

Actividad física, hábitos saludables y rendimiento académico en la adolescencia

Diego Moliner Urdiales Ph.D.



dmoliner@uji.es



[@Diego_Moliner](https://twitter.com/Diego_Moliner)



www.grupolife.uji.es





BRAIN
INITIATIVE

BRAIN INITIATIVE ALLIANCE



Human Brain Project



Contents lists available at ScienceDirect

Mental Health and Physical Activity

journal homepage: www.elsevier.com/locate/menpa



Physical activity and brain structure, brain function, and cognition in children and youth: A systematic review of randomized controlled trials



Katie E. Gunnell^{a,*}, Veronica J. Poitras^b, Allana LeBlanc^c, Kylie Schibli^d, Kheana Barbeau^e, Nina Hedayati^f, Matthew B. Ponitfex^g, Gary S. Goldfield^d, Charlotte Dunlap^h, Emily Lehanⁱ, Mark S. Tremblay^d

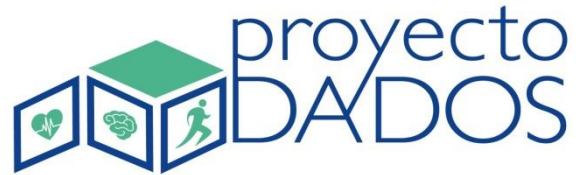
Highlights

- Most results showed null or a mix of null and favourable relationships between physical activity and cognitive function.
- Very few studies reported unfavourable results.
- Physical activity is unlikely to be detrimental to brain health in children and youth.
- More research is need on brain structure and brain function.





www.grupolife.uji.es



Objetivo general

Analizar la influencia de la práctica de actividad física sobre la salud, el bienestar psicológico y el rendimiento académico durante la adolescencia

PARTICIPA!

¿Cómo funciona tu cuerpo y tu mente?

SI CURSAS 2º de la ESO

Recibirás un completo informe de evaluación de tu estado de salud, durante los 3 años que dura el proyecto.

VALORADO EN MÁS DE 600€

proyecto DADOS

INSCRÍBETE:
proyectodados.com

Estudio financiado por el Ministerio de Educación y Competitividad, dentro del Plan Estatal de Investigación Científica, dentro del Plan Estatal de Investigación Científica.

MINISTERIO DE EDUCACIÓN, CULTURA Y DEPORTE

UNIVERSITAT JAUME I



Participantes

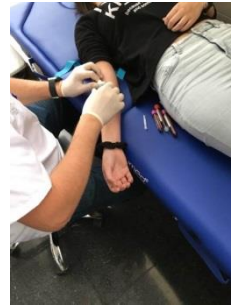
300 alumnos de 2º curso de ESO

Invitados a través de centros escolares y clubes deportivos



Protocolo de valoración

Seguimiento durante la adolescencia (13 a 17 años)



Pruebas de valoración

Estado de salud general

Analítica sanguínea, tensión arterial, frecuencia cardíaca, calidad de vida, parámetros perinatales, entorno familiar, nivel de maduración



Pruebas de valoración

Rendimiento Académico

Cuestionario de aptitudes escolares, calificaciones escolares

Bienestar psicológico

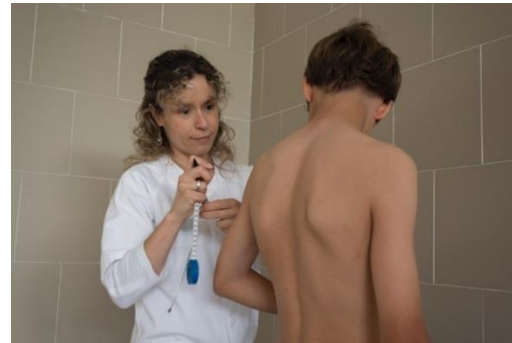
Cuestionarios sobre aspectos psico-emocionales



Pruebas de valoración

Composición corporal

Peso, altura, perímetro cintura y cadera, pliegue cutáneos



Pruebas de valoración

Condición física

Fuerza prensión, salto longitud, 4x10 metros, ida y vuelta 20 m



Pruebas de valoración

Actividad física y sueño

Cuestionario PAQ-C

Cuestionario Pittsburgh Sleep Quality Index

Acelerometría; análisis objetivo de actividad física, sedentarismo y sueño



REGULAR RESEARCH PAPER



Associations between objectively measured and self-reported sleep with academic and cognitive performance in adolescents: DADOS study

Mireia Adelantado-Renau¹ | Maria Reyes Beltran-Valls¹ | Jairo H. Migueles² | Enrique G. Artero^{3,4} | Alejandro Legaz-Arrese⁵ | Ana Capdevila-Seder¹ | Diego Moliner-Urdiales¹

