

Cané, Melody

Domínguez, Verónica

**Desarrollo y estado
nutricional en preescolares:
su relación con los juegos
infantiles**

**Tesis para la obtención del título de
grado Licenciadas en Nutrición**

Directora: Zachetti, Mariela

Documento disponible para su consulta y descarga en Biblioteca Digital - Producción Académica, repositorio institucional de la Universidad Católica de Córdoba, gestionado por el Sistema de Bibliotecas de la UCC.



[Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-No Comercial-Sin
Obra Derivada 4.0 Internacional.](#)



Universidad Católica de Córdoba

Facultad de Ciencias de la Salud

Licenciatura en Nutrición

Trabajo de Investigación

“Desarrollo y estado nutricional en preescolares: su relación con los juegos infantiles”

Alumnas: Cané Melody,
Dominguez Verónica.

Directora: Zachetti Mariela.
Codirectora: Cebreiro Cynthia.

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CÓRDOBA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD – LICENCIATURA EN NUTRICIÓN

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN DEL LICENCIADO EN NUTRICIÓN

HOJA DE APROBACION

TITULO: “Desarrollo y estado nutricional en preescolares: su relación con los juegos infantiles”

Autores: Cané Melody y Domínguez Verónica.

Tribunal Evaluador: Zachetti Mariela, Rinaldi Carla, Pacheco Oscar.

CALIFICACIÓN:

LUGAR Y FECHA:

“Las opiniones expresadas por los autores de este trabajo no representan necesariamente los criterios de la Facultad de Medicina.”

AGRADECIMIENTO

A nuestra directora de tesis Mariela Zachetti y codirectora Cynthia Cebreiro por su constante apoyo y dedicación para guiarnos y acompañarnos en este camino, por su gran motivación en la elaboración de este trabajo de investigación. También agradecemos a los docentes de la cátedra de T.I.L por la compañía, dedicación y apoyo durante la preparación del presente estudio.

A nuestra familia por el apoyo brindado a lo largo de la vida, por transmitirnos la responsabilidad, la libertad y el respeto, por acompañarnos a lo largo de nuestra carrera universitaria con el fin de lograr nuestros objetivos a través de su amor y apoyo incondicional.

A nuestros compañeros y amigos por su amistad, consejos, apoyo, ánimo y compañía a lo largo de este hermoso camino de formación.

A todas las personas que hicieron posible llevar a cabo esta investigación, tales como profesionales, alumnos/as, niños y sus familias que formaron parte de la misma.

“cuerpo y movimiento constituyen dimensiones significativas en la construcción de la identidad personal. Con el cuerpo y el movimiento las personas se comunican, expresan y relacionan, conocen y se conocen, aprenden a hacer y a ser. Cuerpo y movimiento son componentes esenciales en la adquisición del saber del mundo, de la sociedad, de sí mismo y de la propia capacidad de acción y de resolución de problema”

(MECABA; 2004: 326)

RESUMEN

Introducción: La niñez es un período fundamental, en ella hay aprendizajes y adquisiciones que serán la base del desarrollo integral. Para ello es importante un adecuado estado nutricional y un entorno favorable que estimule al niño.

Objetivo: Conocer la relación entre el tipo de juego, el desarrollo y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años que asisten a un jardín de infantes público de Córdoba, durante el período 2017-2018.

Métodos: Estudio observacional, correlacional, retrospectivo y transversal. Se evaluó en 178 niños de 3 a 5 años, el EN (IMC/edad), desarrollo infantil (PRUNAPE) y tipo de juego (encuesta). El análisis se realizó en tablas de frecuencia y métodos gráficos; Para estimar asociación entre variables, se usó el test de chi-cuadrado.

Resultados: De los niños valorados, la mayoría presenta un EN normal (60%), seguido por exceso de peso (33%), donde el 15,3% tiene sobrepeso y el 18,2 % obesidad. En cuanto al desarrollo infantil, el 53% presenta un desarrollo inadecuado. El tipo de juego que predomina en los niños es pasivo (63%). La gran mayoría de los infantes (80%) presenta un tiempo adecuado de uso de pantallas. Con respecto a la relación entre variables, se observó asociación entre el tipo de juego y el desarrollo de los niños ($p= 0.055$).

Conclusión: Si bien la mayoría de los niños posee EN adecuado, muchos presentan sobrepeso/obesidad, lo que requiere atención por parte de los profesionales de la salud. En cuanto al desarrollo y el tipo de juego, se concluyó que ante juegos activos se favorece a un óptimo desarrollo. Se recalca la importancia de abordar el desarrollo integral del niño y, concientizar a que se promuevan actividades activas en el tiempo libre; encontrándose el infante constantemente estimulado, motivado y activo.

Palabras clave: Estado nutricional, desarrollo infantil, juego infantil, uso de pantallas.

ABSTRACT

Introduction: Childhood is a fundamental period, during this time, learning and acquisitions will be the basis for an integral development. To make it possible it is necessary an adequate nutritional status, a favorable environment that stimulates the child.

Goals: Get to know the connection between the type of game, the development and the nutritional status in children from 3 to 5 years old who attend a public kindergarten in Córdoba, during the period 2017 - 2018.

Methods: Observational, correlational, retrospective and transversal study. In 178 children aged 3 to 5 years, the nutritional status was evaluated according to the BMI / age, child development (PRUNAPE) and the types of play performed daily by children (survey of their caregivers).

Results: From the children evaluation, the majority presents a normal nutritional status (60%), followed by excess weight (33%), where 15.3% were overweight and 18, 2% were obesity. Regarding the development of the evaluated children, 53% of them presents an inadequate development. The type of game played by most of the children it is passive game (63%). In that the vast majority of them (80%) present an appropriate time of screen use. Regarding the relation between the variables, was observed the association between the type of children's game and the development of the children ($p = 0.055$).

Conclusions: Although the majority of children have an adequate nutritional status, many are overweight /obese, which requires attention by health professionals. Regarding the development and types of children's games, it has been concluded that active games stimulate optimal development. Emphasis is placed on the importance of addressing the integral development of the child and, it should be made aware that active activities are promoted in children's free time; where the infant is constantly stimulated, motivated and active.

Keywords: Nutritional status, child.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN.....	6
PROBLEMA.....	12
HIPÓTESIS.....	12
OBJETIVOS.....	13
OBJETIVO GENERAL	14
OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	14
DISEÑO METEDOLÓGICO.....	15
TIPO DE ESTUDIO:	16
TÉCNICAS E INSTRUMENTOS DE RECOLECCIÓN DE DATOS.....	16
POBLACIÓN Y MUESTRA.....	17
VARIABLES DE ESTUDIO.....	17
PLAN DE ANÁLISIS DE LOS DATOS.....	21
ASPECTOS ÉTICOS	21
FACTIBILIDAD.....	21
RESULTADOS.....	22
DISCUSIÓN	29
CONCLUSIÓN	33
BIBLIOGRAFÍA.....	36
ANEXO.....	42

INTRODUCCIÓN

Crecimiento y estado nutricional del niño

El comienzo de la vida de todo ser humano constituye la fase más dinámica en el proceso de crecimiento, y ésta resulta extremadamente vulnerable a las condiciones sociales, económicas y ambientales. Dicho crecimiento se encuentra influenciado por el estado nutricional del niño. Cuando se habla del estado nutricional, se refiere a la situación en la que se encuentra una persona en relación con la ingesta y las adaptaciones fisiológicas que tienen lugar tras el ingreso de nutrientes. Su valoración tiene como objetivo verificar el crecimiento y las proporciones corporales de un individuo o una comunidad para establecer actitudes de intervención. Este, es un indicador de calidad de vida de las poblaciones, en cuanto refleja el desarrollo físico, intelectual y emocional de los individuos, íntimamente relacionado con su estado de salud y factores alimentarios, socioeconómicos, ambientales y culturales, entre otros ⁽¹⁻²⁾.

Durante la fase de crecimiento del niño, es necesario realizar exámenes periódicos del estado nutricional. La edad escolar es una etapa de la vida que se caracteriza por ser un período crítico, en el que se producen intensos cambios biológicos, psicológicos y cognitivos. La malnutrición infantil es un estado que aparece como resultado de una dieta desequilibrada, que puede estar condicionada por numerosos factores como lo son por ejemplo, el acceso y disponibilidad a alimentos, la educación alimentaria nutricional, la cultura, el estado socioeconómico de la familia, entre otros. En una dieta desequilibrada puede existir una insuficiencia o exceso de uno o más nutrientes, lo que provoca, en el caso de la insuficiencia, patologías por déficit, como la desnutrición infantil, o, en caso de exceso, sobrepeso y obesidad, entre otras. Esta problemática se encuentra en aumento a nivel mundial, y al ser la niñez una etapa especialmente sensible para el crecimiento, tiene un impacto directo en el desarrollo físico, biológico, bioquímico y psicológico de los niños. En general, la desnutrición reduce la capacidad de trabajo, la resistencia al esfuerzo físico y la capacidad de concentración, y la sobrealimentación predispone a las enfermedades crónicas, como diabetes y enfermedad cardiovascular, entre otras. La niñez es un periodo crítico, en donde la nutrición juega un papel muy importante, determinando el estado de salud del niño ⁽¹⁻²⁾.

Crecimiento y desarrollo del niño

En la infancia es importante tener en cuenta el crecimiento físico o su estado nutricional, así como también el desarrollo integral del niño que incluye el aspecto emocional. Esta visión, en esta etapa, es fundamental para la construcción de capital humano y social. Esto es necesario para romper el ciclo vicioso e intergeneracional de la pobreza y reducir las brechas de inequidad, igualando oportunidades no solo a nivel socioeconómico, sino también de género y de ser humano.

