

NIVELES DE SEDENTARISMO EN NIÑOS Y ADOLESCENTES SEGÚN LA CLASE SOCIAL

CAFYDD

TRABAJO DE FIN DE GRADO

**FACULTAD CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE**



Realizado por: Alejandra Chapa Bodelón y Miriam López Moraga

Grupo matriculado TFG: M-41

Año Académico: 2023-2024

Tutor/a: Dra. Olga López Torres

Área: Revisión bibliográfica

RESUMEN

Introducción: El sedentarismo y la falta de la actividad física (AF) son preocupaciones de salud pública en todo el mundo, especialmente entre niños y adolescentes. Se ha observado que el nivel socioeconómico (NSE) puede influir en los patrones de AF y sedentarismo de esta población. Comprender como las diferencias socioeconómicas afectan a estos comportamientos es fundamental para desarrollar intervenciones efectivas.

Objetivos: En este contexto, esta revisión sistemática tiene como objetivo principal investigar si el NSE influye en el sedentarismo y la AF de niños y adolescentes, con un enfoque secundario en identificar las barreras de acceso a la AF según la clase social y las diferencias entre países, así como las enfermedades asociadas a la inactividad física y el sedentarismo.

Metodología: Para responder a los objetivos planteados se realizó una revisión de la bibliografía más actual (de los últimos 10 años) y una búsqueda exhaustiva en cuatro bases de datos científicas ("Rehabilitation and Sport Medicine Source", "SPORTDiscus", "MEDLINE y Psychology and Behavioral Sciences Collection with Full Text").

Resultados: La búsqueda recoge trece artículos que cumplieran criterios específicos de inclusión, para el análisis y revisión de los resultados obtenidos y se elabora una discusión de los mismos.

Conclusión: A través de los trece artículos obtenidos se puede concluir que el NSE afecta tanto al sedentarismo como la AF, con diferencias significativas entre clase sociales y países. En países subdesarrollados, la clase social alta tiende a ser más sedentario, mientras en países desarrollados, la clase alta muestra una mayor conciencia sobre la importancia de la AF. Se subrayó la importancia de fomentar la AF desde una edad temprana para prevenir problemas de salud en la edad adulta. Las principales barreras identificadas para la participación en AF fueron el acceso a recurso y el poder adquisitivo, con las clases sociales más altas, teniendo mayores facilidades para participar en actividades físicas, recreativas y deportivas.

Palabras clave: Sedentarismo, actividad física, clase social, nivel socioeconómico, nivel de estudios, sobrepeso y obesidad.

ABSTRAC

Introduction: Sedentary lifestyle and lack of physical activity (PA) are public health concerns worldwide, especially among children and adolescents. It has been observed that socioeconomic status (SES) can influence the physical activity and sedentary lifestyle patterns of this population. Understanding how socioeconomic differences affect these behaviors is essential to developing effective interventions.

Objectives: In this context, the main objective of this systematic review is to investigate whether SES influences the sedentary lifestyle and PA of children and adolescents, with a secondary focus on identifying the barriers to access to PA according to social class and the differences between countries, as well as diseases associated with physical inactivity and a sedentary lifestyle.

Methodology: To respond to the stated objectives, a review of the most current literature (from the last 10 years) and an exhaustive search was carried out in four scientific databases ("Rehabilitation and Sport Medicine Source", "SPORTDiscus", "MEDLINE and Psychology and Behavioral Sciences Collection with Full Text").

Results: The search includes thirteen articles that met specific inclusion criteria, for the analysis and review of the results obtained and a discussion of them is prepared.

Conclusion: Through the thirteen articles obtained, it can be concluded that SES affects both sedentary lifestyle and PA, with significant differences between social classes and countries. In underdeveloped countries, the upper social class tends to be more sedentary, while in developed countries, the upper class shows greater awareness about the importance of PA. The importance of encouraging PA from an early age to prevent health problems in adulthood was highlighted. The main barriers identified for participation in PA were access to resources and purchasing power, with higher social classes having greater facilities to participate in physical, recreational and sports activities.

Keywords: Sedentary lifestyle, physical activity, social class, socioeconomic level, educational level, overweight and obesity.

ÍNDICE

1.	INTRODUCCIÓN.....	4
2.	OBJETIVO.....	7
3.	METODOLOGÍA.....	7
3.1.	<i>DISEÑO.....</i>	<i>7</i>
3.2.	<i>ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA.....</i>	<i>8</i>
3.3.	<i>CRITERIOS DE SELECCIÓN.....</i>	<i>8</i>
3.4.	<i>CRITERIOS DE EXCLUSIÓN.....</i>	<i>8</i>
3.5.	<i>DIAGRAMA DE FLUJO.....</i>	<i>9</i>
4.	DISCUSIÓN.....	10
5.	FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN.....	17
6.	CONCLUSIÓN.....	18
7.	BIBLIOGRAFÍA.....	19
8.	ANEXOS:.....	22
8.1.	<i>Tabla 1.....</i>	<i>22</i>

1. INTRODUCCIÓN.

El sedentarismo, definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS), como “cualquier comportamiento en estado de vigilia caracterizado por un escaso gasto energético, sea en posición sentada, reclinada o acostada” (OMS, 2021), ha aumentado significativamente en las últimas décadas (OMS, 2021). Los cambios en el estilo de vida, la industrialización y las tendencias laborales han llevado a la población, sobre todo de países desarrollados a un aumento marcado del sedentarismo (OMS, 2021).

A su vez, niveles altos de sedentarismo se relacionan directamente con altos niveles de inactividad física (OMS, 2022). La OMS define la inactividad física como “un nivel de actividad que incumple las recomendaciones mundiales sobre la AF para la salud y constituye un importante factor de riesgo de mortalidad en el mundo” (OMS, 2022). En contraposición a este término, podemos definir AF como “Cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La AF hace referencia a todo movimiento, incluso durante el tiempo de ocio, para desplazarse a determinados lugares y desde ellos, o como parte del trabajo de una persona. La AF tanto moderada como intensa, mejora la salud” (OMS, 2022). El binomio sedentarismo e inactividad física se piensa que está relacionado con diferentes enfermedades tales como hipertensión, síndrome metabólico, diabetes (Andrade-Gómez et al., 2017) entre otros. La combinación dos a dos de estos conceptos, daría lugar a 4 tipos de sujetos: inactivos y sedentarios, inactivos y no sedentarios, activos y sedentarios y activos y no sedentarios. En función del grupo en el que nos encontremos, el estilo de vida podría influir más o menos en la salud (Donnelly et al., 2022).

A pesar de que el comportamiento sedentario y la AF se consideran opuestos en términos de gasto energético, no son mutuamente excluyentes, ya que un niño puede cumplir con las recomendaciones de actividad física de moderada a vigorosa (MVPA) y aun así tener un tiempo excesivo de comportamiento sedentario cada día (Lehto et al., 2021).

