

ESTUDIO PUBLICADO EN ENVIRONMENTAL HEALTH PERSPECTIVES

Vivir cerca de zonas verdes reduce la obesidad infantil

La obesidad en niños puede verse reducida al vivir cerca de zonas verdes. Así lo indica una nueva investigación, que subraya cómo dependiendo del tipo de espacio verde los beneficios podrían ser mayores, aunque también pueden aumentar las alergias en los niños.

ISGlobal

28/11/2014 17:00 CEST



vivir cerca de zonas verdes asocia con el 11-19% menos de prevalencia de sobrepeso/obesidad. /

[Sonson1111](#) / Wikipedia

Un estudio científico del CREAL confirma los beneficios para la salud de vivir cerca de espacios verdes y azules (bosques, parques, lagos, mar, etc.) ya que reduce la obesidad y el sobrepeso. El único problema es que los investigadores han comprobado que esto aumenta la posibilidad de alergias, aunque no los casos de asma.

La proximidad residencial a los bosques se ha asociado con un 39% y un 25% de menor prevalencia relativa de tiempo de pantalla excesivo y sobrepeso/obesidad

Según afirma el autor del estudio Payam Dadvand, investigador del CREAL, centro aliado ISGlobal, vivir cerca de zonas verdes asocia con el 11-19% menos de prevalencia de sobrepeso/obesidad así como una reducción del tiempo frente a un televisor o pantalla.

Del mismo modo, la proximidad residencial a los bosques (áreas verdes mayores) se ha asociado con un 39% y un 25% de menor prevalencia relativa de tiempo de pantalla excesivo y el sobrepeso/obesidad, respectivamente, pero no se asoció con asma. Por el contrario, aquellos que viven cerca de los parques tienen un 60% de riesgo mayor de padecer asma, aunque apenas se detectaron asociaciones con la obesidad.

En este estudio los investigadores utilizaron datos de 3.178 niños en edad escolar (9-12 años de edad) en Sabadell, España (2006), que participan en el [proyecto INMA](#), a través de cuestionarios. Además de esto, midieron el “verdor” circundante residencial como el promedio de diferencia normalizada obtenida por satélite con el Índice de Vegetación (NDVI) en distancias de 100 m, 250 m, 500 m, y 1000 m alrededor de cada domicilio. La proximidad residencial a los espacios verdes se definió a vivir a unos 300 metros de un bosque o un parque.

Referencia bibliográfica:

Dadvand P, Villanueva CM, Font-Ribera L, Martinez D, Basagaña X, Belmonte J, Vrijheid M, Grazuleviciene R, Kogevinas M, Nieuwenhuijsen MJ. Risks and Benefits of Green Spaces for Children: A Cross-Sectional Study of Associations with Sedentary Behavior, Obesity, Asthma, and Allergy. *Environ Health Perspect* 2014: (en Prensa).

Derechos: **Creative Commons**

TAGS

ZONAS VERDES | CONTAMINACIÓN | OBESIDAD |

Creative Commons 4.0

Puedes copiar, difundir y transformar los contenidos de SINC. [Lee las condiciones de nuestra licencia](#)