Establecer el concepto de desarrollo infantil no es una tarea sencilla, y varía según las referencias teóricas que se quieran adoptar y los aspectos que se quieran abordar. Una de éstas definiciones es la de Mussen y col. quien considera que el desarrollo es definido como cambios de estructuras físicas y neurológicas, cognitivas y del comportamiento, que emergen de manera ordenada y son relativamente permanentes. Otro modelo del desarrollo humano parte del concepto ecológico, a través del cual los ambientes (micro y macro sociales) y los entornos interactúan. Dentro de ésta visión, los ambientes y entornos están representados por el Estado, la comunidad y la familia; y cada uno de ellos posee sus normas y valores. Es por todo lo mencionado y a partir de diferentes teorías, que se considera al desarrollo infantil un proceso que comienza desde la concepción y envuelve aspectos que van desde el crecimiento físico, hasta la maduración neurológica, de comportamiento, cognitiva, social y afectiva del niño. El resultado es un niño competente para responder a sus necesidades y a las de su medio, considerando su contexto de vida ⁽³⁾.

El crecimiento y desarrollo del niño se ve influenciado de forma directa por su estado nutricional. Por lo tanto, ante un niño eutrófico nutricionalmente, las posibilidades biológicas para un correcto desarrollo serán óptimas. Dado esto, el seguimiento durante la niñez es de máxima importancia. El sistema nervioso crece y se desarrolla como en ningún otro momento de la vida y presenta gran plasticidad neuronal. El desarrollo infantil es un proceso de cambio continuo, en el que el niño aprende a dominar niveles cada vez más complejos de movimiento, pensamiento, sentimiento y relación con los demás. Dicho proceso es multidimensional, incluye cambios en un plano físico o motor (su capacidad para dominar movimientos), un plano intelectual (su capacidad para pensar y razonar), un plano emocional (su capacidad para sentir) y un plano social (su capacidad para relacionarse con los demás). Aunque es posible definir una cierta secuencia o esquema general del desarrollo, la velocidad, las características y la calidad del mismo varían de un niño a otro. Ésta variación individual es producto, por un lado, de la configuración biológica especial de cada niño y, por otro, del ambiente particular en el que se desarrolla. Ambos, el niño y su medio, representan una unidad con intrincadas relaciones entre procesos internos y una realidad exterior; de tal manera es tan determinante del desarrollo la estructura biológica del niño como el ámbito en el que vive, el ecológico donde crece y las oportunidades que le ofrece el sistema social ⁽⁴⁻⁵⁾.

Si el desarrollo en el niño no es óptimo, podemos hablar de un Retraso del Desarrollo, esto se da si no ha logrado determinadas adquisiciones que son esperadas de acuerdo con los parámetros establecidos para su edad. También cuando dichas adquisiciones se encuentran desfasadas cronológicamente en su aparición como en su despliegue posterior. Existe un test de tamizaje construido en Argentina destinado al reconocimiento oportuno, en niños menores de seis años, de problemas inaparentes del desarrollo; donde los niños que no pasan el test

son sospechosos de padecer algún problema de desarrollo. Dicha prueba nacional de pesquisa es un test sencillo que consiste en la evaluación del cumplimiento de una serie de pautas de desarrollo (pruebas y preguntas), cuya naturaleza depende de la edad del niño. Las pautas a tomar están agrupadas en el test (a los fines operativos) en cuatro áreas: motricidad fina, gruesa, lenguaje y personal social ⁽⁶⁻⁷⁾.

Juego infantil

El desarrollo de los niños tiene relación directa con el medio externo que lo rodea y a su vez, éste, predispone las acciones o actividades que se llevan a cabo en la cotidaneidad. Dentro de este mundo externo, una de las actividades diarias que el niño realiza con más frecuencia es el acto de jugar. A diario, el niño se ve estimulado o no mediante estas prácticas; las cuales desempeñan un papel importante en el desarrollo humano ⁽⁸⁾.

Se considera al juego infantil como toda actividad placentera, libre y espontánea. La palabra “juego”, proviene del término inglés “game” que viene de la raíz indo-europea “ghem” que significa saltar de alegría, en el mismo se debe brindar la oportunidad de divertirse y disfrutar al mismo tiempo en que se desarrollan muchas habilidades. En todas las culturas, los niños juegan y utilizan juguetes; el juego es una necesidad para los niños y a través del mismo el individuo se construye, desde el punto de vista antropológico, biológico, psicológico y cultural. En la vida del niño, el principal interés es el juego: a través de él aprende a vivir y ensaya la forma de actuar en el mundo ⁽⁸⁻¹⁰⁾.

Cuando el niño se encuentra jugando, ya sea desde su nacimiento como a lo largo de toda su infancia, se puede manifestar de diferentes formas. Una de ellas puede ser pasiva, donde él solo es receptor de estímulos, como muchas veces ocurre con el uso de pantallas (ocio pasivo), quedando el niño arrasado por lo que viene de afuera (comida, juego, etc.) sin la posibilidad de reaccionar frente a ello. Por otro lado, el niño como sujeto con capacidad de pensamiento y de construcción, puede tomar una posición activa frente a lo que viene de afuera, con dicha capacidad, crea un juego desde un mundo interno que va más allá de la madre o cuidador, generando en él un gran jugador ⁽¹⁴⁻¹⁵⁾.

El juego infantil como derecho universal

El juego es uno de los derechos universales del niño, declarado en Argentina por la Ley 23.849 en el artículo 31, el cual refiere que los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes. Dicho derecho no debe ser corrompido, ya que el juego es el motor, la actividad central del proceso de desarrollo del niño, es social, generado por su deseo de conocer lo nuevo del mundo que lo rodea, de comunicarse con

otros niños, de participar en la vida de los adultos. Con el juego el niño adquiere independencia, establece relaciones con su entorno natural, social, familiar y cultural, construye nuevos conocimientos a partir de los que ya posee. El juego facilita la cooperación, la amistad, la tolerancia, la solidaridad, permite al niño desarrollar sus habilidades y sus cualidades de liderazgo, de compañerismo y asume pautas de comportamiento y una filosofía ante la vida ^(11,8).

El juego en el niño: algunos aportes desde la Psicología

Teniendo en cuenta el desarrollo y crecimiento del niño es que se puede comprender su juego en relación con cada momento de su vida y con ello, considerar al juego como un fenómeno universal; fenómeno que está atravesado por múltiples variables psicológicas, físicas, culturales, históricas, entre otras, lo cual lleva a pensarla como una actividad compleja.

Cuando se establece la búsqueda del origen del juego, se llega al vínculo con la madre (o con quien ocupe su función), donde el amor hacia el hijo se expresa de múltiples maneras, entre ellas, a través del juego. El bebé encuentra algún modo de responder a los juegos que la madre le ofrece y se establece entonces un contrapunto lúdico construido de miradas, dedos, movimientos y algunos sonidos, es decir de sensaciones. De manera que el primer espacio donde aparece el juego es en el espacio potencial que se crea entre el bebé y la madre. El juego implica confianza, y pertenece al espacio potencial existente entre (lo que era al principio) el bebé y la figura materna, con él bebe en una posición de dependencia casi absoluta y dando por sentada la función de adaptación de la figura materna ^(12 - 13).

El juego se construye con un material recientemente vivido que se entronca con lo que es y ha sido importante para el niño y cuyo motor es un deseo inconsciente que tiende a su satisfacción. Hay un desarrollo que va de los fenómenos transicionales al juego, de este al juego compartido, y de él a las experiencias culturales. Teniendo en cuenta que dichos fenómenos transicionales se encuentran entre la realidad subjetiva tal como el bebé la vive y la aceptación de la realidad exterior. ⁽¹²⁻¹³⁾.

El juego es una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de límites temporales y espaciales determinados, es decir, el juego tiene principio y final, y ocurre en un espacio determinado; el juego consta de reglas absolutamente obligatorias, es una acción que tiene su fin en sí misma y que va acompañada de un sentimiento de tensión y de alegría, y de la conciencia de “ser de otro modo”. Jugando fluye el espíritu creador del lenguaje constantemente de lo material a lo pensado. Tras cada expresión de algo abstracto hay una metáfora y tras ella un juego de palabras. Así, la humanidad se crea constantemente su expresión de la existencia, un segundo mundo inventado, junto al mundo de la naturaleza ⁽¹⁴⁾.

En el juego, y solo en él, el niño puede crear y usar toda la personalidad, y el individuo descubre su persona sólo cuando se muestra creador. El niño expresa sus fantasías, sus deseos y sus experiencias de un modo simbólico por medio de juguetes y juegos. El juguete y la acción son los medios con los que el niño desarrolla sus pensamientos. El mundo lúdico representa un espacio mental donde los objetos interactúan ⁽¹²⁻¹³⁾.

En el juego hay un deseo y hay una intención que es la realización de ese deseo. El mundo del juego es un mundo de ilusión que es posible diferenciar de la realidad externa y de la realidad interna. Los niños pequeños van diferenciando progresivamente lo que es “ilusión de realidad”, su espacio –preferido- de la realidad misma. En ella el niño reúne objetos o fenómenos de la realidad exterior y los usa al servicio de una muestra derivada de la realidad interna o personal ⁽¹²⁻¹³⁾.

Tipos de juegos infantiles

El tipo de juego que llevan a cabo los niños varía según la familia y la comunidad. Al surgir las nuevas tecnologías se observa que los juegos que han sido tradicionales históricamente, han cambiado. En la actualidad muchos de los infantes, a la hora de jugar desean hacerlo de forma virtual o por medio de computadoras perdiéndose su esencia creadora y, disminuyéndose el tiempo de actividades al aire libre y en movimiento. El juego es parte del ocio en la vida del niño, considerando al ocio como el tiempo libre que queda después de realizar las actividades cotidianas obligatorias.