Se cree que el estatus socioeconómico podría influenciar en mayor o menor medida

el estilo de vida y con ello los niveles de sedentarismo y AF de la población (Heradstveit et al., 2020). De acuerdo con la definición de la Real Academia Española (RAE), se entiende por clase social al “Conjunto de personas que pertenecen al mismo nivel social y que presentan cierta afinidad de costumbres, medios económicos, intereses, etc.” (Real Academia Española, s.f., definición social 1.f). De esta manera, se cree que las clases sociales más altas podrían tener mejores estilos de vida, con niveles más altos de AF y más bajos de sedentarismo (Lee et al., 2022).

La evidencia científica nos dice que la práctica de ejercicio durante la adolescencia trae consigo múltiples beneficios a corto plazo y a largo plazo para la salud (Gonzalo-Almorox & Urbanos-Garrido, 2016 y Heradstveit et al., 2020). Entre estos beneficios se incluyen el buen desarrollo del desempeño académico, el fomento del aprendizaje, el bienestar general (Heradstveit et al., 2020), favoreciendo el buen desarrollo musculoesquelético, un sistema cardiovascular sano y conciencia neuromuscular, además de controlar el mantenimiento de un peso corporal saludable (Gonzalo-Almorox & Urbanos-Garrido, 2016). Sin embargo, a pesar de los beneficios evidentes de la AF, la inactividad física es común en los países occidentales (Gong et al., 2019).

Además, al igual que con otros aspectos de la salud, la AF tiende a variar según el estatus social, siendo menos probable que la clase social baja sea físicamente activa en comparación con sus contrapartes más privilegiadas (Gong et al., 2019). Es importante hacer hincapié en la etapa de la adolescencia como bien afirman los investigadores Määttä et al. (2018); Nascente et al. (2016) y Ojedoyin et al. (2022) ya que nos dicen que, durante la adolescencia, es crucial desarrollar hábitos saludables, como la AF, que pueden impactar positivamente en la salud futura, ya que ayuda a reducir el riesgo de padecer diversas enfermedades asociadas con el estilo de vida sedentario. Es importante promoverla durante la adolescencia para aumentar las probabilidades de que se mantenga en la edad adulta. Diferentes estudios han establecido una relación entre el nivel NSE y los niveles de sedentarismo e inactividad física (Heradstveit et al., 2020; Lee et al., 2022 y Wiltshire et al., 2019).

Así, las diferencias a nivel social, político y cultural que se dan en función del NSE

determinan en cierta manera el estilo de vida y bienestar, lo que afecta directamente a la salud (Moreno-Llamas et al., 2020). Algunos de los factores que afectan al estilo de vida según la clase social son: los recursos financieros disponibles para cubrir gastos relacionados con la alimentación y el ejercicio, los niveles de educación que afectan la comprensión de las cuestiones relacionadas con la dieta y el ejercicio, así como la ubicación de la vivienda (Moreno-Llamas et al., 2020). Por esta razón, es posible que el NSE empeore la salud de los niños y adolescentes de las clases sociales más desfavorecidas a través de los hábitos de salud de sus padres (Gong et al., 2019).

Los autores Lee et al. (2022), nos señalan que los indicadores comunes de NSE incluyen recursos financieros como los ingresos del hogar, nivel educativo y ocupación de los cabezas de familia. Estos indicadores son útiles para investigar la relación entre el NSE y la obesidad, ya sea a través de aspectos materiales o humanos, según Ojedoyin et al. (2022), subraya que la relación entre cintura-cadera (WHR) y el comportamiento sedentario no es simplemente una asociación casual, sino que refleja mecanismos fisiológicos subyacentes que vinculan el estilo de vida sedentario con una distribución anómala de la grasa corporal. El sedentarismo afecta negativamente el metabolismo de los lípidos y la insulina, promoviendo la acumulación de grasa visceral que, a su vez, eleva la WHR y el riesgo de complicaciones metabólicas.

La evidencia científica respalda el hecho de que las personas adineradas tengan una vida más larga y saludable en comparación con aquellas con menos recursos, (Wiltshire et al., 2019). No obstante, la falta de igualdad económica no es la única razón detrás de los problemas de salud. Las familias que se encuentran en la posición más baja de la sociedad se enfrentan a un mayor aislamiento social, mayores dificultades económicas y una baja participación cultural. Estas desigualdades nos quieren hacer ver las diferencias en las normas de comportamiento relacionadas con la AF, en este caso se centra en la experiencia de los jóvenes en su entorno escolar (Wiltshire et al., 2019).

Por otro lado, hay que remarcar la figura de los adultos en la importancia de la práctica de AF en los niños. Los investigadores Andrade-Gómez et al. (2017); Gong et al. (2019); Lehto et al. (2021) y Wilhite et al. (2023) demuestran que a medida que

los niños son más pequeños, los padres juegan un papel central en influir en su comportamiento sedentario al proporcionarles o restringirles oportunidades. Por ejemplo, entre los niños de 3 a 6 años, el tiempo sedentario frente a pantallas es mayor si los padres tienen actitudes positivas hacia este tipo de actividad (Lehto et al., 2021). Algunas diferencias en el entorno familiar que contribuyen al comportamiento sedentario se atribuyen a la educación de los padres o al nivel de ingresos (Lehto et al., 2021).

Por último, los niveles de sedentarismo podrían variar entre los diferentes países, en función del desarrollo y de las costumbres (Gong et al., 2019). Un mayor acceso a la información sobre salud podría derivar en mejores hábitos. La teoría de la desigualdad de la información expuesta por Gong et al. (2019) podría explicar parcialmente este hecho. Esta teoría expone que las clases sociales más bajas tienden a tener menor acceso, búsqueda, procesamiento y acción sobre la información de salud.

2. OBJETIVO.

El objetivo de este trabajo de revisión sistemática es conocer si el NSE influye en el sedentarismo y la AF de los niños y adolescentes.

Como objetivo secundario se pretende averiguar la existencia de las diferentes barreras de acceso a la AF en niños y adolescentes en función de la clase social, las diferencias que existen entre distintos países, así como las enfermedades consecuentes de la inactividad física y el sedentarismo.

3. METODOLOGÍA

3.1. DISEÑO

Se ha realizado una revisión sistemática de artículos científicos en las bases de datos de la biblioteca Crai Dulce Chacón de la UEM sobre los niveles de sedentarismo en niños y adolescentes según la clase social.

3.2. ESTRATEGIA DE BÚSQUEDA

Para la búsqueda de estudios originales se consultaron las bases de datos de Rehabilitation and Sport Medicine Source, SPORTDiscus, MEDLINE y Psychology and Behavioral Sciences Collection with Full Text mediante la siguiente ecuación de búsqueda (Sedentary lifestyle OR sedentary behavior OR inactivity) AND (social class OR status OR socioeconomic status) NOT (meta-analysis OR systematic review). Se limitó por año de publicación 2014-2024, que las investigaciones fueran realizadas en cualquier grupo de población, así como que los artículos fueran en inglés y español.

