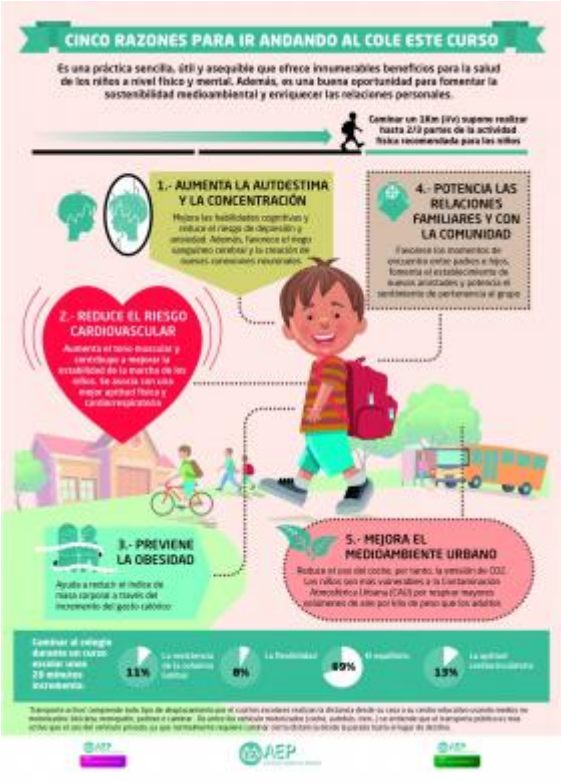
Publicado en *Familia y Salud* (https://www.familiaysalud.es)

Caminando al cole: un modelo para innovar en la salud y el medio ambiente



El Comité de Salud Medioambiental de la Asociación Española de Pediatría (AEP) ha revisado las evidencias científicas sobre caminar al cole para ponerlas a disposición de pediatras de Atención Primaria y comunidades escolares, con intención de fomentar el transporte activo al colegio como estrategia educativa y comunitaria.

Esta revisión sobre las evidencias científicas de Caminando al cole está disponible para el uso de comunidades escolares y los grupos de interés. Todos los proyectos o iniciativas podrán hacer uso de estos materiales solicitando por *e-mail* a la AEP y realizando referencia al documento: 'Comité de Salud Medioambiental, Caminando al cole: un modelo para innovar en salud de los niños y medio ambiente, AEP, Madrid: 2019'.

La AEP apoya este tipo de programas porque constituyen modelos para la innovación social en la prevención y control del exceso de peso infanto-juvenil y de la contaminación atmosférica urbana en las ciudades.

Para ello ha editado el documento Caminando al cole: un modelo para innovar en la salud y medio ambiente y una infografía con los siguientes contenidos:

- Efectos en la salud de los escolares
- Incrementa el nivel de actividad física y cardiovascular

- Contribuye a prevenir y disminuir la obesidad infanto-juvenil
- Disminuye el sedentarismo e incrementa la motivación y el sentido de pertenencia al grupo
- Mejora el estado emocional y rendimiento académico
- Efectos en el medioambiente
- Disminuye la contaminación atmosférica
- ¿Cuándo es aconsejable que los niños vayan solos al colegio? Ambiente construido y caminando al cole
- Caminando al cole: participación comunitaria
- Proyecto Bioneta: escuela, salud y medioambiente
- Apoyando a los proyectos 'Caminando al cole': ciencia ciudadana

Documento completo:

Caminando al cole: un modelo para innovar en la salud y medio ambiente. AEP 2019.

Palabras clave:

ejercicio

actividad física

sedentarismo

Recursos relacionados:

Consejos sobre actividad física para niños y adolescentes

Decálogo para padres sobre la actividad física de sus hijos