



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales.

Active commuting in children and adolescents: A narrative review of its effects on physical health, psychological well-being, and contextual factors.

Gabriela Tapia-Zamora¹; Iransé Oliveira-Silva¹; Carlos Lagos-Olivos²; Sergio Araya-Sierralta³; David Ulloa-Díaz⁴; Luis Romero-Vera⁵

¹ Evangelical University of Goiás (UniEVANGELICA), Brazil

² Universidad de Tarapacá, Chile

³ Universidad de Atacama, Chile

⁴ Universidad Católica de la Santísima Concepción, Chile

⁵ Universidad de Las Américas, Chile

Autor de correspondencia: David Ulloa-Díaz; dulloa@ucsc.cl

Calendario editorial: Artículo recibido el 11/04/2026 Aceptado: 15/06/2026 Publicado: 01/08/2026

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Para citar este artículo, utilice la siguiente referencia:

Tapia-Zamora, G.; Oliveira, I.; Lagos, C.; Araya, S.; Ulloa-Díaz, D.; Romero Vera, L. (2026). Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. *Sportis Sci J*, 12 (4), 1-23 <https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Contribución del autor: Todos los autores contribuyeron de forma equitativa en la elaboración del trabajo.

Financiamiento: Este trabajo no recibió financiación.

Conflicto de intereses: Los autores declaran no tener ningún tipo de conflicto de interés.

Aspectos éticos: El estudio declara aspectos éticos.



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Resumen

La inactividad física en niños y adolescentes representa un desafío relevante para la salud pública. El propósito de esta revisión narrativa fue examinar la evidencia disponible sobre el desplazamiento activo en niños y adolescentes y su relación con la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales asociados a su práctica. Se desarrolló una búsqueda estructurada en PubMed, considerando artículos publicados entre el 1 de enero de 2016 y el 31 de diciembre de 2025, en inglés o español, con texto completo disponible y centrados en población de 6 a 18 años. La búsqueda inicial identificó 266 registros; tras el proceso de cribado y elegibilidad, 13 estudios fueron incluidos en la síntesis narrativa. Los hallazgos indican que el desplazamiento activo se asocia con mayores niveles de actividad física moderada-vigorosa, mejor condición cardiorrespiratoria y beneficios psicosociales vinculados con autonomía, autoeficacia, apoyo social y percepción de bienestar. Su adopción depende de factores contextuales como distancia hogar-escuela, seguridad vial, infraestructura peatonal o ciclista, caminabilidad del entorno y percepción de seguridad de las familias. La evidencia revisada permite considerar el desplazamiento activo como una estrategia relevante de promoción de estilos de vida saludables, especialmente cuando se integra en acciones educativas, familiares, urbanas y comunitarias.

Palabras clave: actividad física; transporte activo; niños; adolescentes; bienestar.

Abstract

Physical inactivity among children and adolescents is a major public health concern. The purpose of this narrative review was to examine the available evidence on active commuting among children and adolescents and its relationship with physical health, psychological well-being, and contextual factors associated with its practice. A structured literature search was conducted in PubMed, including articles published between January 1, 2016, and December 31, 2025, in English or Spanish, with full text available, and focused on populations aged 6 to 18 years. The initial search identified 266 records; after screening and eligibility assessment, 13 studies were included in the narrative synthesis. The findings indicate that active commuting is associated with higher levels of moderate-to-vigorous physical activity, better cardiorespiratory fitness, and psychosocial benefits related to autonomy, self-efficacy, social support, and perceived well-being. Its adoption depends on contextual factors such as home-school distance, road safety, pedestrian or cycling infrastructure, neighborhood walkability, and family perceptions of safety. The reviewed evidence supports active commuting as a relevant strategy for promoting healthy lifestyles in children and adolescents, particularly when integrated into educational, family, urban, and community-based actions.

Keywords: physical activity; active commuting; children; adolescents; well-being.

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Introducción

La inactividad física constituye uno de los principales desafíos de salud pública del siglo XXI por su elevada prevalencia, su impacto sobre la salud cardiometabólica y su asociación con menor condición física, mayor sedentarismo y peor calidad de vida en población infantil y adolescente. La Organización Mundial de la Salud ha señalado que una proporción muy elevada de adolescentes no alcanza las recomendaciones mínimas de actividad física diaria, lo que exige estrategias de promoción que puedan integrarse en la rutina escolar, familiar y comunitaria (World Health Organization, 2020; Guthold et al., 2020; World Health Organization, 2024).

El desplazamiento activo constituye una forma cotidiana de movilidad que incorpora gasto energético mediante trayectos realizados a pie, en bicicleta u otros modos no motorizados. Su relevancia no se limita al traslado hacia la escuela, ya que también puede aportar minutos de actividad física en desplazamientos hacia espacios recreativos, comunitarios y familiares. Esta conducta representa una estrategia accesible, de bajo costo y compatible con enfoques de salud pública orientados a reducir la inactividad física desde edades tempranas (Saunders et al., 2013; Panter et al., 2010; World Health Organization & Pan American Health Organization, 2018).

La evidencia científica muestra que los niños y adolescentes que utilizan modos activos de transporte tienden a acumular más actividad física moderada-vigorosa, presentan mejores indicadores de condición cardiorrespiratoria y pueden desarrollar patrones conductuales más favorables que sus pares que se desplazan mediante transporte pasivo. Estos beneficios son especialmente relevantes durante la etapa escolar, periodo en el que se consolidan hábitos de movimiento, autonomía y relación con el entorno (Faulkner et al., 2009; Larouche et al., 2014; Rodríguez-Ayllón et al., 2019; Tremblay et al., 2016).