El ocio es definido como activo cuando el participante es receptor y emisor de estímulos y le, requiere al participante realizar movimientos físicos; además, ayuda al desarrollo personal y a potenciar la creatividad. En cambio, el ocio se considera pasivo cuando el participante es únicamente receptor de estímulos, y no le requiere movimiento porque solo recibe impulsos del exterior y reacciona ante ellos. Cuando hablamos del ocio pasivo podemos mencionar al uso de pantallas, siendo éste el acceso a plataformas que le permite a los usuarios consumir y crear contenido, incluyendo difusión y transmisión de programas de televisión y cine, videojuegos, medios sociales e interactivos que pueden ser a su vez creativos y cautivadores, y hasta altamente inmersos en una realidad virtual. Teniendo en cuenta, el uso de pantallas que realice el niño y según el tipo de ocio que lleve a cabo en la cotidianeidad, se puede clasificar al juego infantil como activo o pasivo ⁽¹⁵⁻¹⁶⁾.

Dada la gran variedad de juegos infantiles que existen hoy en día, la investigación se centró en conocer qué tipos de juegos realizan con frecuencia los niños de 3 a 5 años que asisten a un jardín de infantes público de Córdoba; y, a partir de ello se observó la relación entre el tipo de juego con el estado nutricional y el desarrollo de los niños.

PROBLEMA

¿Cuál es la relación entre el tipo de juego infantil, el desarrollo y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años que asisten a un jardín de infantes público de Córdoba, durante el período 2017-2018?

HIPÓTESIS

Hipótesis 1: Los juegos activos se asocian a un adecuado desarrollo y estado nutricional en niños de 3 a 5 años.

Hipótesis 2: El elevado tiempo frente a las pantallas se asocia a la presencia de sobrepeso y obesidad en los niños de 3 a 5 años.

OBJETIVOS

Objetivo general

Conocer la relación entre el tipo de juego, el desarrollo y el estado nutricional en niños de 3 a 5 años de edad que asisten a un jardín de infantes público de Córdoba, durante el período 2017 - 2018.

Objetivos específicos

- Caracterizar los tipos de juego infantil que practican los niños de 3 a 5 años de edad que asiste al jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba.
- Evaluar el desarrollo de los niños de 3 a 5 años de edad que asisten al jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba.
- Valorar el estado nutricional de los niños de 3 a 5 años de edad que asisten al jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba.
- Analizar la relación entre el tipo de juego infantil, el desarrollo y el estado nutricional de niños de 3 a 5 años de edad que asisten al jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba.

DISEÑO METEDOLÓGICO

Tipo de estudio:

Estudio observacional, correlacional, retrospectivo y transversal.

En el presente estudio se midieron las variables: estado nutricional, tipo de juego infantil, desarrollo en los niños y tiempo de uso de pantallas; donde se estableció la relación entre ellas, por lo que la investigación es de tipo correlacional. El estudio es transversal y con respecto a los factores de estudio se considera observacional, ya que no hay intervención por parte del investigador, y éste se limitó a medir las variables definidas en el estudio. Es retrospectivo porque se utilizarán datos que fueron tomados antes del inicio del estudio.

Técnicas e instrumentos de recolección de datos

Para la recolección de datos de las variables de interés, se utilizaron fuentes secundarias procedentes de bases de datos del proyecto marco de investigación “Tendencias en el perfil de salud de niños que asisten a un jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba, en el contexto de una intervención intersectorial” y del proyecto de RSU “Promoción de estilos de vida saludable en la escuela”.

Los datos fueron recolectados en los proyectos anteriormente mencionados, mediante diferentes técnicas:

- Tipo de juego infantil: se utilizó una técnica estructurada, observacional mediante encuesta, la cual contempló aspectos de la variable de estudio y fue realizada al cuidador del niño y consistió en una serie de preguntas relacionadas al juego infantil que realiza el niño.
- Desarrollo: se valoró el cumplimiento de las pautas de desarrollo (pasa/no pasa) según lo establecido por la Prueba Nacional de Pesquisa de Trastornos Inaparentes del Desarrollo (Prunape). Dicha prueba nacional de pesquisa es un test sencillo, de bajo costo, destinado a la detección de problemas inaparentes del desarrollo en niños menores de seis años. La prueba consistió en la evaluación del cumplimiento por parte del niño de una serie de pruebas y preguntas, cuya naturaleza depende de la edad del niño. Las pautas a tomar están agrupadas en el test (a los fines operativos) en cuatro áreas (motricidad fina, gruesa, lenguaje y personal social) ⁽⁷⁾.
- Estado nutricional: se utilizó una técnica estructurada medicional donde se valoró el peso, talla e IMC según edad y fueron comparados con el patrón de referencia de la OMS. Para la determinación del peso se utilizó una balanza, con divisiones para lectura cada 100 gramos. Los niños fueron pesados con el mínimo de ropa posible y sin zapatos. Para la medición de la talla (cm) se empleó un estadiómetro y los niños

debieron estar descalzos. Posteriormente se compararon con curvas de referencias de la OMS para IMC/E y T/E.

Población y muestra

Población: Todos los niños de 3 a 5 años que asistieron a un jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba durante el periodo 2017 - 2018.

Muestra: Se trabajó con todos los niños de 3 a 5 años con consentimiento informado firmado que asistieron a un jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba durante el periodo 2017 – 2018.

Variables de estudio:

- Estado nutricional

Definición conceptual:

Condición del organismo que resulta de la relación entre las necesidades nutritivas individuales y la ingestión, absorción y utilización de nutrientes contenidos en los alimentos (17).

Indicadores:

- IMC/E

Para el uso de dicho indicador se calculó el IMC (Peso del niño dividido su talla al cuadrado) y, posteriormente se percentiló en las tablas de referencia de la OMS.

- TALLA/EDAD

Para el uso del indicador T/E se determinó la talla del niño, posteriormente se buscó su percentil en las tablas de referencia de la OMS.

Una vez obtenidos los percentiles de ambos indicadores se determinó el estado nutricional del niño según corresponde:

	IMC/EDAD	TALLA/EDAD
Bajo peso y baja talla	p <3	p <3
Bajo peso	p <3	p 3 – 97
Riesgo de bajo peso	p 3 -10	p 3 – 97
Normal	p 85 – 10	p 3 – 97
Sobrepeso	p 85 – 97	p 3 – 97
Obesidad	p >97	p 3 – 97
Sobrepeso/Obesidad con baja talla	p >85	p <3

- Tipo de juego infantil

Definición conceptual de juego infantil: actividad placentera, libre y espontánea, de gran utilidad para el desarrollo del niño ⁽⁹⁾.

Dimensiones:

- Tipo de ocio

Se consideró ocio al tiempo libre que queda después de realizar las actividades cotidianas obligatorias. Dicho ocio se tomó como activo cuando el participante es receptor y emisor de estímulos y, requiere realizar movimientos físicos; lo que ayuda al desarrollo personal y a potenciar la creatividad. Se consideró como ocio pasivo cuando el participante es únicamente receptor de estímulos; no le requiere movimiento porque solo recibe impulsos del exterior y reacciona ante ellos ⁽¹⁵⁾.

- Uso de pantallas

Se considera uso de pantallas al acceso a plataformas que le permite a los usuarios consumir y crear contenido, incluyendo difusión y transmisión de programas de televisión y cine, videojuegos, medios sociales e interactivos que pueden ser a su vez creativos y cautivadores, y hasta altamente inmersos en una realidad virtual. Dicho uso de pantallas puede ser considerado adecuado o inadecuado según la cantidad de horas por día o por semana que se utilizan las mismas ⁽¹⁶⁾.

DIMENSIÓN	INDICADOR
Tipo de ocio	Ocio activo: el niño realiza 2 o más juegos en movimiento (deporte, bici, juega con amigos, juega en movimiento). Ocio pasivo: el niño realiza menos de 2 juegos activos, practica mayor cantidad de juegos sedentarios (videojuegos, pc, tv, tablet, celular).
Uso de pantallas	Cantidad de horas/día que el niño pasa frente a las pantallas. Es adecuado: igual o menor a 3 horas/día o no se utilizan las pantallas, de lo contrario Inadecuado: el uso es >3 horas/día.

A partir de los dos indicadores, se consideró como juego infantil activo cuando el ocio dio como resultado activo y el uso de pantallas fue adecuado. En caso de que uno de ellos o ambos dio un resultado opuesto, el juego fue considerado como pasivo.

- Desarrollo

Definición conceptual: Es un proceso activo y único para cada niño, expresado por la continuidad y los cambios en las habilidades motoras, cognitivas, psicosociales y del lenguaje, con adquisiciones cada vez más complejas en las funciones de la vida diaria y en el ejercicio de su rol social ⁽¹⁸⁾.

Dimensiones:

-Área del lenguaje: habilidad del niño para comprender y poder usar el lenguaje ⁽¹⁷⁾.

-Motricidad fina: es la coordinación de los movimientos musculares que se producen en pequeñas partes del cuerpo como los dedos, en coordinación de los ojos. Está relacionada con pequeños grupos musculares y, en consecuencia, a habilidades más precisas: escribir, asir un objeto, realizar la pinza manual, etc. ⁽¹⁹⁾.

-Motricidad gruesa: Implica a los grandes grupos musculares y, por tanto, a habilidades que requieran del uso casi total del cuerpo: andar, saltar, correr, trepar, etc. ⁽¹⁹⁾.

-Área personal-social: es la habilidad en la cual el niño puede convivir con otras personas, incluyendo el ayudarse y controlarse a sí mismo ⁽²⁰⁾.

