

Promover la salud desde el colegio disminuye la obesidad

Un nuevo estudio señala la importancia de la actividad física y un estilo de vida saludable desde la infancia.

Redacción. Madrid | 19/06/2014 00:00

compartir



Like

0

Twittear

1



¡vota!

0 comentarios

imprimir



tamaño



Realizar actividad física y promover un estilo de vida saludable desde el ámbito escolar han sido las principales conclusiones del estudio *A primary-school-based study to reduce the prevalence of childhood obesity-the EDAL (Educación en Alimentación) study: a randomized controlled trial* que se ha publicado en la revista *Trials*.

Después de un trabajo de 28 meses y de realizar medidas antropométricas a 1.222 niñas y niños de 24 escuelas de Reus como grupo de intervención, los investigadores han comprobado que, comparando estos niños con 717 más de 14 escuelas de Cambrils, Salou y Vila-seca, que no han recibido intervención, la prevalencia de la obesidad se ha reducido en aquéllos que sí la han recibido.

Los resultados del trabajo muestran que, en este tiempo, las actividades de intervención -clases prácticas en las que se incidía en los hábitos saludables, la introducción de objetivos nutricionales y también las actividades para niños y niñas- redujeron la prevalencia de obesidad, especialmente en los niños que habían recibido intervención.

También se observaron resultados prometedores en cuanto al índice de masa corporal y los estilos de vida, especialmente en cuanto a las horas de actividad física, que se incrementaron entre los pequeños.



¡vota!

0 comentarios

imprimir



tamaño



compartir



Twittear

1