Transformación Digital y Conocimiento /julio-diciembre 2026/ Vol. 4, - No. 2
Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

La prevención del sedentarismo en niños y adolescentes

Prevention of sedentary behaviour in children and adolescents

RESUMEN

La prevención del sedentarismo durante la infancia y la adolescencia requiere diferenciar el tiempo sedentario, la actividad física insuficiente y el uso recreativo de pantallas. Este artículo analiza estrategias educativas y familiares mediante una revisión bibliográfica narrativa crítica de seis publicaciones comprendidas en el periodo de elegibilidad 2021–2026. Se efectuaron búsquedas dirigidas y se verificaron las referencias en páginas editoriales, registros académicos y organismos oficiales. La síntesis comparó recomendaciones internacionales y revisiones de intervenciones escolares. Los resultados muestran que promover actividad física no asegura una disminución equivalente del tiempo sedentario. Algunas intervenciones sobre pantallas y comportamientos de movimiento durante las veinticuatro horas presentan efectos favorables pequeños, con diferencias importantes entre contextos y medidas. Se propone una actuación escolar que combine diagnóstico de rutinas, oportunidades accesibles de movimiento, revisión del uso de pantallas y acuerdos familiares. La evaluación debe distinguir implementación, participación, tiempo sedentario y actividad física, evitando utilizar el peso corporal como único criterio de éxito. Se concluye que la prevención necesita modificar oportunidades cotidianas y condiciones institucionales, además de ofrecer información. La propuesta práctica presentada deriva del análisis y no constituye una intervención evaluada. La selección intencional de fuentes, el posible solapamiento entre revisiones y las diferencias metodológicas limitan las inferencias. No se calcularon efectos agregados propios ni se recogieron datos de estudiantes.

PALABRAS CLAVE: sedentarismo; infancia; adolescencia; actividad física; prevención escolar.

ABSTRACT

Preventing sedentary behaviour in childhood and adolescence requires distinguishing sedentary time, insufficient physical activity, and recreational screen use. This article examines educational and family strategies through a critical narrative review of six publications within the 2021–2026 eligibility period. Targeted searches were conducted, and references were checked against publisher pages, academic records, and official organizations. The synthesis compared international recommendations and reviews of school interventions. Findings indicate that promoting physical activity does not ensure an equivalent reduction in sedentary time. Some interventions addressing screens and movement behaviours across the twenty-four-hour day show small favourable effects, with important differences between contexts and measurements. A school approach combining assessment of daily routines, accessible movement opportunities, review of screen use, and family agreements is proposed. Evaluation should distinguish implementation, participation, sedentary time, and physical activity, rather than relying on body weight as the sole success criterion. Prevention requires changing everyday opportunities and institutional conditions alongside providing information. The practical proposal derives from the analysis and is not an evaluated intervention. Purposive source selection, potential overlap between reviews, and methodological differences limit inference. No original pooled effects were calculated, and no student data were collected.

KEYWORDS: sedentary behaviour; childhood; adolescence; physical activity; school prevention..

TRANSFORMACIÓN DIGITAL Y CONOCIMIENTO

Recepción: 04/10 /2026
Aceptación: 25 /10/2026
Publicación: 31/12/2026

AUTOR/ES

Msc. Ordoñez Diaz Claudia Enith
Msc. Hernández Ruiz Ana Beatriz
Msc. Caraguay Sánchez Johanna Del Rocio
Lic. Gutiérrez Palacios Silvia Noemi

claudiae.ordonez@docentes.educacion.edu.ec
anab.hernandez@docentes.educacion.edu.ec
rocio.caraguay@docentes.educacion.edu.ec
silvitagutierrezp@gmail.com

Unidad Educativa Fiscomisional Mater Dei
Unidad Educativa Fiscomisional Mater Dei
Unidad Educativa Fiscomisional Mater Dei
Ue Fiscomisional De Fuerzas Armadas Colegio Militar No. 5 "Tcrn. Lauro Guerrero

Loja- Ecuador
Loja- Ecuador
Loja- Ecuador
Loja- Ecuador

CITACIÓN:
Ordoñez, C. Hernández, A. Caraguay, J. & Gutiérrez, S. (2026). La prevención del sedentarismo en niños y adolescentes. Revista InnovaSciT. *4 (2,). p. 1769 – 1778.*

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

INTRODUCCIÓN

El tiempo de una jornada escolar se distribuye entre clases, desplazamientos, recreos, tareas y actividades familiares. Varias de estas situaciones implican permanecer sentado, aunque sus finalidades sean distintas. La lectura, una conversación o una tarea escrita pueden ser valiosas y, al mismo tiempo, acumular periodos prolongados con poco movimiento. La prevención debe examinar esa organización cotidiana sin descalificar las actividades intelectuales ni reducir el problema al teléfono móvil.

