Healthsensation sierra nevada
El SUBIDÓN.es

GranadaDigital

Martes, 02 febrero de 2010, 10:39

Universidad
HAN PARTICIPADO UNOS 3.000 JÓVENES ESPAÑOLES Y 3.500 EUROPEOS

Validan el test que evalúa el estado físico de los adolescentes para prevenir la mortalidad

lunes, 01/02/2010 13:03

Efe **Imprimir** **Enviar**

Investigadores de la Universidad de Granada (UGR) han validado una serie de exámenes que permiten evaluar la condición física en niños y adolescentes para prevenir la morbilidad y mortalidad tanto a nivel general como cardiovascular cuando sean adultos.

Las pruebas que forman parte de los test incluyen la denominada "20 metros de ida y vuelta", la fuerza de presión manual, el salto de longitud con pies juntos, el índice de masa corporal, el perímetro de cintura y los pliegues cutáneos, que pueden ser aplicados "de forma sencilla" por el profesor de Educación Física, ha informado la UGR en un comunicado.

La investigación se ha desarrollado por parte del doctor del departamento de Fisiología de la UGR Enrique García y el profesor Manuel Castillo y se ha basado en los datos procedentes de los proyectos nacionales y europeos AVENA, ALPHA y HELENA, relacionados con el estado de salud de los adolescentes para los que han participado unos 3.000 jóvenes españoles y unos 3.500 europeos.

Además, el estudio ha contado con una muestra adicional de 126 adolescentes granadinos, que han sido incluidos en el trabajo en el que los científicos de la UGR han comprobado cómo la prevalencia de los jóvenes que presentan un peso excesivamente bajo no es tan pequeña como pudiera esperarse, al registrarse en un 3,9 por ciento de los chicos y un 4,8% entre las chicas.

Según ha explicado el investigador, el sobrepeso y la obesidad no son los únicos aspectos que afectan al nivel de condición física de los adolescentes, sino que también hay que añadir el bajo peso corporal.

Además, un mayor periodo de duración de lactancia materna "podría estar asociado" con una mayor capacidad muscular del tren inferior durante la adolescencia, ha indicado.

"Los jóvenes suponen grupos de población en los que se puede inculcar unos hábitos de vida saludables", ha manifestado el investigador, que ha precisado que esta acción es relativamente sencilla debido a que los intereses, personalidad y hábitos "están aún formándose" y porque existe "el mejor contexto posible" para desarrollar la labor moldeadora.

Enviar esta noticia a ... **Imprimir** **Enviar**

Valore este artículo

/ 2 votos | Vota

AGREGUE SU COMENTARIO

Su Nombre:

Su Correo Electrónico:

Comentario:

Añadir

Granada Digital no se hace responsable de los comentarios expresados por los lectores y se reserva el derecho de recortar, modificar e incluso eliminar todas aquellas aportaciones que no mantengan las formas adecuadas de educación y respeto. De la misma forma, se compromete a procurar la correcta utilización de estos mecanismos, con el máximo respeto a la dignidad de las personas y a la libertad de expresión amparada por la Constitución española.

OPINIÓN