

Ciencias aplicadas
Los más dormilones, los mejores en matemáticas
 13:31h | SERVICIO

[Sé el primero en comentar esta noticia]

0 [Share](#)

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.

4 [enlaces más sobre este asunto](#)

Los mejores en Matemáticas, en El Bohío

12/02/2011 [Leer artículo completo en www.laverdad.es](#)

Alumnos de varios institutos de Educación Secundaria del municipio participaron ayer en la XXII Olimpiada Matemática Memorial Francisco Ortega en El Bohío. Cada centro realizó una selección y los elegidos hicieron ayer una prueba de resolución de varios ejercicios matemáticos.

Dormir más mejorar el rendimiento en matemáticas y gimnasia

18/02/2011 [Leer artículo completo en www.laopiniondegranada.es](#)

La investigación analiza cómo diversas variables relacionadas con el sueño pueden influir en el rendimiento académico medido a través de la nota media de estudiantes de Secundaria

Dormir más mejorar el rendimiento en matemáticas

18/02/2011 [Leer artículo completo en www.laopiniondegranada.es](#)

El estudio analiza cómo diversas variables relacionadas con el sueño influyen en el rendimiento académico medido a través de la nota media de los estudiantes

Los más dormilones, los mejores en Matemáticas

20/02/2011 [Leer artículo completo en www.larazon.es](#)

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..."

Temas relacionados

[CIENCIA Y TECNOLOGÍA](#) [CIENCIAS APLICADAS](#) [MATEMÁTICAS](#) [EDUCACIÓN](#) [ESCUELAS](#) [UNIVERSIDAD](#) [LUGARES](#) [ANDALUCÍA](#) [ESPAÑA](#) [SEVILLA](#) [EMPRESAS](#) [JUNTA DE ANDALUCÍA](#) [UNIVERSIDAD DE GRANADA](#)

0 [Share](#)

Lo último en Ciencia

Últimas fotos



Un paso de gigante para la curación de la anemia de Fanconi

Lo último en Twitter