Saunders et al. (2022) caracterizan la conducta sedentaria por su bajo gasto energético y la postura sentada, reclinada o acostada durante la vigilia. Esta definición permite separar el sueño de la conducta sedentaria y evita confundirla con cualquier ausencia de deporte. Un estudiante puede participar en actividades físicas y también pasar muchas horas sentado. Por ello, el análisis necesita observar tanto las oportunidades de actividad como la distribución del tiempo de baja movilidad.

La Organización Mundial de la Salud (OMS, 2024) sitúa la actividad física dentro de la promoción de la salud y reconoce la importancia de las condiciones que facilitan su práctica. Desde la educación, esto invita a revisar horarios, espacios y formas de participación. Informar al alumnado sobre hábitos saludables resulta insuficiente si no existen oportunidades realistas para actuar durante la jornada y fuera de ella.

Neil-Sztramko et al. (2021) muestran que las intervenciones escolares para aumentar actividad física producen cambios promedio pequeños en varios indicadores. Esta evidencia aconseja formular expectativas proporcionadas. Una campaña puede ser visible y aceptada sin modificar de manera apreciable las rutinas. La evaluación debe comprobar qué conducta cambia, durante cuánto tiempo y en qué parte del día ocurre ese cambio.

El objetivo general es analizar críticamente estrategias de prevención del sedentarismo en niños y adolescentes a partir de publicaciones recientes. Se busca distinguir conceptos, contrastar resultados y proponer una actuación educativa adaptable. La pregunta orientadora es qué puede modificar la escuela, en coordinación con las familias, para disminuir periodos sedentarios y ampliar oportunidades de movimiento. La propuesta se presenta como una aplicación razonada que requiere evaluación local.

MATERIALES Y MÉTODOS

Se desarrolló una revisión bibliográfica narrativa crítica con selección intencional de seis fuentes. Se realizaron búsquedas académicas dirigidas con combinaciones de sedentary behaviour, children, adolescents, school intervention, screen time y systematic review. También se consultó información oficial sobre actividad física. La búsqueda utilizó páginas editoriales, registros bibliográficos y portales institucionales; no constituyó una exploración

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

exhaustiva de bases de suscripción.

Se admitieron publicaciones de 2021–2026 que abordaran recomendaciones o intervenciones relacionadas con tiempo sedentario, pantallas o actividad física de población infantil y adolescente. Se priorizaron revisiones sistemáticas, metaanálisis y documentos institucionales con autoría y fecha verificables. Se excluyeron materiales publicitarios, opiniones sin respaldo identificable y trabajos centrados exclusivamente en población adulta. La inclusión no exigió que cada fuente informara todos los resultados considerados.

Los materiales fueron cuatro revisiones de intervenciones escolares, un documento de recomendaciones internacionales y una ficha institucional. Se verificaron título, autores, año, revista y DOI o enlace oficial. La ficha de la OMS se utilizó como marco de salud pública, no como ensayo de eficacia. Las recomendaciones internacionales se distinguieron de los resultados experimentales para evitar atribuirles el mismo valor causal.

La extracción narrativa consideró población, objetivo de la intervención, conducta medida, dirección del resultado y limitaciones. La comparación separó tiempo sedentario total, tiempo de pantalla y actividad física. No se combinaron matemáticamente efectos publicados ni se elaboró un diagrama de selección con cantidades retrospectivas. Tampoco se aplicó una herramienta formal de riesgo de sesgo a las fuentes incluidas; se recogieron sus advertencias metodológicas cuando estaban disponibles.

La selección dirigida puede omitir estudios relevantes. Las revisiones pueden compartir ensayos y, por tanto, no equivalen a replicaciones independientes. Sus fechas de publicación recientes tampoco implican que todos sus estudios originales pertenezcan al periodo 2021–2026. No hubo participantes, mediciones de aula ni intervención propia. Los ejemplos y el plan educativo siguientes son propuestas derivadas de la interpretación y no resultados observados en una institución.