La promoción del desplazamiento activo también debe comprenderse desde una perspectiva socioecológica. La decisión de caminar o ir en bicicleta no depende solo de la motivación individual, sino de la interacción entre actitudes, autoeficacia, apoyo familiar, normas sociales, seguridad vial, distancia hogar-escuela, infraestructura



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

disponible y planificación urbana. Las intervenciones centradas en un único factor suelen tener efectos limitados, mientras que los enfoques escolares, familiares, comunitarios y urbanos ofrecen mayor potencial para sostener cambios conductuales (Savolainen et al., 2024; Wilson et al., 2018; Vasey et al., 2022; Rothman et al., 2018).

La incorporación del desplazamiento activo en estrategias de promoción de salud se vincula, además, con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, especialmente por su relación con comunidades sostenibles, salud y bienestar, movilidad segura y reducción de la dependencia del transporte motorizado. La literatura reciente sobre escenarios para incrementar la actividad física en población infanto-juvenil destaca que el transporte activo puede integrarse con acciones escolares, extracurriculares, familiares y sociocomunitarias, fortaleciendo su valor educativo y sanitario (Arufe-Giráldez et al., 2024; Jiménez-Boraita et al., 2022; Rodríguez-Rodríguez et al., 2017; Lam et al., 2023).

Pese a estos antecedentes, la evidencia disponible presenta heterogeneidad conceptual y metodológica, con diferencias en la definición de desplazamiento activo, los instrumentos de medición, los contextos socioculturales y los resultados analizados. Esta dispersión justifica una revisión narrativa que integre críticamente la evidencia reciente, organice las principales dimensiones de estudio y contribuya a orientar futuras intervenciones educativas, familiares y comunitarias para promover el desplazamiento activo en niños y adolescentes (Ikeda et al., 2018; Villa-González et al., 2018; Larouche et al., 2018; World Health Organization, 2024).

En coherencia con lo anterior, esta revisión narrativa se organizó en torno a tres ejes de análisis: los efectos del desplazamiento activo sobre la salud física, su relación con el bienestar psicológico y los factores familiares, escolares, urbanos y comunitarios que condicionan su adopción y sostenibilidad en población infantil y adolescente.

El objetivo fue sintetizar narrativamente la evidencia científica reciente sobre el desplazamiento activo en niños y adolescentes, considerando sus efectos sobre la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales asociados a su práctica.



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Método

Diseño de la investigación

La presente investigación corresponde a una revisión narrativa con búsqueda estructurada de la literatura. Esta tipología se adoptó porque el objetivo fue integrar y discutir críticamente evidencia heterogénea sobre desplazamiento activo, salud física, bienestar psicológico y factores contextuales, sin realizar metaanálisis ni evaluación formal de riesgo de sesgo propia de una revisión sistemática. El proceso de identificación y selección se organizó mediante una búsqueda reproducible, criterios explícitos de inclusión y exclusión, revisión por evaluadores independientes, síntesis narrativa de los hallazgos y representación gráfica del flujo de selección de estudios. Los criterios de inclusión y exclusión se muestran en la Tabla 1.

Tabla 1. Criterios de inclusión y exclusión aplicados en la selección de estudios.

Dimensión	Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Tipo de documento	Artículos científicos publicados en revistas con revisión por pares.	Cartas al editor, editoriales, tesis, informes no indexados y documentos sin revisión por pares.
Periodo de publicación	Publicaciones entre el 1 de enero de 2016 y el 31 de diciembre de 2025.	Estudios publicados fuera del periodo definido.
Idioma y disponibilidad	Publicaciones en inglés o español con texto completo disponible.	Registros sin texto completo o en idiomas distintos a los definidos.
Población	Niños, niñas y adolescentes de 6 a 18 años.	Estudios desarrollados exclusivamente en población adulta.
Tema central	Desplazamiento activo, transporte activo escolar, caminata o bicicleta como conducta principal o variable relevante.	Trabajos centrados solo en transporte motorizado o sin análisis del desplazamiento activo.
Resultados de interés	Actividad física, salud física, bienestar psicológico, factores psicosociales, entorno construido, seguridad, familia, escuela o intervenciones.	Estudios sin resultados vinculados con los objetivos o ejes de análisis de la revisión.

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Estrategia de búsqueda

La búsqueda bibliográfica se realizó en PubMed, base seleccionada por el enfoque del manuscrito en salud pública, actividad física, bienestar y población infanto-juvenil. La búsqueda consideró publicaciones en inglés o español entre el 1 de enero de 2016 y el 31 de diciembre de 2025. Se utilizaron estrategias diferenciadas por idioma, evitando la reiteración de términos entre la búsqueda en inglés y la búsqueda en español. Se reconoce como limitación metodológica que no se incorporaron otras bases relevantes para Ciencias del Deporte y Educación Física, como Scopus, Web of Science, ERIC o SPORTDiscus; esta decisión refuerza la clasificación del estudio como revisión narrativa con búsqueda estructurada.

Estrategia en inglés: (("active commuting"[Title/Abstract] OR "active transport"[Title/Abstract] OR "active school travel"[Title/Abstract] OR "active school transport"[Title/Abstract] OR "walking"[Title/Abstract] OR "cycling"[Title/Abstract]) AND ("children"[Title/Abstract] OR "adolescents"[Title/Abstract] OR "youth"[Title/Abstract] OR "students"[Title/Abstract]) AND ("physical activity"[Title/Abstract] OR "health"[Title/Abstract] OR "well-being"[Title/Abstract] OR "built environment"[Title/Abstract] OR "school"[Title/Abstract])).