DIMENSIÓN	INDICADOR
Área del lenguaje	<p>Capacidad de habla y reconocimiento de colores. Se evaluó mediante 2 pruebas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - si el niño pudo utilizar frases completas a medida que iba hablando. - Reconocimiento de colores, el niño debía responder de qué color eran los cubos que se le mostraron. <p>Cuando el niño pudo utilizar frases completas y reconoció los colores, la prueba fue aprobada. Si había falla en alguna o en ambas pruebas, no pasaba el área.</p>
Motricidad fina	<p>Uso del lápiz y capacidad de dibujo.</p> <p>Se le pidió al niño que copie una cruz o un círculo, dibuje una figura humana y, se observó si toma el lápiz en modo de pinza.</p> <p>Si el niño logró copiar el círculo/cruz, realizó una figura humana (Cabeza y torso) y tomó el lápiz en modo pinza, se consideró que pasó la prueba, en caso de que no haya logrado realizar alguna o todas las pruebas, se consideró que no pasa el área.</p>
Motricidad gruesa	<p>Capacidad de movimiento y equilibrio</p> <p>Se observó si el niño era capaz de pararse en un solo pie o caminar talón-punta manteniendo el equilibrio. A demás, si pudo lanzar una pelota hacia arriba con ambas manos.</p> <p>Cuando el niño logró realizar todas las pruebas, el área fue aprobada, si el niño no realizó alguna de ellas o todas, no pasó la prueba.</p>
Área personal-social	<p>Control de esfínter</p> <p>Para evaluar esta área se consultó al tutor si el niño ya va solo al baño o si continúa con el uso de pañales. Si el niño ya puede ir al baño solo pasaba la prueba, en caso contrario no la pasaba.</p>

Una vez obtenido el resultado de cada área se procedió a clasificar el desarrollo del niño como adecuado o inadecuado. Se consideró como adecuado cuando el niño aprobaba todas las áreas del desarrollo. En los casos donde el niño no aprobaba alguna o todas las áreas, se clasificó como inadecuado.

Plan de análisis de los datos

Los datos se analizaron mediante medidas de frecuencias absolutas y relativas. De acuerdo a la naturaleza de las variables en estudio se realizó una descripción de los datos utilizando métodos gráficos como: diagrama de barras y diagrama de sectores.

Por medio del test de chi-cuadrado se evaluó la asociación entre las variables involucradas. Los resultados fueron expresados con un nivel de confianza del 90%, utilizando el software Stata.

Aspectos Éticos

El presente estudio se enmarca bajo el proyecto de investigación “Tendencias en el perfil de salud de niños que asisten a un Jardín de Infantes público de la ciudad de Córdoba, en el contexto de una intervención intersectorial” como así también del proyecto de responsabilidad social universitaria (RSU): “Promoción de estilos de vida saludables en la escuela”, los cuales se encuentran aprobados por el Comité Institucional de Ética en investigación en Salud (CIEIS); mediante el cual se salvaguarda la dignidad, los derechos, seguridad y bienestar de los participantes de la investigación. Para ello, todos los individuos participantes del estudio presentaron su consentimiento informado firmado.

Factibilidad

El estudio contó con la factibilidad de ser llevado a cabo ya que está bajo el proyecto de investigación “Tendencias en el perfil de salud de niños que asisten a un Jardín de Infantes público de la ciudad de Córdoba, en el contexto de una intervención intersectorial”; el cual trabaja en las instalaciones y permitió la factibilidad de la presente investigación. Además, se contó con los recursos materiales, humanos e institucionales necesarios por parte de la Universidad Católica de Córdoba.

RESULTADOS

En el presente estudio participó un total de 178 niños con edades comprendidas entre 3 y 5 años, los cuales asisten a un jardín de infantes público de la Ciudad de Córdoba, durante el periodo 2017-2018.

Las principales características de la población estudiada se presentan en las siguientes tablas y gráficos:

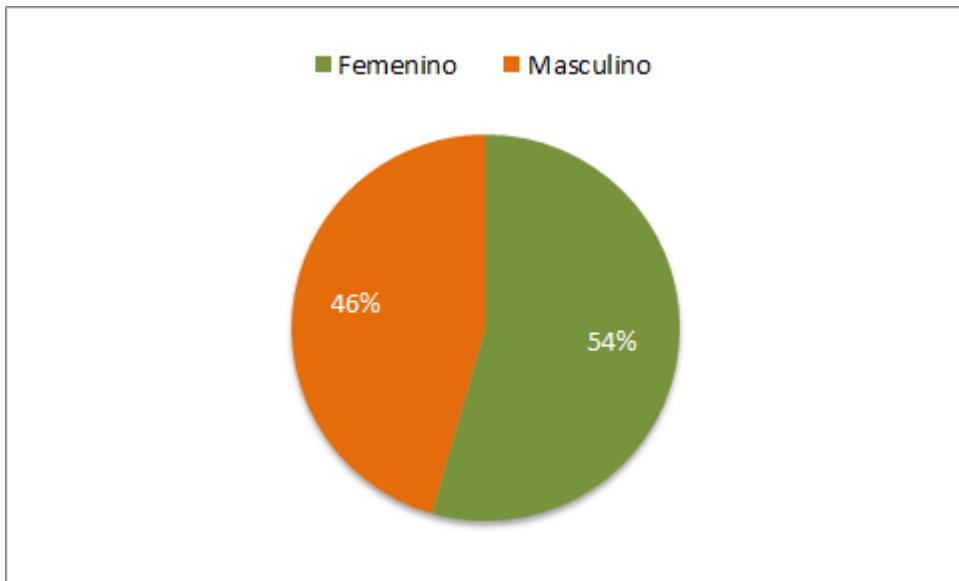


Gráfico N° 1. Distribución de frecuencias según sexo de los niños que asisten a un jardín de infantes público, Córdoba 2017-2018.

Se observa que el 54% de los niños valorados corresponden al sexo femenino y el 46% restante al sexo masculino.

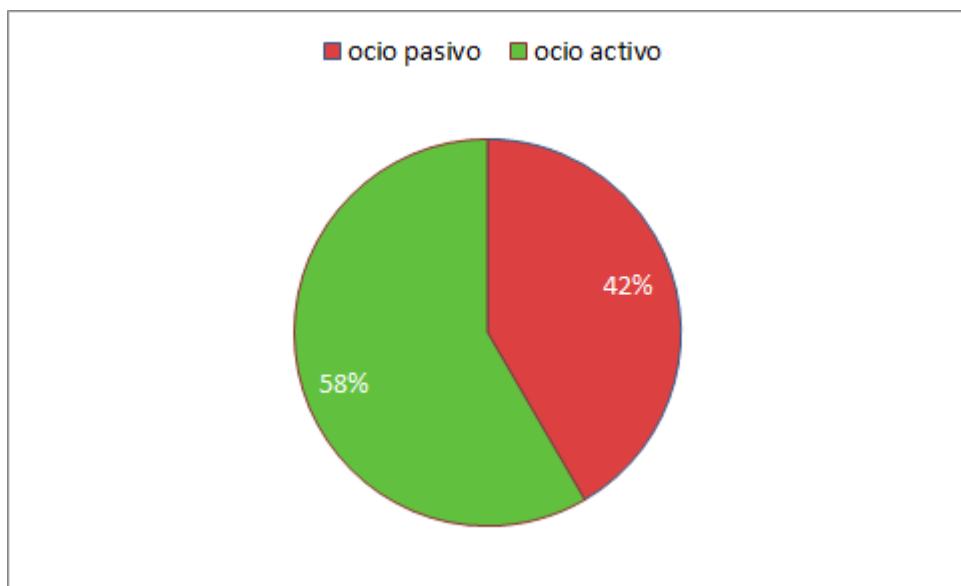


Gráfico N°2. Distribución de frecuencia según el tipo de ocio en niños que asisten a un jardín de infantes público, Córdoba 2017-2018.

En el gráfico nº2 se puede observar que más de la mitad de los niños (58%) dedican su tiempo libre a actividades de ocio activo.

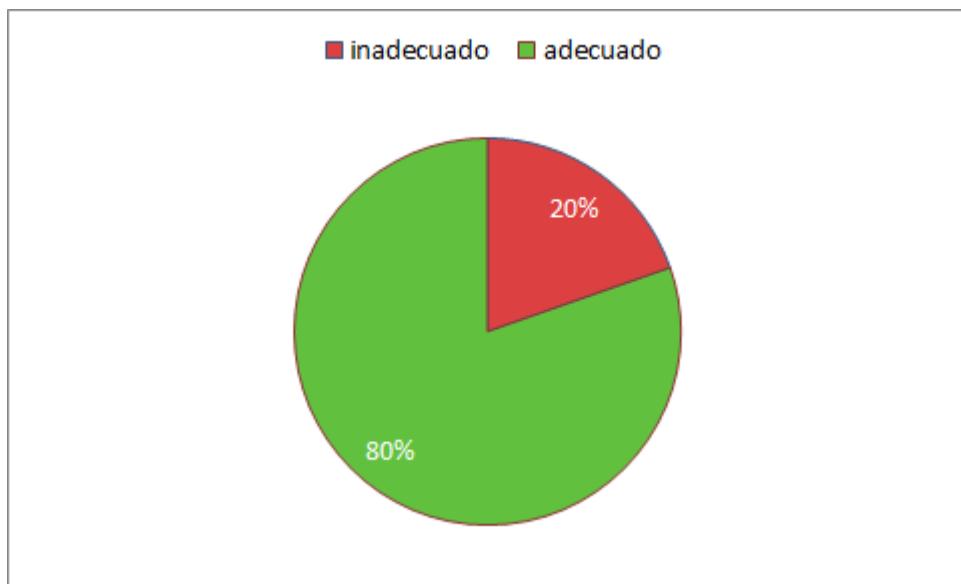


Gráfico N°3. Distribución de frecuencia según el tiempo de uso de pantallas, en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018

Se puede observar que la gran mayoría de los niños (80%) presentan un tiempo adecuado de uso de pantallas, representado por un tiempo menor o igual a 3 horas/día.