ANÁLISIS DE RESULTADOS

Diferenciar las conductas para definir el objetivo

El primer resultado del contraste es conceptual. El tiempo sedentario expresa una conducta de baja movilidad durante la vigilia; la actividad física insuficiente se refiere al incumplimiento de una recomendación de actividad. El uso de pantallas describe una actividad que puede desarrollarse en distintas posturas y con finalidades diferentes. Estas variables guardan relación, pero no pueden utilizarse indistintamente al formular objetivos o interpretar una evaluación.

Como aplicación educativa se propone describir momentos concretos del día. Un curso puede identificar periodos de trabajo sentado, desplazamientos motorizados, uso recreativo de dispositivos y posibilidades de juego. El registro debe permitir comprender las rutinas, sin convertir la clase en una competencia sobre quién permanece menos tiempo sentado. La finalidad es encontrar oportunidades de cambio que sean posibles para el grupo.

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

La OMS (2024) presenta recomendaciones de actividad física para grupos de edad y reconoce el problema de la inactividad. Sin embargo, utilizar una meta de actividad como único indicador dejaría sin examinar la duración de los periodos sedentarios. Desde el diseño de un programa conviene formular objetivos separados: facilitar movimiento, interrumpir periodos prolongados y revisar usos de pantallas que desplazan otras actividades.

También se propone conservar actividades sedentarias con valor educativo. Leer un cuento, escribir o resolver un problema no deben eliminarse para mejorar un registro de movimiento. La decisión pedagógica consiste en organizar alternancias razonables y valorar si una parte de la tarea puede realizarse de otra forma. Una explicación puede acompañarse de observación en el patio o de búsqueda de materiales, siempre que el movimiento sirva al aprendizaje.

Esta precisión evita promesas difíciles de sostener. Incorporar una pausa no demuestra por sí mismo una mejora de salud ni un aumento del rendimiento académico. Es una oportunidad organizativa cuya realización y aceptación pueden observarse. Sus efectos sobre conductas y resultados posteriores necesitan mediciones pertinentes. El programa debe explicar qué pretende cambiar y qué aspectos quedan fuera de su evaluación inicial.

Intervenciones escolares y magnitud de los efectos

Neil-Sztramko et al. (2021) incluyeron 89 estudios con 66 752 participantes de seis a dieciocho años. Su revisión encontró cambios muy pequeños en actividad física y una posible reducción escasa o nula del tiempo sedentario; también identificó mejoras de condición física. La variedad de componentes y la incertidumbre de algunos resultados impiden trasladar un efecto promedio a cualquier programa escolar.

Guo et al. (2025) sintetizaron 26 estudios y describieron una mejora de actividad física de intensidad moderada a vigorosa, sin una reducción significativa del tiempo sedentario en su interpretación general. El artículo presenta inconsistencias entre algunos valores numéricos y su significación; por ello, aquí se retiene la conclusión cualitativa y no se reproduce una estimación de efecto sobre sedentarismo. Esta cautela limita la precisión de la comparación.

El contraste sugiere que ambos objetivos deben planificarse y medirse de forma específica. Aumentar la participación en una actividad organizada puede coexistir con muchas horas sentadas el resto del día. Como inferencia para el diseño escolar, se propone no suponer una sustitución automática entre conductas. Se necesita revisar cuándo se realiza la actividad añadida y qué ocurre con el tiempo que se pretendía modificar.

Una implicación práctica es distinguir disponibilidad y participación. Abrir un espacio de juego no indica que todo el alumnado lo utilice. El registro puede mostrar si existen materiales, si las actividades se ofrecen con regularidad y quiénes participan. Cuando una oportunidad beneficia siempre al mismo grupo, corresponde revisar reglas, horarios y alternativas antes de atribuir el resultado a falta de interés individual.

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

La evidencia tampoco permite presentar un componente aislado como solución universal. Los programas pueden combinar cambios curriculares, educación física, recreos y acciones familiares. Para valorar una aplicación concreta se propone documentar esos componentes y sus condiciones. Conocer qué se realizó efectivamente facilita interpretar un resultado pequeño y decidir si conviene ajustar la propuesta, ampliar su alcance o mantenerla por otros beneficios educativos.

