

Articulos medicina :: Jugar y Hacer deporte hace mejorar a los niños en la escuela

21/01/2010 12:19 by Vida Sana, Terapias y Especialidades, Enfermedades

Autor: Noticias

Asunto: Jugar y Hacer deporte hace mejorar a los niños en la escuela

Publicado: Jue Ene 21, 2010 1:16 pm (GMT 0)

Hacer actividad física es buena para todas las edades, pero de acuerdo a un reciente estudio de llegar a la madurez en la forma, también hace que sea más inteligente y bueno en la escuela. Sabemos que las personas mayores hacer deporte y mantenerse activos tiene efectos beneficiosos en muchos aspectos y sirve principalmente para preservar la memoria y para eliminar el espectro de la AD, a pesar de los efectos positivos para los niños allí, los niños que hacen deporte son también más escuela eficiente y éste no es ciertamente un caso. La investigación ha demostrado que el ejercicio aeróbico es tener efectos positivos, tales como correr, bicicletas estáticas, los deportes de equipo, a la manera de hacer construir los músculos del cuerpo no sirve al propósito de esta investigación, lo que cuenta es la la cantidad es que tenemos el oxígeno en el cerebro.

Maria A. I. Instituto de Neurociencias y Fisiología, Universidad de Gotemburgo, Suecia, sobre los beneficios del deporte en la edad adolescente, dijo: "A esa edad el cerebro es muy plástico y tomar la forma de los eslabones más importantes en el plano cognitivo . Es por eso que no parecía importante estudiar si alguno de los factores que afectan el desarrollo del sistema nervioso central también es la actividad física. Nuestra preocupación más de un millón de niños nacidos en Suecia entre 1950 y 1976. Para el estudio, sin embargo, hemos considerado sólo los que tenían hermanos, casi 270.000, más de 3.100 pares de gemelos similares y 1.440 pares de gemelos idénticos. "

La investigación evaluados por un lado de la actividad física y el rendimiento escolar, el investigador explica: "En Suecia tenemos la suerte de contar con registros de los que podríamos obtener los votos del año pasado de la enseñanza obligatoria (15 años), otros que certifica las características de los hermanos de sangre y de gemelos, y una base de datos nacional, llamada Lisa, que hemos podido obtener información sobre el nivel de educación alcanzado y el tipo de empleo obtenido.

La presencia de hermanos o gemelos es muy importante para evaluar cómo el efecto positivo del rendimiento deportivo fue influenciada por el deporte en sí o los genes, o incluso de la educación recibida en casa.

Practicar un deporte desde la infancia ayuda a ponerse en forma a la madurez cuando la carga de compromiso que se requiere es muy alto, tales como la universidad.

Fuente: [Medicos](#)