

NOTA DE PRENSA

Madrid, 6 de marzo de 2017

Este nuevo trabajo profundiza en el sedentarismo en una muestra representativa de población de 9 a 17 años, así como en la disponibilidad de dispositivos electrónicos en el hogar

El estudio científico ANIBES analiza la prevalencia de hábitos sedentarios en niños y adolescentes españoles

- La revista científica internacional BMC Public Health ha publicado recientemente la investigación 'Sedentarismo en niños y adolescentes españoles: resultados del estudio científico ANIBES'
- Según las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría, tanto niños como adolescentes no deberían pasar más de 2 horas al día delante de una pantalla
- El 48,4% de la muestra de niños y adolescentes que ha participado en este trabajo pasaba más de 2 horas al día delante de una pantalla independientemente del día de la semana, cifra que ascendía al 84% si se trataba de fin de semana

La revista científica internacional [BMC Public Health](#) ha publicado recientemente la investigación 'Sedentarismo en niños y adolescentes españoles: [resultados del estudio científico ANIBES](#)', centrada en la descripción de los hábitos de sedentarismo en niños y adolescentes (9 a 17 años), así como la disponibilidad de dispositivos electrónicos que hay en los hogares y cuáles son los determinantes del exceso de tiempo pasado delante de una pantalla.

Este trabajo incorpora nueva evidencia dentro de este estudio científico sobre datos antropométricos, ingesta de macronutrientes y micronutrientes y sus fuentes, así como el nivel de actividad física y datos socioeconómicos de la población, que ha sido coordinado por la [Fundación Española de Nutrición](#) (FEN).

Coordinado por:



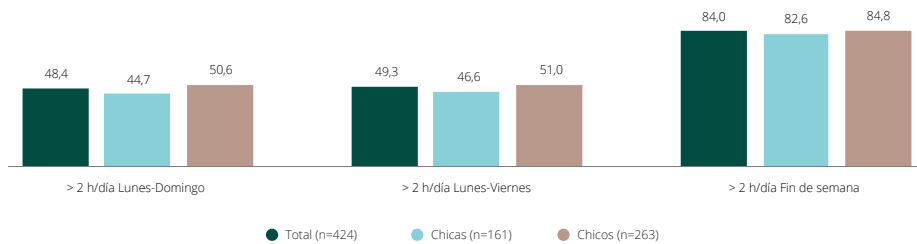
Con la participación de:



Grado de cumplimiento de las recomendaciones internacionales

“Sin tener en cuenta el uso de internet para el estudio, tanto los niños como los adolescentes españoles pasan más tiempo delante de una pantalla durante los fines de semana que en los días de entresemana”, comenta la **Prof. Dra. Marcela González-Gross**, directora del grupo de investigación [ImFine](#) y catedrática de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid. “El 48,4% del grupo de niños y adolescentes que han participado en este trabajo pasaba más de 2 horas al día delante de una pantalla independientemente del día de la semana, cifra que ascendía al 84% si se trataba de fin de semana”.

Total de niños y adolescentes (9 a 17 años) que pasan más de 2 h/día realizando actividades sedentarias (%)



En este sentido, cabe recordar que, según las recomendaciones de la Academia Americana de Pediatría, tanto niños como adolescentes no deberían pasar más de 2 horas al día delante de una pantalla. “La edad parece ser un determinante importante de un estilo de vida sedentario, ya que el grupo de adolescentes pasaba un mayor tiempo delante de la pantalla en comparación con el de los niños”, explica la investigadora principal de este nuevo trabajo científico.

“A esto debemos sumar que, según los datos incluidos en otro de los trabajos del estudio científico ANIBES, un 55,4 % de los niños y adolescentes españoles de entre 9 y 17 años no cumple las recomendaciones internacionales de la Organización Mundial de la Salud (OMS) de actividad física”, explica la Prof. Dr. González-Gross. “Teniendo en cuenta estos resultados, desde Salud Pública se debe hacer un esfuerzo diferenciado para incidir en ambos comportamientos, por una parte para disminuir en tiempo que niños y adolescentes pasan sentados por otras razones ajenas al estudio, y por otra, para aumentar la práctica de actividad física”.

