



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE ESTUDIOS SUPERIORES

I Z T A C A L A

“IMPACTO DE JUEGOS EN EXTERIORES Y EN INTERIORES EN EL DESARROLLO DE
NIÑOS Y NIÑAS EN EDAD ESCOLAR”

T E S I S
QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE:

LICENCIADA EN PSICOLOGÍA

P R E S E N T A :

NATALIA JIMENA RODRÍGUEZ MARTÍNEZ



DIRECTOR: Dr. JOSÉ TRINIDAD GÓMEZ HERRERA

DICTAMINADORES: Dra. MARÍA ANTONIETA COVARRUBIAS TERÁN

Dr. ADRIÁN CUEVAS JIMÉNEZ

Los Reyes Iztacala, Edo. de México, 2012



Universidad Nacional
Autónoma de México



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

AGRADECIMIENTOS

Son muchas las personas que me han apoyado y brindado su amistad para la culminación de mi licenciatura, con su ánimo y compañía en las diferentes etapas de mi vida. Algunas de esas personas siguen estando conmigo, mientras que otras, están en los recuerdos de mi corazón, pero, sin importar en dónde estén o si alguna vez leerán esto, quiero darles las gracias, por lo mucho o poco que me brindaron.

A todos los que participaron y colaboraron en este proyecto.

Dr. José T. Gómez Herrera, Lic. Laura Lucina Ávila Chávez, Diego Alberto Ortega Roque, Perla, Adriana y Jesica; sin ustedes, los cuestionarios y la base de datos no se hubieran completado.

A mis padres Ma. Guadalupe A. Martínez Martínez y Víctor Rodríguez Domínguez, que sin su apoyo no hubiera podido concluir. A mi hermano Néstor L. Rodríguez Martínez por de vez en cuando dar palmadas de aliento.

Y un especial agradecimiento a mi hermano Víctor Emmanuel Rodríguez Martínez, sin ti, no hubiera conocido la UNAM y el placer de haber estudiado en esta gran casa de estudios, gracias por tus pocos o muchos consejos y por tu apoyo técnico en la edición de mi tesis.

ÍNDICE

RESUMEN	1
INTRODUCCIÓN	2
1. LA NOCIÓN DE DESARROLLO INFANTIL.....	3
2. EL JUEGO INFANTIL	16
2.1 Tipos de juego.....	24
2.2 El juego y el desarrollo social, intelectual, afectivo y físico, del niño.....	30
2.2.1 Desarrollo social.	32
2.2.2 Desarrollo intelectual.	34
2.2.3 Desarrollo afectivo.	35
2.2.4 Desarrollo físico.	36
3. OBESIDAD INFANTIL	38
4. METODOLOGÍA.....	47
5. ANALISIS DE RESULTADOS	53
6. CONCLUSIONES.....	80
7. DISCUSIÓN.....	86
8. BIBLIOGRAFÍA.....	91
9. ANEXOS.....	96

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1. EJEMPLIFICACIÓN DE LA OBTENCIÓN DE RESULTADOS CUALITATIVOS.....	52
TABLA 2. ÍNDICE DE MASA CORPORAL.....	53
TABLA 3. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	67
TABLA 4. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	68
TABLA 5. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	68
TABLA 6. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	69
TABLA 7. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	70
TABLA 8. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	70
TABLA 9. JUEGOS DE MESA EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	71
TABLA 10. JUEGOS DE MESA EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	71
TABLA 11. JUEGOS DE MESA EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	72
TABLA 12. JUEGOS DE MESA EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	72
TABLA 13. JUEGOS MESA EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	73
TABLA 14. JUEGOS DE MESA EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.....	73
TABLA 15. JUEGO SIMBÓLICO EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	74

TABLA 16. JUEGO SIMBÓLICO EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.	74
TABLA 17. JUEGO SIMBÓLICO EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	75
TABLA 18. JUEGO SIMBÓLICO EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.	75
TABLA 19. JUEGO SIMBÓLICO EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.	76
TABLA 20. JUEGO SIMBÓLICO EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	76
TABLA 21. JUEGOS VIRTUALES EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.	77
TABLA 22. JUEGOS VIRTUALES EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	77
TABLA 23. JUEGOS VIRTUALES EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	78
TABLA 24. JUEGOS VIRTUALES EN PARQUE ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.	78
TABLA 25. JUEGOS VIRTUALES EN CALLE ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.	79
TABLA 26. JUEGOS VIRTUALES EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.....	79

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES DESNUTRIDOS.....	54
FIGURA 2. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS INFANTES DESNUTRIDOS.....	55
FIGURA 3. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR LOS INFANTES CON BAJO PESO.....	56
FIGURA 4. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS INFANTES CON BAJO PESO.....	57
FIGURA 5. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES CON IMC NORMAL.....	58
FIGURA 6. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR INFANTES CON IMC NORMAL.....	59
FIGURA 7. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES CON SOBREPESO.....	60
FIGURA 8. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDAS POR INFANTES CON SOBREPESO.....	61
FIGURA 9. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES OBESOS.....	62
FIGURA 10. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR INFANTES OBESOS.	63
FIGURA 11. BEBIDAS CONSUMIDAS MUY FRECUENTEMENTE.....	64
FIGURA 12. ALIMENTOS CONSUMIDOS MUY FRECUENTEMENTE.	66
FIGURA 13. PORCENTAJE DE NIÑOS QUE JUEGAN ACTIVIDAD FÍSICA EN CENTRO COMERCIAL.....	69

RESUMEN

El presente estudio tuvo como objetivo examinar la influencia del juego en exteriores y juego en interiores sobre el desarrollo y salud integral en niños y niñas de 6-12 años de edad, que cursan la educación primaria. Para ello se aplicó un cuestionario de manera individual y en cual consto de 5 secciones: ¿Dónde juegas?; ¿Con quién juegas?; ¿A qué juegas? y ¿Qué tanto te diviertes? También se registraron los datos sociodemográficos: nombre, edad, sexo, peso y talla, domicilio (especificando si vive en casa o departamento; con jardín o patio y con quién vive). La alimentación no es el único factor que produce la obesidad en los infantes, es una conjugación de alimentos, tipo de juego y el escenario en el cual juegan.

INTRODUCCIÓN

Los juegos son considerados como una parte de la experiencia humana y están presentes en todas las culturas y es una forma de aprender a relacionarnos con nuestra familia, material, social y culturalmente. Sin embargo, no es posible dar una definición exacta de qué es el juego, ya que éstos hacen un acercamiento parcial al fenómeno lúdico, por lo que se puede afirmar que el juego, como cualquier realidad sociocultural, es imposible de definir en términos absolutos, y por ellos las definiciones describen algunas de sus características.

El juego es un sinónimo de recreo, diversión, alborozo, esparcimiento, pero el niño también juega para descubrir, conocerse, conocer a los demás a su entorno, en el juego también interviene lo que es la función simbólica, la cual es la capacidad de hacer servir símbolo y signos para crear contextos, anticipar situaciones planificar acciones venideras o interpretar la realidad.

Se debe entender que el juego es de vital importancia para el desarrollo del niño, dependiendo del protagonismo que el niño tenga en este. Cuando el niño interviene en los juegos infantiles, su participación debe consistir en: facilitar las condiciones que permitan el juego, estar a disposición del niño, no dirigir ni imponer el juego. El juego dirigido no cumple con las características de juego, aunque el niño puede acabar haciéndolo suyo. El juego permite que el niño reconozca las diferencias entre las exigencias y las limitaciones de la realidad externa, explorar el mundo de los mayores sin estar ellos presentes, interactuar con sus iguales y funcionar de forma autónoma.

1. LA NOCIÓN DE DESARROLLO INFANTIL

Los antecedentes de la psicología del desarrollo son antiguos como la psicología misma; por lo que Delval (1988) propuso seis períodos sobre la historia del estudio del niño y el adolescente: a) período de las observaciones esporádicas; b) aparición de las primeras observaciones sistemáticas; c) constitución de la psicología del niño como una disciplina independiente; d) consolidación de la disciplina y los primeros atisbos de una psicología evolutiva; e) desarrollo sistemático; y f) convergencia entre la psicología evolutiva y la psicología experimental.

Por otra parte Piaget (1982), señaló cinco fases parecidas a las propuestas por Delval: 1) fase de las observaciones aisladas; 2) fase de las biografías; 3) fase de los test mentales estandarizados; 4) fase de los estudios clínicos; y 5) fase de investigaciones acerca de la construcción de estructuras del comportamiento.

Las anteriores etapas poseen una enorme pertinencia y coherencia, por lo que es necesario identificar y postular hitos conceptuales que señalen las rupturas e innovaciones epistemológicas frente a la concepción de los niños. Por lo que Escobar (2003) propuso los hitos de ruptura y transformación:

- a) Superación de la imagen del niño como un adulto en miniatura.

Se considera el niño como un adulto en miniatura y el adolescente esta ausente de la escena hasta después de la revolución industrial. Durante el Renacimiento, se rompe con esta representación, para situarlo como sujeto natural e independiente, probablemente, la tradición pedagógica es la que contribuyo a la construcción de una nueva representación social. Esta fase correspondería a lo que Delval (1988) denomino como "período de las observaciones esporádicas", y Piaget (1982) como la "fase de las observaciones aisladas".

- b) El niño, organismo que se adapta y evoluciona.

Se dejó de considerar al niño como un adulto en miniatura; se propuso el postulado particular del niño como un organismo que evoluciona lo que Delval señala como "la aparición de las primeras observaciones sistemáticas", y Piaget, como la "fase de las biografías". Durante el siglo XIX, surgen las ideas de la evolución, sintetizadas en la obra de Darwin (1809 - 1882), quién marco la concepción del ser humano en general, y en particular del niño y de su desarrollo, un nuevo hito teórico y epistemológico donde el mundo evoluciona, en esta perspectiva el niño, además de ser distinto del adulto, es un organismo que se adapta y evoluciona.

- c) La evolución del niño, el adolescente y el adulto, objetos de estudio distintos.

Durante finales del siglo XIX y principios del siglo XX, la psicología del desarrollo adquiere un estatuto independiente se estudia la evolución del niño, posteriormente la del adolescente y el adulto. Este período lo denominó Delval como el de "la constitución de la psicología del niño como una disciplina independiente" y Piaget como la "fase de los estudios clínicos". Produce una nueva ruptura que consiste en transformar el conocimiento del sentido común en conocimiento científico, sin olvidar la existencia de las representaciones sociales.

- d) El sujeto como pensador lógico y científico natural situado en la intersubjetividad.

La psicología del desarrollo propone mecanismos de explicación más refinados dentro de la aceptación generalizada de que el niño, el adolescente y el adulto son pensadores lógicos, científicos naturales, procesadores de información, además de seres que se acoplan a lo social desde el nacimiento.

- e) Identificación y caracterización de competencias neonatales insospechadas, analogías, homologías y racionalidad mejorante.

Durante los últimos veinte años de la psicología del desarrollo del niño, se caracterizan por el logro de las conquistas más importantes frente a la

comprensión con respecto a la evolución del ser humano; se plantea el desarrollo como una analogía que equivale a plantear ciertas "coordenadas" de la evolución, pero no los pasos específicos. Por último, los estados de desarrollo del niño tienen ciertas semejanzas y, al mismo tiempo, diferencias frente al modelo del adulto terminado.

f) La transición inevitable por la vejez y la muerte.

Baltes (1979, citado en Escobar, 2003) propuso la comprensión del cambio psicológico como un proceso constante sin rupturas o discontinuidades, dando importancia a los contextos culturales, los efectos generacionales sobre los cohortes en proceso y la multi-causalidad de la evolución de los procesos psicológicos; a partir de esta perspectiva, se incluyó el estudio de la vejez y la muerte dentro del marco de las transiciones, donde la edad no es determinante del desarrollo.

Tomando en cuenta que el desarrollo a pasado por diversas etapas y por diversas concepciones, es necesario entenderlo desde los diferentes puntos de vista como el biológico, el cual influyó en la psicología, desde una concepción sistémica y estructuralista, hasta desde un punto de vista social.

■ Desde la biología y su influencia en la psicología, hasta un planteamiento sistémico.

El concepto de "desarrollo" en un principio se relacionaba a la biología y anterior a eso a las teorías propuestas por Darwin, ya que marco una concepción dinámica de la evolución de las especies y del ser humano en particular, desde esta perspectiva, el desarrollo implicaba mecanismos de adaptación y organización.

En la concepción psicológica, el desarrollo se constituye como un fenómeno de transformación por el que el organismo procede de un estado de relativa globalidad e indiferenciación, a otro de progresiva diferenciación, articulación e integración, esto según Piaget.

Al tratar de explicar el desarrollo de una manera sistémica, se puede caer en una de dos connotaciones, según Perinat (1998), estas son "las nociones que posee una estructura definida y un conjunto también definido de capacidades pre-existentes y la noción de una secuencia de cambios en el sistema que abocan a incrementos relativamente estables en sus estructuras y en sus modos de operar".

Tomando en cuanto lo anterior, Piaget retoma los conceptos de adaptación definida como los procesos funcionales de asimilación y acomodación; y organización, entendida como la acomodación de esquemas de conocimiento mantenidas, que tienden a un equilibrio y que la interacción sujeto - objeto es creadora de estos esquemas; planteándolos de acuerdo al enfoque sistémico en etapas de desarrollo delimitadas por la evolución biológica y el uso de los conceptos anteriormente mencionados para la explicación de cada una de estas.

Piaget planteo que el desarrollo es un proceso continuo, el cual puede dividirse en cuatro etapas, con el fin de poder analizarlo y describirlo:

1. Etapa sensoriomotora.

El niño al nacer, su conducta es refleja, hacia el segundo mes de vida, hacia diferencias rudimentarias de los objetos de su entorno inmediato, principalmente por medio del reflejo de succión. Entre el cuarto y el octavo mes, se presenta por primera vez la coordinación entre el sentido de la vista y el del tacto; hacia el final del primer año, comienza a desarrollar el concepto de permanencia de los objetos y el conocimiento de que otros objetos, aparte de sí mismo, pueden causar sucesos, y coordina dos o más esquemas familiares para resolver nuevos problemas. Al principio del segundo año, de manera característica evolucionan verdaderas conductas inteligentes; el niño construye nuevos medios para resolver problemas a través de la "experimentación". El niño se comienza a verse como un objeto; hacia el final del segundo año, el niño adquiere la capacidad de representarse internamente los objetos y acontecimientos. Esta capacidad lo libera de la inteligencia sensoriomotora y le permite la invención de medio nuevos para resolver problemas mediante la actividad mental.

Durante la mayor parte de los primeros dos años, vierte su afecto en sí mismo y en sus actividades en esencia porque el niño pequeño aún no construye la noción cognoscitiva de que el mundo está compuesto de muchos objetos físicamente independientes, de los cuales él es uno.

El niño no es social, ya que nada de lo que hace tiene una relación social, pero al final del segundo año, el niño llega a un grado de desarrollo en el que los verdaderos intercambios sociales son posibles.

Cuando cubre las características de desarrollo de la etapa sensoriomotora (puede ocurrir antes o después de los dos años), llega a un punto de desarrollo conceptual que es necesario para el desarrollo del lenguaje hablado y para otras habilidades cognoscitivas y sociales de la siguiente etapa del desarrollo.

2. Etapa del pensamiento pre – operativo.

Esta etapa está marcada por varios logros, ya que de los 2 a los 4 años se adquiere el lenguaje; la conducta es egocéntrica y no es social, estas características dejan de ser dominantes conforme sigue la etapa; a los 6 ó 7 años, las conversaciones de los niños son mucho más comunicativas y sociales. Durante esta etapa, el pensamiento sigue en gran medida bajo el control de lo inmediato y lo perceptivo, ya que no es capaz de revertir las operaciones ni de seguir las transformaciones.

Conforme se efectúe el desarrollo cognoscitivo, el desarrollo afectivo también continuará, mientras el niño siga asimilando y ajustando las experiencias en los esquemas cognoscitivos, los esquemas afectivo y social seguirán construyéndose y reconstruyendo. Por ejemplo, el niño de 2 años uso el lenguaje de manera egocéntrica, mientras que un niño de 7 años, llega a comprender el punto de vista de los demás, el cual puede diferir del suyo.

3. Etapa de las operaciones concretas.

Los procesos de razonamiento del niño se vuelven lógicos, no tiene dificultades para resolver problemas de conservación y proporcionar el

razonamiento correcto de sus respuestas. Surgen los esquemas para las operaciones lógicas de seriación y clasificación, y se perfeccionan los conceptos de causalidad, espacio, tiempo y velocidad; estas operaciones solo son útiles en la solución de problemas que comprenden objetos y sucesos concretos, no pueden aplicar la lógica a problemas hipotéticos, exclusivamente verbales o abstractos.

El niño se libera del egocentrismo a través de la interacción social con otros niños. El uso del lenguaje casi se convierte en una función comunicativa completa y por medio de la interacción social se confirman o rechazan los conceptos.

Aparece la capacidad de razonar con lógica y la resolución de problemas de conservación, sin embargo, el desarrollo más importante, es la realización de las operaciones lógicas, que son acciones cognoscitivas internalizadas, que permiten llegar a conclusiones lógicas.

La seriación es la capacidad de ordenar mentalmente un conjunto de elementos de acuerdo con su mayor o menor tamaño, peso y volumen; y la clasificación es la agrupación de los objetos con sus semejantes; estas son otras estructuras esenciales para las operaciones concretas, las cuales son fundamentales para que los niños entiendan los conceptos de número.

Por otra parte, el desarrollo afectivo va en paralelo al cognoscitivo, surge la voluntad, la cual permite la regulación del razonamiento afectivo; la autonomía y el afecto sigue desarrollándose durante las relaciones sociales que estimulan el respeto.

4. Etapa de las operaciones formales.

Se inicia aproximadamente a la edad de 12 y concluye a los 16 años, se basa en el desarrollo de las operaciones concretas, que internaliza y amplía; solo cuando se inicia el desarrollo de las operaciones formales, el razonamiento se “libera del contenido” o se “libera de lo concreto”, este razonamiento se aplica ya sea en lo posible o lo real. Surgen una variedad de estructuras como el razonamiento hipotético- deductivo, es una habilidad de razonar sobre cuestiones

hipotéticas y reales, además de extraer conclusiones de premisas hipotéticas; surge el pensamiento científico-inductivo, el cual es el razonamiento de lo específico a lo general.

Las capacidades que se han desarrollado en esta etapa, son similares a las de un adulto, sin embargo, los adultos están “un nivel mas arriba” que los adolescentes por diversas experiencias que han tenido.

■ Desarrollo desde una concepción biológica, dialectico y social.

Desde un enfoque dialéctico, Wallon se enfrenta al estudio del desarrollo humano; Zazzo (1976) sintetizó la metodología de Wallon, y menciona que "su método consiste en estudiar las condiciones materiales del desarrollo del niño, condiciones tanto orgánicas como sociales, y en ver cómo, a través de esas condiciones, se edifica un nuevo plano de la realidad que es el psiquismo, la personalidad".

A diferencia de otras concepciones dualistas, Wallon defiende un concepto unitario del individuo, ya que el desarrollo humano se produce en una transición de lo biológico o natural, a lo social o cultural, resaltando en esta transición el papel del otro. Se deben de tomar en cuenta dos consideraciones: la primera que tanto factores sociales como biológicos pueden ser considerados innatos o adquiridos dado que se construyen gracias a la presencia de otros; la segunda afirma que las diferencias biológicas pueden convertirse en sociales.

Wallon coincide con Vygotsky al afirmar que el niño es un ser social desde que nace y que en la interacción con los demás va a residir la clave de su desarrollo (Vargas-Mendoza, 2007).

El desarrollo esta influido por la maduración biológica y por el medio social, el cual no es continuo, sino que esta lleno de crisis que provocan una continua reorganización. Describió el desarrollo mental como una sucesión de estadios.

Para Wallon (1987), el ser humano se desarrolla según el nivel general del medio al que pertenece, así pues para distintos medios se dan distintos individuos.

Por otro lado, el desarrollo psíquico no se hace automáticamente, sino que necesita de un aprendizaje, a través del contacto con el medio ambiente.

Intenta encontrar el origen de la inteligencia y el origen del carácter, buscando las interrelaciones entre las diferentes funciones que están presentes en el desarrollo.

Un estadio, para Wallon es un momento de la evolución, con un determinado tipo de comportamiento. Para Piaget este es un proceso más continuo y lineal. En cambio, para Wallon, es un proceso discontinuo, con crisis y saltos apreciables. Si para Piaget las estructuras cambian y las funciones no varían, para Wallon estas sí cambian.

Propuso seis estadios en el desarrollo:

1. Estadio impulsivo (del nacimiento a los 5 o 6 meses), periodo de actividad preconsciente, no hay coordinación clara de los movimientos de los niños y el tipo de movimientos que se dan son fundamentalmente impulsivos y sin sentido. No están diferenciadas las funciones de los músculos. Los factores principales de este estadio son la maduración de la sensibilidad y el entorno humano, ya que ayudan al desarrollo de diferentes formas expresivas y esto es precisamente lo que dará paso al siguiente estadio.

2. Estadio emocional (de los seis meses a finales del primer año), la emoción es la dominante en el niño y se basa en las diferencias del tono muscular. La emoción debe cumplir ciertas funciones como permitir la comunicación del niño hacia la sociedad; además debe ser facilitador de la aparición de la conciencia, en medida en que el niño es capaz de expresar sus necesidades y captar la de los demás.

3. Estadio sensoriomotor y proyectivo (del primer año al tercer año), la actividad del niño se orienta hacia el mundo exterior; se produce en el niño un mecanismo de exploración que le permite identificar y localizar objetos. El lenguaje surge entre los doce y catorce meses, a través de la imitación; enriquece su

comunicación hacia los demás. Se produce el proceso de andar, al cual incrementa su capacidad de investigación y búsqueda.

4. Estadio del personalismo (de los tres años a los seis años) Se consolida (no definitiva) la personalidad del niño; a partir de los tres años toma conciencia de su propio cuerpo y el cual es distinto de los demás, con expresiones y emociones propias, las cuales quiere hacerlas valer; es una de las razones por las cuales los niños se oponen a las personas que se rodean, este comportamiento se repite en la adolescencia.

5. Estadio categorial (de los seis años a los once años), hay un avance en el conocimiento y explicación de las cosas; se dan dos tareas primordiales: a) identificación de los objetos por medio de cuadros representativos; y b) la explicación de la existencia de esos objetos, por medio de relaciones de espacio, tiempo y casualidad. En el desarrollo del pensamiento categorial, se diferencian dos fases: primera fase (de 6 a 9 años), el niño enuncia o nombra las cosas, y luego se da cuenta de las relaciones que hay entre esas cosas; segunda fase (de 9 a 12 años), de una situación de definición (primera fase) a una situación de clasificación; clasifica los objetos que antes había mencionado y los clasifica según las diferentes categorías.

6. Estadio de la adolescencia; se caracteriza por una capacidad de conocimiento altamente desarrollado y por una inmadurez afectiva y de personalidad, el cual produce un conflicto que debe ser superado para un normal desarrollo de la personalidad.

■ Desarrollo situado en lo dialectico y social.

El interés de Vygotsky por la psicología tiene su origen en la preocupación por la génesis de la cultura, al entender que el hombre es el constructor de la cultura, por lo tanto, estaba en contra de la psicología clásica, la cual no daba una respuesta adecuada a los procesos de individualización, por lo que elabora su teoría de la génesis y naturaleza social de los procesos psicológicos superiores (Molon, 1995 citado en Lucci, 2006).

En palabras de Bonin (1996, citado en Lucci, 2006), Vygotsky quiso crear una teoría que abarcara una concepción del desarrollo cultural del ser humano por medio del uso de instrumentos (medios externos); la teoría que propuso, debía superar el cuadro presentado por la psicología clásica, la cual se encontraba dividida en dos orientaciones: la naturalista y cognitivista, las cuales acentuaban la cuestión dualismo-cuerpo.

En 1924, desarrolla una crítica penetrante a la concepción de que los procesos psicológicos superiores de los humanos pueden explicarse con base en la multiplicación y complicación de los principios derivados de la psicología animal, en especial, aquellos que representan la combinación mecánica de las leyes de estímulo-respuesta.

Tomando en cuenta la concepción de Engels (1884) de que el trabajo y el uso de instrumentos o herramientas son los medios a través de los cuales el hombre cambia la naturaleza y, al hacer esto, se transforma a sí mismo; extiende esta concepción equiparando el uso de los signos al uso de herramientas: considera a los signos como medios que transforman las interacciones humanas. Creía que la internalización de los sistemas de signos creados culturalmente, hacía surgir transformaciones y formaban el puente entre las primeras y las posteriores formas del desarrollo individual.

Tomando en cuenta lo anterior, propuso una teoría marxista del funcionamiento intelectual humano que incluye tanto la identificación de los mecanismos cerebrales subyacente a la formación y desarrollo de las funciones psicológicas, como la especificación del contacto social en que ocurrió tal desarrollo.

Los objetivos de su teoría eran:

"Caracterizar los aspectos típicamente humanos del comportamiento para elaborar hipótesis de como esas características se forman a lo largo de la historia humana y se desarrollan a lo largo de la vida del individuo". (Vygotsky, 1996).

Por lo que, se debe entender que el hombre es un ser histórico-cultural, el cual está determinado por las interacciones sociales; es decir, por medio del lenguaje el individuo es determinado y es determinante de los otros individuos; la actividad mental es exclusivamente humana y es resultante del aprendizaje social, de la interiorización de la cultura y de las relaciones sociales; por otra parte, el desarrollo es un proceso largo, el cual tiene saltos cualitativos, que ocurren en tres momentos: de la filogénesis a la sociogénesis; de la sociogénesis a la ontogénesis y de la ontogénesis a la microgénesis.

Por otra parte, la actividad cerebral es una actividad que interioriza significados sociales que están derivados de las actividades culturales y mediados por signos, así que el lenguaje es el principal mediador en la formación y en el desarrollo de las funciones psicológicas superiores y comprende varias formas de expresión (oral, gestual, escritura, artística, musical y matemática); por último, el proceso de interiorización de las funciones psicológicas superiores es histórico, mientras que las estructuras de percepción, atención voluntaria, la memoria, emociones, pensamiento, lenguaje, resolución de problemas y el comportamiento asumen diferentes formas, de acuerdo con el contexto histórico de la cultura.

Postuló que el individuo tenía funciones psicológicas elementales, las cuales son de origen biológico, están presentes en los niños y en los animales y se caracterizan por las acciones involuntarias (o reflejas), por las reacciones inmediatas (o automáticas) y sufren control del ambiente externo. Mientras que las funciones psicológicas superiores son de origen social y están presentes solamente en el hombre, se caracterizan por la intencionalidad de las acciones, que son mediadas. Las funciones psicológicas superiores, a pesar de que tengan su origen en la vida sociocultural del hombre, sólo son posibles porque existen actividades cerebrales. En efecto, esas funciones no tienen su origen en el cerebro, aunque no existen sin él, pues se sirven de las funciones elementales que, en última instancia, están conectadas a los procesos cerebrales.

El principal mediador en el desarrollo de las funciones psicológicas superiores es el lenguaje, ya que es un sistema simbólico, elaborado en el curso

de la historia social del hombre, que organiza los signos en estructuras complejas permitiendo, por ejemplo, nombrar objetos, destacar sus cualidades y establecer relaciones entre los propios objetos.

El surgimiento del lenguaje, representa un salto cualitativo en el psiquismo, originando tres grandes cambios. La primera está relacionada al hecho de que el permite entrar en contacto con objetos externos no presentes. La segunda permite abstraer, analizar y generalizar características de los objetos, situaciones y eventos. Y la tercera se refiere a su función comunicativa; en otras palabras, “la preservación, transmisión y asimilación de informaciones y experiencias acumuladas por la humanidad a lo largo de la historia”. (Rego, 1998 citado en Lucci, 2006). En consecuencia, el lenguaje constituye el sistema de mediación simbólica que funciona como instrumento de comunicación, planificación y autorregulación.

Un punto importante en la teoría de Vygotsky es la búsqueda de explicaciones sobre los procesos psicológicos, los cuales no inician en el individuo, sino que la unidad de análisis es necesario ubicarla en la interacción social; este planteamiento fue una serie confrontación para la psicología tradicional, la cual estaba centrada en los procesos individuales, en la mente o la conducta aislada de las interacciones.

Vygotsky realizó la “Ley genética general del desarrollo cultural”, en la cual afirma que todas las funciones psicológicas superiores aparecen primero en el plano interpsicológico y posteriormente en el plano intrapsicológico, esto surge a través de las participaciones en actividades que requieren funciones cognoscitivas o comunicativas. Por lo tanto, el uso de herramientas materiales y conceptuales de la sociedad un es “amplificador cultural” importante para entender los procesos cognoscitivos de los niños.

Para que la apropiación se lleva a cabo, Vygotsky propone delimitar dos niveles de desarrollo: el real y el potencial; el nivel real es el desarrollo de las funciones mentales de un niño, suponiendo toda aquella actividad que el niño

puede realizar por si mismo, por otro lado, si “otro” ofrece ayuda o se muestra como llegar a esa solución y lo soluciona, estamos hablando del nivel de desarrollo potencial.

Sin embargo, existe un tercer nivel, el cual es la diferencia entre lo que puede hacer un niño solo y lo que puede hacer con ayuda, esto lo llamo Zona de Desarrollo Próximo. En palabras de Vygotsky (1979), la Zona de Desarrollo Próximo es:

“La distancia entre el nivel real de desarrollo, determinado por la capacidad de resolver independientemente un problema, y el nivel de desarrollo potencial, determinado a través de la resolución de un problema bajo la guía de un adulto o en colaboración con otro compañero más capaz”

2. EL JUEGO INFANTIL

El juego visto desde un punto social es considerado como un momento de ociosidad, en el cual el infante no adquiere un aprendizaje, por razones religiosas se ha considerado como una actividad ociosa o lo relacionan con lo festivo (López de Sosoaga, 2004). Por otra parte Caillois (1958), presentó el juego como una actividad improductiva, por no crear ni bienes, ni riqueza, ni tampoco elemento nuevo de ninguna especie.

Actualmente en la literatura se considera que durante el juego se incluyen una serie de procesos que contribuyen al desarrollo físico, social y afectivo del infante; ya que jugar es participar en una situación interpersonal en la que están presentes la emoción, la expresión, la comunicación, el movimiento y actividades inteligentes; además, los menores aprenden por medio del juego (Retamal, 2006).

Según Retamal, se debe entender el juego como un recurso metodológico propio de la educación inicial, en las etapas evolutivas infantiles, en los procesos de desarrollo, de cómo se aprende y cómo se crean ambientes propicios para la actividad lúdica, se deben plantear lineamientos generales para impulsar espacios de juego que propicien el desarrollo integral infantil. Para un niño o niña el juego propicia un mundo imaginario que puede dominar, implica elementos de aventura y es la base para la estructuración del lenguaje, también se establecen relaciones interpersonales y a su vez propicia el dominio del cuerpo físico.

Para Garaigordobil (2008), adicionalmente el juego guarda conexiones sistemáticas con lo que no es juego; es decir, con el desarrollo del ser humano en otros planos como son la creatividad, la solución de problemas, el aprendizaje de papeles sociales; no es sólo una posibilidad de autoexpresión para los niños, sino también de autodescubrimiento, exploración y experimentación con sensaciones, movimientos, relaciones, a través de las cuales llegan a conocerse a sí mismos y a formar conceptos sobre el mundo.

Desde el punto de vista de Garaigordobil, la interrelación entre el juego y el desarrollo integral del niño presenta los siguientes niveles:

- El juego estimula las capacidades del pensamiento y la creatividad.

Desde el punto de vista del desarrollo intelectual, jugando los niños aprenden, porque obtienen nuevas experiencias, porque es una oportunidad para cometer ciertos errores, para aplicar sus conocimientos y para solucionar problemas. Crea y desarrollo estructuras de pensamiento, y es un instrumento de investigación cognoscitiva del entorno.

- El juego favorece la comunicación y la socialización.

Mediante el juego entra en contacto con sus iguales, lo que le ayuda a ir conociendo a las personas que le rodean, a aprender normas de comportamiento y a descubrirse a sí mismo en el marco de estos intercambios. A partir de los juegos de representación, los niños descubren la vida social de los adultos y las reglas que rigen estas relaciones. El juego es un importante instrumento de socialización y comunicación, es uno de los caminos por los cuales los niños y niñas se incorporan orgánicamente a la sociedad a la que pertenecen.

- El juego es un instrumento de expresión y de emociones.

El juego es un instrumento de expresión y control emocional que promueve el desarrollo de la personalidad, el equilibrio afectivo y la salud mental, el juego procura placer, entretenimiento y alegría de vivir, lo que le permite al niño expresarse libremente, encauzar sus energías positivamente y descargar sus tensiones, además de que es un refugio frente a las dificultades, donde re-elabora su experiencia y la acomoda a sus necesidades.

Sobre la misma temática, Blanes, Martínez y Vicente (s.f.) mencionan que a través del juego se adquieren diferentes capacidades como:

- a) *Procesos cognitivos*: son procesos mentales, como atención, memoria, imaginación, percepción, aprendizaje, lenguaje, comunicación, etc.

- b) *Procesos psicomotores*: son aquellos aspectos del desarrollo relacionados con movimiento, equilibrio y motricidad.
- c) *Inteligencia*: comprende aspectos del pensamiento y el raciocinio.
- d) *Desarrollo de la personalidad*: se refiere fundamentalmente a la forma particular e individual de entender, comportarse y adaptarse al entorno.
- e) *Desarrollo de aspectos sociales y afectivos*: abarca los aspectos referentes al mundo de las relaciones personales, integración social y aspectos emocionales.

Desde un enfoque histórico-cultural, el juego tiene un carácter social, el cual surge y se desarrolla bajo la influencia, intencionada o no, de los adultos (Esteva, 2000). No posee una mera función de entretenimiento, sino que posee una función epistémica (Lecannelier, 2005), ya que es la manera en la cual el niño puede ordenar los temas de su vida con las herramientas que tiene a la mano.

El juego es de vital importancia para la adquisición de ciertos aspectos básicos de la vida de las personas, como las conductas de apego y vinculación afectiva, las habilidades comunicativas y la capacidad de gestionar la libertad y la toma de decisiones, así como el desarrollo del pensamiento creativo.

El juego es una actividad social, es un comportamiento aprendido en el grupo de pertenencia.

Varios autores han abordado el juego y lo han explicado de diversas maneras, a continuación se presentan algunas perspectivas teóricas, de acuerdo a su aparición:

Spencer (1855, citado en Redondo, 2008), caracteriza el juego como un comportamiento natural, donde se expresa el exceso de energía que los animales acumulan en el desarrollo; en el caso de los niños, el juego incide positivamente en el desarrollo.

Para Lazarus (1883, citado en López de Sosa, 2004), con su teoría de la relajación, postuló que el juego se ve como un método para recuperar energía

en un momento de déficit; para este autor jugar es un cambio de actividad que restablece el equilibrio. Es una teoría adecuada para los adultos; sin embargo, al intentar un análisis con niños, presenta algunas deficiencias, ya que la principal actividad de un niño es el juego y en él gasta su energía.

Por otra parte, Groos (1898, citado en Redondo, 2008), mencionó que el juego sirve para adiestrar a los niños y prepararlos para el futuro; se basa principalmente en el pensamiento que durante la infancia es necesario ejercitarse en tareas y habilidades necesarias para la vida adulta.

Según Clapadère (1932, citado en López de Sosoaga, 2004), el juego sustituye la realidad por la ficción, y permitir el desarrollo de la personalidad del niño, dónde su conducta se transforma en acto lúdico a causa de la ficción. Para este autor el juego pedagógicamente es un medio útil para movilizar al niño en lo se podría considera como los antecedentes de la escuela activa; en este sentido, afirma que el juego es el puente que une la escuela y la vida.

Para, Piaget (1932, citado en Redondo, 2008), menciona que el juego forma parte de la función cognitiva general del sujeto; relaciono los juegos infantiles con el desarrollo del conocimiento que los niños tienen sobre la sociedad y las normas convencionales. Desde la perspectiva piagetiana se puede observar la evolución de los juegos en el niño así como se relaciona con los principios del desarrollo de las estructuras cognoscitivas. Por lo que, elaboro tres categorías en las cuales dio una explicación e interpretación del juego según la estructura del pensamiento del niño.

1) Juego de repetición.

Prolonga la ejecución de alguna acción por el puro placer funcional, se encuentran los juegos de ejercicio de pensamiento, cuya diferencia que existe en la siguiente etapa es de no ser simbólicos. La extinción de estos juegos acontece por la saturación, cuando el dominio de la acción es tal que ya no se espera ningún aprendizaje. El juego de ejercicio evoluciona y "...se transforma en una de tres: primero, se acompaña de imaginación representativa y deriva entonces hacia

el juego simbólico; segundo, se socializa y se orienta hacia el juego de reglas; tercero, conduce a adaptaciones reales y sale del dominio del juego para entrar en el de la inteligencia práctica o en los dominios intermediarios.” (Piaget, 1990).

2) Juego simbólico.

Aparece como una actividad predominantemente asimiladora y es a través del símbolo que el sujeto va a representar un objeto ausente bajo una forma de representación ficticia, donde la ligadura entre el significante y el significado estará en función de los intereses subjetivos y lejos de la función convencional que ejercen los signos en el lenguaje socializado. La imaginación simbólica que implica la combinación libre y la asimilación recíproca de los esquemas, que aparece alrededor del segundo año de vida y su apogeo en los 4 años, aleja al juego del simple ejercicio, aunque en el simbolismo queden subsumidos en muchas ocasiones las acciones o ejercicios del estadio precedente. Entre los 4 y los 7 años los juegos simbólicos comienzan a declinar y el símbolo va perdiendo su carácter de deformación en vías de una representación imitativa de la realidad.

3) Juego reglado.

Este tipo de juego implica relaciones sociales o interindividuales, donde la regla supone una regularidad impuesta por el grupo y cuya trasgresión merece sanción. A la edad de 11 ó 12 años el simbolismo disminuye a una mayor adaptación social y aparecen los trabajos manuales, los dibujos y las construcciones cada vez más adaptados a lo real. Cabe mencionar que la regla implica una obligación, distinguiéndose dos tipos de reglas: las transmitidas que se institucionalizan y surgen del contexto social pasando de generación en generación y las reglas espontáneas que suponen convenios momentáneos. Este último tipo de reglas acontece solo entre los pares y se observa como se establecen la reciprocidad y la socialización. “Los juegos de reglas, son juegos de combinaciones sensoriomotoras o intelectuales con competencia de los individuos y regulados por un código transmitido de generación en generación o por acuerdos improvisados”.

Piaget desecha la idea de que el juego es una función aislada y lo relaciona con los procesos de desarrollo constructivo y tiene una continuidad con el desarrollo del pensamiento.

A través del juego, los niños comienzan a comprender cómo funcionan las cosas, lo que puede no puede hacerse con ellas, descubre que existen reglas de casualidad y de conducta, las cuales deben aceptar si quieren jugar o que jueguen con otros niños.

Por otra parte, Huizinga en *Homo Ludens* (1938) define el juego como “una acción u ocupación libre, que se desarrolla dentro de unos límites temporales y espaciales determinados, según reglas absolutamente obligatorias, aunque libremente aceptadas, acción que tiene su fin en sí misma y va acompañada de un sentimiento de tensión y alegría y de la conciencia de ‘ser de otro modo’ que en la vida corriente”.

Según Torres y Torres (2007) el juego es el eje central para observar los cambios gestuales y cognitivos que se producen en los niños, al mismo tiempo se puede observar el entusiasmo que demuestras en las diversas actividades que realizan; por lo tanto, el juego cumple la misión de enlazar contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales con los valores inherentes a una comunidad. Un juego bien planificado fácilmente cubre la integración de los contenidos de las diversas áreas y entrelaza los ejes transversales de una manera armoniosa y placentera.

Erikson (1972), define el juego de la siguiente manera:

- El juego y el dominio de la realidad. El juego infantil no es equivalente al juego adulto, por ese motivo no constituye para el niño una recreación. El niño que juega avanza hacia otras etapas de dominio mientras que el adulto que juega pasa a otra realidad.
- El juego es para el niño una tarea interminable.
- El juego como prefiguración. Sitúa la edad del juego en el tercer estadio, es una actividad intensa y necesaria, es esencial para el crecimiento infantil y

capaz de prefigurar, en un espacio-temporal ficticio; se plasman y moldean conductas, ya que permiten que desarrolle su personalidad.

Para Winnicott (1979, citado en Redondo, 2008), la elección y desarrollo de los juegos se realiza a partir del apego de la criatura a ciertas figuras y objetos, sobre las cuales proyecta representaciones mentales que son símbolos íntimos y cargados emocionalmente. El motor de la acción lúdica es la comunicación afectiva del niño con los objetos de apego.

Según Freud (1979, citado en Torres y Torres, 2007) el juego se sitúa dentro del orden de la fantasía, y se considera como una actividad donde el principio del placer es el que rige; quién más disfruta de la actividad lúdica es el niño o la niña. El individuo en crecimiento cesa de jugar, aparentemente renuncia al placer que lograba con el juego; en realidad, cuando el individuo deja de jugar lo que hace es prescindir del apoyo que mantenía en los objetos reales y en lugar de jugar se recrea con la fantasía.

Para Bruner (1986), el juego reduce la gravedad de las consecuencias de los errores y los fracasos, no tiene consecuencias frustrantes para el niño, y por ende es un medio de exploración que infunde estímulo, además de que se caracteriza por una conexión entre los medios y los fines, no quiero decir que los niños no busquen una finalidad y no empleen medios para obtenerla en el juego, sino que a menudo cambian de objetivos cuando ya están actuando, para adaptarse a los nuevos medios o viceversa. Una característica que se puede observar en los niños a la hora de jugar, es la nula preocupación por los resultados, ya que le ponen mayor importancia a las modificaciones que se van realizando durante el juego. A pesar de que el juego es espontáneo, a veces se puede utilizar el juego para lograr otros fines. Como en el caso de inculcar valores de la cultura; por ejemplo, la sociedad suele incitar a la competencia en los juegos y naturalmente, el juego sirve para enseñar esta noción y la forma en cómo se aborda la competitividad en los juegos de los niños contribuye ampliamente a desarrollar en ellos una actitud competitiva cuando son adultos.

Por otra parte, Vygotsky (1968) concibe la idea de que una tarea creadora se debe considerar como toda actividad humana generadora de algo nuevo, al observar la conducta se distinguen dos tipos de fundamentales de impulsos; uno de ellos se llama reproductor, el cual está vinculado con la memoria y su esencia radica en que el hombre reproduce o repite normas de conductas creadas y elaboradas previamente; la segunda, es la función creadora, es toda actividad humana que no se limita a reproducir hechos o impresiones vividas, sino que cree nuevas imágenes o acciones, se re-elaboran y crean con elementos de experiencias pasadas nuevas normas y planteamientos.

Este tipo de actividad creadora, dentro del ambiente psicológico se le nombró imaginación o fantasía; dentro de la juega social se entiende como lo irreal, lo que no se ajusta a la realidad y que carece de un valor práctico. Sin embargo, la imaginación, como base de toda actividad creadora, se manifiesta por igual en todos los aspectos de la vida cultural haciendo posible la creación artística, científica y técnica.

Desde una temprana edad se encuentran procesos creadores que se aprecian en sus juegos; en los juegos, reproducen mucho de lo que llegan a ver su día a día, no se limitan en sus juegos a recordar experiencias vividas, sino que las re-elaboran creadoramente, combinándolas entre sí y edificando con ellas nuevas realidades acordes con las aficiones y necesidades del propio niño. El afán que sienten de fantasear con las cosas, es reflejo de su actividad imaginativa, como en los juegos.

Por lo tanto, se debe entender que existe una vinculación entre la fantasía y la realidad en la conducta humana, ya que su comprensión permite ver la imaginación como una función vital y necesaria.

La primera relación que existe entre la fantasía y la realidad consiste en que toda especulación se compone de elementos tomados de la realidad extraídos de la experiencia anterior. Por ejemplo, los mitos, los cuentos, las leyendas, los sueños, etc. son fantasías, sin embargo, en realidad son combinaciones de

diversos elementos tomados de la realidad, sometidos a modificaciones o reelaboraciones.

Una segunda relación, no se realiza entre elementos de construcción fantástica y la realidad, sino entre productos preparados de la fantasía y algunos fenómenos complejos de la realidad. De tal manera, la imaginación adquiere una función de mucha importancia en la conducta y en el desarrollo humano, convirtiéndose en medio de ampliar la experiencia del hombre que al ser capaz de imaginar lo que no ha visto, al poder concebir imágenes basándose en relatos y descripciones ajenas de lo que no experimentó personal y directamente.

Por último, hay una vinculación entre la función imaginativa y la realidad; el enlace emocional, es decir, toda construcción influye recíprocamente en nuestros sentimientos, y aunque esa estructura no concuerde con la realidad, todos los sentimientos que provoque son reales, auténticamente vividos por el hombre que los experimenta.

Sin embargo, ¿en qué se diferencia la imaginación del niño a la del adulto y cuál es la línea principal de su desarrollo en la edad infantil?

Contestando esta pregunta, durante la infancia, la fantasía es más rica y variada que en la edad adulta; sin embargo, la experiencia del infante es escasa en comparación a la de un adulto; además de que sus intereses son más simples, pobres y elementales, y su interés por el medio ambiente carece de la complejidad, de la precisión y de la variedad que caracterizan la conducta del adulto. En este caso tomando en cuenta lo anterior, la imaginación del niño no es más rica, sino más pobre que la del adulto; en el proceso de crecimiento del niño se desarrolla también su imaginación, que alcanza su madurez sólo en la edad adulta.

2.1 Tipos de juego

El niño, cuando juega se divierte, pero otros niños se toman el juego muy en serio; ya que jugar es una forma de afirmar su personalidad y mejorar su

autoestima, es una experiencia de libertad, de ficción y a veces implica un esfuerzo físico y/o intelectual.

Como se ha mencionado anteriormente el juego es entendida como la forma de expresión principal de los niños, ya que a través de este, pueden expresar sus deseos, fantasías, temores y sentimientos; cuando los niños juegan no solo es para repetir situaciones placenteras, sino también, para re-elaborar las que resultaron más dolorosas (Escabias, 2008).

A través del juego, los niños comienzan a comprender cómo funcionan las cosas, lo que puede o no puede hacer con ellas, comienza a descubrir que existen reglas de causalidad y conducta, las cuales deben aceptar si quieren jugar o jugar con otros niños.

Para esta autora una parte importante del juego, son las variaciones que se presentan en las diferentes edades:

- De los 2 a 3 años, aparece el juego simbólico, directamente relacionado con las tres áreas de conocimiento establecidas por el sistema educativo: área de identidad y autonomía personal, área de medio físico y social y área de comunicación y representación.
- De 3 a 4 años, se diferencian los juegos en cuanto a géneros; en esta edad el papel del educador es fundamental en cuanto a la reducción de estereotipos y la educación para la igualdad de oportunidades de ambos géneros.
- De 4 a 5 años, toma más importancia el juego simbólico y el juguete, lo niños crean y recrean situaciones en función de su imaginación.
- De 5 a 6 años, el juego con otros es más significativo, surgen los juegos reglados, en el cual las reglas al respetarse, los une y los hace diferentes.

A través de la variedad del juego, se desprenden diferentes tipos de juego como:

- a) Juego simbólico, de representación o ficción: estimulan la comunicación y cooperación con los iguales, amplían el conocimiento del mundo social del adulto y prepara al niño para el mundo adulto y del trabajo.
- b) Juegos de reglas: son aprendizaje de estrategias de interacción social, facilitan el control de la agresividad y un ejercicio de responsabilidad y democracia.
- c) Juegos cooperativos: facilitan la aceptación interracial, promueven la comunicación e incrementan los mensajes positivos en el seno del grupo, mejoran el autoconcepto, aumentando la aceptación de uno mismo y de los demás, aumentan el nivel de participación en actividades de clase, estimulan los contactos físicos positivos en el juego libre, y disminuyendo los contactos físicos negativos y las interacciones verbales negativas, incrementan las conductas de cooperar y compartir; es decir, la conducta pro-social, las cuales potencializan la conducta asertiva disminuyendo las conductas pasivas y agresivas y mejora el ambiente o clima social del aula.

Por otra parte, Piaget (1990) elaboro tres categorías, que permitieron dar una explicación del juego según el pensamiento del niño.

1. Juego de ejercicio o repetición.

Existe la prolongación de alguna acción por el puro placer y no de índole simbólico; este juego se extingue por la saturación; es decir, cuando ya predomina un dominio de a acción y ya no hay más que aprender.

2. Juego simbólico.

Actividad asimiladora y es a través del símbolo que el sujeto va a representar un objeto ausente bajo una forma de representación ficticia, donde la ligadura entre el significante y el significado estará en función de los intereses subjetivos y lejos de la función convencional que ejercen los signos en el lenguaje socializado. Su apogeo es alrededor de los 4 años, y entre los 5 y 7 años los

comienza a declinar y el símbolo va perdiendo su carácter de deformación en vías de una representación imitativa de la realidad.

3. Juego reglado.

Se encuentran implicadas las relaciones sociales o interindividuales y la regla supone una regularidad impuesta por el grupo y cuya trasgresión merece una sanción impuesta por el mismo grupo. A la edad de 11 o 12 años, existe una mayor adaptación social y aparecen los trabajos manuales, dibujos y construcciones adaptadas a lo real. Durante el juego reglado, existe una serie de reglas las cuales implican una obligación y se distinguen dos tipos:

- Transmitidas. Se institucionalizan y surgen del contexto social.
- Reglas espontáneas. Suponen convenios momentáneos.

Este último tipo de reglas acontece solo entre los pares y se observa como se establecen la reciprocidad y la socialización.

Uno de los principales tipo de juegos que se presentan en los niños es el juego sociodramático, el cual Vygotsky (citado en Lobato, 2005) lo define como una forma de ensayar conductas del mundo adulto, atribuyendo a los objetos un significado personal y cultural; a través de las representaciones de su vida diaria ponen en práctica sus conocimientos sociales, sus esquemas sobre el mundo y los contrastan con sus compañeros de juego. Los jugadores deben cumplir una serie de reglas, las cuales no están escritas explícitamente, estas normas vienen marcadas por la coherencia del guion y la conducta del personaje.

En el juego sociodramático también se practican y se contrastan los esquemas de género; es decir, las ideas acerca de lo que debe ser o hacer un niño o niña; son construcciones mentales elaboradas por los individuos como fruto de las experiencias sociales en las que se ratifican las conductas socialmente acotadas y se castigan las desaprobadas.

El adulto, puede intervenir en la dinámica del juego realizando un papel de mediador (Bruner, 1984), participando en la configuración de la escena, en la

representación de papeles o simplemente ofreciendo orientaciones, sin robar nunca la iniciativa a los protagonistas del juego, desde un punto de vista sociocultural, el papel del mediador (adulto) es importante, ya que ayuda en la construcción del símbolo lúdico.

Por otra parte, otro tipo de juego que es representativo en los niños es el juego de reglas, el cual Piaget lo explica como “una actividad lúdica del ser socializado. Los juegos de reglas son juegos de combinaciones sensoriomotoras o intelectuales con competencia de los individuos y regulados por un código transmitido de una generación a otra o por un simple acuerdo entre las partes” (Piaget, 1945).

Piaget divide las actividades lúdicas en las siguientes categorías:

- Juegos de ejercicio: repeticiones agradables que corresponden al estadio sensoriomotor.
- Juegos simbólicos: asimilación de la realidad al ego; juegos de ficción.
- Juegos de reglas: tendencia al formalismo, las reglas son arbitrarias.
- Juegos de construcción: desde los cubos al modelismo.

Otro juego representativo en el niño es el juego de roles, el cual Esteva (2000) lo define como un juego determinado por la iniciativa y el interés de los propios niños; dividió el juego de roles en 5 niveles:

1. Etapa preliminar en la formación de juegos de roles. El niño no ve más allá del “juego de imitación”, ya que se limita a reproducir las mismas acciones que observa en la vida cotidiana y con los mismos objetos, estos objetos son enteramente representativos y no tiene manipulación libre.
Los niños prefieren jugar solos, y aunque tenga a un niño cercano, la interacción entre ellos es mínima; en el caso de que exista la interacción es quitando algún objeto, el niño ve lo que está haciendo el otro, entre otros.
2. El niño ya no hace una simple reproducción con los juguetes representativos, incorpora sus vivencias las cuales se consideran como acciones lúdicas. Las vivencias pueden estar referidas a cosas que hace

habitualmente y también lo que hace un adulto que lo rodea, en este tipo de juegos el niño realiza sonidos onomatopéyicos representativos del objeto, por ejemplo el sonido de un carro.

Al niño le llama más la atención el objeto mismo y aún no se puede hablar de acciones ligadas a un rol determinado. En este nivel los niños se relacionan entre sí, ya sea por casualidad o motivados por el interés en el juguete.

3. El niño realiza varias acciones lúdicas que no están vinculadas entre sí de manera lógica. Es capaz de emplear un objeto como sustituto de otro o de realizar la acción como uno imaginario. Es necesario que el niño le dé el nombre al objeto que esta representando; es decir, si una niña esta usando un palito para darle de comer a su muñeca dice que es una cuchara, o si la peina, entonces es un peine.

Estás acciones representan relaciones lúdicas, ya que el niño juega con otros compañeros y se relaciona con ellos a partir del rol que se asignó.

4. Las acciones lúdicas guardan relación unas con otras y se unen en secuencias que conforman la trama de un argumento; el rol ya no aparece de manera incidental como consecuencia de las acciones que el niño realiza, sino que él se lo atribuye y actúa su papel asignado. El niño es capaz de desarrollar situaciones lúdicas sin limitaciones en la utilización de los objetos necesarios, porque él mismo busca los objetos y les atribuye el significado, según la acción que le interesa realizar.

Las relaciones lúdicas se pueden observar, en el momento de iniciar el juego, ya que los niños son los que se ponen de acuerdo para decidir qué van a jugar, qué van a ser cada uno, qué necesitan para desarrollar el juego y organizar el lugar que eligieron con anterioridad.

5. Las situaciones lúdicas son más creativas y el niño puede reflejar múltiples vivencias con la incorporación de una variedad de roles, los cuales mantienen relaciones lúdicas estables durante todo el argumento; es decir, el niño respeta las reglas ocultas en estos e incluso acepta las reglas de

subordinación. Entre los niños se ponen de acuerdo en qué van a jugar y qué es lo que necesitan para el juego.

En resumen, los dos primeros niveles de desarrollo del juego son característicos de los niños que están en su segundo o tercer año de vida, los demás niveles corresponden a la edad escolar que sería entre los cuatro y seis años, sin embargo, en cualquier grupo etario pueden estar presentes los diferentes niveles de desarrollo, porque no son inherentes de la edad. Por ejemplo, hay niños que pueden crear situaciones lúdicas que evidencien imaginación, junto a otros que manifiestan grandes limitaciones para utilizar un objeto sustituto. Es importante entender que el desarrollo no se produce al mismo tiempo en todos los niños, ni de manera similar en todos los indicadores; por ejemplo, los niños que alcanzan el cuarto nivel en cuanto a la realización de acciones, pero en las relaciones con sus compañeros, se encuentran en un tercer nivel.

2.2 El juego y el desarrollo social, intelectual, afectivo y físico, del niño.

Como se ha mencionado antes, los niños juegan por variadas razones, para: liberar energía, integrarse socialmente, porque le motiva la actividad, para afirmar su personalidad, explorar y descubrir, y/o gozar con lo creado, o para exteriorizar sus propios sentimientos, entre otros (Dorado, 2008).

Por otra parte, Redondo (2008) menciona que el juego es de vital importancia para la adquisición de aspectos básicos de la vida de las personas, como las conductas de apego y vinculación afectiva, las habilidades comunicativas y la capacidad de gestionar la libertad y la toma de decisiones, así como el desarrollo del pensamiento creativo.

Para Lecannelier (2005), el juego no es una mera función de entretenimiento, sino que posee una función epistémica, ya que es la manera que tiene el niño de poder ordenar los temas de su vida, con las capacidades que tiene a la mano. Además de que el juego propicia un mundo imaginario que puede dominar, en el cual se implican elementos de aventura y es la base para la

estructuración del lenguaje, también se establecen relaciones interpersonales y a su vez propicia el dominio del cuerpo (Retamal, 2006).

Tomando en cuenta que el juego es de vital importancia en el desarrollo del niño, es necesario entender todas las implicaciones que conlleva el juego y su influencia en la vida del niño, Bruner (1986), propuso funciones fundamentales para potenciar el desarrollo del niño:

1. En el juego reduce la gravedad de las consecuencias de los errores y los fracasos. En consecuencia el juego no tiene consecuencias frustrantes para el niño.
2. El juego sirve como medio de exploración e invención. Una característica importante que tienen los niños cuando juegan, es la nula preocupación por los resultados, ya que le ponen mayor importancia a las modificaciones que se realizan durante el juego.
3. El juego rara vez es aleatorio o casual, al contrario, parece obedecer a un plan, donde es importante observar cuál es la finalidad formal de un juego.

Es importante entender que el juego influye en el desarrollo de la personalidad de cada infante, así como se constituyen en un medio espontánea de expresión y de aprendizaje, en el que interaccionan todos los sentidos, al manipular, investigar y crear nuevas situaciones; a su vez, ejercita los hábitos intelectuales, físicos, sociales y éticos, y al mismo tiempo ayuda a reducir tensiones, a defenderse de frustraciones, a evadirse de lo real y como se ha mencionado antes, a reproducir situaciones placenteras (Guzmán, 2008).

Por otra parte, Macarena (2008) menciona que, a través del juego se promueve mantener el cerebro y el cuerpo ocupados y en actividad y propositivamente; en base a la variedad de juegos existentes, los niños pueden desarrollar sus capacidades, como la confianza en sí mismo, que proporcionan situaciones sociales adecuadas para practicar su relación entre pares, además de que es posible que ellos exploren sus potencialidades y limitaciones.

Por medio del juego simbólico, el niño “dialoga con la vida” (Guzmán, 2008); es decir, en base al juego pueden asumir diferentes roles o transformar los objetos para que se ajusten a sus necesidades de expresión. Además de que le ayuda a conocer las reglas sociales, respondiendo a las necesidades propias de cada período evolutivo; por lo tanto, constituye una acción capaz de comprometer a quiénes participan a crear vínculos interpersonales y grupales, facilitando la comunicación y la exploración del mundo que lo rodea.

Dentro de un ambiente escolar, el juego es parte fundamental en el desarrollo del niño, ya que dependiendo de la edad, preferencias en cuanto al tipo de juego, ya sea grupal o individual, dirigido por adultos o libre, pueden encaminarse a un aprendizaje pedagógico o simplemente lúdico (Guzmán, 2008). Además de que propicia el desarrollo de capacidades y patrones motores, formas de percibir y procesar la información, de pensar, de resolver situaciones, adquirir habilidades comunicativas o sociales.

Como se ha argumentado, el juego es una parte fundamental en la vida del niño y su influencia se ve en el desarrollo social, intelectual, afectivo y físico. A continuación se describirá cada uno:

2.2.1 Desarrollo social.

El sentido de identidad cultural y social se desarrolla entre los 2 y los 6 años y está acompañada por sentimientos que los niños tienen que aprender a manejar. Dentro de estos sentimientos encontramos el miedo y la ansiedad, la ira y la aflicción, el afecto y el júbilo y la curiosidad sexual. La sociedad inhibe la expresión de variados sentimientos, tanto positivos como negativos, en el niño (por ejemplo, la ira). Los padres desean que sus niños aprendan reglas de regulación emocional, para así adaptarse y enfrentarse a la sociedad. Según Kopp (citado en Papalia, 1997), el niño no deja de resistirse a las indicaciones de la sociedad, sino que se vuelve capaz de presentar sus necesidades en forma más satisfactoria y menos emocional.

En el desarrollo social del infante se presenta la socialización, que describe el proceso mediante el cual el niño aprende a canalizar sus sentimientos para realizar acciones placenteras. Además, de que fomenta una conducta pro-social, la cual según Papalia y Wendkos (1997), esta presente desde los 4 hasta los 13 años, y se desarrolla un razonamiento mental y la capacidad de tomar el papel de otros. En el desarrollo social un factor importante es la familia, ya que constituye un ejemplo y enseñanza de normas aceptadas por la sociedad.

Según Amar (1998), la familia es la fuente más importante de educación informal permanente en los niños, por lo que para entender como se relaciona el infante, primero se debe entender como se relaciona la familia y como responde a las exigencias de la misma sociedad.

Una característica importante que se presenta en el desarrollo del infante, es cuando simultáneamente se da el desarrollo y se inserta socialmente a su cultura. En este proceso se apropian de valores, ideales, normas y creencias del entorno cultural, y se desarrolla su singularización (proceso por medio del cual se configura como un sujeto único); en palabras simples y para entender el proceso del desarrollo social, el infante debe estructurar su psiquismo, posteriormente se constituye como sujeto singular y a la vez se va integrando a la cultura a la que pertenece.

Berger y Luckmann (1989) establecen una distinción entre socialización primaria y secundaria. La socialización primaria es la primera que atraviesa el niño y se produce fundamentalmente en el contexto familiar, en ella el niño construye su mundo personal y al mismo tiempo se convierte en miembro de la sociedad. Por otra parte, mediante la socialización secundaria, el individuo se inserta a nuevos sectores del mundo objetivo de su sociedad como es el caso de la escuela, el trabajo, política, religión, entre otros.

Siguiendo la línea de Berger y Luckmann, durante la edad escolar, el niño comienza a desempeñarse como miembro de la sociedad: despliega actividades y vínculos fuera del grupo familiar, tiene en cuenta normas en la escuela y en la

práctica de juegos y deportes, y se apropia de contenidos propuestos por su cultura.

En el campo de la psicología se le denomina conocimiento social a los conocimientos de diversos aspectos del mundo sociales tales como los distintos roles sociales, los sistemas de valores y creencias; durante la niñez, la percepción del mundo social es producto de un trabajo personal del niño, a la vez el proceso de estructuración subjetiva es atravesado por valores, ideales, construcciones imaginarias que el espacio instituye, sostiene y garantiza.

2.2.2 Desarrollo intelectual.

En 1950, Piaget definió la inteligencia como un proceso que ayuda al organismo a adaptarse a su ambiente; en este caso, la adaptación según Piaget, es cuando el organismo no puede afrontar las demandas de su situación inmediata y a medida que los niños maduran, adquieren estructuras cognoscitivas o esquemas, estos esquemas son patrones de pensamiento o acción que se utilizan para explicar algún aspecto de una experiencia (Shaffer, 2000).

Desde el punto de vista de Shaffer, el desarrollo de los niños y su inteligencia, se van construyendo en forma activa con nuevos conocimientos del mundo basados en sus propias experiencias.

El desarrollo intelectual de acuerdo a las concepciones de Piaget, inician en el período de las operaciones concretas, en el cual se observan manifestaciones que caracterizan la culminación del pensamiento intuitivo, y aproximadamente entre los 7 u 8 años hasta los 11 o 12 años de edad se organizan y consolidan las operaciones concretas; es decir que se produce el pasaje de la representación egocéntrica que es una característica del pensamiento intuitivo, a la representación conceptual.

Un niño o una niña que deja de jugar, de moverse libre y creativamente, está perdiendo la posibilidad de enfrentar nuevos retos y vivenciar situaciones que le van a permitir situarse en una actitud abierta para afrontar nuevos conocimientos y experiencias de cualquier otro campo del saber y hacer humano.

2.2.3 Desarrollo afectivo.

Una característica del desarrollo afectivo es la autorregulación, Carranza, Galián, Fuentes, González y Estévez (2001), la definen como la capacidad de los individuos para modificar su conducta en virtud de las demandas de situaciones específicas. El estudio de la misma en la infancia aúna la investigación de teóricos con diferentes puntos de vista, desde estos diferentes enfoques se han discutido conceptos tales como inhibición de la conducta, autorregulación, o control del yo, todos los cuales implican la habilidad para modificar la conducta de acuerdo con las cogniciones, emociones y la sociedad misma.

De acuerdo con algunas aproximaciones teóricas, al desarrollo de la autorregulación (ej. Block y Block, 1980; Kopp, 1982, citados en Carranza y cols., 2001), los niños van progresivamente incrementando sus capacidades, pasando de controles rígidos, rudimentarios, a mecanismos flexibles de adaptación que les permiten ejercer un control consciente, intencional o voluntario sobre sus propias funciones motivacionales.

Covarrubias (2002), expone de manera más amplia el proceso de autorregulación, el cual se debe entender como la capacidad del infante de plantear, guiar y monitorear su conducta flexiblemente de acuerdo a las circunstancias del cambio. En la autorregulación la conducta del infante es seguida por un plan o meta formulado por el mismo.

Piaget también considero la autorregulación infantil y la entendió como las acciones que el sujeto emprende para compensar los desequilibrios existentes.

Por otra parte, para Vygotsky, la autorregulación se desarrolla a partir de la interacción social, implica la transformación de la relación que se establece con otros y posteriormente se internaliza.

Esta autora propuso los siguientes niveles para el proceso de autorregulación.

1. **Regulación predominantemente externa.** El niño prácticamente es objeto de dominio por los conocimientos, experiencia o afecto de otros. Se subdivide en:
 - a) **Regulación externa promotora de acciones.** Referido a la participación del otro alentando la formación de una acción.
 - b) **Regulación externa correctora de acciones.** Describe la influencia que tiene el otro cuando a partir de modelar una acción o a través de una explicación o castigo se tiene la intención de que el niño reoriente una acción que está ejecutando.
 - c) **Regulación externa que inhibe acciones.** Regularmente la participación del otro cuando pretende inhibir una acción del niño y está asociado a expresiones como “no”, un grito, golpe, regaño, chantaje o amenaza.
2. **Regulación conjunta.** El niño manifiesta una participación activa en la regulación de acciones, conocimiento o reacciones afectivas que son mediadas por el otro. Se subdivide en:
 - a) **Regulación conjunta de actividad.** Cuando el otro realiza esta actividad, los niños ya participan con actividades o movimientos que facilitan la tarea.
 - b) **Regulación conjunta de conocimientos.** Implica que los conocimientos del otro y del niño, se manifiesten y combinen en la realización de una tarea.
 - c) **Regulación conjunta afectiva.** Implica el reconocimiento de preferencias, gustos, aceptaciones y/o rechazos, en suma todas las manifestaciones posibles del afecto tanto del otro como del niño.
3. **Autorregulación.** Cuando en una relación interpsicológica se manifiesta de manera dominante la actividad, el conocimiento o los afectos del niño se está en presencia de un ejercicio de autorregulación.

2.2.4 Desarrollo físico.

El desarrollo físico es un proceso desigual, en el cual, los diferentes sistemas corporales exhiben patrones de crecimiento único; además de que se

muestran variaciones particulares en la tasa de crecimiento de los individuos; es decir, durante el período de crecimiento, en el cual la altura se incrementa y el crecimiento se desacelera, con el paso del tiempo se crea mayor coordinación y desarrollo muscular, junto a un mayor crecimiento óseo. Con respecto a la alimentación, el infante comienza a comer menos, porque la tasa de crecimiento disminuye (Papalia, 1997). Por otra parte, el desarrollo de las estructuras del sistema nervioso central se ha completado, y por ende se despliegan una serie de habilidades motrices, sensorio-perceptivas y del lenguaje; a medida que se despliegan los patrones de crecimiento y maduración, los niños se vuelven capaces de ejecutar movimientos más finos y más precisos (Pizzo, s/a).

Eveleth y Tanner (1990), mencionan que pueden existir variaciones culturales y sub-culturales significativas del crecimiento; estas diferencias asincrónicas pueden ser debido a la herencia de la especie; es decir, el programa de maduración común que comparten todos los humanos.

Como ya se ha mencionado, el desarrollo infantil cuenta con una infinidad de factores, los cuales influyen en la vida del niño; un factor importante es la obesidad infantil. El factor nutricional influye tanto en el desarrollo social, intelectual, afectivo y físico, por consecuencia, la nutrición ya sea deficiente o excedente tiene algún impacto en el desarrollo integral del niño.

3. OBESIDAD INFANTIL

La Organización Mundial de la Salud (OMS <http://www.who.int/es/>) define la nutrición como la ingesta de alimentos en relación con las necesidades dietéticas del organismo; una buena nutrición es una dieta suficiente y equilibrada, combinada con el ejercicio físico regular, es un elemento fundamental de buena salud; dado que una mala nutrición puede reducir la inmunidad, aumentar la vulnerabilidad a las enfermedades, altera el desarrollo físico y mental.

Un concepto fundamental que es necesario agregar para entender cabalmente la nutrición, es la alimentación; la cual consiste en un conjunto de procesos biológicos, psicológicos y sociológicos, relacionados con la ingesta de alimentos, mediante los cuales el organismo obtiene los nutrientes que requiere para su funcionamiento diario. En la alimentación intervienen diversos factores como pueden ser los biológicos como el hambre, las secreciones, la salivación. Los procesos psicológicos en la alimentación son los estados de ánimo, los recuerdos que nos evoca un alimento a través de su sabor y de su olor. Por último, los procesos sociológicos, un claro ejemplo, es el uso de horarios para la ingesta de alimentos (Shills, 2002; Mahan, 2008).

Un indicador importante para medir el estado nutricional de las personas es el análisis antropométrico, y este consiste en el estudio del tamaño, el peso y las proporciones del cuerpo. La evaluación antropométrica permite conocer el estado nutricional de un individuo que nos indica si existe desnutrición, bajo peso, peso normal, sobrepeso u obesidad. Esta medida indica el estado nutricional y es un indicador de desarrollo y crecimiento adecuado en los niños (López, 2009).

La relación entre peso y talla, debe ser considerada cuando se requiere conocer la masa corporal del individuo, a esta relación se le conoce como Índice de Masa Corporal (IMC), el cual se calcula con la siguiente fórmula $IMC = \text{peso (Kg)} / \text{talla (m}^2\text{)}$, donde se relaciona el peso con el cuadro de la talla y nos permite identificar a los individuos que tienen desnutrición, bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad (López, 2009). El valor de IMC nos indica lo siguiente:

- ≤ 15 Desnutrición
- 16 - 18.5 Bajo peso
- 19 - 24.9 Normal
- 25 - 29.9 Sobrepeso
- 30 - 34.9 Obesidad I
- 35 - 39.9 Obesidad II
- ≥ 40 Obesidad III.

(Caballero, 2009 y Pérez, 2008)

La evaluación del estado nutricional es de vital importancia, ya que a partir de este valor se obtienen los datos acerca del consumo de alimentos, y a su vez dan un pronóstico de riesgo de padecer manifestaciones clínicas en el cambio del estado nutricional, ya sea por exceso o deficiencia en la ingesta de alimentos. Lo que se suele buscar con la evaluación de la ingesta de alimentos es encontrar con el menor error posible la estimación de la ingesta de un alimento, grupo de alimento o nutrimentos en un individuo o grupo de individuos (Shills, 2002; Mahan, 2008).

Una consecuencia del consumo excesivo de alimentos es la obesidad, la cual se explica a partir de la ecuación de ingesta y gasto de energía, además se considera como enfermedad sistémica, crónica y recurrente que genera graves riesgos para la salud. Su etiología es compleja, ya que involucra interacciones entre factores de conducta, genéticos y ambientales, que conducen a un desequilibrio entre el consumo de alimentos y el gasto energético del individuo, dentro de la cual la actividad y la inactividad física juegan un papel importante. (López-Navarrete, Perea-Martínez y Loredó-Abdalá, 2008; Caballero, Hernández, Moreno, Hernández-Girón, Campero, Cruz y Lazcano-Ponce, 2007).

Se ha establecido una asociación entre obesidad y la actividad e inactividad física. Los cuales se han documentado en estudios longitudinales y transversales; sin embargo, los estudios que se han realizado no han establecido una relación causal entre la actividad e inactividad física, por lo que, Caballero y cols. realizaron

una investigación con el objetivo de evaluar esta asociación en un diseño longitudinal en adolescentes de la ciudad de Cuernavaca, Morelos. El estudio se derivó del Estudio de Salud Integral de Adolescentes del Estado de Morelos y se desarrolló una intervención para promover la actividad física y una dieta saludable; se elaboró en seis secundarias, de las cuales tres eran grupo control. Se tomaron las medidas antropométricas pertinentes, con el peso y la talla se obtuvo el IMC, para evaluar su estado nutricional se les presentó un cuestionario en el cual se les preguntaba qué tipo de alimentos consumían, además se presentaron una serie de imágenes desde figuras delgadas hasta figuras obesas, las cuales representaban como los niños veían a sus padres. Para evaluar el tiempo dedicado a la actividad o inactividad física (tiempo dedicado a televisión, videojuego o videos) se empleó el Cuestionario de actividad e inactividad de los estudiantes mexicanos (CAINM).

Se analizaron 446 casos de los cuales 231 casos eran del sexo masculino mientras que 215 casos eran del sexo femenino, la media de edad fue de 13.46 años, la media de peso fue de 54.23 kg y la media de talla fue de 156.64. El IMC no varió significativamente en el transcurso del año. Para evaluar el tiempo invertido en ver televisión, se integraron el tiempo total de programas de TV, tiempo de video y de videojuegos; la medición final fue de 3.90 h/d, así como de 0.73 h/d en actividad vigorosa y 0.58 h/d para actividad moderada; hubo una reducción entre la medición inicial y final para el tiempo dedicada a ver televisión en las mujeres, mientras que los hombres realizaron una mayor cantidad de actividades vigorosas. Para evaluar la asociación entre la prevalencia de obesidad o sobrepeso con la actividad e inactividad física, se analizaron el tiempo dedicado a la actividad física vigorosa, moderada y tiempo dedicado a ver TV. En los análisis, la única variable que se asoció con la prevalencia de obesidad o sobrepeso fue el tiempo dedicado a ver videos, la cual se asocia negativamente con la prevalencia de peso. Con respecto, a las demás variables (tiempo de ver TV y formas de actividad e inactividad) no se encontraron diferencias significativas. No se encontró asociación significativa entre el tiempo viendo programas de TV con la prevalencia de sobrepeso u obesidad entre los varones y

mujeres. Se compararon los resultados con los de ENSANUT 2006, y se comprobó que la población estudiada invierte una gran cantidad de su tiempo en ver televisión, la media de tiempo dedicado a ver televisión. A pesar de que existe un tiempo dedicado para la actividad vigorosa, no quedaría incluido dentro de la categoría de “individuos activos”, ya que como se menciono anteriormente la mayoría del tiempo se invierte en ver televisión.

Garrow (1981, citado en Meléndez, s/a), define la obesidad como un exceso de tejido adiposo. En el caso particular de México, Vargas, Bastarrachera, González y Ávila (1999), describieron la obesidad como una entidad patológica crónica para la salud, que se caracteriza por una proporción excesiva de grasa corporal y se relaciona con importantes riesgos de salud. Por otra parte, en los Estados Unidos, toman en cuenta que la obesidad es un estilo de vida desfavorable y se le considero una enfermedad hasta el año del 2008.

En la actualidad, más del 60% de la población mexicana padece sobrepeso y obesidad, por lo que no es de extrañar que las enfermedades cardiovasculares y la diabetes tipo 2 ocurran hoy en día las primeras causas de mortalidad en nuestro país (Sánchez-Castillo, Pichardo-Ontiveros y López, 2004).

En México se han realizado tres encuestas, una en 1988, la segunda en 1999 y la última en 2006; cabe resaltar que las encuestas que arrojaron una mayor cantidad de datos fueron la de 1999 y 2006, ya que proporcionaron información acerca de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en los menos de 18 años. Se observó que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en la población menor a 5 años no se modificó, permaneciendo en 5.1%; la diferencia más importante que se encontró fue en la prevalencia de sobrepeso y obesidad para los niños de 5 a 11 años, donde se aprecia que hubo un aumento de 18.8% a 26%, lo que significa que el sobrepeso y la obesidad en niños de escuelas primarias aumentó 1.02 puntos porcentuales por año.

Diversos agentes ambientales han contribuido a disparar la epidemia de obesidad en las sociedades modernas. Los alimentos disponibles actualmente son

un agente con características que facilitan la ganancia de peso corporal. El incremento en el consumo de bebidas endulzadas con fructosa entre la población, coincide con el incremento en la prevalencia de obesidad; además al tener un bajo nivel de actividad física se constituye en un factor predictor de peso corporal; entonces, un mayor uso de televisión, videojuegos, computadora, automóvil, etc. promueven y facilitan la inactividad física (Laguna, 2005).

Sin embargo, no solo se debe de tomar en cuenta los alimentos y bebidas que consumen o las actividades que realizan, existe un factor que puede ser determinante en el exceso de peso en la población; este factor es el ambiente en el cual se desarrolla la obesidad infantil, ya que existen ciertos ambientes que propician el desarrollo de la obesidad y se conocen como ambientes obesogénicos.

El ambiente obesogénico se define como aquel ambiente que propicia que la gente realice menos actividades físicas y a su vez la orille a consumir una mayor cantidad de alimentos de alta densidad (Meléndez, s/a), el principal ambiente que propicia este desarrollo es la casa seguido de las escuelas.

Además la aparición y gravedad de la obesidad son afectadas por las condiciones ambientes y por el llamado estilo de vida. El estilo de vida de hoy se distingue por la poca actividad física más la combinación de la ingesta de alimentos y bebidas de contenido energético alto. Hay que tomar en cuenta que la actividad física tiene varios efectos positivos, entre ellos, conducir a la pérdida de peso corporal y al mantenimiento de un peso corporal que reduzca el riesgo de ciertas enfermedades (Guevara, 2007).

Retomando los datos obtenidos en la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición (2006) en México, arrojo que la prevalencia de sobrepeso y obesidad en niños de 6 a 11 años fue de 26% en niños y 27% en niñas, Bacardí-Gascón, Jiménez-Cruz, Jones y Guzmán-González (2007), realizaron un estudio con el propósito de determinar el grado de sobrepeso, obesidad, obesidad extrema y obesidad abdominal en niños de escuela públicas y privadas en Ensenada, Baja

California para valorar el grado de correlación de acuerdo al sexo y a las características de las escuelas.

En el estudio participaron un total de 267 escuelas, de las cuales 234 eran escuelas públicas y 33 escuelas privadas. El muestreo se realizó en dos etapas: 1) al azar se eligieron 30 escuelas públicas y 23 privadas, posteriormente fueron 30 grupos de escuelas públicas y 30 grupos de escuelas privadas. La muestra final se conformó de un total de 967 niños de los cuales 536 eran de escuela públicas y 431 de escuelas privadas. Para esta investigación se tomaron las siguientes medidas: el peso, la estatura y la circunferencia de la cintura, posteriormente se calculó el IMC.

Al evaluar la frecuencia de escolares con sobrepeso y obesidad, no se observaron diferencias entre género, ni entre escuelas a la cual asistían, por otra parte, tampoco se observaron diferencias significativas en las medias de IMC entre niños y niñas en general; sin embargo, la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue mayor en niños y niñas que asisten a escuela privadas.

Del 100% de la población, 45.5% estaba en la categoría de sobrepeso u obesidad y estos a su vez, se subdividían en: sobrepeso 21.5%; en obesidad 24%, obesidad extrema 5.1% y 15.4% obesidad abdominal. La obesidad extrema fue mayor en niños ($P=0.03$) y no se observaron diferencias significativas entre obesidad, obesidad extrema u obesidad abdominal por tipo de escuela a la cual asisten.

Los resultados sugieren una prevalencia alta de sobrepeso, obesidad y obesidad abdominal en niños de ambos sexos, aunque la prevalencia de sobrepeso y obesidad fue significativamente mayor en niños que asisten a escuelas privadas, no se observaron diferencias en la prevalencia de obesidad extrema ni obesidad abdominal; tampoco en la media de IMC por grupos de edad. En base a estos resultados, es necesario identificar los factores sociodemográficos y ambientales que hacen diferentes a estos niños y a su vez realizar una intervención a la población general.

Guevara (2007), realizó una propuesta en el ambiente escolar, en la cual sugirió que un niño obeso debe realizar 40 minutos de actividad física continua casi todos los días. El Center for Disease Control (Centro para el Control de Enfermedades) en Estados Unidos, recomienda que los niños acumulen 60 minutos de actividad física todos los días.

Además, esta misma autora identificó los factores que limitan la actividad física y los dividió en dos ramas:

FACTORES QUE LIMITAN LA ACTIVIDAD FÍSICA

Factores ambientales que modifican la actividad física en niños tanto en la escuela como fuera de la escuela.

Dentro de la escuela (intraescolar)	Fuera de la escuela (extraescolar)
- Carencia de organización y promoción de actividades físicas.	- Urbanización y automatización del transporte.
- Fácil acceso a sitios que venden alimentos obesogénicos.	- Televisión y videojuegos.
- insuficiencia de tiempo dedicado a clases de educación física.	- Nivel socioeconómico.
	- Hábitos familiares.
	- Clima y estación del año.
	- Densidad poblacional.

Actividad física intraescolar. En México existe una escasa investigación sobre las actividades físicas que se realizan en las escuelas. Rivera (citado en Guevara, 2007) realizó una serie de observaciones sobre clases de educación física y actividades durante el recreo, concluyendo que las clases de educación física se realiza una vez a la semana y dura un promedio de 39 minutos y plantea que la mayor parte del tiempo de los recreos gira en torno a la compra y consumo de alimentos y no existen actividades lúdicas programadas.

Actividad física extraescolar.

- Urbanización y automatización del transporte: la ciudad no ha sido planeada para cumplir con las necesidades de los niños. La American

Academy of Pediatrics (AAP) propuso limitar el uso de coches y promover el uso de bicicletas o caminar.

- Televisión y videojuego: actividad común recreativa en el país, en el cual el niño dedica de 2 a 5 horas al día. La AAP sugiere limitar el uso de televisión y jugar videojuegos de una hora a dos horas máximo.
- Nivel socioeconómico: la conducta sedentaria es inversamente proporcional al nivel educativo e ingresos de la familia.

En el 2004, se planteó la idea de aumentar la educación física en las escuelas, además de una intervención destinada a realizar actividades en los salones de clase durante tres veces al día en series de cinco minutos, para así convertirlo en un hábito personal. La misión de este programa fue planear, organizar, dirigir, controlar, evaluar, operar y proporcionar el servicio de educación física en educación básica para responder con calidad y equilibrio a las necesidades educativas de la comunidad escolar, a través de políticas, planes, programas, proyectos y estrategias que innovarán e impactarán el quehacer educativo contribuyendo así al desarrollo integral de los alumnos para una mejor calidad de vida.

El desafío fue crear un modelo multidisciplinario de salud pública capaz de conseguir reducciones a largo plazo en la prevalencia de sobrepeso y obesidad. Ese modelo estuvo centrado en la salud y en el aspecto físico, y mantener un avance en la dirección en la reducción de sobrepeso y obesidad en una manera positiva y pro-activa (ver figura 1).

Sin embargo, hay que tomar en cuenta que la educación en salud alimentaria se debe incluir en los planteles escolares; es decir, se requiere que la alimentación al interior de las escuelas sea a través de alimentos saludables – recomendables, ya que, la permanencia de alimentos altamente procesado atenta contra los buenos hábitos alimentarios y contra la educación.

Tomando en cuenta que el juego es de vital importancia en el desarrollo del infante y que los niveles de nutrición son factores potencializadores para el

desarrollo de ciertas actividades, este estudio se enfocó en la influencia de juego en exteriores y juego en interiores en el desarrollo y salud integral del infante.

Los cual se pretende probar con los siguientes objetivos.

Objetivo general

Examinar la influencia de juego en exteriores y juego en interiores sobre el desarrollo y salud integral en niños y niñas de entre 6 – 12 años, que cursan la educación primaria.

Objetivos específicos.

- Dividir la población en cada Índice de Masa Corporal (IMC).
- Comparar el consumo de bebidas y alimentos entre las poblaciones de Índice de Masa Corporal (IMC).
- Examinar las relaciones entre las prácticas de juego y las sub-poblaciones de Índice de Masa Corporal IMC.
- Examinar las relaciones entre las prácticas de juego y los escenarios.
- Examinar las relaciones entre los escenarios y las sub-poblaciones de Índice de Masa Corporal (IMC).
- Elaboración de una propuesta para el mejoramiento de la salud y promoción de juegos en escuela como en familia.

4. METODOLOGÍA

Población:

En el experimento participaron un total de 261 infantes, de los cuales 147 eran niñas y 114 eran niños, con edades que oscilaban entre los 6 y 12 años, alumnos de una escuela primaria, todos participaron de manera voluntaria.