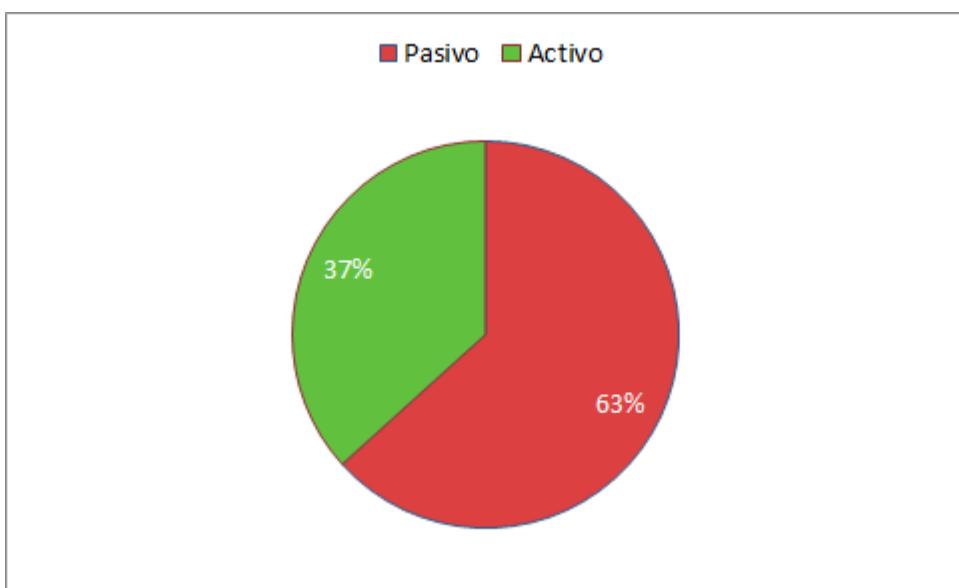


Gráfico N°4. Distribución de frecuencias según el tipo de juego, en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

En el grafico N°4 se observa que el tipo de juego que realizan la mayoría de los niños es pasivo (63%), observándose un menor porcentaje de niño que practican juegos activos (37%).

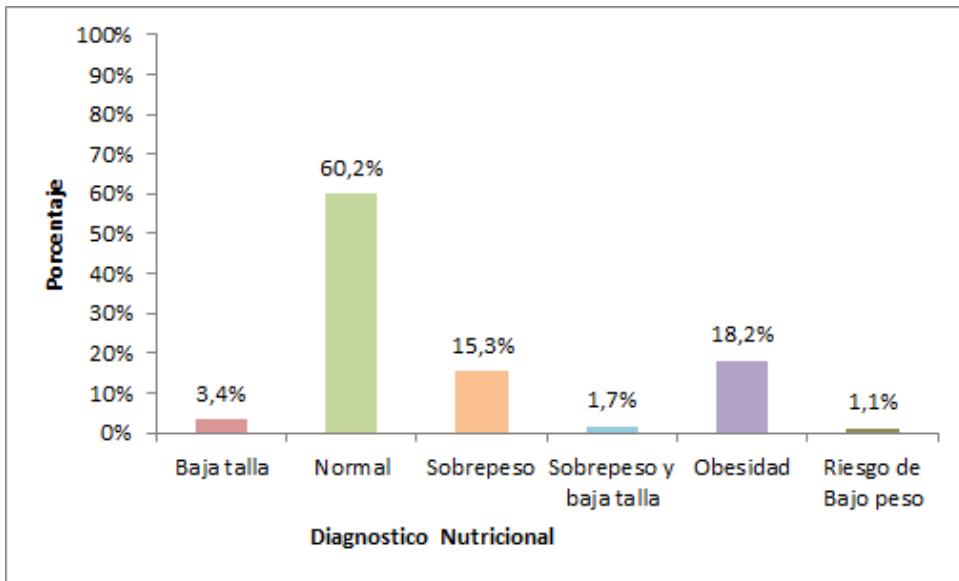


Gráfico N°5. Distribución de frecuencias según el estado nutricional de los niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

De los niños valorados se observa que más de la mitad presenta un estado nutricional normal (60%), seguido por exceso de peso (33%) observándose en la clasificación de sobrepeso un 15,3% y en la clasificación de obesidad un 18,2 % de los mismos según las tablas de IMC/E.

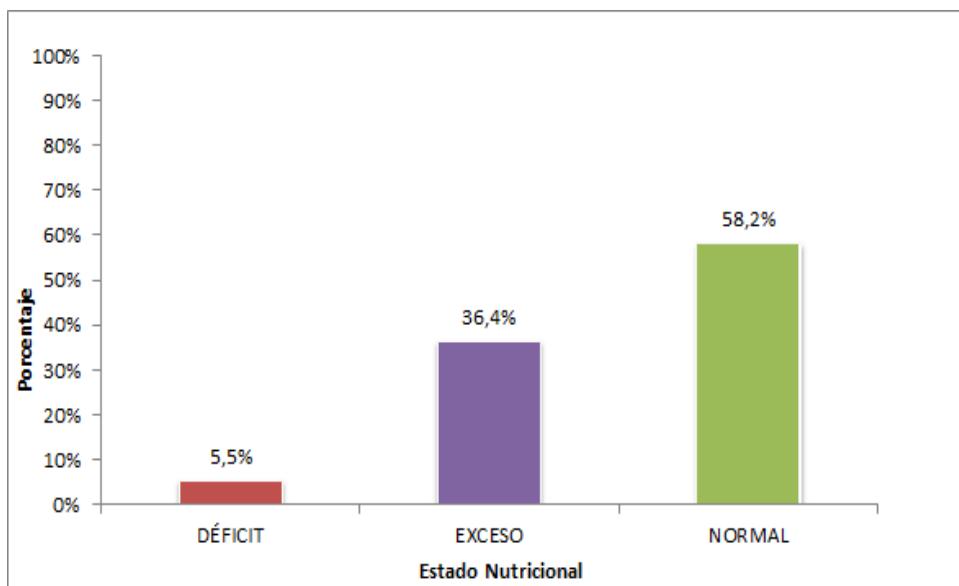


Gráfico N°6. Distribución del exceso y déficit de peso en niños que asiste a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

De los niños valorados se observa que más de la mitad de los niños presentó estado nutricional normal (58,2%), seguido por exceso de peso (36,4%).

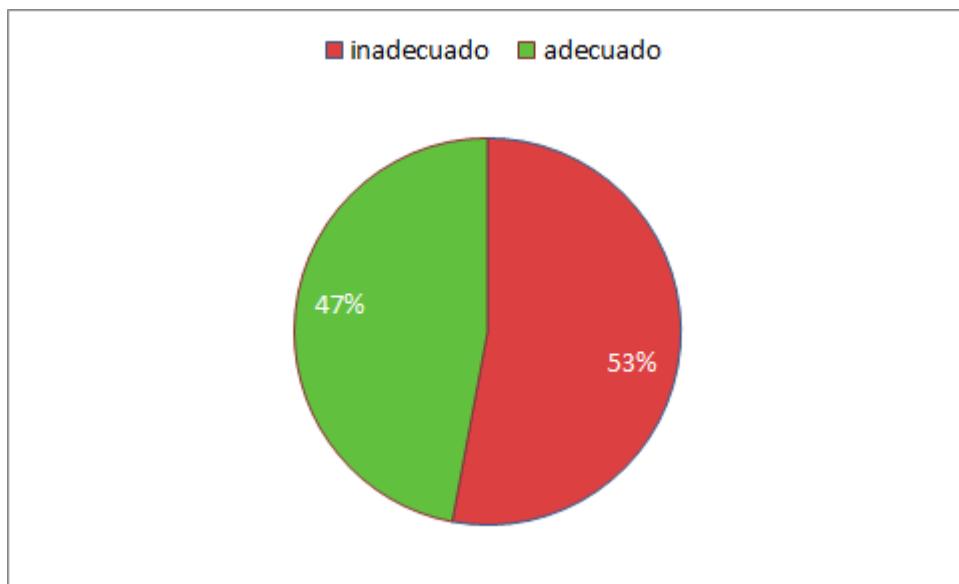


Gráfico N°7. Distribución de frecuencias según el desarrollo en niños que asiste a un Jardín de Infantes público, Córdoba 2017-2018.

Se puede visualizar en el gráfico n°7 que más de la mitad de los niños (53%) presentan desarrollo inadecuado.

TIPO DE JUEGO	DESARROLLO		Total	Valor p= 0.055
	Inadecuado	Adecuado		
Pasivo	49 (30,1 %)	55 (33,7%)	104	
Activo	37 (22,7%)	22 (13,5%)	59	
Total	86		163	

Tabla N°1. Distribución de frecuencias de Tipo de Juego Infantil y desarrollo, en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

En presente tabla se puede observar con un 90% de confianza que los juegos infantiles activos se asocian a un adecuado desarrollo en los niños de 3 a 5 años (p= 0.055).

TIPO DE JUEGO	DX NUTRICIONAL			Total	Valor p=0.243
	Déficit	Exceso	Normonutrido		
Pasivo	6 (5,7%)	24 (22,9%)	50 (47,6%)	80	
Activo	0 (0%)	14 (13,3%)	11 (10,5%)	25	
TOTAL	6		38	61	105

Tabla N°2. Distribución de frecuencias de Tipo de Juego Infantil y estado nutricional en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

En la tabla n°2, con un 90% de confianza, se puede observar que no existe asociación entre los tipos de juego infantil y el estado nutricional de los niños de 3 a 5 años de edad (p= 0.243).

TIPO DE JUEGO	SOBREPESO/OBESIDAD		Total	Valor p= 0.104
	No	Si		
Pasivo	74 (44,3%)	32 (19,2%)	106	
Activo	35 (20,8%)	26 (15,7%)	61	
Total	109	58	167	

Tabla N°3. Distribución de frecuencias de Tipo de Juego Infantil y presencia de sobrepeso/obesidad en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

En la tabla n°3, se puede observar con un 90% de confianza, que no existe asociación entre los tipos de juego infantil y obesidad/sobrepeso de 3 a 5 años de edad (p= 0.104).

TIEMPO EN PANTALLAS	SOBREPESO/OBESIDAD		Total	Valor p= 1.189
	No	Si		
Inadecuado	24 (14,5%)	8 (4,8%)	32	
Adecuado	84 (50,6%)	50 (30,1%)	134	
Total	108	58	166	

Tabla N°4. Distribución de frecuencias del tiempo frente a las pantallas y la presencia de sobrepeso/obesidad en niños que asisten a un Jardín de Infantes Público, Córdoba 2017-2018.