Evaluación crítica de la evidencia

Los estudios incluidos fueron analizados críticamente mediante una matriz cualitativa diseñada para esta revisión narrativa. Los criterios de valoración fueron: claridad del objetivo, pertinencia del diseño, adecuación de la población, forma de medición del desplazamiento activo, tipo de resultados reportados, coherencia entre métodos y conclusiones, y limitaciones declaradas por los autores. Esta valoración no correspondió a una evaluación formal de riesgo de sesgo, sino a una lectura crítica orientada a diferenciar evidencia empírica, revisiones previas, protocolos e intervenciones con distinta solidez metodológica.

Extracción de datos.

Dos revisores con formación en ciencias de la actividad física, salud escolar y revisión de literatura analizaron de manera independiente los títulos y resúmenes de los registros recuperados. Su selección se justificó por su experiencia en investigación en



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

actividad física, población escolar y lectura crítica de estudios científicos. Los artículos potencialmente elegibles fueron revisados a texto completo. En caso de desacuerdo respecto de la inclusión de un estudio, se consultó a un tercer revisor con experiencia en metodología de investigación hasta alcanzar consenso. Para cada estudio se extrajo la siguiente información: autores y año de publicación, país, diseño, propósito, población o unidad de análisis, variables principales, tipo de desplazamiento activo evaluado y hallazgos relevantes para la síntesis narrativa. En la Tabla 2, se describen los criterios de cribado, elegibilidad y extracción de datos.

Tabla 2. Criterios utilizados por los evaluadores durante el cribado, elegibilidad y extracción de datos.

Etapas	Criterios aplicados por los evaluadores	Resolución
Título y resumen	Pertinencia temática, población de 6 a 18 años, presencia de desplazamiento activo o transporte escolar activo.	Coincidencia inicial entre revisores y discusión de discrepancias.
Texto completo	Cumplimiento de criterios de inclusión, disponibilidad del texto completo, variables relacionadas con salud física, bienestar o factores contextuales.	Revisión independiente y consenso con tercer revisor cuando fue necesario.
Extracción de datos	Autoría, año, país, diseño, propósito, variables, tipo de desplazamiento activo y hallazgos clave.	Registro en matriz común y verificación cruzada entre revisores.



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Procedimiento de selección de estudios

Flujo de identificación, cribado e inclusión

La búsqueda inicial identificó 266 registros en PubMed. Tras eliminar 181 registros duplicados, 85 documentos fueron sometidos a cribado por título y resumen; en esta fase se excluyeron 20 registros por no ajustarse al foco de la revisión. Se solicitaron 65 artículos para revisión a texto completo, de los cuales 32 no fueron recuperados. De los 33 artículos evaluados para elegibilidad, 20 fueron excluidos por no cumplir los criterios definidos, por no centrarse en población infantil o adolescente, por no analizar desplazamiento activo como variable relevante o por no reportar resultados vinculados con salud física, bienestar psicológico o factores contextuales. Finalmente, 13 estudios fueron incluidos en la síntesis narrativa.

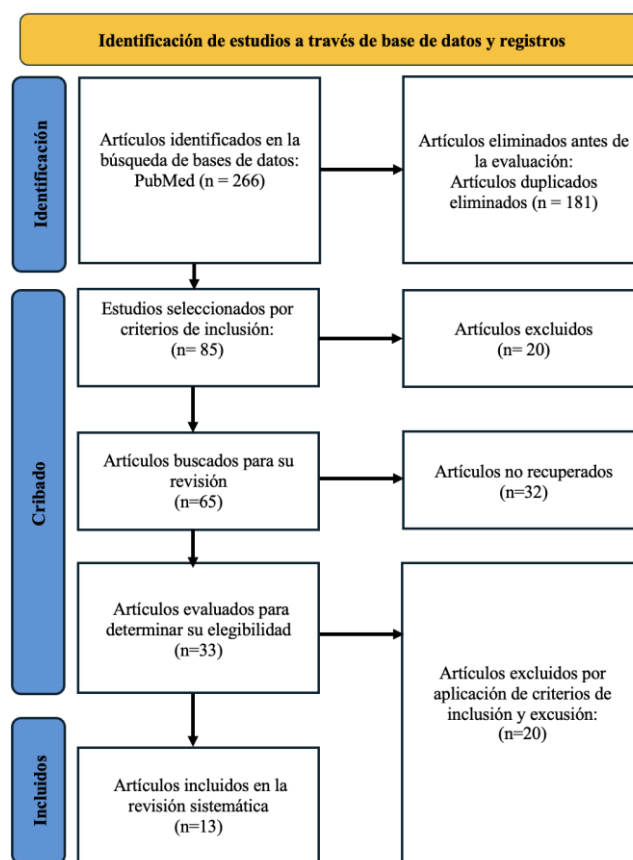


Figura 1. Diagrama de flujo de selección de estudios para la revisión narrativa.



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Resultados

Características generales de los estudios incluidos

Los 13 estudios incluidos fueron publicados entre 2016 y 2025. La evidencia se concentró principalmente en Canadá, Nueva Zelanda, Reino Unido, Australia, Suecia, Noruega y Estados Unidos. En conjunto, los estudios abarcaron aproximadamente 16.500 participantes, aunque el nivel educativo no fue informado de manera homogénea, por lo que no fue posible establecer con precisión la distribución entre enseñanza primaria y secundaria (Larouche et al., 2018; Williams et al., 2018; Dalene et al., 2018; Savolainen et al., 2024; Prince & Butler, 2025).

