

Un estudio asegura cuáles son los beneficios de que los niños vayan andando al colegio

Según un trabajo estadounidense, donde participa una investigadora de la Universidad de Granada, se asegura que es conveniente que las distintas administraciones públicas promuevan el desplazamiento activo entre los niños y sus familias.

Fuente: [UGR](#)

En la investigación, publicada en la revista [International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity](#), participaron 1.219 niños de entre 8 y 11 años y 1.007 padres, pertenecientes a 18 colegios distintos de Estados Unidos



Un estudio internacional, en el que participan investigadores de la [Universidad de Granada](#), ha demostrado que es necesario realizar **campañas para concienciar a los padres de los beneficios implicados en que sus hijos vayan andando al colegio** y, además, para trabajar también la percepción sobre la seguridad de los caminos que sus hijos deben seguir. Este trabajo señala, además, la conveniencia de que las distintas administraciones públicas promuevan el desplazamiento activo entre los niños y sus familias.

Lee también

- » [La actividad física mejora el razonamiento moral](#)
- » [El ejercicio físico maximiza la capacidad de aprendizaje](#)
- » [¿Cuánto influyen los hábitos de los padres en los adolescentes?](#)

Numerosos trabajos han demostrado que desplazarse andando al colegio es un comportamiento que **tiene muchos beneficios en la salud de los jóvenes**. Por este motivo, los investigadores consideran importante conocer qué factores determinan el hecho de que los adolescentes vayan o no andando al colegio, para promover dicho hábito.

En este trabajo, **publicado en la revista [International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity](#)**, participaron 1.219 niños de entre 8 y 11 años y 1.007 padres, pertenecientes a 18 colegios distintos de diversos estados de Estados Unidos.

El objetivo era analizar **qué factores determinan el que los niños vayan o no andando al colegio**, incluyendo factores sociodemográficos (raza y nivel socioeconómico); factores del ambiente físico (el clima y la calidad de

los caminos al colegio en cuanto a que sean propicios para andar o ir en bicicleta); las percepciones de los padres y de los hijos, atendiendo a las barreras que impiden el desplazamiento activo y al apoyo social de que haya más niños vecinos que vayan andando al colegio.

Como apunta Palma Chillón Garzón, profesora del Departamento de Educación Física y Deportiva de la UGR y autora principal del proyecto, la investigación concluyó que **las percepciones de los padres ante el hecho de permitir o no a sus hijos que anden al colegio son fundamentales** en este comportamiento.

“Por tanto, a la luz de nuestros resultados debemos trabajar en mejorar la percepción que los padres tienen respecto a la seguridad de los caminos que sus hijos utilizan para ir al colegio, y eliminar así esta barrera paternal”, concluye.

© 2014 Universia España. <http://www.universia.es>