

Las jornadas escolares que inician más tarde pueden beneficiar a los estudiantes, aunque se necesita mayor evidencia



Existe una asociación positiva entre el inicio de clases en horario tardío y los resultados académicos y psicosociales

¿Cuál es el objetivo de esta revisión?

Esta revisión sistemática Campbell examina el impacto que tiene el inicio de clases en horario tardío sobre el rendimiento académico, la salud mental y los resultados familiares y comunitarios de los estudiantes. La revisión resume los hallazgos de 17 informes sobre 11 intervenciones realizadas en seis países.

Hacer que las jornadas escolares inicien más tarde puede tener efectos beneficiosos para la salud mental y el rendimiento académico de los estudiantes. El inicio de clases en un horario tardío parece tener algunos efectos positivos, pero la evidencia de base no es lo suficientemente robusta como para considerar los hallazgos confiables. Se necesita más investigación.

¿Qué estudió la revisión?

En todo el mundo se han implementado jornadas escolares que inician más tarde como una forma para evitar los impactos potencialmente negativos de los programas de actividades de primera hora de la mañana sobre los estudiantes adolescentes. La privación del sueño, aun cuando sea leve, se asocia a importantes inquietudes en el área de la salud y la educación: mayor riesgo de accidentes y lesiones, problemas de aprendizaje, agresividad, pérdida de memoria, baja autoestima y cambios en el metabolismo. Esta revisión examina los efectos que las jornadas escolares que inician más tarde tienen sobre estos resultados.

¿Qué estudios se incluyen?

Los estudios incluidos fueron ensayos controlados aleatorios, estudios de control pre y post intervención, y estudios de series de tiempo interrumpidas, con datos para estudiantes entre 13 y 19 años y que comparaban diferentes horarios de inicio de clases. Los estudios elegibles debían informar resultados primarios de interés (resultados académicos, cantidad o calidad del sueño, indicadores de salud mental, asistencia o estado de alerta), o resultados secundarios (comportamientos de salud, indicadores de salud y seguridad, resultados sociales, familiares, escolares o comunitarios).

La evidencia de base abarca 17 estudios que informaron sobre 11 intervenciones únicas, con un total de 297.994 participantes. Seis de estos



¿Cuán actualizada es esta revisión?

Los autores de la revisión buscaron estudios publicados hasta febrero de 2016. Esta Revisión Sistemática Campbell fue publicada en diciembre de 2017.

¿Qué es la Colaboración Campbell?

La Colaboración Campbell es una red de investigación internacional, voluntaria y sin fines de lucro que publica revisiones sistemáticas. Resumimos y evaluamos la calidad de la evidencia con respecto a programas en ciencias sociales y del comportamiento. Nuestro objetivo es ayudar a que las personas tomen mejores decisiones sobre políticas.

Acerca de este resumen

Este resumen fue preparado por Howard White (Colaboración Campbell) basado en la Revisión Sistemática Campbell 2017:15: "Inicio de clases en horario tardío para el apoyo de la educación, la salud y el bienestar de los alumnos de secundaria", por Robert Marx, Emily E Tanner-Smith, Colleen M Davison, Lee-Anne Ufholz, John Freeman, Ravi Shankar, Lisa Newton, Robert S Brown, Alyssa S Parpia, Ioana Cozma y Shawn Hendrikx (10.4703/csr.2017.15). El resumen original fue diseñado por Tanya Kristiansen y el diseño de la versión en español fue realizado por Audrey Portes (ambas parte del equipo de la Colaboración Campbell). Agradecemos el aporte financiero de American Institutes for Research para la producción de este resumen. La traducción al español de este documento es cortesía de CAF –banco de desarrollo de América Latina.

estudios se llevaron a cabo en Estados Unidos, mientras que en Brasil, Canadá, Croacia, Israel y Nueva Zelanda se realizó un único estudio por país.

¿Cuáles son los principales hallazgos de esta revisión?

El inicio de clases en horario tardío parece aumentar las horas de sueño. Algunos de los estudios indican que puede haber una asociación positiva entre el inicio de clases en horario tardío y los resultados académicos y psicosociales. La evidencia existente sobre ausentismo y estado de alerta estudiantil es mixta. No obstante, la calidad de la evidencia y la comparabilidad de los estudios son bajas.

Los efectos adversos pueden ser una menor interacción con los padres y dificultades en la dotación de personal y la programación escolar. No existe evidencia suficiente que permita sacar conclusiones sólidas en relación a estos posibles efectos adversos.

El inicio de clases en horario tardío parece estar asociado con más horas de sueño; sin embargo, la evidencia sobre el ausentismo y el estado de alerta de los estudiantes es mixta e incompleta

¿Qué significan los resultados de esta revisión?

Esta revisión sistemática sobre el inicio de clases en horario tardío sugiere varios beneficios potenciales para esta intervención, y apunta a la necesidad de contar con estudios primarios de mayor calidad. No obstante, debido a la limitada evidencia de base, no pudimos determinar con ningún nivel de confianza cuáles son los efectos de que las clases inicien más tarde.