Desde el punto de vista metodológico, predominaron estudios cuantitativos, revisiones previas, revisiones de alcance, revisiones realistas rápidas y protocolos de estudio. Esta diversidad metodológica respalda la decisión de presentar el trabajo como revisión narrativa, dado que la evidencia disponible no permite una síntesis cuantitativa homogénea ni una evaluación comparativa directa entre todos los diseños incluidos. Los trabajos se organizaron en tres dimensiones principales: a) desplazamiento activo, actividad física y salud física; b) factores psicosociales; c) entorno construido, seguridad, familia e intervenciones de promoción (Hagel et al., 2019; Mandic et al., 2020; Vasey et al., 2022; Lam et al., 2023).

Desplazamiento activo y salud física

Los estudios analizados mostraron de forma consistente que el desplazamiento activo se asocia con mayores niveles de actividad física, especialmente actividad física moderada-vigorosa. Los trabajos con mediciones objetivas indicaron que los niños y adolescentes que caminaban o se desplazaban activamente hacia la escuela acumulaban más minutos diarios de actividad física que quienes utilizaban transporte pasivo. Un estudio incluido mostró que escolares que realizaban al menos 16 minutos diarios de transporte activo acumulaban entre 7.2 y 9.0 minutos adicionales de actividad física moderada-vigorosa por día, mientras que otras investigaciones señalaron que el transporte activo hacia la escuela y otros destinos cotidianos contribuye de forma significativa a la actividad física global (Dalene et al., 2018; Williams et al., 2018; Prince & Butler, 2025).



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Factores psicosociales asociados al desplazamiento activo

Los hallazgos evidenciaron que el desplazamiento activo se relaciona con factores psicosociales favorables. Entre los elementos más consistentemente identificados se encontraron la autoeficacia, las actitudes positivas hacia el desplazamiento activo, el apoyo social y las normas sociales, tanto desde la perspectiva de los niños como de sus padres. Estos factores se asocian con una mayor probabilidad de utilizar transporte activo y pueden favorecer percepciones de autonomía, bienestar y confianza para desplazarse de forma independiente (Savolainen et al., 2024; Wilson et al., 2018).

Los estudios también mostraron discrepancias relevantes entre las percepciones de los niños y las de sus padres respecto de las barreras para caminar o ir en bicicleta a la escuela. Las percepciones parentales parecen tener una influencia determinante sobre la adopción del desplazamiento activo, especialmente en relación con seguridad, distancia y conveniencia del trayecto. Las intervenciones tipo Safe Routes to School sugieren que la motivación infantil puede verse limitada si no se abordan simultáneamente las preocupaciones y decisiones familiares (Wilson et al., 2018; Vasey et al., 2022).

Factores contextuales y entorno construido

Otra línea de resultados correspondió a la influencia de los factores contextuales y ambientales. Los estudios incluidos identificaron de manera recurrente que la distancia entre el hogar y la escuela, la seguridad vial, la infraestructura peatonal o ciclista y la caminabilidad del entorno son variables decisivas para explicar la participación en desplazamiento activo. Las preocupaciones parentales en torno a la seguridad y la percepción del entorno surgieron como barreras frecuentes para el uso de modos activos de transporte (Ikeda et al., 2018; Ozbil et al., 2021; Clark et al., 2023).

En esta misma dirección, los estudios orientados al entorno construido y a la seguridad del transporte activo señalaron la necesidad de fortalecer la evidencia sobre qué características urbanas favorecen trayectos escolares más seguros. Los protocolos y estudios derivados del proyecto BEATS refuerzan la importancia de analizar infraestructura, accesibilidad, diseño urbano, distancia al establecimiento y percepción



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

familiar como elementos interrelacionados con los patrones de desplazamiento activo (Mandic et al., 2016; Hagel et al., 2019; Mandic et al., 2020).

Intervenciones y promoción del desplazamiento activo

En relación con las intervenciones, los resultados indicaron una efectividad heterogénea. La revisión de intervenciones sobre transporte escolar activo mostró que, de 30 intervenciones analizadas, 13 evidenciaron aumentos en el desplazamiento activo, 8 no presentaron cambios, 4 informaron resultados inconsistentes y 5 no reportaron estadísticas inferenciales. Las intervenciones con mayor seguimiento temporal y aquellas desarrolladas bajo enfoques multinivel, como Safe Routes to School, tendieron a mostrar mejores resultados, aunque la calidad metodológica global fue baja o débil en gran parte de los estudios (Larouche et al., 2018; Vasey et al., 2022; Villa-González et al., 2018).

Síntesis global de los hallazgos

En conjunto, los resultados muestran que el desplazamiento activo constituye una conducta asociada de manera positiva con mayores niveles de actividad física en niños y adolescentes, además de vincularse con factores psicosociales favorables como autoeficacia, apoyo social y autonomía. Su adopción y sostenibilidad dependen de una red compleja de factores familiares, ambientales y contextuales, entre los que destacan distancia al centro educativo, seguridad del entorno y percepciones parentales. Aunque las intervenciones existentes muestran potencial para incrementar el desplazamiento activo, la evidencia disponible sigue siendo metodológicamente heterogénea, lo que exige interpretar los hallazgos con cautela (Larouche et al., 2018; Rothman et al., 2018; Lam et al., 2023; Savolainen et al., 2024).

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Tabla 3. Características principales de los estudios incluidos (n=13).

Tabla 3. Características principales de los estudios incluidos (n=13).

Estudio	País	Diseño	Propósito	Variables/tema	Hallazgos clave
Mandic et al. (2016)	Nueva Zelanda	Protocolo	Describir el protocolo del estudio BEATS sobre entorno construido y transporte activo escolar.	Modo de transporte; entorno construido; AF; antropometría; percepciones familiares.	Presenta la base metodológica del estudio BEATS para examinar la relación entre entorno, percepciones familiares y transporte activo escolar.
Larouche et al. (2018)	Canadá/Reino Unido	Rev. sistemática	Evaluar la efectividad de intervenciones para promover el transporte escolar activo.	Transporte activo escolar (caminar/bicicleta); cambios post-intervención.	13/30 intervenciones aumentaron el transporte activo; 8 sin cambios; mejores resultados en intervenciones multinivel y con mayor seguimiento; calidad metodológica global baja.
Williams et al. (2018)	Canadá	Cuantitativo	Describir el transporte activo hacia la escuela y otros destinos en adolescentes.	Desplazamiento activo; AF objetiva.	El transporte activo contribuyó de forma significativa a la AF total, no solo en el trayecto escolar, sino también hacia otros destinos cotidianos.



Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Wilson et al. (2018)	Canadá	Cuantitativo	Explorar percepciones de niños y padres sobre barreras al transporte activo escolar.	Barreras percibidas: seguridad; distancia; comodidad; entorno.	Se observaron diferencias significativas entre niños y padres; estas discrepancias pueden condicionar la probabilidad de usar transporte activo.
Dalene et al. (2018)	Noruega	Cuantitativo	Analizar asociaciones transversales y prospectivas entre transporte activo y MVPA.	Transporte activo; deporte; sueño; pantalla; MVPA por acelerometría.	≥16 min/día de transporte activo se asociaron con +7.2 a +9.0 min/día de MVPA; no se observaron asociaciones prospectivas consistentes a largo plazo.
Hagel et al. (2019)	Canadá	Protocolo	Identificar características del entorno construido asociadas con la seguridad del transporte activo.	Infraestructura peatonal/ciclista; diseño vial; seguridad vial.	Plantea generar evidencia para orientar políticas urbanas y mejorar la seguridad de los desplazamientos activos en niños y adolescentes.
Mandic et al. (2020)	Nueva Zelanda	Protocolo	Evaluar el efecto de cambios en el entorno construido sobre el transporte activo a la escuela.	Infraestructura; seguridad; barreras/motivaciones; contexto familiar; GIS.	Describe un diseño longitudinal para valorar si mejoras urbanas e infraestructura modifican el transporte activo en adolescentes.
Ozbil et al. (2021)	Estados Unidos	Cuantitativo	Examinar factores objetivos y percibidos del entorno construido asociados al desplazamiento activo escolar.	Entorno construido; caminabilidad; distancia; percepción parental; modo de transporte.	La distancia, la caminabilidad y las percepciones parentales del entorno se asociaron con la participación en transporte activo escolar.

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Vasey et al. (2022)	Australia	Rev. realista rápida	Explicar cómo y bajo qué condiciones las intervenciones SR2S modifican el transporte activo.	Seguridad percibida; conveniencia; diversión; confianza; decisión parental.	Las intervenciones pueden motivar a los niños, pero el cambio real depende del contexto y de las decisiones parentales; se recomienda adaptación local.
Lam et al. (2023)	Estados Unidos	Rev. narrativa	Sintetizar evidencia e implicancias futuras sobre desplazamiento activo escolar en niños.	Prevalencia de ASC; distancia; seguridad; barreras contextuales; intervenciones.	El ASC ha disminuido globalmente; distancia hogar-escuela y seguridad parental emergen como barreras centrales; se requiere estandarizar definiciones y medidas.
Clark et al. (2023)	Canadá	Cuantitativo / validación instrumental	Validar un cuestionario parental sobre barreras y facilitadores del transporte escolar activo.	Barreras y facilitadores percibidos del AST; cuestionario PASTEB-P.	Se desarrolló y validó un instrumento útil para investigación e intervención sobre percepciones parentales vinculadas al transporte activo escolar.
Savolainen et al. (2024)	Suecia	Rev. de alcance	Examinar factores psicosociales asociados al transporte escolar activo.	Autoeficacia; actitudes; apoyo social; normas sociales.	Se observaron asociaciones positivas entre transporte activo y factores psicosociales; predominan estudios transversales, por lo que la causalidad sigue siendo incierta.

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026. <https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Prince et al. (2025)	Canadá	Cuantitativo	Estimar la contribución del transporte activo a la actividad física poblacional.	Transporte activo; AF por acelerometría; cumplimiento de recomendaciones.	El transporte activo se asoció con mayor AF objetiva; en jóvenes aumentó los minutos/día, aunque no siempre elevó significativamente el cumplimiento de las recomendaciones.
----------------------	--------	--------------	--	---	--

Abreviaturas: AF = actividad física; ASC = active school commuting; AST = active school transport; GIS = sistemas de información geográfica; MVPA = actividad física moderada-vigorosa; SR2S = Safe Routes to School.