3.3. CRITERIOS DE SELECCIÓN

Se aplicó como criterio de selección los siguientes aspectos:

- Artículos científicos a texto completo.
- Artículos publicados en los últimos 10 años.
- Artículos publicados en inglés y español.
- Artículos cuya muestra sean niños y adolescentes de 0 a 18 años.
- Artículos en los que se distinga entre clases sociales.
- Artículos en los que se hable de sedentarismo o inactividad física.

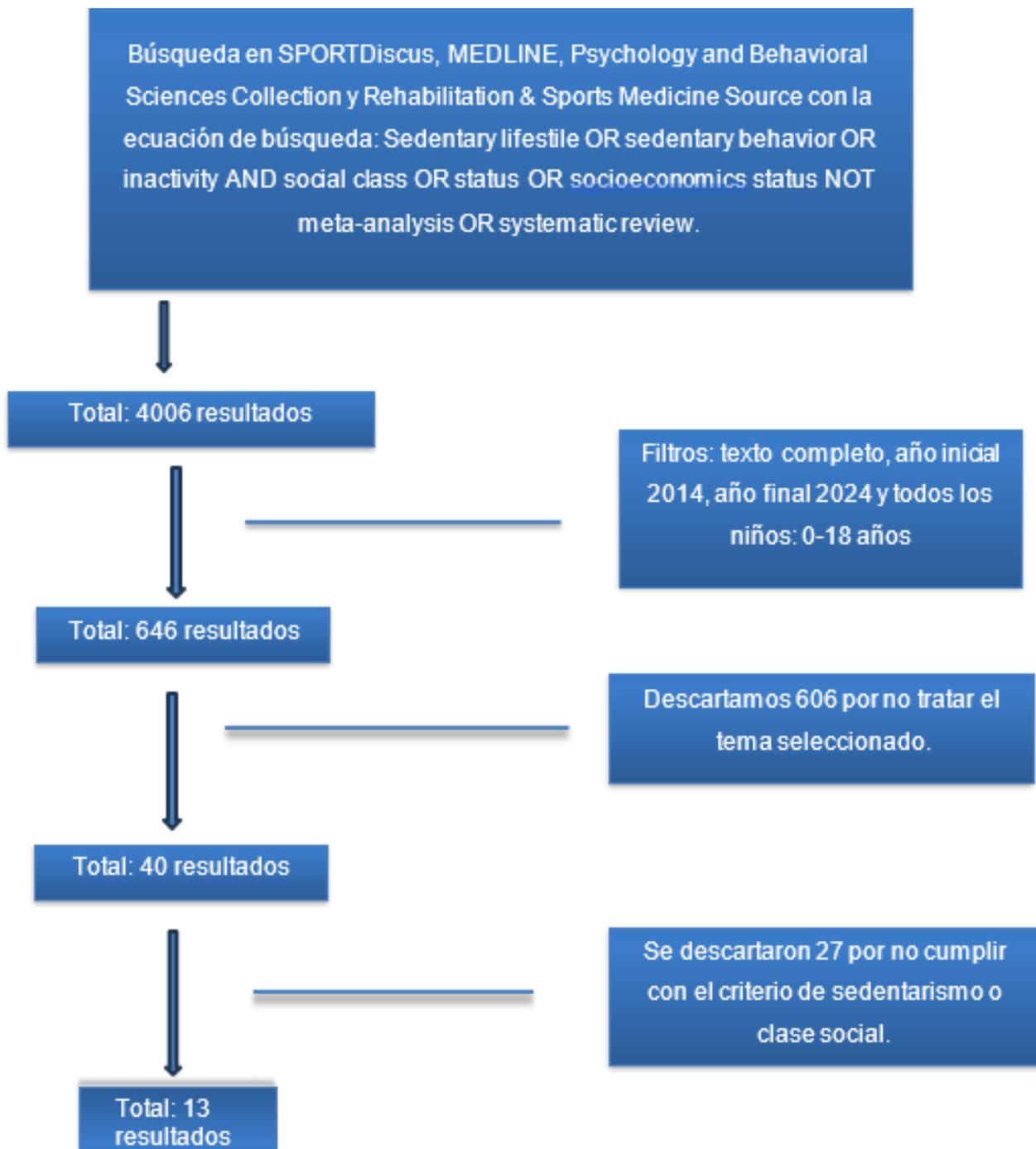
3.4. CRITERIOS DE EXCLUSIÓN

Por otra parte, se excluyeron documentos que no fueran estudios o ensayos observacionales, como revisiones sistemáticas, metaanálisis, estudios de caso o estudios experimentales. Nos centramos en el sedentarismo según la clase social de las familias de niños y adolescentes y los factores de riesgo para la salud que conllevan, excluyendo aquellos que solo hacen alusión a enfermedades producidas por el sedentarismo y la inactividad física sin comparar el estatus social de las familias. Así mismo, se descartaron aquellos artículos que no daban acceso a texto completo y que no pudimos recuperar de ninguna forma.

3.5. DIAGRAMA DE FLUJO

Figura 1

Diagrama de flujo de la selección de artículos (2024).



4. DISCUSIÓN

Esta revisión sistemática se centra en analizar la información presente en la literatura sobre la influencia del NSE en los niveles de sedentarismo y AF de adolescentes y niños según el entorno social y familiar.

Hoy en día sabemos que el sedentarismo y la inactividad física pueden desencadenar una serie de problemas o enfermedades como pueden ser un bajo rendimiento cognitivo, (Lehto et al., 2021), la obesidad o sobrepeso, (Lehto et al., 2021) enfermedades coronarias, (Gonzalo-Almorox & Urbanos-Garrido, 2016) diabetes tipo II, (Ojedoyin et al., 2022) osteoporosis, (Nascente et al., 2016) o ciertos tipos de cáncer (Gonzalo-Almorox & Urbanos-Garrido, 2016).

Sabemos con certeza que el sedentarismo y la inactividad física constituyen un importante factor de riesgo de mortalidad en el mundo (OMS, 2021). Uno de los principales hallazgos demuestra que un NSE y un nivel educativo de los padres (PEL) bajo está directamente relacionado con niveles bajos de AF y baja participación en deportes sobre todo en adolescentes (Heradstveit et al., 2020). En el estudio de Heradstveit et al. (2020) realizado en Hordaland, Noruega con una muestra de 10.257 adolescentes de entre 16 y 19 años, a los cuales se les evaluó a través de un cuestionario que cuantificaba la salud, el estilo de vida y el uso de los diferentes dispositivos electrónicos, se concluye que una proporción significativa de alumnos cursando estudios vocacionales (grados medios y superiores) participan en conductas de riesgo para la salud como fumar, consumo de alcohol e inactividad física, frente a sus pares con estudios generales (estudios que te preparan para ir a la universidad), siendo también diferencial por el género. Respecto a lo dicho, se observaron conductas más perniciosas en las niñas que en los niños (Heradstveit et al., 2020). Estos resultados coinciden con los obtenidos por Gonzalo-Almorox & Urbanos-Garrido (2016) en un estudio realizado con una muestra de 4662 niños y niñas españoles de entre 4 y 14 años donde también se observó que el nivel de ingresos y el PEL influye en el nivel de AF de los hijos favoreciendo a los más acomodados y nos remarca que la inactividad física en la infancia está relacionada con diferentes problemas de salud durante la edad adulta. A su vez, este estudio concluyó que este hecho se acentúa más en las niñas que en los niños, reafirmando

los datos obtenidos en el estudio anterior.