Con un 90% de confianza se puede observar que el uso de pantallas no tiene asociación con el desarrollo de sobrepeso/obesidad (p=1.189).

DISCUSIÓN

En la presente investigación se describió el estado nutricional, el desarrollo y los diferentes tipos de juegos que realizan niños de 3 a 5 años de un jardín de infantes público de la ciudad de Córdoba, en el período 2017-2018.

Durante los primeros años de vida del niño se transita un proceso dinámico de crecimiento y desarrollo, donde el estado nutricional, el estilo de vida y el entorno que los rodea juegan un papel muy importante. En ésta etapa de la vida, el niño dedica gran parte de su tiempo al juego, siendo éste parte del mundo externo que lo estimula y lo construye en sus dimensiones antropológicas, biológicas, psicológicas y culturales ⁽⁸⁻¹⁰⁾.

A nivel general, se observa desde hace algún tiempo una tendencia progresiva a la disminución de la prevalencia de desnutrición global y de retraso en el crecimiento en preescolares; y en contraposición, un aumento de sobrepeso y obesidad. De hecho, según la OMS, a nivel mundial el número de lactantes y niños pequeños (de 0 a 5 años) que padecen sobrepeso u obesidad aumentó de 32 millones en 1990 a 41 millones en 2016 (21). Por otro lado, los últimos resultados de la encuesta nacional de nutrición y salud realizada en argentina (ENNys, 2007) confirman ésta tendencia de cambio en el estado nutricional de la población. Otros estudios también reflejan éste fenómeno, como por ejemplo una investigación realizada en Chile en el año 2015, donde el 48,2% de niños preescolares presentan un estado nutricional adecuado, mientras que el 31% tenía sobrepeso y el 20% obesidad ⁽²²⁻²³⁾.

En el presente estudio a pesar de que la mayoría de la población tiene un estado nutricional adecuado (60,2%), un porcentaje considerable de niños presentaron obesidad (18,2%) y sobrepeso (15,3%). Se observa así, que éstos resultados son similares a los datos obtenidos en otros estudios ⁽²¹⁻²³⁾.

Así como es importante tener en cuenta el crecimiento físico y el estado nutricional, también se debe considerar el desarrollo integral del niño. En la presente investigación se observó que más de la mitad de los niños bajo estudio presentan un desarrollo inadecuado (53%). Otra investigación realizada en Buenos Aires (2016) arrojó resultados similares al presente estudio (46% de niños con desarrollo inadecuado), al igual que la investigación de la PRUNAPE, realizada en centros de salud de San Isidro (Buenos Aires) donde el 66,6% de los niños no tenían un desarrollo adecuado según los parámetros preestablecidos para la edad ⁽²⁴⁻²⁵⁾. En contraposición, un estudio realizado en Loja (Ecuador 2017), se obtuvieron resultados opuestos. El 86,7% de los niños presentaron un desarrollo adecuado mientras que el 11,8% tenía un riesgo de retraso, el 1,5% restante presentó un desarrollo inadecuado ⁽²⁶⁾.

En la actualidad se puede observar que los tipos de juegos realizados por los niños han cambiado; al surgir las nuevas tecnologías muchos de los niños eligen actividades pasivas tales como el uso de la computadora, la televisión, el teléfono celular, videojuegos; y, en muchas ocasiones dejando de lado juegos tradicionales considerados activos como andar en

bicicleta, jugar a la pelota, saltar la cuerda. En el presente estudio, se clasificó como juego activos, aquellos juegos que requerían movimiento y también se tuvo en cuenta si el niño hacía uso de pantallas de manera adecuada (menor a 3 hs/día). Según los datos obtenidos, un porcentaje pequeño de los niños realizan juegos activos (37%) mientras que más de la mitad de ellos (63%) realizaban juegos pasivos (ocio pasivo e inadecuado uso de pantallas). En otro estudio realizado en Buenos Aires se hallaron resultados diferentes, donde el 59,5% de los niños practicaban juegos activos, sin embargo, la mayoría de los niños mencionan su preferencia por los juegos electrónicos ⁽²⁷⁾.

Con respecto al uso de pantallas, se pudo observar que la mayoría de los niños, presentan un uso de pantallas adecuado (80%). Resultados similares se pudieron observar en un estudio realizado en Australia, donde el 26,7% de los niños dedican tiempo inadecuado a las pantallas ⁽²⁸⁾. Mientras que, en una encuesta del Centro de Estudios de la Opinión Pública (CEOP), se indica que el entretenimiento principal del 77% de los argentinos es mirar televisión, y casi el 84% le destina a dicha actividad más de dos horas diarias. De los 2.926.089 niños de entre 5 y 14 años residentes en Capital Federal y Gran Buenos Aires, un 40% mira de 3 a 5 horas por día ⁽²⁹⁾.

Dada la importancia que se le otorga en este estudio a la variable tipo de juego infantil, es que se buscó conocer si existía relación entre ella y el estado nutricional de los niños, como así también con el desarrollo infantil.

A la hora de relacionar el estado nutricional y el tipo de juego infantil; se demostró que no hay asociación entre las mismas ($p= 0.243$); tampoco hubo asociación entre el juego pasivo y el sobrepeso/obesidad ($p= 0.104$). Otro trabajo de investigación realizado en España (2015), estudió la relación entre el desarrollo de obesidad y la práctica de actividad física, considerando a esta última como actividades de movimiento realizadas en el tiempo libre y, se descubrió que había ausencia de correspondencia ($p=0.595$). A demás se analizó también la relación entre la elección de juegos electrónicos y el grado de obesidad de los preescolares, donde tampoco se observó asociación entre las variables ($p=0.248$) ⁽³⁰⁾. Sin embargo, otro estudio realizado en Chile dio resultados opuestos. En el mismo, se evaluó una relación similar, donde se distinguieron a los juegos infantiles según el movimiento que generaban en los niños y se tuvo en cuenta el estado nutricional de los mismos; se pudo observar que los preescolares obesos tenían características de una población sedentaria, confirmando así que si hay asociación entre las variables ⁽³¹⁾.

Con respecto a la relación entre el desarrollo infantil y los juegos infantiles, en el presente estudio se observó que hay asociación ($p= 0.055$). Otras investigaciones también demuestran que existe una relación entre ellas. El trabajo titulado “Los juegos infantiles, mejora el logro de los aprendizajes de los niños de 4 años” resalta que a través del juego se estimula un aprendizaje activo, logrando una mejora en el mismo ⁽³²⁾. Otro estudio, realizado en Perú, se

centra en la relación que tienen los juegos infantiles con el desarrollo, enfocándose principalmente en el desarrollo de la motricidad fina y gruesa; en el mismo se pudo concluir que los juegos populares constituyen una herramienta pedagógica para facilitar el desarrollo de habilidades motrices ⁽³³⁾. En contraste, un trabajo de investigación realizado en la Universidad alemana de Würzburg, que se centra en los juegos electrónicos, tras examinar durante cuatro años a más de 350 niños de 4 a 8 años de edad con diversos consumos de pantallas, los investigadores concluyeron que el exceso de televisión entretenida tiene una clara y negativa influencia en la capacidad de los pequeños a la hora de comprender y, por ende, en su rendimiento educativo posterior ⁽³⁴⁾. Otros investigadores han encontrado que los entretenimientos electrónicos están llevando a una perturbadora declinación en la capacidad de juegos imaginativos entre los niños. Niños que tienen más capacidad imaginativa, desarrollan mayor destreza en su vocabulario en relación a niños que dedican menos tiempo a juegos creativos ⁽³⁵⁾.

Ya que numerosas investigaciones muestran resultados donde los niños utilizan de manera inadecuada las pantallas, se buscó descubrir si existe relación entre el uso de pantallas y el desarrollo de sobrepeso/obesidad. Al analizar dicha relación en el presente trabajo de investigación se encontró que no existe asociación ($p= 1.189$). Sin embargo, otros estudios demostraron que existe relación. Uno de esos estudios fue realizado en México, donde se demostró asociación entre el uso de tecnologías y la obesidad ($p= 0.000$) ⁽³⁶⁾. Otra investigación titulada “Influencia de los hábitos televisivos infantiles sobre la alimentación y el sobrepeso” (España), describe que los niños obesos tienen más exposición a las pantallas que los normopeso, destacando que hay diferencia de 2,7 horas a la semana más entre los niños con sobrepeso/obesos que los niños normopeso ⁽³⁷⁾. Otro aspecto que se considera de importancia, fue observado en un estudio titulado “Hábitos y estilo de vida modificable en niños con sobrepeso y obesidad”, donde se ha observado la influencia de los niveles de actividad diaria de ambos padres en el grado de actividad de sus hijos. Así, los niños de madres activas tienen dos veces más probabilidades de ser activos, y si ambos padres son activos la posibilidad de un nivel óptimo de actividad en el niño es 5,8 veces mayor ⁽³⁸⁾.

CONCLUSIÓN

La niñez es un período fundamental para el desarrollo del individuo, durante ese tiempo se producirán aprendizajes y adquisiciones que serán la base para el desarrollo integral de la persona. Para que ello se logre, es necesario tener un adecuado estado nutricional, un entorno favorable que estimule al niño, como así también un desarrollo adecuado en lo que respecta a sus habilidades motrices y cognitivas.

A lo largo del presente estudio se describió el estado nutricional de los niños y se observó que si bien más de la mitad de los niños se encuentran normopeso (60,2%), un porcentaje considerable de ellos presentan sobrepeso (15,3%) u obesidad (18,2%). Dichos datos son de gran relevancia ya que mediante numerosas intervenciones tanto en el niño como en su entorno pueden favorecer a un buen estado de salud y prevenir enfermedades a futuro. Otros resultados relevantes fueron los obtenidos en el desarrollo del niño, donde la mayoría presenta un retraso del desarrollo (53%); aspecto importante para su formación. El estado nutricional y el desarrollo se encuentran íntimamente relacionados, por lo tanto, un buen estado nutricional puede favorecer un desarrollo adecuado.