Diferencias entre grupos de edad

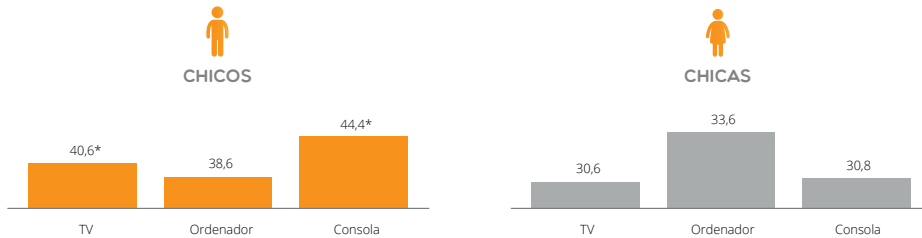
“Cabe destacar que el grupo de adolescentes pasó más tiempo viendo la televisión, jugando con ordenadores o consolas o navegando por internet (tanto para el estudio como por otras razones) que el grupo de los niños”, subraya la Prof. Dra. González-Gross. “Sin distinción de sexo, cerca del 38,5% del grupo de los niños y el 60% del grupo de adolescentes pasaba más de 2 horas al día frente a la pantalla entresemana, cifras que durante el fin de semana eran del 82,25 y del 85,8% respectivamente”.

Con la participación de:



Por otro lado, “el 30% de los niños y adolescentes tenían televisión, ordenador y/o consola en sus dormitorios”. Esto nos hace ver que las nuevas generaciones hacen un uso elevado de las nuevas tecnologías”, apunta la Prof. Dra. González-Gross. “El dispositivo más utilizado entre la población masculina de entre 9 y 17 años es la consola, mientras que en la población femenina es la televisión”.

Niños y adolescentes (chicos y chicas de 9 a 17 años) que tienen televisión, ordenador y consola en su habitación (%)



* Diferencias significativas entre sexos utilizando la corrección de Bonferroni del test de Fisher (* p < 0,05)

Mielgo-Ayuso J, Aparicio-Ugarriza R, Castillo A, Ruiz E, Ávila JM, Aranceta-Bartrina J, Gil A, Ortega RM, Serra-Majem LI, Varela-Moreiras G, González-Gross M. Sedentary behavior among Spanish children and adolescents: findings from the ANIBES study. BMC Public Health, 2017;17:94; doi:10.1186/s12889-017-4026-0.

Con la participación de:



Comité científico del Estudio ANIBES

- **Prof. Dr. Javier Aranceta-Bartrina**, Presidente del Comité Científico de la Sociedad Española de Nutrición Comunitaria (SENC), Director Clínico de la Fundación para la Investigación Nutricional (FIN) y Profesor Asociado de Nutrición Comunitaria de la Universidad de Navarra
- **Prof. Dr. Ángel Gil**, Presidente de la Fundación Iberoamericana de Nutrición (FINUT), Director del Grupo Científico BioNit y Catedrático de Bioquímica y Biología Molecular de la Universidad de Granada
- **Prof. Dra. Marcela González-Gross**, Vicepresidenta de la Sociedad Española de Nutrición (SEÑ), Responsable del Grupo de Investigación ImFine y Catedrática de Nutrición Deportiva y Fisiología del Ejercicio de la Universidad Politécnica de Madrid
- **Prof. Dra. Rosa M^a Ortega**, Directora del Grupo de Investigación VALORNUT y Catedrática de Nutrición de la Universidad Complutense de Madrid
- **Prof. Dr. Lluís Serra-Majem**, Presidente de la Fundación para la Investigación Nutricional (FIN), Presidente de la Academia Española de la Nutrición (AEN), y Catedrático de Medicina Preventiva y Salud Pública de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria
- **Prof. Dr. Gregorio Varela-Moreiras**, Presidente de la Fundación Española de la Nutrición (FEN) Director Grupo de Investigación Nutrición y Ciencias de la Alimentación (CEUNUT) y Catedrático de Nutrición y Bromatología de la Universidad CEU San Pablo de Madrid

Ficha técnica del estudio ANIBES

Diseño: Muestra representativa de la población residente en España (excluyendo Ceuta y Melilla)

Muestra: Individuos de entre 18 y 64 años que vivan en municipios de más de 2.000 habitantes

Universo: 37 millones de habitantes

Muestra final: 2.009 individuos de 9 a 75 años. Para este estudio, la muestra ha sido de 1.665 individuos de edades comprendidas entre los 18 y 64 años (2,23% error y 95% de margen de confianza)

Muestra aleatoria más refuerzo: 2.285 participantes*

*Se consideró un refuerzo en el tamaño de la muestra con el fin de tener una correcta representación

El protocolo final del estudio científico ANIBES fue aprobado previamente por el Comité Ético de Investigación Clínica de la Comunidad de Madrid (España)

Más información:
Gabinete de prensa FEN - ANIBES

Teresa del Pozo
Tel. 91 590 14 37 | 661 672 019
tdelpozo@torresycarrera.com

Con la participación de:

