

Los niños juegan hasta una hora y media más que antes de la pandemia y Viva el cole analiza los motivos

La pandemia ha cambiado los hábitos de todos, incluidos los niños. En la parte beneficiosa de estos cambios está, tal y como asegura Pablo Busó, coordinador del área de investigación infantil de AIJU, 'que los niños dedican hasta una hora y media más al día a entretenerse con juguetes', esto es, como antes de que las pantallas llegaran a sus vidas y cambiaran radicalmente sus maneras de jugar

La pandemia ha cambiado los hábitos de todos, incluidos los niños. En la parte beneficiosa de estos cambios está, tal y como asegura Pablo Busó, coordinador del área de investigación infantil de AIJU, "que los niños dedican hasta una hora y media más al día a entretenerse con juguetes", esto es, como antes de que las pantallas llegaran a sus vidas y cambiaran radicalmente sus maneras de jugar. "Los niños se han visto inmersos en el mundo adulto, recibiendo numerosas noticias negativas relacionadas con el coronavirus y han encontrado en el juego una válvula de escape". Jorge Muñoz, CEO de Viva el Cole, así lo reconoce: "En cuanto empezó, el que tuvimos a partir de marzo, observamos un incremento en la petición de dos cosas muy concretas, por un lado materiales para hacer manualidades y, por el otro, juguetes que les hagan pensar, se involucren con sus hermanos o padres y jueguen como hacíamos las anteriores generaciones". Fue totalmente inesperado y a la vez satisfactorio ver que se volvía de nuevo a lo de antes. "Una de las cosas que más se pidieron y que a mí me hizo especial ilusión porque es una de mis máximas apuestas en la web fue el puzle de 48 piezas de diferentes tamaños que conforman un divertido mapamundi y que ayudan, por un lado a potenciar la psicomotricidad fina y, por otro, la concentración", explica.

La OMS es clara al respecto e indica que los niños menores de dos años no deben ver la televisión, ni jugar con pantallas. Para elaborar las recomendaciones, la OMS ha estudiado 227 artículos médicos y 10 estudios en cinco países con casi 7500 participantes. La guía ofrece, además, recomendaciones y pautas sobre el tiempo de juego y de sueño para reducir el sedentarismo.

"Los comportamientos sedentarios, ya sea usar un transporte motorizado en lugar de andar o ir en bicicleta, estar sentado en el pupitre en la escuela, ver la televisión o jugar con pantallas son cada vez más predominantes y están asociados con la mala salud", se lee en la guía. "El sueño también influye en el bienestar físico y dormir pocas horas está relacionado con el sobrepeso y la obesidad en la infancia y adolescencia y con problemas mentales entre los adolescentes".

Los datos disponibles indican que 40 millones de niños menores de cinco años (un 5,9% del total) en el mundo tienen sobrepeso. En los últimos 40 años, la obesidad se ha multiplicado por 10 entre niños y jóvenes de 5 a 19 años.

"Lo que de verdad tenemos que hacer es que los niños vuelvan a jugar", explica la doctora Juana Willumsen, responsable de obesidad infantil y actividad física para niños. Se trata de reemplazar el

tiempo que los niños pasan pasivamente frente a una pantalla por juegos más activos y de asegurarse de que duermen suficientes horas. La OMS no considera como actividades “pasivas” si el niño está, por ejemplo, imitando los movimientos de baile de un video o hablando con una familiar en otro país por el celular, pues existe una “interacción”.

Las recomendaciones, dirigidas a legisladores y profesionales en el ámbito de la salud y la educación, se dividen por edades y cubren las 24 horas del día. Son aplicables a cualquier niño saludable, con independencia del lugar donde vive o su nivel socioeconómico.

Consejos para que los niños jueguen más con juguetes

Limitar el tiempo de estar delante de la pantalla a un máximo de una hora diaria.

Elegir con ellos en el catálogo qué quieren comprar.

Deshacer con ellos la caja y mirar las instrucciones y ayudarlos participando con ellos en el juego.

No dejarse llevar por modas y sí incidir en aquellos juegos que sean adecuados a su edad y sus gustos personales.

Aplicar lo que aprendan en los juegos con casos de la vida real.

No obligarles si no se muestran receptivos a jugar.

Inventarse nuevos juegos relacionados con el juguete.

En definitiva, sostiene Muñoz, "lo que importa es que pasen un buen rato y si eso les proporciona diversión y aprendizaje, siempre querrán más, de hecho esto lo notamos en la experiencia del usuario que suele repetir pedidos similares, síntoma, sin duda, de que lo han disfrutado", concluye.

Datos de contacto:

Agencia de comunicación MAD&COR

www.madandcor.com

675943952

Nota de prensa publicada en: [Madrid](#)

Categorías: [Nacional](#) [Sociedad](#) [E-Commerce](#) [Ocio para niños](#)

NotasdePrensa

<https://www.notasdeprensa.es>