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Discusión

La presente revisión narrativa tuvo como propósito sintetizar la evidencia reciente sobre el desplazamiento activo en niños y adolescentes, considerando su relación con la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales asociados a su práctica. Los resultados muestran que el desplazamiento activo se asocia con mayores niveles de actividad física moderada-vigorosa y puede contribuir a la condición cardiorrespiratoria, aunque la magnitud de estos beneficios depende del contexto, la distancia recorrida, la frecuencia del desplazamiento y los métodos utilizados para medir la actividad física. Estos hallazgos son coherentes con revisiones previas que han señalado una asociación positiva entre transporte activo escolar, actividad física y algunos indicadores de salud, aunque también advierten heterogeneidad metodológica entre estudios (Faulkner et al., 2009; Larouche et al., 2014; Saunders et al., 2013; Prince & Butler, 2025).

Desde la dimensión psicosocial, la evidencia indica que la autoeficacia, las actitudes favorables, el apoyo social y las normas familiares se relacionan con mayor probabilidad de desplazamiento activo. Esta interpretación coincide con revisiones recientes que describen el transporte activo escolar como una conducta influida por procesos individuales y sociales, no solo por la disponibilidad física de rutas o infraestructura. La percepción de seguridad, la confianza para desplazarse de forma independiente y el apoyo de pares y familias parecen operar como facilitadores relevantes para sostener esta práctica en la infancia y adolescencia (Savolainen et al., 2024; Wilson et al., 2018; Martin et al., 2014).

Los factores contextuales constituyen uno de los ejes más importantes para comprender la adopción del desplazamiento activo. La distancia hogar-escuela, la seguridad vial, la disponibilidad de infraestructura peatonal o ciclista y la caminabilidad del entorno aparecen como barreras o facilitadores recurrentes. Estos resultados coinciden con revisiones sobre entorno construido y transporte activo escolar, en las que se destaca que las decisiones familiares suelen depender de la percepción de riesgo, la accesibilidad y la conveniencia del trayecto. La evidencia sobre seguridad también sugiere que caminar o pedalear hacia la escuela requiere intervenciones que articulen infraestructura, educación vial, planificación urbana y acompañamiento familiar (Pont et al., 2009; Panter et al., 2010; Ikeda et al., 2018; Lavoie et al., 2014; Ozbil et al., 2021).

Revisión. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/rgfpng83>

Las intervenciones orientadas a incrementar el desplazamiento activo muestran resultados heterogéneos. Revisiones sobre transporte escolar activo y programas Safe Routes to School indican que las estrategias multinivel, sostenidas en el tiempo y adaptadas al contexto local tienden a producir mejores resultados que las intervenciones aisladas. Esta evidencia permite interpretar que la promoción del desplazamiento activo no debe limitarse a campañas informativas, sino integrar acciones escolares, familiares, comunitarias y urbanas. En esta línea, el desplazamiento activo puede vincularse con estrategias de promoción de salud y sostenibilidad, aportando al aumento de actividad física y a la reducción de la dependencia del transporte motorizado en población escolar (Larouche et al., 2018; Villa-González et al., 2018; Vasey et al., 2022; Arufe-Giráldez et al., 2024).

La evidencia revisada también permite identificar vacíos relevantes. Persisten diferencias importantes en la definición de desplazamiento activo, la forma de medir los trayectos, el uso de instrumentos objetivos o autoinformados y la consideración de variables psicológicas, familiares y urbanas. Esta dispersión limita la comparación directa entre estudios y refuerza la necesidad de investigaciones futuras con diseños longitudinales, instrumentos validados y análisis que integren simultáneamente salud física, bienestar psicológico y contexto socioambiental. La revisión también muestra que el desplazamiento activo debe ser comprendido como una conducta compleja, situada en la interacción entre escuela, familia, ciudad y políticas públicas, más que como una decisión exclusivamente individual (Rothman et al., 2018; Lam et al., 2023; Clark et al., 2023; World Health Organization, 2024).



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.

<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

Conclusiones, limitaciones y perspectivas de investigación

La presente revisión narrativa evidencia que el desplazamiento activo representa una estrategia relevante para contribuir a la salud física y al bienestar psicológico en población infantil y adolescente. Los estudios incluidos muestran asociaciones favorables con mayores niveles de actividad física moderada a vigorosa, mejor condición cardiorrespiratoria y factores psicosociales como autonomía, autoeficacia, apoyo social y percepción de bienestar. Estos resultados responden al objetivo propuesto, al integrar evidencia sobre salud física, bienestar psicológico y factores contextuales asociados a la práctica del desplazamiento activo.

La adopción del desplazamiento activo depende de condiciones familiares, escolares, urbanas y comunitarias. La distancia hogar-escuela, la seguridad vial, la infraestructura peatonal o ciclista, la caminabilidad del entorno y las percepciones parentales aparecen como determinantes centrales. Por ello, las estrategias de promoción deben superar el enfoque individual y avanzar hacia intervenciones integradas que articulen educación, familia, planificación urbana, movilidad segura y sostenibilidad. Las principales limitaciones de esta revisión se relacionan con su carácter narrativo, el uso exclusivo de PubMed, la exclusión de literatura gris, la heterogeneidad de los diseños incluidos y la ausencia de una evaluación formal de riesgo de sesgo. Estas limitaciones impiden establecer conclusiones causales y obligan a interpretar los hallazgos con cautela. Como perspectiva de investigación, se recomienda ampliar futuras revisiones a bases como Scopus, Web of Science, ERIC y SPORTDiscus, incorporar herramientas formales de evaluación metodológica, utilizar diseños longitudinales e integrar indicadores de salud física, bienestar psicológico, seguridad vial y sostenibilidad urbana.