Pantallas y organización de las veinticuatro horas

Lai et al. (2025) revisaron 39 estudios con 95 033 participantes y encontraron reducciones pequeñas del tiempo de pantalla. La diferencia estandarizada fue −0,10, con un intervalo de credibilidad del 95 % entre −0,14 y −0,06. La heterogeneidad y el riesgo de sesgo redujeron la certeza de la evidencia. No se observó una diferencia clara en el índice de masa corporal.

Rodrigo-Sanjoaquín et al. (2025) analizaron intervenciones que abordaban actividad física, sedentarismo y sueño. Informaron una reducción pequeña de resultados relacionados con sedentarismo y un aumento pequeño del sueño, sin un efecto claro sobre actividad física. Estos resultados apoyan examinar el conjunto del día, aunque no permiten asegurar que toda intervención integrada produzca la misma combinación de cambios.

Como interpretación educativa se propone distinguir usos recreativos, escolares y de comunicación. Una reducción del tiempo registrado no informa por sí sola qué actividad lo sustituyó. El alumnado puede pasar de un dispositivo a otra tarea sentada o puede disponer de más oportunidades de movimiento. Por ello, un acuerdo familiar debe incluir alternativas concretas y no limitarse a una orden de apagar pantallas.

La revisión también invita a evitar exigencias contradictorias. Si la escuela traslada gran parte de las tareas a plataformas digitales, conviene revisar el tiempo necesario, la finalidad de cada actividad y las alternativas disponibles. Esto no implica rechazar la tecnología. Se trata de evaluar si cada uso contribuye al aprendizaje y cómo se organiza junto con descanso, convivencia y movimiento.

En la propuesta de este artículo, las familias y los estudiantes seleccionan una rutina modificable y acuerdan una alternativa accesible. Puede tratarse de conversar durante un paseo breve o realizar una actividad compartida sin dispositivo, según las condiciones del hogar. El cambio se revisa por su viabilidad y continuidad, sin exigir compras ni convertir el cumplimiento en una calificación pública. Estas opciones son ejemplos de implementación, no intervenciones validadas por la presente revisión.

Pausas de movimiento y participación accesible

Saunders et al. (2022) recomiendan interrumpir periodos sedentarios prolongados, incorporar movimiento en tareas cuando sea posible y dar al uso escolar de pantallas una finalidad pedagógica definida. Sus orientaciones abarcan aproximadamente de cinco a

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

dieciocho años y derivan de un proceso de revisión y consenso. Constituyen una guía de organización, no una demostración de eficacia de cada pausa o actividad concreta.

Como propuesta operativa, el docente puede identificar transiciones naturales de la clase para introducir movimiento breve. Al finalizar una explicación, el grupo podría buscar ejemplos en distintas estaciones o realizar una actividad motriz sencilla. La duración y la forma se adaptan al espacio y al alumnado; no se establece aquí un intervalo universal de interrupción porque las fuentes seleccionadas no justifican una pauta única para todos.

La accesibilidad debe formar parte del diseño inicial. Algunas personas requieren opciones desde una silla, movimientos de miembros superiores, apoyos o tiempos diferentes. El criterio es ofrecer participación significativa y compatible con las necesidades individuales. No se debe definir el éxito por levantarse o caminar si esas acciones excluyen a parte del grupo. Las adaptaciones se acuerdan con las personas responsables de sus apoyos cuando corresponda.

En los recreos se propone combinar zonas y materiales para diferentes preferencias. Los juegos competitivos pueden convivir con actividades cooperativas y opciones de exploración. La observación docente permite reconocer si las reglas o la ocupación del espacio impiden participar. Un cambio institucional puede consistir en distribuir mejor los turnos o incorporar propuestas que no dependan de destrezas deportivas previamente desarrolladas.

La prevención necesita un trato respetuoso. El movimiento no debe emplearse como castigo ni la apariencia corporal como indicador de compromiso. Se propone valorar oportunidades ofrecidas, participación voluntaria apoyada y hábitos que pueden modificarse. Esta orientación es una decisión educativa del artículo: busca que la intervención sea practicable y evite que una iniciativa de bienestar produzca exposición o comparación entre estudiantes.

Propuesta de actuación entre escuela y familia

Se plantea un proyecto escolar adaptable de ocho semanas, cuya duración es una decisión ilustrativa y no una dosis demostrada. Durante la primera semana, docentes y estudiantes describen rutinas de un día habitual y señalan oportunidades de movimiento. La información se utiliza de manera agregada y se evita solicitar detalles privados que no sean necesarios. El diagnóstico inicial permite elegir cambios compatibles con los recursos disponibles.