En el estudio de Wiltshire et al. (2019), realizado a 29 alumnos de segundo de la ESO de 13 y 14 años en Inglaterra en el que usaron un cuestionario en cuatro entornos escolares, nos confirman una vez más que los alumnos con un NSE familiar medio/alto realizan más actividades relacionadas con la salud en comparación con los alumnos con un NSE familiar bajo.

El estudio transversal DAGIS (aumento de la salud y bienestar en preescolares) de Määttä et al. (2018), hecho en Finlandia, que realizó el cuestionario a los padres de 779 niños de entre 3 y 5 años también nos confirma, como el artículo anterior, que la muestra analizada con un NSE alto de sus padres y menos horas de Educación Física (EF) escolar a la semana pueden centrarse más en actividades basadas en estar sentados durante los momentos de juego libre no estructurados, por lo que disminuye la AF. Además, se encontró evidencia de que los niños que realizaban semanas temáticas de AF más organizadas y más lecciones de EF por semana están directamente relacionados con un sedentarismo más bajo. Este artículo nos demuestra que no solo influye el NSE, sino que también la programación de los colegios.

Estudios epidemiológicos realizados en muestras muy grandes como el de Gong et al. (2019) con un número muestral de más de 100.000 estudiantes de primaria realizado en Hong Kong también confirman la hipótesis de que los niños de clases más desfavorecidas son sedentarios, cayendo en el riesgo de tener estas SB de por vida, ya que, a menudo los hijos reflejan los hábitos sedentarios de sus padres.

Como se ha mencionado anteriormente, las niñas de una posición socioeconómica familiar más baja tienden a ser menos activas y más sedentarias que los niños en la misma situación (Wilhite et al., 2023). Cuando se analizaron los niveles de AF y sedentarismo solo de los varones de distintas clases sociales no se encontró ninguna diferencia destacable como se observa en el estudio longitudinal realizado por Wilhite et al. (2023), a través de un cuestionario a una muestra total de 1.251 niños y 1.206 niñas de Australia de entre 10 y 14 años.

De esta manera, se pueden establecer diferentes barreras a la hora de conseguir un estilo de vida activo en población infantil y adolescente. El estudio realizado por

Moreno-Llamas et al. (2020), a más de 28.000 ciudadanos europeos mayores de 15 años, concluyó que la falta de tiempo y de motivación hacia la AF son una de las principales barreras junto con el elevado coste de ciertas actividades unido a la falta de dinero, precios demasiado altos, las discapacidades y enfermedades como principales barreras determinantes para la inactividad física. Además, este estudio hace distinción por género y los datos sobre las barreras para la AF entre diferentes estratos sociales y géneros en la población físicamente inactiva nos revelan que, entre las mujeres de clase social alta, las barreras más comunes fueron sentirse discriminadas (85,71%) y la falta de tiempo (57,54%), mientras que entre las mujeres de clase social baja destacaron la falta de compañía (60,87%), la competitividad (59,89%) y el costo elevado (57,14%). En cuanto a los hombres, aquellos de clase social alta mencionaron principalmente sentirse discriminados (55,56%), mientras que los de clase social baja las razones más frecuentes fueron la falta de motivación (57,92%), el alto costo (57,14%), las limitaciones físicas o de salud (56,21%) y la competitividad (55,17%). Además, el grupo de clase social baja mostro una mayor incidencia de todas las barreras para la AF, a excepción de las relacionadas con sentirse discriminados y la falta de tiempo, las cuales fueron mencionadas principalmente por mujer de clase social alta y hombres de clase social media, respectivamente. Por consiguiente, todos estos datos nos indican que el NSE de los padres tienen una influencia directa sobre el comportamiento sedentario y la falta de AF de sus hijos.

Por último, remarcar también que la relación entre el sedentarismo infantil y el NSE varía según los países. En países con bajos ingresos, los niños de familias más acomodadas tienden a ser más sedentarios, ya que hemos observado como tienen un mayor acceso a dispositivos y pantallas, pero en países de ingresos altos, sucede lo contrario porque ambas clases sociales tienen acceso por igual a pantallas, pero la diferencia es que la clase social alta tiene un nivel mayor de educación y por lo tanto esta más concienciada sobre los buenos hábitos de salud (Gong et al., 2019; Ojedoyin et al., 2022). Este hecho podría explicarse parcialmente por la teoría de la desigualdad en la comunicación (Gong et al., 2019). En entornos desarrollados, los padres de bajos ingresos pueden ignorar la información sobre salud proveniente de diversos medios, como la televisión (TV), la radio, los periódicos, las revistas e

internet. Como resultado, son menos conscientes de los efectos negativos del tiempo prolongado frente a una pantalla y es menos probable que limiten las conductas sedentarias (SB) de sus hijos. Además, los dispositivos de pantalla como la TV y las computadoras suelen ser más accesibles en áreas de altos ingresos en comparación con los bajos ingresos (Gong et al., 2019). Estas disparidades en la accesibilidad contribuyen a una asociación positiva entre un bajo NSE y las SB, ya que las familias con bajos ingresos pueden tener menos conciencia de los riesgos asociados con estas conductas. Es importante tener en cuenta que la inactividad en la infancia puede tener consecuencias negativas inmediatas en el bienestar físico y psicológico de los niños, las cuáles pueden persistir hasta la edad adulta. Cambiar estos hábitos sedentarios puede ser difícil debido a su arraigo habitual (Gong et al., 2019).

En este trabajo queremos demostrar como el estilo de vida se modifica en función de la clase social del individuo, por tanto, debido a los cambios que se producen al pertenecer a una clase social u otra, se nos plantea si los niveles de sedentarismo y de inactividad física pueden ser mayores en niños y adolescentes en función de su estatus social, lo que nos lleva a evaluar posibles problemas derivados del sedentarismo e inactividad física dependiendo de la clase social.