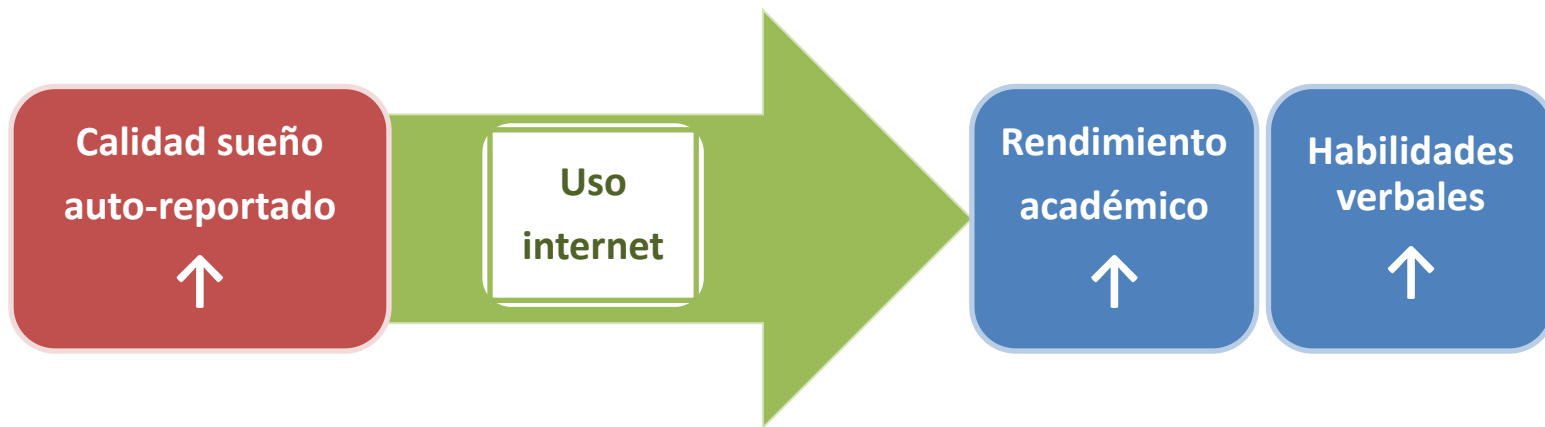


ORIGINAL ARTICLE

The effect of sleep quality on academic performance is mediated by Internet use time: DADOS study[☆]



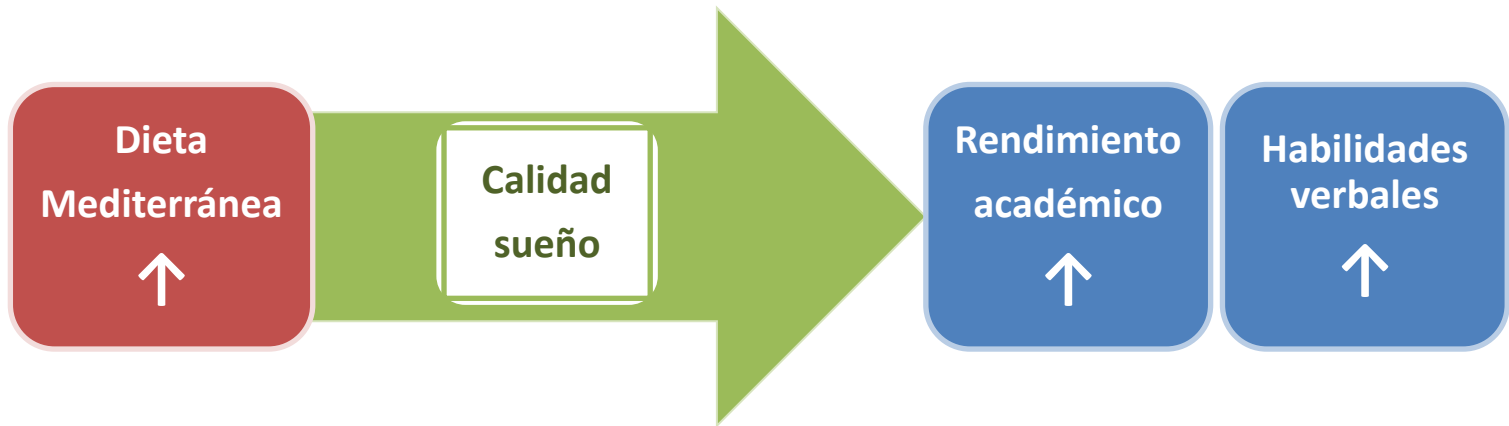
Mireia Adelantado-Renau ^a, Ana Diez-Fernandez ^{b,c}, Maria Reyes Beltran-Valls ^{a,d}, Alberto Soriano-Maldonado ^{e,f}, Diego Moliner-Urdiales ^{a,*}