En la segunda semana se acuerdan dos o tres acciones concretas. Cada curso puede seleccionar transiciones con movimiento, una mejora del recreo y una revisión de tareas digitales. Se identifican responsables, materiales y alternativas de participación. El plan debe precisar qué se hará, en qué momento y cómo se registrará. Una decisión sencilla y realizable ofrece más información evaluativa que una lista extensa de compromisos poco definidos.

Entre las semanas tercera y sexta se implementan las acciones y se recogen

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

observaciones breves. El docente registra las oportunidades efectivamente realizadas, mientras el alumnado comunica dificultades y preferencias. Las familias reciben una propuesta para revisar una rutina doméstica y pueden adaptarla sin penalización. Se recomienda recoger barreras concretas, como falta de espacio, tiempos de cuidado o trayectos inseguros, en vez de interpretar toda dificultad como desinterés.

Durante la séptima semana se comparan los registros con la situación inicial y se conversa sobre cambios sostenibles. La octava semana se destina a acordar continuidad y ajustes. Una revisión posterior, en una fecha definida por la institución, ayudaría a comprobar si las rutinas permanecen. El calendario descrito es una propuesta del artículo que requiere pilotaje; no se atribuyen a él resultados de salud, aprendizaje o conducta que no se han medido.

La coordinación corresponde a un equipo escolar con participación estudiantil y familiar. Las acciones que dependen de infraestructura o seguridad deben comunicarse a los responsables institucionales. La escuela puede modificar sus prácticas y documentar necesidades que exceden al aula. Este enfoque distribuye responsabilidades de forma realista y permite evitar que el éxito del programa dependa exclusivamente del esfuerzo personal de cada niño o adolescente.

Evaluación y límites de interpretación

La evaluación propuesta distingue indicadores de proceso y de conducta. Entre los primeros se encuentran las pausas realizadas, la disponibilidad de alternativas y la participación. Entre los segundos figuran el tiempo sedentario y el uso recreativo de pantallas, registrados con instrumentos adecuados a la edad y a los recursos. No se deben sumar como si fueran una misma variable ni interpretar una observación parcial como descripción completa de toda la jornada.

Un cuestionario o diario puede ayudar a contextualizar rutinas, pero depende del recuerdo y de la forma de preguntar. Los dispositivos de medición ofrecen otras posibilidades y también requieren decisiones sobre su uso e interpretación. Como criterio metodológico se propone mantener el mismo procedimiento antes y después y describir sus limitaciones. Cambiar de instrumento a mitad del proyecto dificultaría atribuir una diferencia a un cambio real.

Los resultados deben presentarse de manera agregada y acompañados de información sobre implementación. Si el tiempo sedentario no cambia, interesa saber si las acciones se realizaron y qué barreras aparecieron. Si mejora, corresponde examinar si se desplazó a otros momentos del día o si hubo cambios simultáneos. Una comparación previa y posterior sin grupo equivalente no permite afirmar causalidad; puede orientar ajustes y generar preguntas para investigaciones posteriores.

La interpretación conjunta de Neil-Sztramko et al. (2021), Lai et al. (2025) y Rodrigo-Sanjoaquín et al. (2025) exige expectativas moderadas y resultados diferenciados. Sus

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

revisiones no estudian exactamente las mismas intervenciones ni utilizan idénticos indicadores. El posible solapamiento de ensayos impide tratarlas como confirmaciones totalmente independientes. Esta revisión narrativa tampoco establece cuál estrategia es superior ni calcula un efecto específico para población ecuatoriana.

Para futuras investigaciones se propone describir contexto, accesibilidad, adhesión y seguimiento, además de los resultados principales. En Ecuador sería útil evaluar la viabilidad de acciones en centros con recursos y entornos diferentes. La propuesta requiere colaboración entre educación, familias y salud cuando corresponda. El aprendizaje principal para la práctica es medir lo que se desea modificar y sostener oportunidades reales, sin confundir una actividad visible con un cambio duradero.