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.
<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

Referencias bibliográficas

- Arufe-Giráldez, V., Pereira Loureiro, J., Groba González, M. B., Nieto Riveiro, L., Canosa Domínguez, N. M., Miranda-Duro, M. C., Concheiro Moscoso, P., Rodríguez-Padín, R., Roibal Pravio, J., Lagos Rego, J., Sanmiguel-Rodríguez, A., & Navarro-Patón, R. (2024). Where can we increase physical activity levels in children and adolescents? *Children*, 11(12), 1475.
<https://doi.org/10.3390/children11121475>
- Clark, A. F., Thomas, M., Buttazzoni, A., Adams, M., Coen, S. E., Seabrook, J., Tobin, D., Tucker, T., & Gilliland, J. (2023). Validating the Perceived Active School Travel Enablers and Barriers-Parent questionnaire. *Journal of Transport & Health*, 30, 101607. <https://doi.org/10.3390/ijerph20105874>
- Dalene, K. E., Anderssen, S. A., Andersen, L. B., Steene-Johannessen, J., Ekelund, U., Hansen, B. H., & Kolle, E. (2018). Cross-sectional and prospective associations between sleep, screen time, active school transport and physical activity in children and adolescents. *BMC Public Health*, 18, 705.
<https://doi.org/10.1186/s12889-018-5610-7>
- Faulkner, G. E. J., Buliung, R. N., Flora, P. K., & Fusco, C. (2009). Active school transport, physical activity levels and body weight of children and youth: A systematic review. *Preventive Medicine*, 48(1), 3-8.
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2008.10.017>
- Guthold, R., Stevens, G. A., Riley, L. M., & Bull, F. C. (2020). Global trends in insufficient physical activity among adolescents: A pooled analysis of 298 population-based surveys with 1.6 million participants. *The Lancet Child & Adolescent Health*, 4(1), 23-35. [https://doi.org/10.1016/S2352-4642\(19\)30323-2](https://doi.org/10.1016/S2352-4642(19)30323-2)
- Hagel, B. E., Romanow, N. T. R., Enns, N., Williamson, J., & Rowe, B. H. (2019). The built environment and active transportation safety in children and youth: A study protocol. *BMC Public Health*, 19, 728. <https://doi.org/10.1186/s12889-019-7024-6>
- Ikeda, E., Hinckson, E., Witten, K., & Smith, M. (2018). Associations of children's active school travel with perceptions of the physical environment and characteristics of



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.
<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

the social environment: A systematic review. *Health & Place*, 54, 118-131.
<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2018.09.009>

Jiménez-Boraita, R., Arriscado, D., Gargallo-Ibort, E., & Dalmau, J. M. (2022). Active commuting to school and health-related quality of life in adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10814.
<https://doi.org/10.12800/ccd.v17i52.1871>

Lam, H. Y., Marquet, O., & Hipp, J. A. (2023). Active school commuting in school children: A narrative review of current evidence and future research implications. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(14), 6369.
<https://doi.org/10.3390/ijerph20206929>

Larouche, R., Mammen, G., Rowe, D. A., & Faulkner, G. E. J. (2018). Effectiveness of active school transport interventions: A systematic review and update. *BMC Public Health*, 18, 206. <https://doi.org/10.1186/s12889-017-5005-1>

Larouche, R., Saunders, T. J., Faulkner, G. E. J., Colley, R., & Tremblay, M. S. (2014). Associations between active school transport and physical activity, body composition, and cardiovascular fitness: A systematic review of 68 studies. *Journal of Physical Activity and Health*, 11(1), 206-227.
<https://doi.org/10.1123/jpah.2011-0345>

Lavoie, M., Burigusa, G., Maurice, P., Hamel, D., & Turmel, E. (2014). Active and safe transportation of elementary-school students: Comparative analysis of the risks of injury associated with children travelling by car, walking and cycling between home and school. *Chronic Diseases and Injuries in Canada*, 34(4), 195-202.
<https://doi.org/10.24095/hpcdp.34.4.02>

Lubans, D., Richards, J., Hillman, C., Faulkner, G., Beauchamp, M., Nilsson, M., Kelly, P., Smith, J., Raine, L., & Biddle, S. (2016). Physical activity for cognitive and mental health in youth: A systematic review of mechanisms. *Pediatrics*, 138(3), e20161642. <https://doi.org/10.1542/peds.2016-1642>

Mandic, S., Hopkins, D., García Bengoechea, E., Moore, A., Sandretto, S., Coppell, K., Ergler, C., Keall, M., Rolleston, A., Kidd, G., Wilson, G., & Spence, J. C. (2020). Built environment changes and active transport to school among adolescents:



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.
<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

- BEATS Natural Experiment Study protocol. *BMJ Open*, 10(3), e034899.
<https://doi.org/10.1136/bmjopen-2019-034899>
- Mandic, S., Williams, J., Moore, A., Hopkins, D., Flaherty, C., Wilson, G., García Bengoechea, E., & Spence, J. C. (2016). Built environment and active transport to school (BEATS) study: Protocol for a cross-sectional study. *BMJ Open*, 6(5), e011196. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011196>
- Martin, A., Goryakin, Y., & Suhrcke, M. (2014). Does active commuting improve psychological wellbeing? Longitudinal evidence from eighteen waves of the British Household Panel Survey. *Preventive Medicine*, 69, 296-303.
<https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2014.08.023>
- Ozbil, A., Yesiltepe, D., Argin, G., & Rybarczyk, G. (2021). Children's active school travel: Examining the combined perceived and objective built-environment factors from space syntax. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(1), 286. <https://doi.org/10.3390/ijerph18010286>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71.
<https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Panter, J. R., Jones, A. P., van Sluijs, E. M. F., & Griffin, S. J. (2010). Attitudes, social support and environmental perceptions as predictors of active commuting behaviour in school children. *Journal of Epidemiology and Community Health*, 64(1), 41-48. <https://doi.org/10.1136/jech.2009.086918>
- Pont, K., Ziviani, J., Wadley, D., Bennett, S., & Abbott, R. (2009). Environmental correlates of children's active transportation: A systematic literature review. *Health & Place*, 15(3), 849-862.
<https://doi.org/10.1016/j.healthplace.2009.02.002>
- Prince, S. A., & Butler, G. P. (2025). The contribution of active transportation to population physical activity levels. *Health Promotion and Chronic Disease Prevention in Canada*, 45(5), 249-255. <https://doi.org/10.24095/hpcdp.45.5.04>