Por otro lado, en lo que respecta al tipo de escuela (pública o privada) y clase social, no se encontró ninguna diferencia significativa en cuanto al sedentarismo y a la AF en la literatura revisada como bien nos confirma el estudio transversal de Nascente et al. (2016), realizado en Brasil, con una muestra de 862 estudiantes de entre 14 y 18 años, de los cuales, un 69,1% eran de escuela pública y un 30,9% de escuela privada. Dicho estudio nos revela que la prevalencia de sedentarismo en la muestra estudiada fue muy alta tanto en escuelas públicas como en escuelas privadas y además hace distinción por sexos, donde podemos observar que es más común el sedentarismo en el género femenino en comparación con el género masculino, una disparidad evidente tanto en instituciones educativas públicas como privadas. Hallazgos similares se registraron en investigaciones tanto a nivel nacional como internacional. La brecha observada en la participación en AF entre jóvenes de ambos sexos puede explicarse por la tendencia de los varones a realizar actividades más intensas y vigorosas, atribuida aspecto tanto físicos como culturales que nos

perciben como “más fuertes, viriles y valientes”. Por el contrario, las mujeres jóvenes tienden a participar en actividades de menor intensidad, en parte debido a la percepción de ser “más débiles, delicadas y gráciles”.

El PEL también está muy relacionado con el sedentarismo y la inactividad física. Un estudio realizado en Helsinki, Finlandia a los padres de 864 niños de entre 3 y 6 años de Lehto et al. (2021) nos mostraron como las familias con mayor nivel educativo eran más propensas a enfatizar la importancia de limitar el tiempo que los niños pasaban frente a la pantalla, ya que pasaban menos tiempo mirando a las pantallas cuando sus hijos estaban presentes, al contrario que los padres con nivel educativo más bajo.

En relación con esto, un PEL bajo de los padres conlleva una peor comprensión de una de las prioridades más importantes a nivel mundial que es el aumento de peso no saludable durante la infancia (Lehto et al., 2021), dada la creciente prevalencia de sobrepeso y obesidad entre los niños en edad preescolar. Afortunadamente, numerosas intervenciones dirigidas a modificar las conductas relacionadas con el equilibrio energético (BERB) en niños en edad preescolar y escolar, como el aumento de las horas de EF y una mayor concienciación de hábitos saludables en las clases, han demostrado tener un impacto positivo en su estado de peso saludable. Los componentes que integran los BERB, incluyen la AF, el comportamiento sedentario, los hábitos alimenticios y ocasionalmente el sueño, siendo el SB el menos explorado hasta la fecha.

Por último, pero no menos importante, queríamos analizar las consecuencias en la salud que nos dejan unos niveles altos de sedentarismo y baja AF, como lo son la obesidad, el sobrepeso y las diferentes enfermedades coronarias, como el estudio de Donnelly et al. (2022) determinó que las clases sociales con menos recursos presentaban índices de masa corporal (IMC) y presión arterial (PA) más elevados, lo que se relaciona directamente con el mayor riesgo de enfermedad.

El estudio clínico de Lee et al. (2022), hecho en EEUU a una muestra total de 133 participantes de entre 15 y 21 años, que nos dice que disminuye el tiempo frente a las pantallas a mayor PEL y mayor AF durante el tiempo libre, además estas correlaciones no varían según el género. Los niveles bajos de AF en adolescentes

mayores con un bajo PEL se asocia a niveles de sobrepeso y obesidad altos, dado que el comportamiento de AF se considera un componente importante para la prevención del aumento de peso en los jóvenes. Nos remarca que el estatus social abarca diversos aspectos que evalúan tanto medidas objetivas como subjetivas de posición social, como el estatus socioeconómico (SES) y el estatus social subjetivo (SSS) respectivamente. Como bien nos explican en el estudio transversal de Andrade-Gómez et al. (2017), realizado en España a una muestra de 19.199 personas de 18 años y más, que nos demuestra que el tiempo frente a la TV aumentó con la edad, y en consecuencia aumenta el IMC. En los EEUU, el NSE se encuentra fuertemente ligado a la obesidad y se entrelaza con la raza y la etnia. En dicho país, una mayor proporción de hispanos vive por debajo del umbral de pobreza y presenta menores tasas de obtención de títulos universitarios en comparación con blancos no hispanos y asiáticos no hispanos. Los jóvenes que provienen de hogares donde al menos uno de los padres tiene un PEL hasta secundaria tienen una incidencia notablemente superior de obesidad (22,3%), en contraste con aquellos cuyos padres tienen título universitario (11,6%).

Además, en Reino Unido, se realizó otro estudio transversal con una muestra de 402 participantes en 6 escuelas diferentes, hecho por Donnelly et al. (2022), en el cual encontramos una relación directa entre el NSE bajo de los padres y un alto porcentaje de IMC en comparación con aquellos con NSE alto. Por lo que observamos como el IMC de los niños está directamente relacionado con el NSE e influenciado indirectamente por el NSE a través de IMC de los padres. Este estudio representa la primera investigación conocida que analiza los efectos mediadores del NSE en las interacciones entre padres e hijos, la MVPA y el IMC. Se identificó una relación significativa entre la MVPA de padres e hijos únicamente durante los días de descanso. Aunque es más probable que la AF de padres e hijos esté asociada cuando comparten tiempo juntos (por ejemplo, durante los fines de semana o después de la escuela), se reconoce que la MVPA representa una pequeña fracción del tiempo total dedicado a la AF, lo cual podría explicar la ausencia de efectos significativos relacionados. Según el estudio de Ojedoyin et al. (2022), la medida de la relación WHR se encontró correlacionado positivamente con la acumulación de grasa abdominal, mientras que mostró una asociación negativa con el género. La

obesidad se caracteriza por una WHR elevada y se vincula a una mayor incidencia de factores de riesgo para enfermedades cardiovasculares. Estos factores pueden afectar la estructura y función del sistema cardiovascular, aumentando así la prevalencia de diversas enfermedades cardíacas, como la insuficiencia cardíaca y la enfermedad coronaria. Por otro lado, la AF, el entrenamiento regular y la capacidad cardio respiratoria, están asociados con reducciones significativas en la incidencia de enfermedades cardiovasculares. Por este motivo el artículo de Ojedoyin et al. (2022) se centra en que tenemos que concienciar a la población de que el estilo de vida tiene un impacto directo sobre la salud. Existe una brecha significativa en el entendimiento de los mecanismos mediante los cuales el NSE incide en la AF y el IMC de los niños. Se ha reconocido el papel crucial de la influencia parental en la determinación del peso de los hijos, siendo el sobrepeso de los padres un factor de riesgo importante según la evidencia de diversos países de ingresos medianos altos y altos (Donnelly et al., 2022).

Sin embargo, un estudio realizado por Ojedoyin et al. (2022) en Nigeria con 733 estudiantes entre 6 y 12 años donde evaluaron su AF y su SB, reveló que los niños de clases más altas con caderas más grandes tenían niveles de AF más bajos, aunque no fue así con los niveles de sedentarismo, que se vieron más altos en las clases bajas, seguramente, por un mayor tiempo usando pantallas y uso de teléfonos.

