentaje entre las chicas llegó a ser superior al de obesidad (3,0%).

A diferencia de los adultos, sostiene este experto, "los niños y adolescentes suponen grupos de población en los que se puede, de manera relativamente sencilla, inculcar unos hábitos de vida saludables, ya que su personalidad, intereses y hábitos están aún formándose y no son tan resistentes al cambio como una persona adulta".

García Artero forma parte del Grupo de Investigación EFFECTS-262 (Evaluación Funcional y Fisiología del Ejercicio. Ciencia y Tecnología de la Salud 262), con sede en el departamento de Fisiología de la Facultad de Medicina de la UGR, que colabora con instituciones como el Karolinska Institutet (Estocolmo, Suecia), la University of South Carolina (EEUU) o la Northern Michigan University (EEUU).

Consulta aquí [más noticias de Granada](#).

#### Anuncios Google

##### [Nutricion Adolescentes](#)

Visita nuestro nuevo blog para conocer la calidad McDonald's.

[Comprometidoscontigo.com/Mcdonalds](http://Comprometidoscontigo.com/Mcdonalds)

##### [Conoces tu Peso Ideal?](#)

Haz el Test y Descubre Consejos para Adelgazar! 0,35€/sms

[www.blinkogold.es/Test-PesoIdeal](http://www.blinkogold.es/Test-PesoIdeal)

##### [Seguro médico 22,38€/mes](#)

Ahorra hasta un 35% online. Más de 750 centros y 21.000 profesionales

[www.nectar.es](http://www.nectar.es)

##### [Test Alcohol](#)

Testimonios de Pacientes Tratamiento Alcoholismo

[www.Tavad.com](http://www.Tavad.com)

20minutos.es »

Última hora

Las más vistas

**Vivir (Estilo):** Aumentan las operaciones de reducción de pecho en hombres

**Badajoz:** La ONG 'Familias sin fronteras por la infancia' celebra un festival benéfico en Badajoz con varios conciertos

**Internacional:** China se opone "firmemente" al encuentro entre Barack Obama y el Dalai Lama

**Santander:** (AMPL) El paro sigue su senda alcista en enero y suma 903 nuevos desempleados en Cantabria, hasta superar los 43.000

**Santa Cruz de Tenerife:** La compañía Titsa refuerza sus servicios con motivo de la festividad de Nuestra Señora de Candelaria en Tenerife

[Ir a 20minutos.es](#)

## Artículos relacionados

### En 20minutos.es

[Logran reprogramar por vez primera células madre con tejido de corazón humano para ayudar al tratamiento de cardiopatías \(27/01/10\)](#)

[La Universidad de Granada acogerá un observatorio europeo sobre motoristas](#)

[La UGR patenta compuestos químicos con actividad antitumoral a partir de sustancias naturales \(28/01/10\)](#)

## Comentar

[Usuario registrado](#) | [Regístrate](#)

### Escribe tu comentario

Tema: **Validan unos test que permiten evaluar la condición física en niños y adolescentes para prevenir la morbilidad**

Nombre (Obligatorio) [Identificate](#)

Correo electrónico (Obligatorio)

Página web (si tienes)

**Mostrar mis datos**

#### [Normas para comentar en 20minutos.es](#)

Esta es la opinión de los internautas, no la de 20minutos.es.

No está permitido verter comentarios contrarios a las leyes españolas o injuriantes.

Nos reservamos el derecho a eliminar los comentarios que consideremos fuera de tema.

Por favor, céntrate en el tema.

[Normas y protección de datos](#)

Introduce el número de la imagen (Código de verificación para prevenir envíos automáticos).



[Regenerar código](#)

Enviar