

Adolescentes que juegan habitualmente al fútbol mantienen mejor la atención

0 googleplus0 0 meneame0

Martes, 28. Abril 2015 - 8:32

Granada, 28 abr.- La práctica regular de fútbol en la adolescencia está relacionada con la condición física aeróbica y la capacidad de mantener la atención de forma sostenida, según un estudio de la Universidad Católica de Valencia y del Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento (Cimcyc) de Granada.

Según ha informado hoy la Universidad de Granada, de quien depende el Centro de Investigación Mente, Cerebro y Comportamiento, en esta investigación participaron 75 adolescentes de ambos géneros.

La mitad de ellos eran futbolistas del Levante UD, y la otra mitad estudiantes del Centro de Educación Infantil y Primaria "El Moli de Torrent", de Valencia, que no jugaban al fútbol.

A todos se les aplicó un test para determinar su condición física aeróbica, así como diferentes cuestionarios, y les realizaron una tarea atencional diseñada específicamente para evaluar la vigilancia o atención sostenida.

Los resultados mostraron que los futbolistas presentaban una mejor condición física aeróbica que los que no practicaban este deporte, así como mejores tiempos de reacción en la tarea de vigilancia, "lo que denota una mejor habilidad para mantener la atención focalizada", según Daniel Sanabria, investigador del Cimcyc y uno de los autores de este trabajo.

Tampoco se observó una correlación significativa entre la forma física cardiovascular y los tiempos de reacción en la tarea cognitiva, lo que contradice la idea generalizada de que la práctica deportiva incide en la atención a través de la mejora cardiovascular, según Sanabria.

Los autores de este trabajo señalan otros factores que podrían explicar las diferencias en cuanto al nivel de atención, como pueden ser las mejores habilidades perceptivo-motoras de los futbolistas con respecto a los escolares que no practicaban deporte.

Los autores advierten de que hay que seguir investigando para indagar en la relación entre la práctica deportiva y la atención, así como "establecer de forma más clara los factores más importantes implicados en esta asociación", afirma el investigador. EFE

0 googleplus0 0 meneame0