El marco socio-ecológico propone que un individuo puede ser influenciado por múltiples sistemas, incluyendo el microsistema (la familia), el ecosistema (la escuela) y el macrosistema (la cultura y las condiciones sociales como el NSE) según Donnelly et al. (2022). En este contexto, es esencial comprender cómo el IMC y la AF de los padres pueden impactar en el IMC y la AF de los niños. Se reconoce que el NSE puede influir en el IMC y la AF de los adultos a través de diversos mecanismos, como los recursos financieros disponibles para gastos relacionados con la alimentación y el ejercicio, los niveles de educación y la comprensión de las cuestiones relacionadas con la dieta y el ejercicio, así como la ubicación de la residencia de un individuo, como la proximidad a establecimientos de comida rápida o espacios seguros para realizar ejercicio.

Asimismo, Gong et al. (2019) ha evidenciado que los padres desempeñan un papel crucial en la influencia de las conductas de salud de los niños, ya sea a través de modelos de hábitos alimentarios, estado de peso o niveles de AF. Por tanto, es plausible inferir que el NSE impacta la salud de los niños a través de los comportamientos de salud de sus padres.

5. FUTURAS LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN

En nuestra opinión, sugerimos unas futuras intervenciones, en las que se dé más información, tanto a padres como a hijos, de los problemas que conllevan la inactividad física y el sedentarismo sobre todo en la clase social más baja, como eventos y charlas gratuitas promoviendo la AF y dando opciones más asequibles a nivel económico (NE).

Además, si hablamos de ayudas externas, los resultados sugieren que las políticas públicas dirigidas a prevenir hábitos poco saludables en la infancia y la primera adolescencia, como la inactividad física, deberían centrarse en los grupos más desfavorecidos para reducir la prevalencia de esos hábitos y también el gradiente socioeconómico en los indicadores de salud.

Sobre todo, cumplen un papel muy importante las escuelas, donde pasa por reforzar el aprendizaje y la alfabetización, además de animar a los estudiantes a adoptar estilos de vida saludables. Por lo tanto, cuando estos adolescentes completen su educación obligatoria, podrán ser partidarios de la práctica regular de la AF, no sólo por su poder preventivo sino también por la oportunidad de aprender a tomar decisiones adecuadas que les aseguren una mejor calidad de vida a lo largo del tiempo. Varios sectores, como educación, salud, deporte y seguridad social, deben adoptar un enfoque integrado hacia el fomento de la práctica regular de AF, contribuyendo con medidas que influyan en el conocimiento sobre sus beneficios, la preparación individual y la disponibilidad de lugares con ambiente seguro y agradable. Además de esta implicación general e intersectorial, existe una medida importante que involucra a la atención primaria, que es, el asesoramiento estructurado para la AF y la inclusión de este asesoramiento en el contexto terapéutico como factor clave para prevenir y tratar diversas enfermedades.

6. CONCLUSIÓN

En conclusión, esta revisión ha demostrado que el NSE sí influye en el sedentarismo y AF de los niños y adolescentes. También hemos comprobado que existen diferencias entre las clases sociales y el PEL, que pueden afectar directamente a la salud y el bienestar de los niños y adolescentes de diferentes países. Hemos descubierto que en los países subdesarrollados la clase social alta es más sedentaria debido a que tienen mayor acceso a pantallas y menor participación en las tareas del hogar en comparación con la clase social baja, pero si hablamos de AF es completamente al revés. En los países desarrollados observamos como los roles se cambian, la clase social alta tiene mayor educación, por tanto, presenta una mayor concienciación de la importancia de la AF, una reducción del sedentarismo en el tiempo libre y la buena alimentación para la salud en comparación con la clase social baja.

Además, nos confirma la importancia de la AF desde la edad más temprana, ya que la inactividad física en la infancia puede desencadenar diferentes problemas de salud en la edad adulta como lo son las enfermedades coronarias, la obesidad, el sobrepeso, etc.

Otro de las conclusiones que hemos sacado de esta revisión sobre el nivel de AF y sedentarismo es la diferencia entre ambos sexos, ya que hemos podido comprobar que el sexo femenino realiza menos AF y por lo tanto son más sedentarias que el sexo masculino, debido a que las actividades realizadas en su tiempo libre no están muy relacionadas con la AF ni los deportes, sin importar el NSE ni el PEL de las familias.

Sin embargo, no hemos encontrado una gran diferencia entre las escuelas públicas y privadas, solo en Helsinki se encontró la diferencia de que en ciertos colegios privados metían más horas de EF a la semana como proyecto interno, lo que llevaba a los alumnos a ser más conscientes del problema y adquirir hábitos más saludables.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Andrade-Gómez, E., García-Esquinas, E., Martínez-Gómez, D., & Rodríguez-Artalejo, F. (2017). Watching TV has a distinct sociodemographic and lifestyle profile compared with other sedentary behaviors: A nationwide population-based study. *PLOS ONE*, 12(12), e0188836. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0188836>
- Donnelly, S., Buchan, D. S., McLellan, G., & Arthur, R. (2021). The Effects of Socioeconomic Status on Parent and Child Moderate-to-Vigorous Physical Activity and Body Mass Index. *Research Quarterly For Exercise And Sport*, 93(4), 758-768. <https://doi.org/10.1080/02701367.2021.1918322>
- Gong, W., Fong, D. T., Wang, M. P., Lam, T. H., Chung, T., & Ho, S. (2019). Increasing socioeconomic disparities in sedentary behaviors in Chinese children. *BMC Public Health*, 19(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7092-7>
- Gonzalo-Almorox, E., & Urbanos-Garrido, R. M. (2016). Decomposing socioeconomic inequalities in leisure-time physical inactivity: the case of Spanish children. *International Journal For Equity In Health*, 15(1). <https://doi.org/10.1186/s12939-016-0394-9>
- Heradstveit, O., Haugland, S., Hysing, M., Stormark, K. M., Sivertsen, B., & Bøe, T. (2020). Physical inactivity, non-participation in sports and socioeconomic status: a large population-based study among Norwegian adolescents. *BMC Public Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-020-09141-2>
- Lee, A. M., Huo, T., Miller, D., Gurka, M. J., Thompson, L. A., Modave, F., Hong, Y., Pavela, G., & Cardel, M. I. (2021). The effects of experimentally manipulated social status and subjective social status on physical activity among Hispanic adolescents: An RCT. *Pediatric Obesity*, 17(5). <https://doi.org/10.1111/ijpo.12877>
- Lehto, E., Lehto, R., Ray, C., Pajulahti, R., Sajaniemi, N., Erkkola, M., &

