

Sugerencias

| | | | | |
|---|---|-------------------------------|---|---|
|  |  | Enquire Today | LSBF MSc Finance Degree Globally Respected Intakes: Sep, Jan, March, June |  Fundación ONCE trabajando JUNTOS Masters in Marketing& Sales Management MSc Degree Study in London, UK. Check Details! |
|---|---|-------------------------------|---|---|



[Contactar](#)
[Mapa web](#)
[Accesibilidad](#)
409 usuarios conectados
[Usuarios](#) [Regístrate](#)

[Inicio](#)
[Áreas temáticas](#)
[Comunidad](#)
[Actualidad](#)

Portada Discapnet | Actualidad | El sector social, al día

Actualidad

[Noticias sobre Discapacidad](#)
[El sector social, al día](#)
[Actualidad general](#)
[Noticias de fácil lectura](#)
[Hemeroteca](#)
[Solidaridad Digital](#)
[Discapacidad en los medios](#)
[Agenda](#)
[Boletines](#)

LOS MÁS DORMILONES, LOS MEJORES EN MATEMÁTICAS

Según un estudio de la Universidad de Granada y la Junta andaluza

20/02/2011 **SERVIMEDIA** [Escriba el primer comentario de esta noticia](#)

Los adolescentes que más horas duermen son los que sacan mejores notas en Matemáticas, según un estudio realizado por investigadores de la Universidad de Granada y la Junta de Andalucía.

En declaraciones a Servimedia, el profesor de la institución granadina Raúl Quevedo explicó que "los mejores rendimientos se encuentran entre aquellos alumnos con un patrón de sueño medio (siete u ocho horas), pero hemos visto desviaciones atípicas (especialmente altas) en las notas que obtienen en Matemáticas" los que duermen más de nueve horas.

La investigación, publicada recientemente en la revista "International Journal of Clinical and Health Psychology", se realizó entre 592 estudiantes de 12 a 19 años de un centro de Secundaria rural en la provincia de Sevilla, todos ellos con similar nivel socioeconómico (medio).

Los alumnos se dividieron en tres grupos según el tiempo que cada uno dedicaba al sueño: seis horas o menos, entre seis y nueve horas y nueve horas o más.

Según sus resultados, las mejores calificaciones en conjunto se obtienen en los patrones de sueño medio, especialmente en Educación Física.

Sin embargo, las notas más altas de Matemáticas se ven claramente en aquellos alumnos que duermen más, apuntó Quevedo, quien aclaró que "en cualquier caso, los peores resultados figuran siempre en los patrones de sueño corto".

Los autores apuntan a las exigencias propias de cada materia y a la somnolencia y capacidad de concentración que los alumnos desarrollan durante las clases.

Otro factor que influye en el rendimiento académico es el tiempo que las personas tardan en conciliar el sueño desde que se acuestan con esta intención (latencia), pues los que tardan menos de 15 minutos también sacan mejores calificaciones, concluye el estudio.

¿Compartir?       



[Volver al listado](#)

Comentarios

Actualmente no existen comentarios.

Danos tu opinión

Comentario

* Introduzca el resultado de la siguiente operación matemática $6 - 2 =$

Acepto las [normas de colaboración](#)

[Enviar](#) →