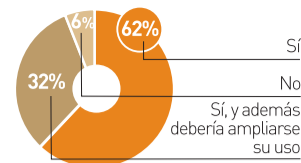


¿Te parece bien que se recete cannabis para paliar el dolor?

**SALUD HÁBITOS**

Sedentarismo juvenil

ESCASO DEPORTE ENTRE LOS ESCOLARES

La mitad de los estudiantes de más de 14 años sólo hace ejercicio físico en clase

Luis Marchal
ADN

● Un tercio de la población escolar practica insuficiente deporte. Por otra parte, la mitad de los estudiantes de entre 15 y 17 años sólo lo ejercitan en las clases de Educación Física, un problema que afecta a más chicas (65%) que a chicos (35%).

Éstas son las conclusiones del reciente estudio de la Universidad Autónoma de Madrid *La educación física, los estilos de vida y los adolescentes: cómo son, cómo se ven, qué saben y qué opinan*. Sus autores se aproximaron a los hábitos deportivos de más de 3.000 alumnos de 9 a 17 años de colegios e institutos de seis comunidades autónomas.

PANORAMA "PREOCUPANTE"

Uno de los coordinadores del estudio, Juan Luis Hernández, doctor en Ciencias de la Educación y licenciado en Educación Física, califica el panorama de "preocupante".

"Nos encontramos con un estilo de vida sedentario, que repercute en la salud", asegura Hernández. Para él, la principal consecuencia de la escasa actividad física es el incremento de los índices de grasa corporal. El 17% de la población infanto-juvenil acumula niveles "altos" y un 35% "moderadamente altos", apunta.

Otro factor negativo es que, si se hace poco deporte, se tiene una menor capacidad de esfuerzo físico y cualquier ejer-



Una clase de gimnasia en el Colegio Mirabal (Madrid), que potencia el deporte. SYLVAIN CHERKAOU

El apunte

Los que se ejercitan, con mayor autoestima

● Los adolescentes que realizan más deporte poseen una autoestima más elevada. El estudio de la Universidad Autónoma de Madrid también señala que tienen una percepción mejor de su competencia en general, y de su competencia motriz en particular.

La cifra

4,3 MILLONES

de españoles de 9 a 17 años comprenden la población infanto-juvenil, según el Instituto Nacional de Estadística (INE). Un tercio de ellos, casi millón y medio, practica insuficiente deporte, lo que repercutirá en su salud de forma negativa.

cicio se lleva a cabo con mayor cansancio y, por ende, con menor disfrute.

Además, un 45% de los jóvenes tiene una deficiente flexibilidad. Según Hernández, "no son capaces de tocarse con la mano la punta de los pies sin flexionar las rodillas [al estar de pie], lo que les incrementará a medio plazo los dolores musculares".

Más alarmante para Hernández es su capacidad de adaptación cardiorrespiratoria.

Un 35% de los chicos no se recupera de un esfuerzo moderado en un tiempo prudencial.

Hernández explica que una de las causas del abandono del deporte entre los jóvenes es no alcanzar un grado satisfactorio de la percepción de competencia automotriz. En ese sentido, matiza que éstos se desmotivan por "enfrentarse a un reto que no dominan". También es importante el nivel de práctica de deportes en la familia, por lo que el estudio aconseja a los padres que

Inconveniente. El 45% de los escolares de 9 a 17 años tiene una deficiente flexibilidad

acompañen a sus hijos a las actividades deportivas que realicen fuera del horario escolar. La Rioja es la comunidad incluida en el estudio donde las familias realizan más ejercicio físico. En el extremo contrario se encuentra Asturias.

"La clase de Educación Física es la única forma de garantizar que los niños hagan deporte", argumenta el especialista. Por eso aboga por un mayor número de horas lectivas de esta asignatura. En la actualidad -alerta- son insuficientes: "Suelen ser dos periodos semanales de 35 minutos reales de ejercicio cada uno".

lsmarchal@adn.es

ECOLOGÍA

Un cazador captura una foca.

Canadá intercepta un barco contra la caza de focas

● El ministro de Pesca canadiense, Loyola Hearn, defendió el sábado el apresamiento por agentes de la policía del barco *Farley Mowat*, de la organización de defensa de los derechos animales Sea Shepherd, al afirmar que las autoridades actuaron "antes de que alguien resultase muerto".

Hearn justificó esta afirmación al señalar que algunos cazadores de focas "sintieron que estaban en peligro". Sea Shepherd afirmó que la captura del barco registrado en Holanda se produjo en aguas internacionales. El director de la organización ecologista, Paul Watson -que no se encontraba en ese momento en el navío- calificó el apresamiento como "un acto de guerra".

"CRUEL E INHUMANA"

El *Farley Mowat* se encontraba en las aguas del golfo de San Lorenzo para protestar contra la caza de focas, que se inició el 28 de marzo. Este año, Ottawa ha autorizado la caza de 275.000 mamíferos, una práctica que organizaciones como Sea Shepherd consideran "cruel e inhumana". EFE

La Policía compra camisas que destiñen

DENUNCIA

Madrid ● La Policía Nacional ha devuelto 10.000 camisas y gorras porque destiñían y cambiaban de color, y ha comprado cientos de furgonetas que, según los sindicatos, son demasiado grandes y se quedan atrapadas en las calles estrechas.

Así lo denuncia el sindicato Unión Federal de Policía (UPF), que asegura que la ropa tampoco había pasado ninguna inspección de riesgos laborales, ya que no era del tejido ignífugo que recomiendan las normas de seguridad. Fuentes de la Dirección General de Policía han aclarado que se trata-

ba de una partida defectuosa que se ha devuelto a la empresa suministradora, sin cargo para el erario público.

VEHÍCULOS ANCHOS

El sindicato policial también ha criticado que los antidisturbios están estrenando furgonetas más modernas, cómodas y mejor equipadas, pero también más grandes, por lo que son poco operativas y se quedan atrapadas en las calles estrechas y los barrios antiguos de muchas ciudades. EFE



El uniforme de la Policía.

Hallan muerto al propietario de la motora perdida el viernes

GIRONA

Barcelona ● Salvamento Marítimo localizó ayer a once millas del puerto del Estartit (Girona) el cadáver del propietario de la embarcación belga desaparecida el viernes cerca de la zona. La motora fue localizada a la deriva, cerca de Menorca.

El cuerpo, de un hombre de

unos 60 años, llevaba la documentación del ciudadano belga cuya motora desapareció el viernes. El otro tripulante de la embarcación, un técnico electricista, aún no ha sido localizado. Según el examen inicial del forense, el fallecido no presenta signos de violencia y todo indica que la muerte se produjo por ahogamiento. EFE