# El origami como componente de formación de niños y adultos

El arte de la papiroflexia, mejor conocida como origami es un recurso de gran valía para la educación escolar, en escuelas de todo el mundo, son cientos los testimonios de profesores que han incluido con grandes resultados, el origami al plan educativo de niños y niñas.

Esto se debe, a que el arte del origami ayuda a desarrollar la lógica y las destrezas matemáticas, por lo que al practicar la creación de figuras de papel, los estudiantes logran mejorar sus habilidades para otras aptitudes sin aburrirse o sentirse estresados.

## Niños y adultos se benefician del origami

Es por esto, que el origami para niños puede ayudar muchísimo a los pequeños con edades entre 6 y 14 años para mejorar su desarrollo cognitivo.

Por otro lado, personas adultas y ancianas también se benefician por la práctica habitual del origami como pasatiempo, esto, gracias a que [la papiroflexia es un hobbie](http://figurasdeorigami.com/animales/mariposas-de-papel/) que ayuda a liberar el estrés, cosa que logra al abstraer a las personas y enfocar su concentración en una tarea concreta. Así, el origami logra efectos similares a la resolución de crucigramas y ejercicios de lógica.

Además de acabar con el estrés, el origami ayuda a prevenir la degeneración neurológica, contribuyendo a la prevención de enfermedades y condiciones relacionadas con el sistema nervioso.

Con todo esto, las evidencias de por qué el origami es bueno para las personas quedan bastante claras. Aun así, en [portales dedicados al origami,](http://figurasdeorigami.com/tutoriales-de-origami/) se puede conseguir gran cantidad de material relacionado a este mundo, por lo que puedes visitarlo para aprender más e integrarte a ti o a tu familia a uno de los pasatiempos más divertidos y beneficiosos que existen.