- Roos, E. (2021). Are associations between home environment and preschool children's sedentary time influenced by parental educational level in a cross-sectional survey? *International Journal For Equity In Health*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12939-020-01333-x>
- Määttä, S., Konttinen, H., Lehto, R., Haukkala, A., Erkkola, M., & Roos, E. (2018). Preschool Environmental Factors, Parental Socioeconomic Status, and Children's Sedentary Time: An Examination of Cross-Level Interactions. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 16(1), 46. <https://doi.org/10.3390/ijerph16010046>
- Moreno-Llamas, A., García-Mayor, J., & De la Cruz-Sánchez, E. (2020). Physical activity barriers according to social stratification in Europe. *International Journal Of Public Health*, 65(8), 1477-1484. <https://doi.org/10.1007/s00038-020-01488-y>
- Nascente, F. M. N., Jardim, T. V., Peixoto, M. D. R. G., De Souza Carneiro, C., Mendonça, K. L., Póvoa, T. I. R., Sousa, A. L. L., Barroso, W. K. S., & Jardim, P. C. B. V. (2016). Sedentary lifestyle and its associated factors among adolescents from public and private schools of a Brazilian state capital. *BMC Public Health*, 16(1). <https://doi.org/10.1186/s12889-016-3836-9>
- Ojedoyin, O. O., Olagbegi, O. M., Nadasan, T., & Govender, P. (2022). Levels and Patterns of Physical Activity and Sedentary Behaviour of Primary School Learners in Lagos State, Nigeria. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(17), 10745. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710745>
- Real Academia Española. (s.f.). *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [Versión 23.7 en línea]. <https://dle.rae.es/clase#0xLOiKu>
- Wiltshire, G., Lee, J., & Williams, O. (2017). Understanding the reproduction of health inequalities: physical activity, social class and Bourdieu's habitus. *Sport, Education And Society*, 24(3), 226-240. <https://doi.org/10.1080/13573322.2017.1367657>

Wilhite, K., Del Pozo Cruz, B., Noetel, M., Lonsdale, C., Ridgers, N. D., Maher, C., Bradshaw, E. L., & Sanders, T. (2023). Socioeconomic position as a predictor of youth's movement trajectory profiles between ages 10 and 14 years. *International Journal Of Behavioral Nutrition And Physical Activity*, 20(1). <https://doi.org/10.1186/s12966-023-01491-5>

World Health Organization:WHO. (2022, 5 octubre). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

World Health Organization. (2021). *INTRODUCCIÓN*. Directrices de la OMS Sobre Actividad Física y Comportamientos Sedentarios - NCBI Bookshelf. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK581968/#:~:text=La%20inactividad%20f%C3%ADsica%20se%20ha,de%20mortalidad%20en%20el%20mundo.>

8. ANEXOS:
8.1. Tabla 1
Cuadro resumen de autores

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
Määttä, S., Konttinen, H., Lehto, R., Haukkala, A., Erkkola, M., & Roos, E. (2018).	Estudio transversal.	Examinar las asociaciones de entorno preescolar con los niveles de sedentarismo de los niños. Examinar el NSE de los padres y los niveles de sedentarismo de los niños.	N= 864 niños de 3 a 6 años. N= 779 niños participaron.	Se sacaron datos del acelerómetro: - Niveles de sedentarismo durante el horario preescolar - NSE de los padres - El tiempo de sedentarismo (SED) de los niños - El entorno	Semanas temáticas de AF más frecuentes y una mayor número de lecciones de EF es igual a un sedentarismo más bajo. Un NSE más altos de los padres se asocia con nivel de sedentarismo más alto en los

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
				preescolar - Factores socioambientales y ambientales.	niños con un menor número de semanas temáticas AF y menos lecciones de EF.
Nascente, F. M. N., Jardim, T. V., Peixoto, M. D. R. G., De Souza Carneiro, C., Mendonça, K. L., Póvoa, T. I. R., Sousa, A. L. L., Barroso, W. K. S.,	Estudio transversal.	Abordar la práctica de la AF y sus factores asociados.	N= 862 adolescentes con una edad media 15 años. Género femenino: 52,8% y masculino 47,2%. Escuelas públicas 69,1% y privadas 30,9%.	- Género. - Edad. - Raza. - Consumo de tabaco y alcohol. - NSE. - IMC - Circunferencia de la cintura. - Presión arterial.	La prevalencia del sedentarismo fue extremadamente alta en la población adolescentes en ambas escuelas. El sexo femenino se asoció directamente con el sedentarismo

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
& Jardim, P. C. B. V. (2016).					
Lee, A. M., Huo, T., Miller, D., Gurka, M. J., Thompson, L. A., Modave, F., Hong, Y., Pavela, G., & Cardel, M. I. (2021).	Estudio clínico.	Evaluar los efectos del estatus social El SSS sobre la MVPA y sobre el comportamiento sedentario.	N= 133 adolescentes hispanos entre 15 y 21 años.	- La MVPA de 24h posterior y el comportamiento sedentario.	El estatus social manipulado no afectó significativamente el tiempo total basado en MVPA o el comportamiento sedentario. El SSS se asoció significativamente con menos MVPA

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
Ojedoyin, O. O., Olagbegi, O. M., Nadasan, T., & Govender, P. (2022).	Estudio transversal.	Investigar los niveles de AF, SB y su correlación entre los niños de escuela primaria en Lagos, Nigeria.	N= 733 estudiantes entre 6 -12 años.	<ul style="list-style-type: none"> - Sociodemográfica - Antropométricas - Cardiovasculares - Género - AF ente semana y fin de semana 	No hubo diferencias de género en las puntuaciones de AF y SB auto informadas (6-9 años). Las puntuaciones de AF entre los alumnos de 10-12 años no fueron diferentes entres géneros. Recuento de pasos, los niños de 6-9 años más alto que las niñas,

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					muy similares a los rangos de edad de 10-12 años.
Gonzalo-Almorox, E., & Urbanos-Garrido, R.M. (2016).	Estudio transversal.	Examinar la desigualdad de ingresos con relación con la inactividad física en el tiempo libre de los niños españoles.	N= 24.000 hogares distribuidos en 2.000 secciones censales	<ul style="list-style-type: none"> - Desigualdades socioeconómicas - Inactividad física en el tiempo libre - Género - Edad - Educación - Situación laboral - Clase social - Región de residencia 	Existe un importante gradiente socioeconómico que favorece a los más acomodados asociados a la inactividad física en el tiempo libre (más pronunciado en el caso de las niñas). El ingreso

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					económico muestra mayor desigualdad total, seguido por la educación del "jefe" del hogar.
Gong, W., Fong, D. T., Wang, M. P., Lam, T. H., Chung, T., & Ho, S. (2019).	Estudio transversal.	Examinar la visualización diaria de TV y videojuegos Examinar los factores socioeconómicos asociados a los niños chinos en Hong Kong.	N= 538.000 estudiantes de cuarto de primaria N= 510.294 de sexto de primaria	- Edad - Sexo - Grado de estudio - NSE - Peso - Altura	La prevalencia estandarizada por edad y sexo de ver la TV durante 2 horas disminuye mientras que aumenta la hora diaria de videojuegos (más en los niños que en las niñas).

