

 NOTICIAS


Actualización | sábado, 21 de octubre de 2006, 12:18

[Portada](#)
[En Portada](#)
[Opinión](#)
[Ciudad](#)
[Provincia](#)
[Deportes](#)
[Toros](#)
[Cultura](#)
[Espectáculos](#)
[Andalucía](#)
[Nacional](#)
[Internacional](#)
[Economía](#)
[Sociedad](#)
[Motor](#)
[Internet](#)

 AGENDA

[Cartelera](#)
[Misas y cultos](#)
[Tiempo](#)
[Programación](#)

 SERVICIOS

[Amor y Amistad](#) 
[Cursos](#)
[Masters](#)
[Compraventa](#)
[Suscripción](#)
[Hemeroteca](#)
[Publicidad](#)
[Quiénes somos](#)
[Contactar](#)
[Tienda](#)
[Canal motor](#)
[Páginas Amarillas](#)
[Páginas Blancas](#)
[Callejero](#)


[actividades extraescolares](#)

Los menores con demasiadas tareas pueden sufrir ansiedad

Molestias estomacales, dolor de cabeza o un menor apetito suelen ser los síntomas más frecuentes entre los alumnos andaluces muy ocupados

MANUEL DEL VALLE

@ Envíe esta noticia a un amigo

SEVILLA. Desde el inglés, hasta las clases de tenis, kárate, informática, pintura o ajedrez, pasando por la catequesis y el profesor de apoyo para reforzar aquellas asignaturas en las que flojean los hijos; son muchas las actividades extraescolares en las que los padres andaluces inscriben a sus vástagos durante los primeros meses del curso escolar para mantenerlos ocupados por las tardes durante todo el año. Sin embargo, lo que en principio resulta beneficioso para los hijos, también puede volverse en su contra si el número de tareas es excesiva. De hecho, una agenda escolar repleta de actividades puede provocar en los niños ansiedad o estrés

infantil, debido a la imposibilidad de dar una respuesta adecuada a sus exigencias cotidianas.

Antonio Muñoz, profesor del Departamento de Pediatría de la [Universidad de Granada](#) y director de varias tesis doctorales sobre la materia, sostiene que es necesario que el menor se desarrolle en un "ambiente favorable" en el que se debe dar "un equilibrio entre las actividades propiamente educativas y las extraescolares". "Cualquier exageración que desestabilice este binomio puede resultar perjudicial para el niño".

De acuerdo con las estimaciones aproximativas que realiza el profesor, la ansiedad y el estrés infantiles afectan al 8 por ciento de los niños y al 20 por ciento de los adolescentes. Según Muñoz, el estrés en los escolares de la comunidad puede manifestarse de dos formas diferentes, a través de síntomas físicos, o bien, psicológicos. Entre los primeros Muñoz destaca los dolores de cabeza, las molestias estomacales, las pesadillas o la aparición de un menor apetito. Los principales síntomas psicológicos, en cambio, son la ansiedad, la aparición de preocupaciones exageradas, así como que el pequeño no sea capaz de relajarse y no controle sus emociones. También pueden darse comportamientos agresivos o más propios de etapas del desarrollo anteriores.

Para el investigador, los beneficios de las actividades extraescolares sobre los niños dependen fundamentalmente de dos factores: uno, del propio menor, de su temperamento e interés por determinadas cosas, y dos, de la tarea concreta que se le proponga. "Frecuentemente se comete el error de someter al niño a una actividad porque es satisfactoria para el padre", sostiene. Lo conveniente, según Muñoz, es no imponer ninguna actividad extraescolar a los hijos, si no más bien llegar a un acuerdo a tres bandas en el que participen los propios padres, los profesores y el niño. "En general, las propuestas deben ser deseadas por el menor y, por tanto, deben completar la formación con actividades complementarias, como son el aprendizaje de inglés o informática". En cuanto al tipo de tareas más convenientes en las que inscribir a los hijos, el investigador granadino afirma que tanto las actividades intelectuales como físicas "son, en principio, interesantes y, a su vez, pueden estar de más".

La clave para elegir entre unas tareas u otras radica "en un buen conocimiento de las características del niño, de sus capacidades y preferencias, de su óptimo rendimiento académico y otros aspectos relacionados con su desarrollo integral".

22 de Octubre de 2006

Universidad de Granada

Granada Hoy

Sitios recomendados

| [¿Buscas piso? - Habitaclia.com](#) | [Formación a distancia](#) | [Cursos en Madrid](#) | [Viajesmapfre.com](#) | [Fc Barcelona tickets - Real Madrid tickets](#) | [Apartments to rent in Barcelona for days](#) | [Despedidas Soltero - Soltera](#) | [Organización eventos y fiestas](#) | [Hoteles en España](#)

© Editorial Granadina de Publicaciones, S.L.
Avda. de la Constitución, 42.
Granada
Tlfno: 958 809500/ Fax: 958 809511