CONCLUSIONES

La prevención del sedentarismo en niños y adolescentes requiere distinguir tiempo sedentario, actividad física insuficiente y uso de pantallas. Son dimensiones relacionadas que deben formularse como objetivos y resultados separados. El análisis del día completo ayuda a reconocer que una actividad física añadida puede coexistir con largos periodos sentados y que reducir pantallas no garantiza reemplazarlas por movimiento.

Las fuentes revisadas muestran efectos promedio pequeños y heterogéneos de diversas intervenciones escolares. Algunas estrategias sobre pantallas y comportamientos de las veinticuatro horas presentan resultados favorables, pero su eficacia no es uniforme. La evidencia disponible no justifica prometer una mejora general de salud, peso o rendimiento académico a partir de cualquier pausa activa o campaña informativa.

La escuela puede revisar transiciones, recreos, tareas y organización de pantallas para ampliar oportunidades accesibles de movimiento. Las propuestas deben conservar el valor de la lectura y otras actividades intelectuales, ofreciendo alternancias razonables. La participación exige adaptar espacios, reglas y opciones a las necesidades del alumnado, sin asociar el cumplimiento a la apariencia corporal ni utilizar ejercicio como castigo.

La coordinación familiar resulta pertinente para abordar rutinas fuera de la escuela, pero los acuerdos necesitan alternativas viables. Las dificultades de espacio, seguridad o tiempo deben considerarse en la planificación. El proyecto ilustrativo presentado distribuye responsabilidades y propone registrar implementación y cambios de conducta. Su calendario y sus componentes requieren pilotaje; no constituyen un programa cuya eficacia haya sido demostrada en este artículo.

La revisión está limitada por selección intencional, posible omisión de estudios y solapamiento entre síntesis. No aporta estimaciones propias ni datos de una institución. Se recomienda investigar intervenciones contextualizadas con medidas claras, comparación adecuada y seguimiento. Una prevención sostenible debe conectar decisiones educativas con condiciones cotidianas que permitan participar, verificar los cambios y ajustar las acciones

Doi:10.70577/innovascit.v4i2.343

según la evidencia obtenida.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Guo, L., He, H., & Wang, C. (2025). Are school-based behavioural interventions an effective strategy for improving physical activity and sedentary behaviour in children and adolescents? A meta-analysis. *Frontiers in Pediatrics, 13*, Article 1532035. https://doi.org/10.3389/fped.2025.1532035

Lai, N. M., Lim, Y. S., Chaiyakunapruk, N., Lee, S. W. H., Liabsuetrakul, T., Sabbir, M., Mahmud, S. M. H., Siddiqi, U. R., Ahmed, T., Hasan, F. U. L., & Kuan, P. X. (2025). Review article: The effectiveness of school-based interventions for reducing screen time – a systematic review and meta-analysis. *Child and Adolescent Mental Health, 30*(3), 223–237. https://doi.org/10.1111/camh.70022

Neil-Sztramko, S. E., Caldwell, H., & Dobbins, M. (2021). School-based physical activity programs for promoting physical activity and fitness in children and adolescents aged 6 to 18. *Cochrane Database of Systematic Reviews, 2021*(9), Article CD007651. https://doi.org/10.1002/14651858.CD007651.pub3

Organización Mundial de la Salud. (2024, 26 de junio). *Physical activity*. https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity

Rodrigo-Sanjoaquín, J., Tapia-Serrano, M. Á., López-Gil, J. F., & Sevil-Serrano, J. (2025). Effects of school-based interventions on all 24-hour movement behaviours in young people: A systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine, 11*(2), Article e002593. https://doi.org/10.1136/bmjsem-2025-002593

Saunders, T. J., Rollo, S., Kuzik, N., Demchenko, I., Bélanger, S., Brisson-Boivin, K., Carson, V., da Costa, B. G. G., Davis, M., Hornby, S., Huang, W. Y., Law, B., Ponti, M., Markham, C., Salmon, J., Tomasone, J. R., Van Rooij, A. J., Wachira, L.-J., Wijndaele, K., & Tremblay, M. S. (2022). International school-related sedentary behaviour recommendations for children and youth. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity, 19*, Article 39. https://doi.org/10.1186/s12966-022-01259-3

CONFLICTO DE INTERÉS:
Los autores declaran que no existen conflicto de interés posibles.

FINANCIAMIENTO

No existió asistencia de financiamiento de parte de pares externos al presente artículo.

NOTA:

El articulo no es producto de una publicación anterior