

RESULTADOS PRELIMINARES DEL ESTUDIO PASOS



IASOL
FOUNDATION



Por primera vez en nuestro país, hemos evaluado la actividad física, el sedentarismo, los estilos de vida y la obesidad de la población infantil de entre **8 y 16 años** a través de una **muestra representativa, utilizando métodos objetivos y herramientas validadas científicamente**. Esto nos ha permitido obtener una fotografía lo más ajustada posible a la realidad.

EN EL ESTUDIO PASOS HAN PARTICIPADO:

- 245** centros educativos
- 3.803** niños/as y adolescentes
- 13** grupos de investigación
- >50** investigadores

Número de escuelas participantes por CCAA >



PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA SEGÚN LAS RECOMENDACIONES DE LA OMS*

Resultados preliminares
del Estudio PASOS 2019



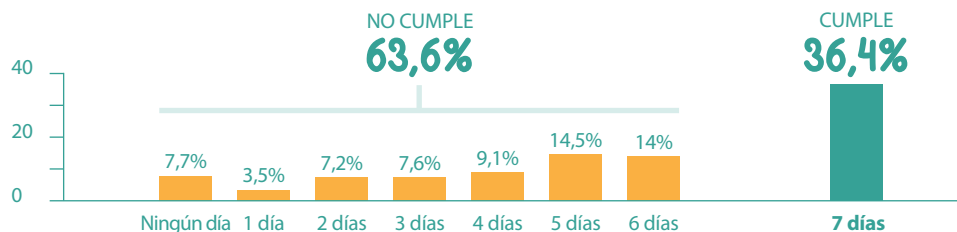
- _El 63'6% de los niños/as y adolescentes no alcanza los 60 minutos de AFMV** los 7 días de la semana.
- _El porcentaje de niñas que incumple las recomendaciones de la OMS (70'4%) es superior al porcentaje de niños (56'3%).
- _El porcentaje de menores que incumple las recomendaciones de la OMS es superior entre los participantes de secundaria –de 12 a 16 años– (72'4%) respecto a los de primaria –de 8 a 11 años– (55%).

La OMS recomienda un mínimo de 60 minutos de actividad física moderada o vigorosa al día.

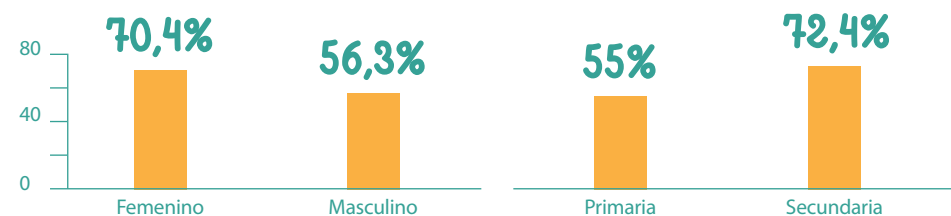
**60 MIN.
AL DÍA**

* OMS: Organización Mundial de la Salud.
**AFMV: se entiende por actividad física moderada o vigorosa aquella que acelera el ritmo cardíaco y la respiración.

% de niños/as y adolescentes que cumple las recomendaciones



% que no cumple con la recomendación – según género y ciclo educativo



HORAS DEDICADAS A PANTALLAS

- _Más de la mitad de los niños/as y adolescentes no cumple con las recomendaciones de uso de pantallas entre semana (54%).
- _Casi el 80% de los menores pasa más tiempo del recomendado delante de las pantallas durante el fin de semana.
- _Los adolescentes son los que más tiempo pasan delante de las pantallas.

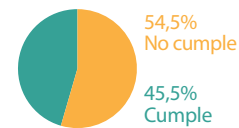
La OMS recomienda un uso de pantallas (televisión, ordenador, tablet, móvil o videojuegos) inferior a las 2 horas diarias.