En el transcurso de la investigación se consideró al entorno donde crece el niño como un componente esencial para su vida. En dicho entorno, se toma al juego infantil como parte fundamental del crecimiento y desarrollo. A través de este estudio se comprobó que existe una relación entre el desarrollo y el tipo de juego infantil ($p= 0.055$), dando como resultado que los niños que realizan juegos activos tienen mayores probabilidades de tener un buen desarrollo. Por esta razón, se puede concluir que ante un entorno favorable y que responda a las necesidades del infante, se contribuirá a un correcto desarrollo afectivo, social y cognitivo.

Otro dato importante registrado en el presente estudio es que un 80% de los niños utilizan de forma adecuada las pantallas, siendo su uso menor a 3 hs/día. Sin embargo, se observó que la mayoría de los niños realizan juegos pasivos a diario (63%), lo que indica que a pesar de hacer un uso adecuado de pantallas, los niños no realizan a diario más de dos actividades en movimiento (ocio activo).

Con respecto al uso de las pantallas, se pudo constatar que un elevado tiempo frente a las mismas no se asocia a la presencia de sobrepeso y obesidad en los niños bajo estudio. Sin embargo en numerosas investigaciones si existe dicha relación, por lo que se tiene que tener en cuenta y concientizar sobre un adecuado uso de las tecnologías en los infantes y no restarle importancia a dicha temática; incentivando actividades activas en los niños, evitando de este modo comportamientos sedentarios que son difíciles de cambiar, por lo que se debe incidir de una forma activa y educativa en la mejor ocupación del tiempo libre a estas edades.

Por otro lado, cabe destacar la importancia del rol familiar en las actividades diarias del niño. Ya que se ha demostrado en algunos estudios que, ante padres pasivos, los niños tienen mayor probabilidad de llevar a cabo actividades sedentarias en su tiempo libre.

Según lo abordado en la presente investigación, se recalca la importancia de abordar el desarrollo integral del niño desde todas sus dimensiones y, conjuntamente promover estilos de vida saludables que se formen desde el comienzo de la niñez y se mantengan a lo largo su vida. Para promover dichos estilos de vida y contemplar todos los temas mencionados, se considera que se debe concientizar, tanto a las familias como a los docentes y autoridades no docentes en jardines y escuelas, a que se promuevan actividades activas en el tiempo libre de los niños; y que de este modo el infante se encuentre constantemente estimulado, motivado y activo.

BIBLIOGRAFÍA

1. Sandoval Jurado, L. Jiménez Báeza, M. Olivares, S. Juárez, T. Lactancia materna, alimentación complementaria y el riesgo de obesidad infantil. Atención Primaria. 2016; 48: 572-578. [Citado 8 de mayo 2018] Disponible en: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0212656715003339>
2. Kruger A, Stepanic Pouey E, Dezar G, Arias S, Bossio J. Estado nutricional en escolares de la ciudad de Santa Fe, en 2015. FABICIB. 2017; 20:103-111.
3. Figueiras A, Neves de Souza I, Rios V, Benguigui Y. Manual para la vigilancia del desarrollo infantil (0-6 años) en el contexto de AIEPI [Internet]. 2011 [citado en abril 2018]. Disponible en: <http://www1.paho.org/hq/dmdocuments/manual-vigilancia-desarrollo-infantil-aiepi-2011.pdf>
4. Gutson K. Guía para el seguimiento del desarrollo infantil en la práctica pediátrica. Arch Argent Pediatr - Sociedad Argentina de Pediatría. [Revista on-line] 2017 [citado abril 2018]. 115 (s53-s62). Disponible en:
http://www.sap.org.ar/uploads/consensos/consensos_guia-para-el-seguimiento-del-desarrollo-infantil-en-la-practica-pediatrica-68.pdf
5. Torralva T, Cugnasco I, Manso M, Sauton F, Ferrero M, O'donnell A et al. Desarrollo mental y motor en los primeros años de vida: su relación con la estimulación ambiental y el nivel socio-económico. Arch Argent Pediatr, 1999, vol. 97, no 5, p. 306-316.
6. Linaza j, Maldonado A. Los juegos y el deporte en el desarrollo psicológico del niño, Anthropos Editorial, 1987.vol 4.
7. Zorrilla M, Vargas N. El juego en la infancia. Rev Chil Pediatr. 2009; 79 (5):544-549.
8. Castilla C, Buitrago M, Camacho J, Vanegas Y. Influencia del juego como resultado de la educación en el desarrollo del lenguaje oral y escrito por medio de los juegos de mesa. Revista iberoamericana de psicología. 2014; 7 (1): 39-48.
9. Zorrilla M. el juego en la infancia [Internet]. Scp.com.co. 2008 [citado 17 Junio 2018]. Disponible en: https://scp.com.co/precop-old/precop_files/modulo_10_vin_4/1_jtw.pdf
10. Linaza J. El juego en el desarrollo infantil [Internet]. researchgate. 2015 [citado 17 Junio 2018]. Disponible en:
https://www.researchgate.net/profile/Jose_Linaza/publication/268265700_El_juego_en_el_desarrollo_infantil/links/55f05b6608ae0af8ee1d17d3.pdf
11. Ley 23.849 [Internet]. Gob.gba.gov.ar. 1990 [citado 17 de junio del 2018]. Disponible en: <http://www.gob.gba.gov.ar/legislacion/legislacion/l-23849.html>
12. Waserman M. Aproximaciones Psicoanalíticas al juego y al aprendizaje [Internet]. 2018 [citado 15 de agosto 2018]. Disponible en: <https://books.google.com.ar/books?id=R1Vm8L7TZdsC&printsec=frontcover#v=onepage&q&f=false>

13. Winnicott D. Realidad y juego [Internet]. Grancia Editor, 1993 [citado 15 de agosto 2018]. Disponible en:
http://www.terras.edu.ar/biblioteca/16/16TUT_Winnicott_Unidad_4.pdf
14. Huizinga J. Homo Ludens [Internet]. 1972 [citado 15 de agosto 2018]. Disponible en:
<http://zeitgenoessischeaesthetik.de/wp-content/uploads/2013/07/johan-huizinga-homo-ludens-español.pdf>
15. Velazco J. Actividad física saludable entendida como ocio activo. Universidad de Valladolid; 2015.
16. Ganso H. Percepción de la Salud y uso del Tiempo libre [Internet]. Buenos Aires, Argentina: Universidad Nacional de Quilmes; 2016 [citada 12 mayo 2018]. Disponible en: http://congresos.seguridadturistica.org/ponencias/TURISMO_ACCESIBLE/08-HectorGanso.pdf
17. Glosario de términos [Internet]. Fao.org. 2018 [citado 12 mayo 2018]. Disponible en:
<http://www.fao.org/docrep/014/am401s/am401s07.pdf>
18. Souza J, Veríssimo M. Child development: analysis of a new concept. Rev Latino-Americana de Enfermagem. 2015; 23(6):1097-1104.
19. Cantón Victoria S. la psicocinética como método educativo aplicado a la educación infantil [Internet]. Reunir.unir.net. 2017 [citado 17 de junio del 2018]. Disponible en: <https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/4948/CANTON%20%20VICTORIA%2c%20SARA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
20. Las cinco áreas principales del desarrollo [Internet]. Pathwaysla.org. 2018 [citado 12 Mayo 2018]. Disponible en: <http://www.pathwaysla.org/es/for-parents/developmental-áreas>
21. Datos y cifras sobre obesidad infantil [Internet]. OMS. 2018 [citada 27 Octubre 2018]. Disponible en: <https://www.who.int/end-childhood-obesity/facts/es/>
22. Méndez M, Estay Carvajal J, Calzadilla A, Durán Agüero S, Díaz-Narváez V. Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normopeso versus sobrepeso/obesidad. Nutr Hosp. 2015;(32):151-155.
23. Kirchner N, González García G, Valle W, Leibovich A, Speranza A. Encuesta Nacional de Nutrición y Salud. Documento de resultados [Internet]. extensioncbc. 2007 [citada en 2018]. disponible en: <http://www.extensioncbc.com.ar/wp-content/uploads/ENNYS-2007.pdf>
24. Lejarraga H, Kelmansky D, Passuccia M, Masautisa A, Insua I, Lejarraga C et al. Evaluación del desarrollo psicomotor del niño en grupos de población como indicador positivo de salud [Internet]. Buenos Aires. 2016 [citado 21 de octubre del 2018]. Disponible en: http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0325-00752016000100005#ref