Aparatos:

La investigación se llevó a cabo en los salones de una escuela primaria. Se elaboró un cuestionario de hábitos alimenticios y preferencia de juegos.

Cuestionario:

Se asignó un número a cada cuestionario (número de cédula), donde el 01 (indicaba el número de escuela), seguido de 01 a 06 (para indicar el grado escolar), posteriormente 01 a 261 (indicaba el número de alumno).

En la primera parte del cuestionario, se registraron los datos demográficos de la población: nombre de la escuela, nombre del niño, edad, fecha de nacimiento, peso y estatura, dirección, si vive en departamento o casa, si tiene jardín o no y con quien vive (mamá, papá, número de hermanos, abuelos y/u otros).

En la segunda parte del cuestionario se recabaron los datos acerca de la frecuencia de consumo de alimentos y bebidas. Se utilizaron las siguientes categorías para registrar los datos: muy frecuentemente (4 o más veces a la semana), frecuentemente (3 veces a la semana) u ocasionalmente (1 vez a la semana).

Alimentos: pan, tortillas, frutas, verduras, pasta y carnes.

Bebidas: refrescos, jugos naturales, café o té, agua de sabor, agua simple y leche.

En la tercera parte del cuestionario, enfocada a juegos, se obtuvo información de los juegos de lunes a viernes y de los de fines de semana. Registrando las características del juego tales como:

EN DÓNDE JUEGAS: son los escenarios de juegos, y se clasificaron como lugares de juegos en exteriores (parque y calle) y juegos en interiores (casa, deportivo o centro comercial) y se agregó la categoría de otros; estos se refieren a escenarios tanto en exteriores como en interiores.

CON QUIÉN JUEGAS: son los compañeros de juego del infante, estos se clasificaron como amigos, hermanos, papá, mamá, otros y se agregó la categoría de solo, cuando el infante no tiene compañía alguna en el juego.

A QUÉ JUEGAS: se describe el juego y los roles de los participantes.

QUÉ TANTO TE DIVIERTES: es la cuantificación a través de una escala Likert de la apreciación de cada infante sobre el grado de diversión que le produce cada juego.

Aplicación del cuestionario.

La aplicación del cuestionario se realizó en dos formas:

1. Dirigida a los infantes con 6, 7 y 8 años, la cual consistió en:

Leer cada una de las preguntas del cuestionario a un pequeño grupo de 3 a 5 infantes, además se parafrasearon las preguntas que no entendieron.

2. Dirigida a los infantes con 9, 10, 11 y 12 años, la cual consistió en:

Entregar a cada infante una copia del cuestionario, pidiéndole que leyera las instrucciones de como contestar cada una de las aéreas del cuestionario (ver anexo 1).

La aplicación estuvo a cargo de 3 investigadores, uno dando instrucciones y dos supervisando el correcto llenado o contestando preguntas aclaratorias.

Recopilación de datos.

La recopilación y el análisis de datos se realizó en el programa SPSS versión 15, para registrar los datos de los cuestionarios.

Definición de variables.

Actividad Física: juego en el cual se utiliza el cuerpo para llevar a cabo la actividad, además de requerir un esfuerzo por parte del individuo; este juego se caracteriza por requerir un amplio espacio y por la participación de muchos individuos.

Juego de Mesa: juego en el cual se requiere de objetos que se usan cotidianamente en la vida social, pero adecuados a las dimensiones infantiles.

Juego Simbólico: juego en el cual se representan acciones en las que el individuo utiliza objetos y les atribuye propiedades inexistentes en ellos. En este juego el niño actúa representando un personaje.

Juego Virtual: interacción con un medio intangible, representado de manera virtual, se utilizan instrumentos en su mayoría estáticos, los cuales permean la interacción del individuo con las representaciones virtuales de eventos. Se realiza en espacios delimitados.

Parque: terreno público o privado, dedicado al descanso, esparcimiento y convivencia recreativa de personas de todas las edades; habilitado estéticamente y funcionalmente con áreas verdes, árboles y plantas y que por lo general constituyen los principales espacios verdes dentro de una ciudad.

Centros comerciales: lugares de comercio, entretenimiento y de ocio de grandes dimensiones; donde hay diversas tiendas, restaurantes, cines y espacios de juegos para los niños.

Calle: es un espacio público que tiene como objetivo generar una división organizada entre las diferentes propiedades privadas, que también permite el paso y la movilidad de personas y vehículos en el espacio urbano.

Vivienda: es una edificación donde vive la familia, organizada por cuartos (recámaras, sala, cocina, sanitarios) y en ocasiones con patio.

Deportivo: es un espacio habilitado con diversas áreas para la práctica del ejercicio físico como canchas: fútbol, basquetbol, tenis, voleibol, gimnasio, etc.

Edad: años y meses del infante, cumplidos durante la aplicación del instrumento.

Género: se refiere a la construcción sociocultural que diferencia a los seres humanos en dos tipos, masculino y femenino.

Peso: kilogramos que pesa el infante en el momento de la aplicación del instrumento. A este peso se le resta 1.5 kilogramos del peso total, equivalentes al peso de su ropa y calzado.

Estatura: metros y centímetros que mide el infante en el momento de la aplicación del instrumento, restando 1 centímetro de la altura total de éste para omitir la altura del calzado del niño.

Índice de masa corporal: relación entre el peso corporal con el cuadro de la talla, lo que nos permite clasificar a los individuos que tienen desnutrición, bajo peso, peso normal, sobrepeso y obesidad.

Obtención de resultados cuantitativos.

Alimentación.

Para el análisis de los datos obtenidos mediante el cuestionario usado en esta investigación, en primera instancia se realizó una subdivisión de la población dependiendo de su IMC (Desnutrición, Bajo Peso, Normal, Sobrepeso y Obesidad), posteriormente por cada IMC se analizó el consumo de bebidas y

alimentos en cada una de las poblaciones, mediante el programa SPSS V.15, para así, observar si existían diferencias significativas entre lo reportado por la población previamente dividida.

Para observar si existían diferencias significativas, entre las poblaciones de IMC, se realizó una T de Student para grupos independientes donde se contrastaron las variables de IMC e independientemente bebidas y alimentos, en este análisis cuantitativo se aisló la categoría de “muy frecuentemente” en el consumo reportado por las poblaciones.

Obtención de resultados cualitativos.

Población (IMC), Juego, Escenario y Tiempo.

El análisis cuantitativo resultó insuficiente para encontrar la correlación entre consumo de bebidas, alimentos y práctica de juegos, debido a que son variables sumamente independientes; esto trajo como resultado que se buscara un método alternativo para el análisis de los datos, en el cual se pudieran conjugar variables para crear categorías y así mediante simplificación y conjugación de datos poder crear categorías independiente e irrepitibles para así analizar características poblacionales y de interacción de variables.

Para el análisis cualitativo que se requirió al analizar la interacción de variables de población, juego, escenario y tiempo se recurrió a método planteado por Rodríguez, Lorenzo y Herrera (2005), el cual consiste en:

- 1) Reducción de datos: La división de la información en unidades se realiza siguiendo diferentes criterios; estos pueden ser basado en:
 1. Separación de unidades de contenido, que determina criterios de separación espacial, temporal, temática, gramatical, conversacional y social.
 2. Identificación y clasificación de elementos, que conlleva una categorización y una codificación.

3. Síntesis y agrupamiento: agrupamiento físico, creación de metacategorías, obtención de estadísticos de agrupamiento y síntesis.

2) Disposición y transformación de los datos.

Tablas, gráficas o figuras poco ortodoxas (triángulos porcentuales, polígonos de frecuencia, círculos de eficiencia o rendimiento, etc.)

3) Obtención de resultados y verificación de conclusiones.

Este método trajo como resultado la creación de categorías independientes las cuales se elaboran agrupando las distintas variables e ilustrándolas con la inicial de cada variable, para así elaborar una categoría compleja, cada una de las categorías complejas o metacategorías, cuenta con un porcentaje, el cual se obtuvo a través de la asignación de una “cifra porcentual” obtenida mediante la división entre cien y el número total de integrantes del IMC; este “número de porcentaje” se le asignó a cada uno de los integrantes de las poblaciones, por ejemplo:

TABLA 1. EJEMPLIFICACIÓN DE LA OBTENCIÓN DE RESULTADOS CUALITATIVOS.

IMC	Juego	Escenario	Tiempo	Categoría compleja.	Número porcentual.	Resultado Final.
Normalidad	Actividad Física	Casa	Entre Semana	NAFCES	$100/45=2.2$	NAFCES+2.2

Es así como se analizan las N categorías obtenidas de manera independiente y se describe población por población, juego por juego, escenario por escenario y tiempo por tiempo (Anexo 2).

5. ANALISIS DE RESULTADOS

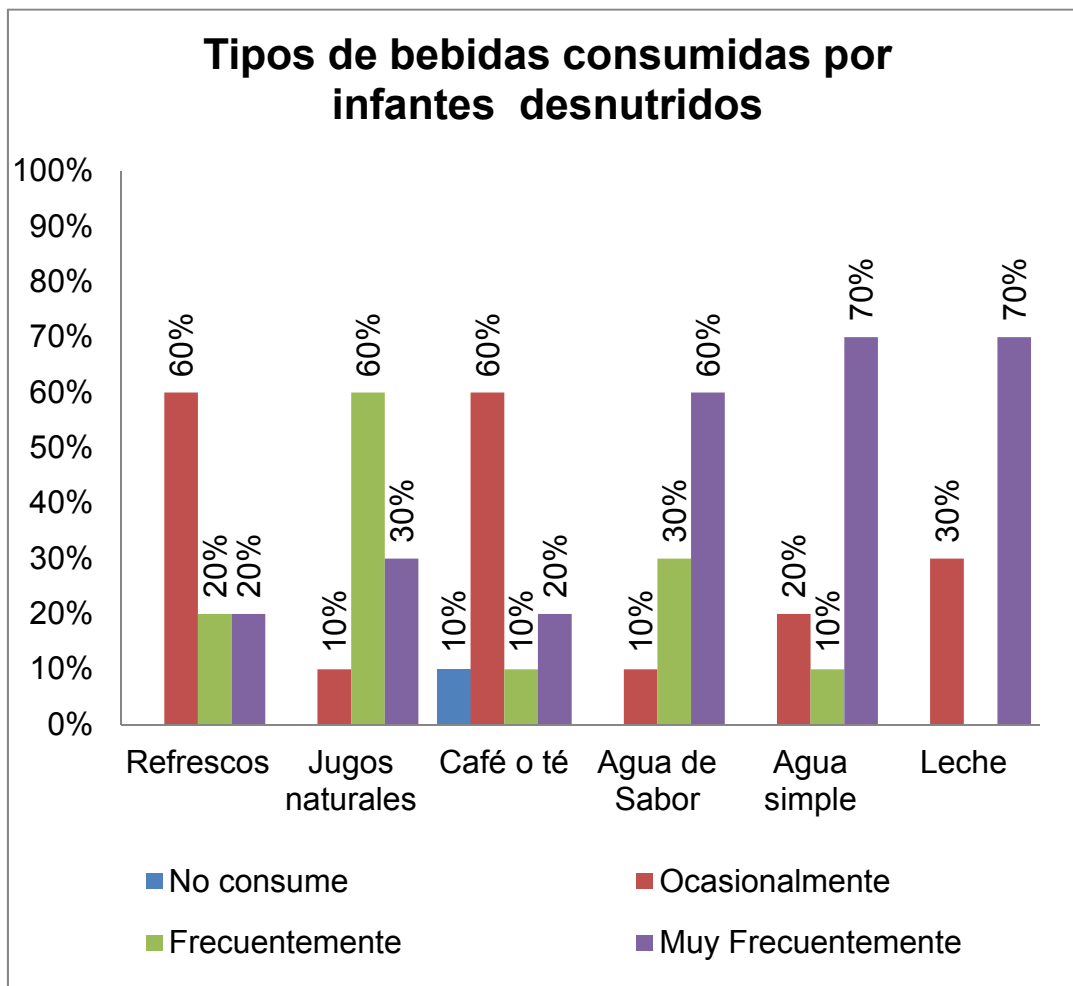
La población en la que se realizó el estudio fue de 261 infantes entre 6 a 12 años de edad, de los cuales 114 eran niños y 147 eran niñas. Esta población se dividió de acuerdo a su Índice de Masa Corporal (IMC) y se clasificó en Desnutrición, Bajo Peso, Normal, Sobrepeso y Obesidad, en base a la tabla de percentiles de Body Mass Index for Age Tables, Children Ages 2 – 20 Years.

TABLA 2. ÍNDICE DE MASA CORPORAL.

ÍNDICE DE MASA CORPORAL

		Índice de Masa Corporal					Total
		Desnutrición	Bajo Peso	Normal	Sobrepeso	Obesidad	
Sexo de los niños	Femenino	8	6	85	28	20	147
	Masculino	2	5	63	20	24	114
Total		10	11	148	48	44	261

FIGURA 1. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES DESNUTRIDOS.