REGULAR ARTICLE

The influence of adherence to the Mediterranean diet on academic performance is mediated by sleep quality in adolescents

Mireia Adelantado-Renau¹ , María Reyes Beltran-Valls^{1,2} , Irene Esteban-Cornejo^{3,4} , Vicente Martínez-Vizcaíno^{5,6} ,
Alba María Santaliestra-Pasías^{7,8,9,10} , Diego Moliner-Urdiales (dmoliner@uji.es)¹ 





Contents lists available at ScienceDirect

Cytokine

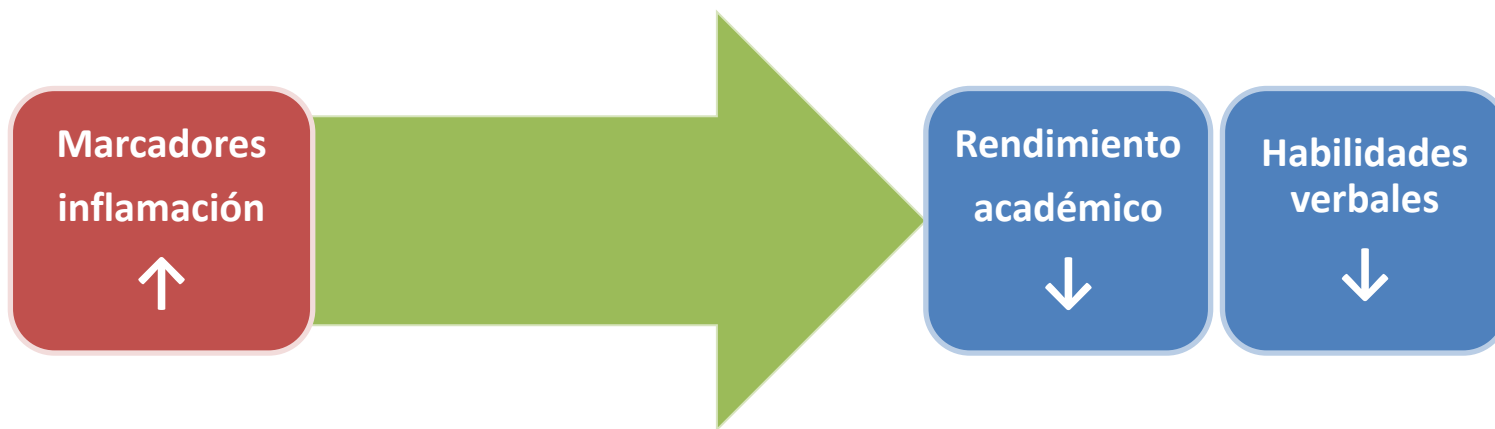
journal homepage: www.elsevier.com/locate/cytokine



Manuscript submitted

Circulating inflammatory biomarkers and academic performance in adolescents: DADOS study

Authors: Mireia Adelantado-Renau, Maria Reyes Beltran-Valls; Jorge Mota; Diego Moliner-Urdiales





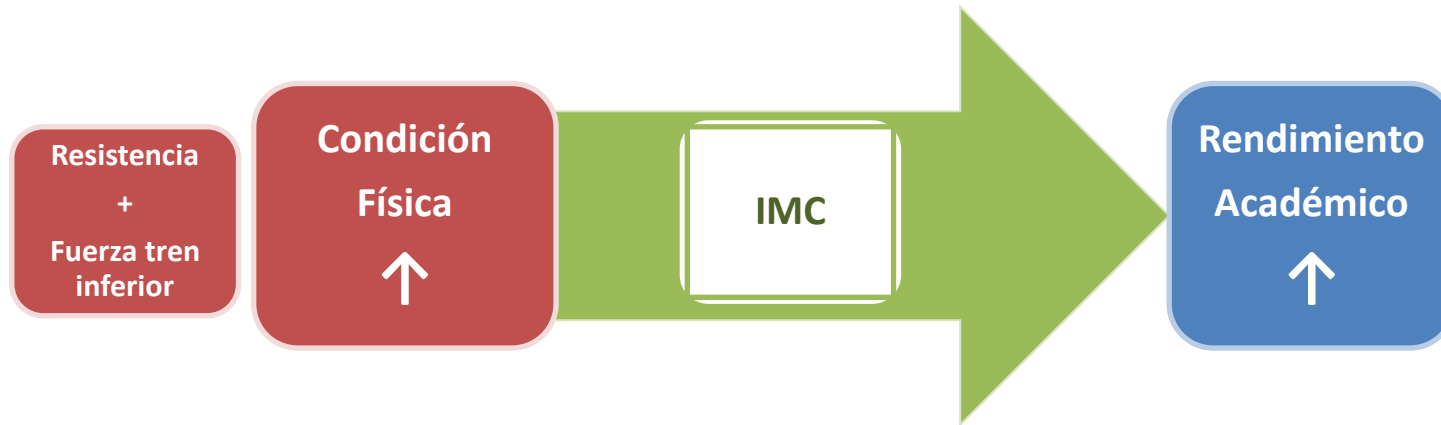
Fitness and academic performance in adolescents. The mediating role of leptin: DADOS study