25. Detección oportuna de los problemas de desarrollo [Internet]. Sap.org.ar. 2010 [citado 8 Octubre 2018]. Disponible en:
https://www.sap.org.ar/docs/profesionales/recomendaciones/prueba_nacional_de_pesquisa.pdf
26. Cartuche E. Estado nutricional y desarrollo psicomotor en niños de 3-5 años de la escuela 18 de Noviembre de la ciudad de Loja. [Internet]. Universidad Nacional de Ecuador; 2017 [citada 25 Octubre 2018]. Disponible en:
<http://dspace.unl.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/19619/1/tesis%20enith%20cartuche.pdf>
27. Stefani G, Andrés L, Oanes E. Transformaciones lúdicas: Un estudio preliminar sobre tipos de juego y espacios lúdicos. *Interdisciplinaria*. 2014; 31(1).
28. Gou H, Dezuanni M. Hacia la comprensión de las vidas digitales de los niños en China y Australia. *Dialnet*. 2018; 57: 81-90.
29. Arboccó de los Heros M, O'Brien Arboccó J. Vista de Impacto de la “televisión basura” en la mente y la conducta de niños y adolescentes [Internet]. *Revistas.unife.edu.pe*. 2018 [citado 2 de noviembre del 2018]. Disponible en:
<http://revistas.unife.edu.pe/index.php/avancesenpsicologia/article/view/318/236>
30. Chacón R, Espejo Garcés T, Cabrera A, Castro Sánchez M, López Fernández J, Zurita F. «Exergames» para la mejora de la salud en niños y niñas en edad escolar: estudio a partir de hábitos sedentarios e índices de obesidad. *RELATEC*. 2015;(14):39-50.
31. Vásquez F, Salazar G. Patrón de actividad física en un grupo de preescolares obesos asistentes a jardines infantiles de Junji, evaluado con sensor de movimiento. *Rev Chil Nutr*. 2005;(32).
32. Tirado Vergaray J. El juego infantil mejora el logro de los aprendizajes de los niños de 4 años de la institución educativa particular Shadai – Distrito de Santa. [Internet]. *Repositorio.uladech.edu.pe*. 2018 [citado en octubre 2018]. Disponible en:
http://repositorio.uladech.edu.pe/bitstream/handle/123456789/4424/JUEGOS_INFANTILES_METODOLOGIA_TIRADO_VERGARAY_JULISSA.pdf?sequence=1&isAllowed=true&isAllowed=y
33. Chocce Rios E, Conde D. Juegos populares para desarrollar motricidad gruesa en niños y niñas de 5 años de la institución educativa “Pomatambo” de Oyolo, Paucar de Sara. [Internet]. *Repositorio.unh.edu.pe*. 2018 [citada en febrero del 2018]. Disponible en:
<http://repositorio.unh.edu.pe/bitstream/handle/UNH/1903/ESIS-SEG-ESP-2018CHOCCE%20RIOS%2cERIKA%20Y%20CONDE%20CONDE%2cDELIA%20FLOR.pdf?sequence=1&isAllowed=true&isAllowed=y>

34. Rojas V. Influencia de la televisión y videojuegos en el aprendizaje y conducta infanto-juvenil [Internet]. 2008 [citada el 16 de octubre de 2018]. Disponible en: <https://scielo.conicyt.cl>
35. Hancox RJ, Milne BJ, Poulton R: Association of Television Viewing During Childhood with Poor Educational Achievement. *Arch Pediatr Adolesc Med.* 2005; 159: 614-8.
36. García Hernández M, Osorio Granjeno M. Asociación de nuevas tecnologías de la información y la comunicación con obesidad en escolares de una unidad de medicina familiar [Internet]. *Revistas.unam.mx.* 2018 [citada el 5 de octubre 2018]. Disponible en: http://revistas.unam.mx/index.php/atencion_familiar/article/view/63559/56243
37. Tirado Altamirano F, Barbancho Cisneros F, Prieto Moreno J, Moreno Méndez A. Influencia de los hábitos televisivos infantiles sobre la alimentación y el sobrepeso (II) [Internet]. 2004 [citada en agosto 2018]. Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S086403192004000300006&script=sci_arttext&tlang=pt
38. Villagrán Pérez S, Rodríguez-Martín A, Novalbos Ruiz J, Martínez Nieto J, Lechuga Campoy J. Hábitos y estilos de vida modificables en niños con sobrepeso y obesidad [Internet]. 2016 [citada en octubre 2018]. Disponible en: http://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S021216112010000500022&script=sci_arttext&tlang=en
39. Estado nutricional de niños y niñas menores de cinco años República de Panamá Encuesta de Niveles de Vida, 2008 [Internet]. Unicef. 2018 [citada 27 Abril 2018]. Disponible en: https://www.unicef.org/panama/spanish/Encuesta_Niveles_de_Vida_WEB.pdf
40. Nutrición infantil y crecimiento. [Internet] Unicef, 2013 [citada 27 Abril 2018]. Disponible en: <https://www.unicef.org.co/nutricion-crecimiento>
41. Abeyá Gilardon E, Calvo E, Durán P, Longo E, Mazza C. Evaluación del estado nutricional de niñas, niño y embarazada mediante antropometría [Internet]. Msal.gob.ar. 2018 [citado 27 Abril 2018]. Disponible en: <http://www.msal.gob.ar/images/stories/bes/graficos/0000000256cnota07manualevaluacion-nutricional.pdf>
42. Arias, C., Buitrago, M., Camacho, Y., & Vanegas, Y. Influencia del juego como pilar de la educación en el desarrollo del lenguaje oral y escrito por medio de los juegos de mesa. *Revista Iberoamericana de Psicología: Ciencia y Tecnología.* 2014, 1: 39-48.
43. Antunes C. Juegos para estimular las inteligencias múltiples [Internet]. 2006 [citado 11 Agosto 2018]. Disponible en: <https://books.google.com.ar/books?hl=es&lr=&id=0rm4IKX70QEC&oi=fnd&pg=PA5&dq>

q=juegos+para+ni%C3%B1os&ots=8GFkQHI5mH&sig=jiHUV8OtQ8bR9OsrQpdEcBLrCY#v=onepage&q=juegos%20para%20ni%C3%B1os&f=false

44. Lopez V, Sánchez G. Estrategias de aprendizajes en juegos activos y pasivos [Internet]. 1st ed. Benémerita Escuela Normal; 2015 [citado 12 Mayo 2018]. Disponible en: https://issuu.com/giovannassi/docs/2_juegos_activos_y_pasivos
45. Velazco J. Actividad física saludable entendida como ocio activo. Universidad de Valladolid; 2015.
46. Ganso H. Percepción de la Salud y uso del Tiempo libre [Internet]. Buenos Aires, Argentina: Universidad Nacional de Quilmes; 2016 [citada 12 Mayo 2018]. Disponible en:http://congresos.seguridadturistica.org/ponencias/TURISMO_ACCESIBLE/08-HectorGanso.pdf

ANEXO

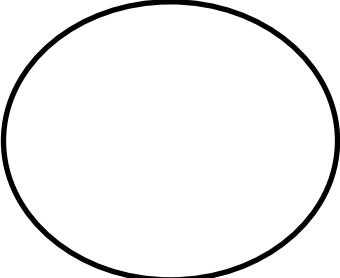
VALORACIÓN DEL DESARROLLO

(2 años y 6 meses a 3 años y 11 meses)

Nombre y apellido:

Fecha de nacimiento:

Edad:

	ITEM	PASA	NO PASA	NO EVALUABLE
LENGUAJE	Reconoce 2 colores			
	Utiliza frases completas			
MOTRIZ FINA	Agarra el lápiz usando pinza			
	Copia el círculo			
	¿A qué edad comenzó a garabatear?			
MOTRIZ GRUESA	Se para en un solo pie			
	Tira la pelota con las dos manos			
PERSONAL SOCIAL	Control de esfínteres diurno			
				

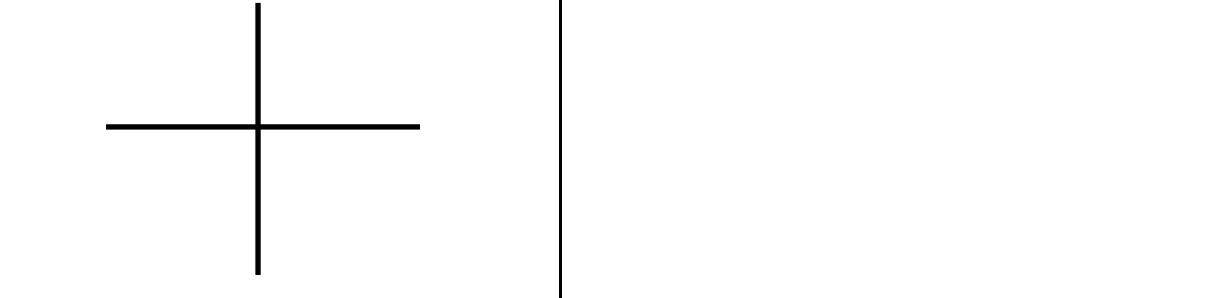
VALORACIÓN DEL DESARROLLO

(4 años a 5 años y 11 meses)

Nombre y apellido:

Fecha de nacimiento:

Edad:

	ITEM	PASA	NO PASA	NO EVALUABLE
LENGUAJE	Reconoce 3 colores			
	Utiliza frases completas			
MOTRIZ FINA	Copia cruz			
	Dibuja figura humana			
	¿A qué edad comenzó a garabatear?			
MOTRIZ GRUESA	Se para en un solo pie			
	Camina talón-punta			
PERSONAL SOCIAL	Control de esfínteres diurno			
				

Registro para Estado nutricional:

DATOS DEL NIÑO			
Nombre y apellido:			
Edad:	Fecha de nacimiento:		
EVALUACIÓN DE ESTADO NUTRICIONAL			
Peso:	Talla:	IMC:	
Percentil T/E:		Percentil IMC/E:	
Diagnóstico nutricional:			
EVALUACIÓN DEL DESARROLLO			
Lenguaje:	PASA / NO PASA	Motricidad fina:	PASA / NO PASA
Personal-social:	PASA / NO PASA	Motricidad gruesa:	PASA / NO PASA
Desarrollo:	ADECUADO /	INADECUADO	

Entrevista a madre, padre o tutor:

Nombre y apellido del niño:

Edad:

Fecha de nacimiento:

1. ¿Con que juega su hijo/a?

.....

2. ¿Qué hace su hijo habitualmente en su tiempo libre (fuera del horario escolar)? Puede marcar más de una opción:

- 1) Usa la compu
- 2) Juega a los videojuegos
- 3) Hace deporte (fútbol, gimnasia, baile, básquet, etc.)
- 4) Anda en bicicleta
- 5) Se junta con amigos
- 6) Juega activamente (en movimiento)
- 7) Mira la tele
- 8) Otros:

3. ¿Qué pantalla prefiere?

- a. Compu
- b. Videojuegos
- c. Celular/Tablet
- d. Televisor
- e. Otros

4. ¿Cuánto tiempo por día usa las pantallas?

- a. Menos de 3 horas
- b. De 3 a 6 horas
- c. Más de 6 horas
- d. No todos los días