<120 MINUTOS AL DÍA

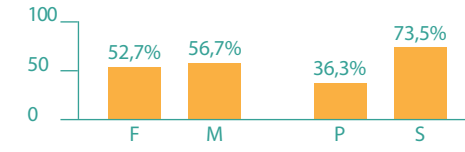
Tiempo promedio de uso de pantallas

Entre semana
179,1
MINUTOS
AL DÍA

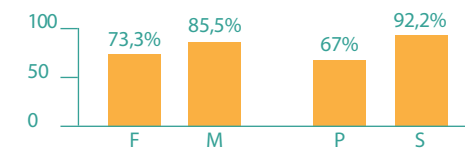
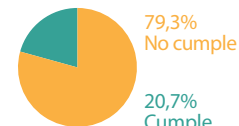
% de cumplimiento de uso de pantallas



% de no cumplimiento según género (Femenino o Masculino) y ciclo educativo (Primaria o Secundaria)



Fines de semana
282,6
MINUTOS
AL DÍA



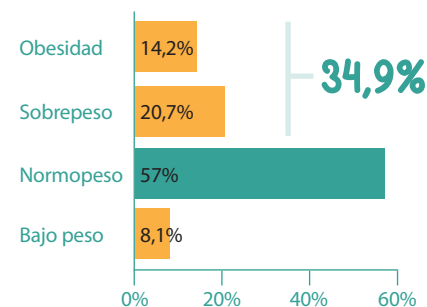
PREVALENCIA DE SOBREPESO Y OBESIDAD

- _Más de un tercio de los niños/as y adolescentes en España (34,9%) presenta sobrepeso u obesidad.
- _El porcentaje de población infantil y adolescente con obesidad abdominal* (23,8%) es prácticamente un 10% superior al porcentaje de obesos según el IMC (14,2%). De esta manera, se evidencia la necesidad de incorporar la medición de la circunferencia de la cintura como un indicador de la obesidad en la infancia.

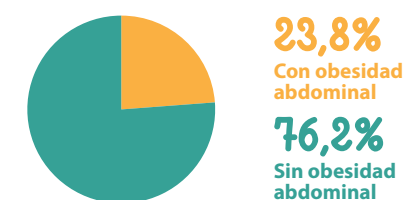
_La obesidad infantil se puede definir según el Índice de Masa Corporal (IMC = kg/m²) o según el coeficiente de la circunferencia de la cintura respecto a la altura, lo que se conoce como obesidad abdominal.

_Las cifras de sobrepeso y obesidad según IMC se han estimado según las curvas de crecimiento de la OMS, lo cual permite comparar los resultados con estudios anteriores realizados en España o en otros países del mundo.

% de sobrepeso y obesidad - según IMC



% de obesidad abdominal



*Se considera obesidad abdominal cuando el coeficiente de la circunferencia de la cintura respecto a la altura es igual o superior a 0,5.

La **coordinación científica** del Estudio PASOS ha sido a cargo de la **Gasol Foundation** contando con el apoyo del **Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM)** y la participación de los siguientes grupos de investigación:

- _Grupo de investigación en Nutrición, Ejercicio y Estilo de Vida Saludable (ImFINE). Universidad Politécnica de Madrid.
- _Grupo de investigación Optimización del Entrenamiento, el Rendimiento Deportivo y el Acondicionamiento Físico. Universidad Católica San Antonio de Murcia (UCAM).
- _Grupo de Epidemiología Nutricional, Actividad Física y Prevención de la Obesidad. Universidad de Málaga.
- _Grupo de investigación en Nutrición. Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- _Grupo de investigación en Nutrición Comunitaria y Estrés Oxidativo. Universidad de las Islas Baleares.
- _Grupo de investigación en Actividad Física y Calidad de Vida (AFYCAV). Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Extremadura.
- _Unidad Regional de Medicina Deportiva del Principado de Asturias. Fundación Deportiva Municipal de Avilés.
- _Grupo de investigación Educación, salud y actividad física: estudios de género. Universidad de Coruña.
- _Grupo de investigación ELIKOS (ELikadura, arKeta fisikoa eta OSasuna, Nutrición, Actividad Física y Salud). Universidad Pública de Navarra.
- _Grupo de investigación en Promoción de la Actividad Física para la Salud (PAFS). Facultad de Ciencias del Deporte de Toledo. Universidad de Castilla La Mancha.
- _Grupo de investigación en Riesgo Cardiovascular y Nutrición. Instituto Hospital del Mar de Investigaciones Médicas (IMIM).
- _Fundación Probitas.
- _Gasol Foundation.

Apoyo institucional:



17 Consejerías de Educación y/o Salud

Colaborador principal:



Aliados saludables:



Media Partner:



 WWW.GASOLFOUNDATION.ORG/ESTUDIO-PASOS