

POSICIONAMIENTO DE LA SOCIEDAD VALENCIANA DE PEDIATRÍA SOBRE LA JORNADA ESCOLAR CONTINUA O DISCONTINUA

Planteamiento

Hay asuntos relacionados con la educación infantil con distintas posiciones. Uno de los más controvertidos es la jornada escolar continua o discontinua, pero existen otros varios, como, por ejemplo, la enseñanza pública, privada o concertada, la realización de deberes o la imposición de uniformes. En estos temas hay argumentos a favor y en contra, y la adopción de una postura unánime no es fácil ni siempre posible.

Las competencias en Educación están cedidas en nuestro país a las Comunidades Autónomas, y son estas las que legislan sobre las características de la jornada escolar. En la práctica y en el momento actual, es cada centro, a petición del Consejo Escolar y con la votación favorable del censo del centro, el que decide la adopción de una jornada u otra. La primera objeción a este asunto es si esta cuestión tan relevante debe dejarse a la autonomía de cada centro, o debería ser algo establecido en otras instancias superiores, como sí lo son el calendario escolar o las asignaturas impartidas en cada curso.

Para ciertos colectivos, este debate no se realiza en condiciones de igualdad entre familias y profesorado, pudiéndose mezclar motivos pedagógicos y laborales. Además, la jornada continua implica unas actividades extraescolares en las que no todos están de acuerdo en sus condiciones: horario, gratuidad, profesionales implicados, lugar de realización, etc. En todo caso, la situación actual es la referida previamente y los padres reclaman argumentos o posicionamientos para decidir su voto.

Casi todas las fuentes consultadas coinciden en que no hay ningún estudio de carácter científico que avale que una alternativa es superior a la otra, o incluso que una de ellas conlleve mejoras significativas en la enseñanza. En la evaluación de los resultados pedagógicos influyen muchas variables de los centros y de los sistemas educativos además de la implantación de una u otra jornada. En los países de nuestro entorno, los horarios escolares vigentes son diversos, incluso en una misma modalidad, no existiendo datos definitivos al respecto sobre cuáles son los mejores.

Y es aquí, al no existir condicionantes pedagógicos claros, donde, desde diferentes individualidades y colectividades, se nos solicita un posicionamiento a los pediatras, como encargados de la salud infantojuvenil, por si existiesen otros condicionantes relacionados con nuestra parcela profesional que influyeran en la decisión a adoptar.

Un hecho es cierto: la distribución horaria de nuestras actividades diarias tiene influencias en la salud, tanto en niños como en adultos, que son conocidas por disciplinas recientes como la cronopsicología, la cronobiología y la crononutrición. La relevancia y las implicaciones de estos efectos está todavía poco estudiado.

Definir los horarios en los que se obtiene o se compatibiliza con un mayor rendimiento académico o unas mejores alimentación, actividad física y descanso, no es un objetivo fácil. Además, podrán ser distintos en función de la edad, pues, por ejemplo, no serán iguales el niño pequeño que el adolescente. Las recomendaciones de las sociedades científicas sobre comedores escolares se centran más en la calidad nutricional y la seguridad alimentaria, sin

apenas mencionar los horarios más convenientes. Sin embargo, de los estudios científicos realizados hasta la fecha, se han obtenido algunas enseñanzas:

1. El respeto horario a los biorritmos mejora la calidad de vida de los alumnos, el rendimiento y el comportamiento, haciendo más eficiente el trabajo de los educadores.
2. La mejora del sueño en tiempo, ritmo y calidad mejora la vigilia del alumno, le permite mantener la atención y mejorar su conducta y rendimiento.
3. El comedor escolar es un arma irrenunciable para fomentar la igualdad en educación nutricional.
4. La realización de la comida del mediodía antes de las 14 horas y de la cena antes de las 21 horas tiene menor riesgo de exceso de peso y diabetes, a igualdad de ingesta calórica y de actividad física.
5. Los periodos prolongados de ayuno, especialmente en niños pequeños, no son adecuados.

Recomendaciones horarias

- Es adecuado retrasar la hora de inicio del horario escolar para favorecer el sueño y el rendimiento, sobre todo en el adolescente.
- El cronrendimiento del escolar debe ser tenido en cuenta para la distribución de las asignaturas y el horario de los exámenes. Tener en cuenta los picos atencionales que se producen a media mañana y en horario de tarde.
- Es conveniente no retrasar el horario de la comida del mediodía. El comedor escolar, con implicación de toda la comunidad escolar, debe ser considerado un elemento educativo trascendente, especialmente en la situación actual de obesidad infantil epidémica, que sirva como correa de transmisión para las familias y la sociedad en su conjunto.

Estos resultados parecen indicar la conveniencia de un horario escolar de inicio entre las 08:30-09:00 horas según las edades, con una distribución de materias en función de los momentos de mayor atención del alumnado, con respeto a los ritmos derivados de la crononutrición, favoreciendo la comida de mediodía en horario de 13 a 14 horas y finalizando la actividad escolar alrededor de las 16:30 horas.

Conclusiones

Evidentemente otros factores deben ser considerados a la hora de recomendar horarios escolares. En su diseño deben participar todos los estamentos implicados en el área docente y profesionales de otras áreas (nutricionistas, sociólogos, cronobiólogos, pediatras...), que deben asesorar a la comunidad educativa a la hora de que esta decida el tipo de horario escolar. Sería un error obviar las enseñanzas derivadas de la cronobiología, la cronopsicología y la crononutrición.

Ambas modalidades de jornada presentan otro tipo de ventajas e inconvenientes expuestas por otros colectivos y en otras instancias. La decisión final deberá tener en cuenta estos hechos y un conjunto de motivos familiares, laborales y socioeconómicos que están fuera de nuestras competencias profesionales. Animamos a las administraciones correspondientes a liderar un grupo de trabajo con todas las partes implicadas para llegar al mejor consenso posible.

En Valencia, a 03 de octubre de 2019, Junta Directiva de la Sociedad Valenciana de Pediatría.