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					Los comportamientos sedentarios son más prevalentes en los niños cuyos padres tienen niveles educativos más bajos.
Wilhite, K., Del Pozo Cruz, B., Noetel, M., Lonsdale, C., Ridgers, N. D., Maher, C., Bradshaw, E. L.,	Estudio longitudinal.	Examinar como las trayectorias combinadas de movimiento general y de dominio específico de los jóvenes difieren	N= 2457 jóvenes de 10 a 14 años.	- Tiempo dedicado a cada movimiento - Comportamiento - Sexo - Edad - Estatus indígena - Distancia	En los movimientos generales las mujeres de NSE más bajo tenían más probabilidad de ser menos activas y más

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
& Sanders, T. (2023).		según su posición socioeconómica.		- NSE	sedentarias que las mujeres de NSE más alto. Los hombres de todos los NSE dedican actividades similares de tiempo a la AF y al tiempo sedentario y al sueño. En movimientos de dominio específico los jóvenes de NSE más bajo pasaban menos

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					tiempo en comportamientos sedentarios y más tiempo en actividades frente a la pantalla que sus pares de NSE más alto.
Heradstveit, O., Haugland, S., Hysing, M., Stormark, K. M., Sivertsen, B., & Bøe, T. (2020).	Estudio transversal.	Examinar el nivel general de baja participación de AF en deportes y las asociaciones con el NSE de los padres y el programa escolar de los	N= 10.257 adolescente de entre 16 y 19 años (53% niñas y 47% niños).	<ul style="list-style-type: none"> - NSE de los padres - La educación de los padres y la afiliación laboral - Programa de la escuela secundaria actual - Edad 	Las niñas con menor nivel educativo de sus padres tenían mayor riesgo de inactividad física y no participación en deportes individuales.

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
		adolescentes.		<ul style="list-style-type: none"> - Origen étnico - Estructura familiar 	<p>La situación laboral de los padres no estaba relacionada con la inactividad física o no participación en los deportes.</p> <p>Los participantes en estudios vocacionales riesgo de mayor inactividad física y no participación en deportes en comparación a los individuos en estudios</p>

AUTOR/ES AÑO	Y	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
						generales.
Donnelly, S., Buchan, D. S., McLellan, G., & Arthur, R.(2021).		Estudio transversal.	Examinar la relación MVPA de padre e hijos y el IMC.	N= 174 niños (4 a 11 años).	<ul style="list-style-type: none"> - NSE de los padres - Ingresos del hogar - NE de los padres - NSE influye en la MVPA (acelerómetro) - IMC del niño a través de la MVPA y IMC del padre (acelerómetro) 	<p>La MVPA entre padres e hijos estuvo relacionada durante el fin de semana.</p> <p>Los IMC de padres e hijos también se relacionaron</p> <p>Hubo efectos negativos entre el NSE y el IMC infantil.</p> <p>El IMC de los niños se vio reflejado por el</p>

AUTOR/ES AÑO	Y TIPO ARTÍCULO	DE OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					IMC del padre y el NSE de manera negativa e indirecta.
Andrade-Gómez, E., García- Esquinas, E., Martínez-Gómez, D., & Rodríguez- Artalejo, F. (2017).	Estudio transversal.	Examinar como mirar la TV no es un marcador de un patrón sedentario más amplio. Evaluar la correlación entre el tiempo empleado en diferentes tipos de SB, así como	N= 10.199 personas representativas de la población española de 18 años.	- Sexo - Edad - Nivel educativo - situación laboral - consumo de tabaco - consumo de alimentos	Ver la TV fue el SB predominante del tiempo total sentados, seguido de sentarse frente al ordenador (PC). El tiempo pasado frente al PC se correlacionó con el tiempo dedicado a

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
		<p>identificar las variables asociadas a cada tipo de SB, en la población adulta de España.</p>			<p>desplazarse, escuchar música y leer. El tiempo frente a la TV mayor en aquellos con mayor edad, menor edad, menos nivel educativo, estilo de vida poco saludables y con enfermedades. Pasar más tiempo frente al PC se relacionó con edades más</p>

AUTOR/ES AÑO	Y	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
						jóvenes, el género masculino, la ES y tener un trabajo sedentario
Moreno-Llamas, A., García-Mayor, J., & Dela Cruz-Sánchez, E. (2020).		Estudios transversales.	Analizar las relaciones de estratificación social sobre la prevalencia y las barreras de la AF en la población europea.	N= 28.031 habitantes mayores de 15 años de la unión europea.	<ul style="list-style-type: none"> - Género - Edad - Lugar de residencia - Dificultades para pagar las facturas. 	La clase social baja presentó mayor prevalencia de inactividad. La clase social baja tenía menos probabilidad de ser activa. En la población inactiva la clase social baja tenía mayores probabilidades de

AUTOR/ES AÑO	Y	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
						reportar cada barrera.
Wiltshire, G., Lee, J., & Williams, (2017).	O.	Estudio transversal.	Examinar las desigualdades en salud en las economías capitalistas avanzadas, identificando el papel significativo de los estilos de vida.	N= 29 participantes de 13 a 14 años, de cuatro entornos escolares socioeconómicamente diversos.	- Clase social - Niveles de AF - Género	Existen diferencias de clase tanto en los tipos de actividades practicadas por los alumnos como en las formas en que se practican. Demuestran como la salud centrada en la escuela a través de la EF y el deporte puede contribuir a

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
					desigualdades tanto en salud como resultado de ser más o menos accesibles y el atractivo para el alumno con hábitos de clase diferentes dependiendo del campo educativo.
Lehto, E., Lehto,R., Ray, C., Pajulahti, R., Sajaniemi, N., Erkkola, M., &	Estudio transversal.	Aclarar la relación entre el PEL y el ambiente hogareño de los niños de 3 a 6 años.	N= 809 padres. N= 745 niños.	<ul style="list-style-type: none"> - Edad - Sexo - Situación parental - Tiempo de investigación - Entorno físico y 	Muestran que un PEL parental alto está asociado con un entorno que restringe el comportamiento

AUTOR/ES Y AÑO	TIPO DE ARTÍCULO	OBJETIVOS DEL ARTÍCULO	MUESTRA	VARIABLES	RESULTADOS
Roos, E. (2021).		Examinar cómo el ambiente hogareño se asocia con el SED de los niños y si el PEL modifica estas relaciones.		social del hogar relacionado con el SED de los niños. - SED de los niños (acelerómetro durante 1 semana).	sedentario infantil.

Leyenda: N (Muestra), AF (Actividad Física), EF (Educación Física), NSE (Nivel Socioeconómico), MVPA (Actividad Física de Moderada a Vigorosa), IMC (Índice de Masa Corporal), SSS (Estatus Social Subjetivo), SB (Conductas Sedentarias), NE (Nivel Económico), TV (Televisión), PC (Ordenador), ES (Educación Superior), PEL (Nivel Educativo de los Padres), SED (Tiempo de Sedentarismo)