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.
<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

- Rodríguez-Ayllón, M., Cadenas-Sánchez, C., Estévez-López, F., Muñoz, N. E., Mora-González, J., Migueles, J. H., Molina-García, P., Henriksson, H., Mena-Molina, A., Martínez-Vizcaíno, V., Catena, A., & Esteban-Cornejo, I. (2019). Role of physical activity and sedentary behavior in the mental health of preschoolers, children and adolescents: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 49(9), 1383-1410. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01099-5>
- Rodríguez-Rodríguez, F., Cristi-Montero, C., Celis-Morales, C., Escobar-Gómez, D., & Chillón, P. (2017). Impact of distance on mode of active commuting in Chilean children and adolescents. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 14(11), 1334. <https://doi.org/10.3390/ijerph14111334>
- Rothman, L., Macpherson, A. K., Ross, T., & Buliung, R. N. (2018). The decline in active school transportation (AST): A systematic review of the factors related to AST and changes in school transport over time in North America. *Preventive Medicine*, 111, 314-322. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2017.11.018>
- Sallis, J. F., Cerin, E., Conway, T. L., Adams, M. A., Frank, L. D., Pratt, M., Salvo, D., Schipperijn, J., Smith, G., Cain, K. L., Davey, R., Kerr, J., Lai, P. C., Mitáš, J., Reis, R., Sarmiento, O. L., Schofield, G., Troelsen, J., Van Dyck, D., ... Owen, N. (2016). Physical activity in relation to urban environments in 14 cities worldwide: A cross-sectional study. *The Lancet*, 387(10034), 2207-2217. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(15\)01284-2](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(15)01284-2)
- Saunders, L. E., Green, J. M., Petticrew, M. P., Steinbach, R., & Roberts, H. (2013). What are the health benefits of active travel? A systematic review of trials and cohort studies. *PLOS ONE*, 8(8), e69912. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0069912>
- Savolainen, E., Lindqvist, A. K., Mikaelsson, K., Nyberg, L., & Rutberg, S. (2024). Children's active school transportation: An international scoping review of psychosocial factors. *Systematic Reviews*, 13(1), 47. <https://doi.org/10.1186/s13643-023-02414-y>
- Tremblay, M. S., Carson, V., Chaput, J. P., Connor Gorber, S., Dinh, T., Duggan, M., Faulkner, G., Gray, C. E., Gruber, R., Janson, K., Janssen, I., Katzmarzyk, P. T., Kho, M. E., Latimer-Cheung, A. E., LeBlanc, C., Okely, A. D., Olds, T., Pate, R. R., Phillips, A., ... Zehr, L. (2016). Canadian 24-hour movement guidelines for



Artículo original. Desplazamiento activo en niños y adolescentes: Una revisión narrativa de sus efectos en la salud física, el bienestar psicológico y los factores contextuales. Vol. 12, n.º 4; p. 1-23, agosto 2026.
<https://doi.org/10.55040/51zm5h50>

- children and youth. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 41(6 Suppl. 3), S311-S327. <https://doi.org/10.1139/apnm-2016-0151>
- Vasey, T. V., Carroll, S. J., Daniel, M., & Cargo, M. (2022). Changing primary school children's engagement in active school travel using safe routes to school interventions: A rapid realist review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(16), 9976. <https://doi.org/10.3390/ijerph19169976>
- Villa-González, E., Barranco-Ruiz, Y., Evenson, K. R., & Chillón, P. (2018). Systematic review of interventions for promoting active school transport. *Preventive Medicine*, 111, 115-134. <https://doi.org/10.1016/j.ypmed.2018.02.010>
- Warburton, D. E. R., & Bredin, S. S. D. (2017). Health benefits of physical activity: A systematic review of current systematic reviews. *Current Opinion in Cardiology*, 32(5), 541-556. <https://doi.org/10.1097/HCO.0000000000000437>
- Williams, G. C., Borghese, M. M., & Janssen, I. (2018). Objectively measured active transportation to school and other destinations among 10-13 year olds. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 15, 97. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0634-4>
- Wilson, K., Clark, A. F., & Gilliland, J. A. (2018). Understanding child and parent perceptions of barriers influencing children's active school travel. *BMC Public Health*, 18, 1053. <https://doi.org/10.1186/s12889-018-5874-y>
- World Health Organization. (2020). WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour. World Health Organization. <https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128>
- World Health Organization. (2024). Global status report on physical activity 2024. World Health Organization.
- World Health Organization, & Pan American Health Organization. (2018). Promoting physical activity through active transport. Pan American Health Organization. <https://www.paho.org/en/topics/physical-activity>