Mireia Adelantado-Renau¹ · David Jiménez-Pavón² · María Reyes Beltran-Valls¹ · Jesús Gustavo Ponce-González² · Óscar Chiva-Bartoll³ · Diego Moliner-Urdiales¹ 



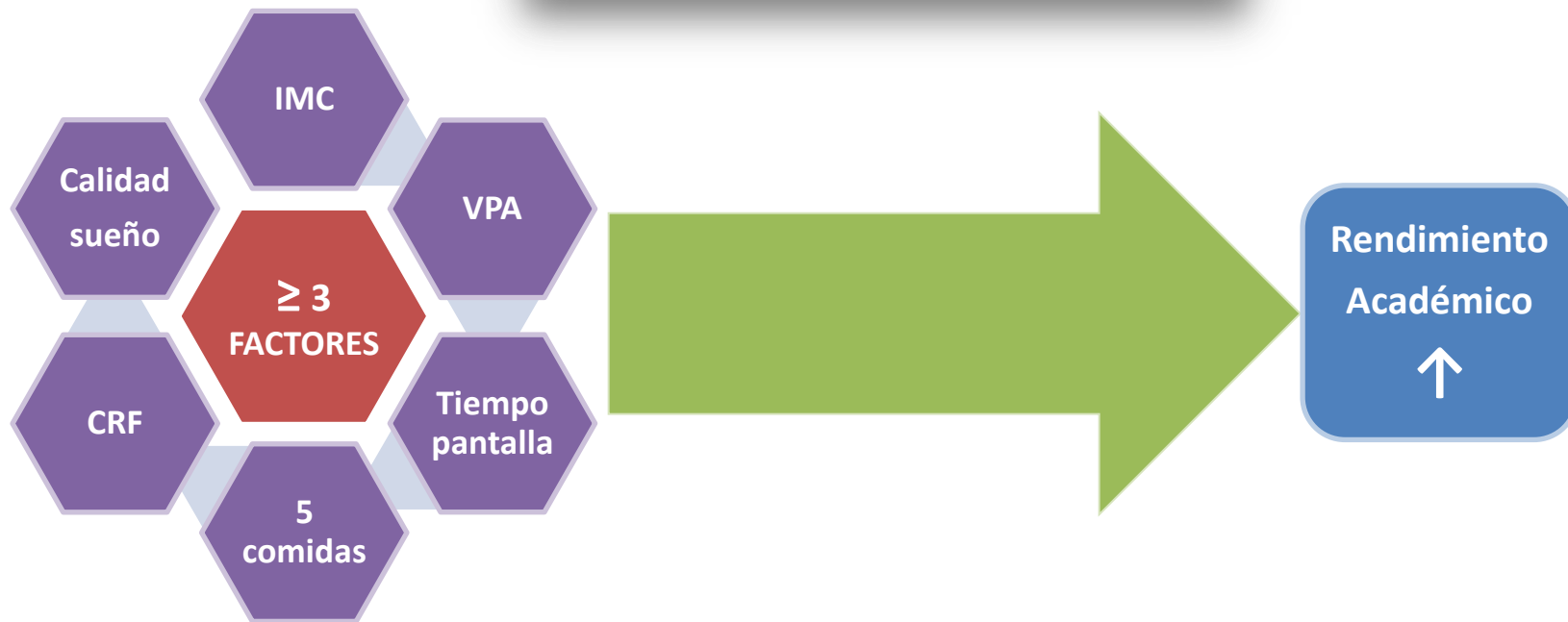
Cardiorespiratory fitness and academic performance association is mediated by weight status in adolescents: DADOS study

María Reyes Beltran-Valls¹ · Mireia Adelantado-Renau¹ · Jose Castro-Piñero² · Mairena Sánchez-López^{3,4} · Diego Moliner-Urdiales¹



Independent and combined influence of healthy lifestyle factors on academic performance in adolescents: DADOS Study

Mireia Adelantado-Renau, David Jiménez-Pavón, Maria Reyes Beltran-Valls & Diego Moliner-Urdiales ✉





SI