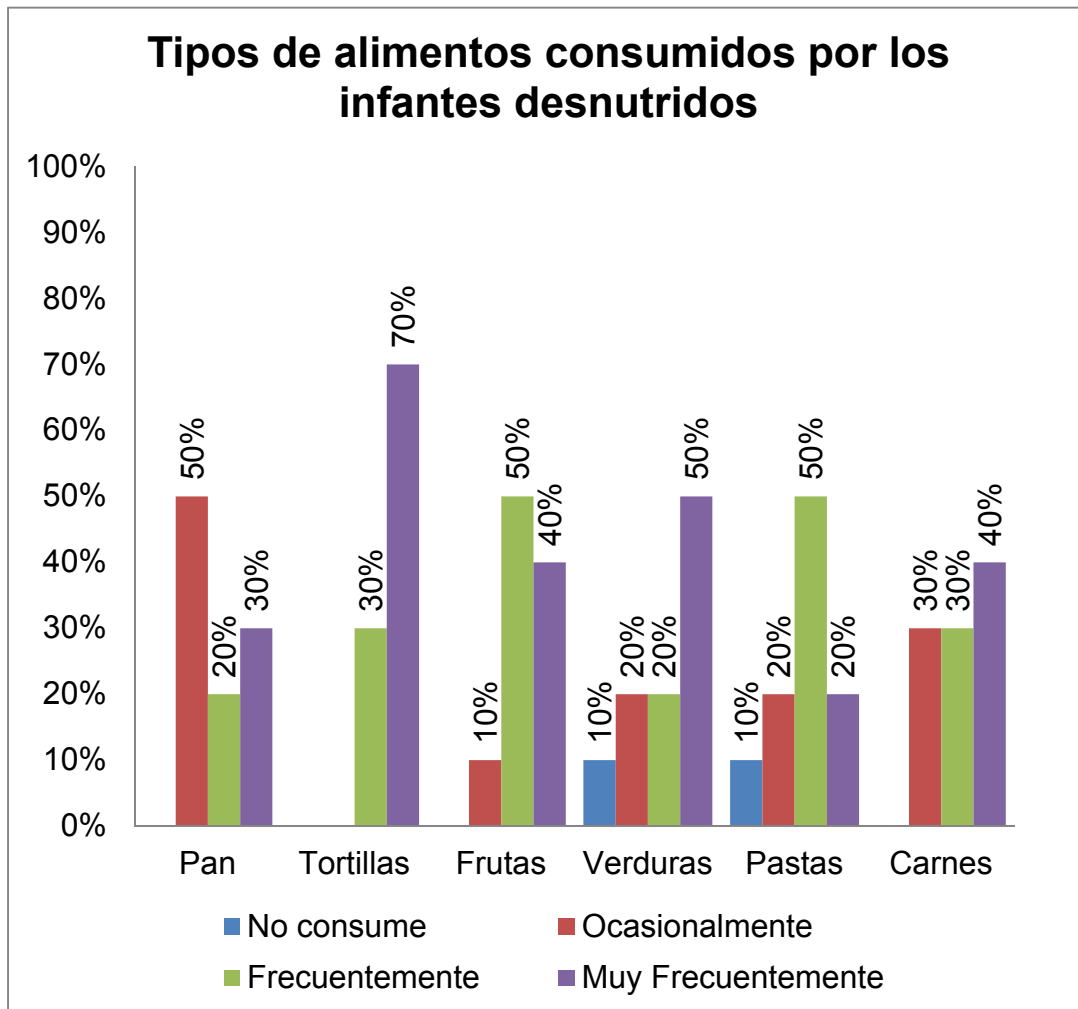


El promedio de 65% de la población de desnutridos reportaron que su consumo de leche, agua simple y agua de saber es muy frecuente.

Mientras que el 60% de la población consumen jugos naturales frecuentemente.

Con respecto a los refrescos y el café o té, el 60% de la población lo consume ocasionalmente.

FIGURA 2. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS INFANTES DESNUTRIDOS.

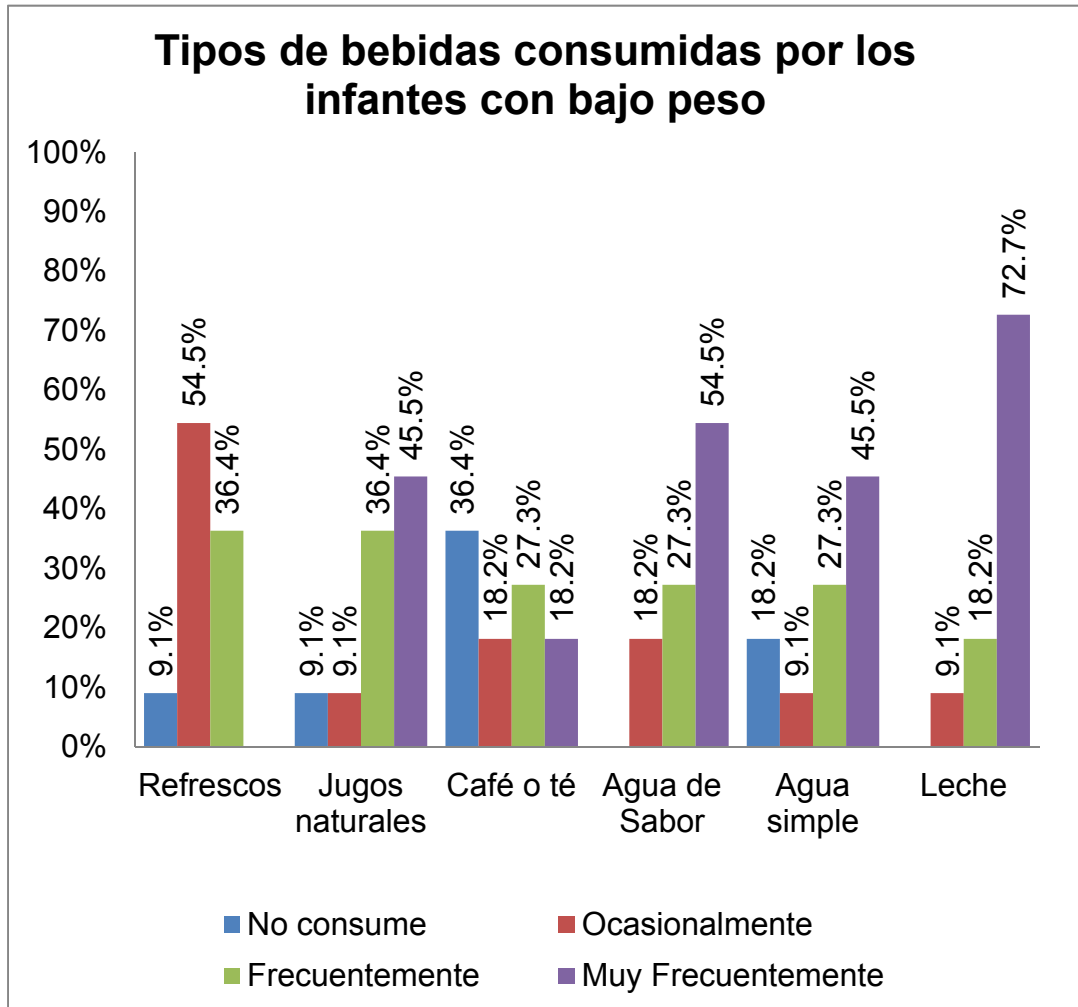


Observamos que el consumo de alimentos en la población desnutrida, consta principalmente en el consumo de tortilla muy frecuentemente encontrando este dato en un 70% de la población. En la misma tónica encontramos que el consumo de verduras, frutas y carnes, se presenta de manera muy frecuente, sin embargo; estos alimentos no rebasan el 50% de consumo.

El 50% de la población consumen frecuentemente frutas y pastas.

Y el 50% de la población ocasionalmente consumen pan.

FIGURA 3. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR LOS INFANTES CON BAJO PESO.

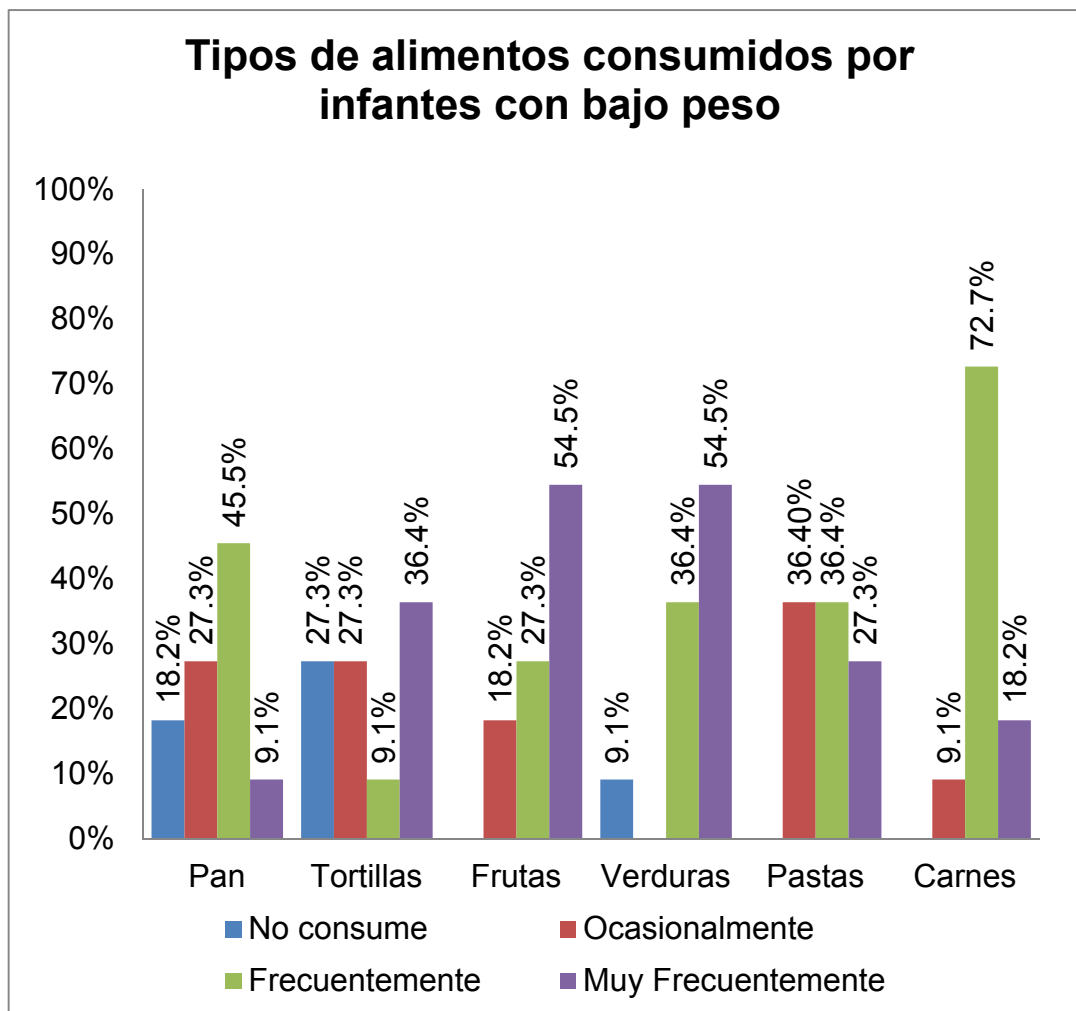


El 72.70% de la población de bajo peso reporta consumir muy frecuentemente leche.

Y el 50% de la población reporta consumir muy frecuentemente agua de sabor, jugos naturales y agua simple.

Mientras que el 54.50% de la población reporta consumir ocasionalmente refrescos.

FIGURA 4. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR LOS INFANTES CON BAJO PESO.



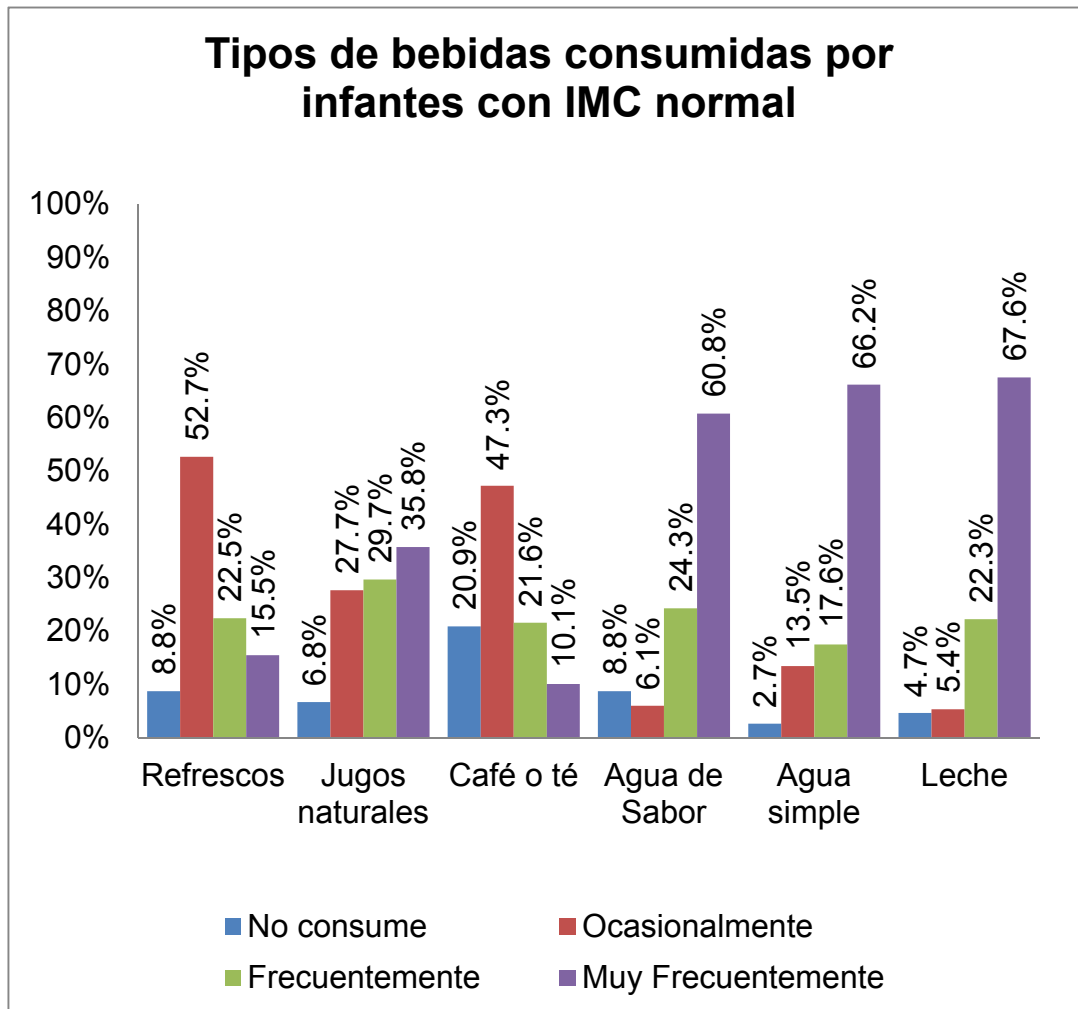
En promedio el 50% de la población de bajo peso consume muy frecuentemente frutas y verduras.

El 72.70% de la población reporta consumir frecuentemente carnes.

Mientras que el 45.5% de la población consume frecuentemente pan.

En promedio el 19.72% de la población reporta consumir, pan, tortillas, frutas, pastas y carnes.

FIGURA 5. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES CON IMC NORMAL.

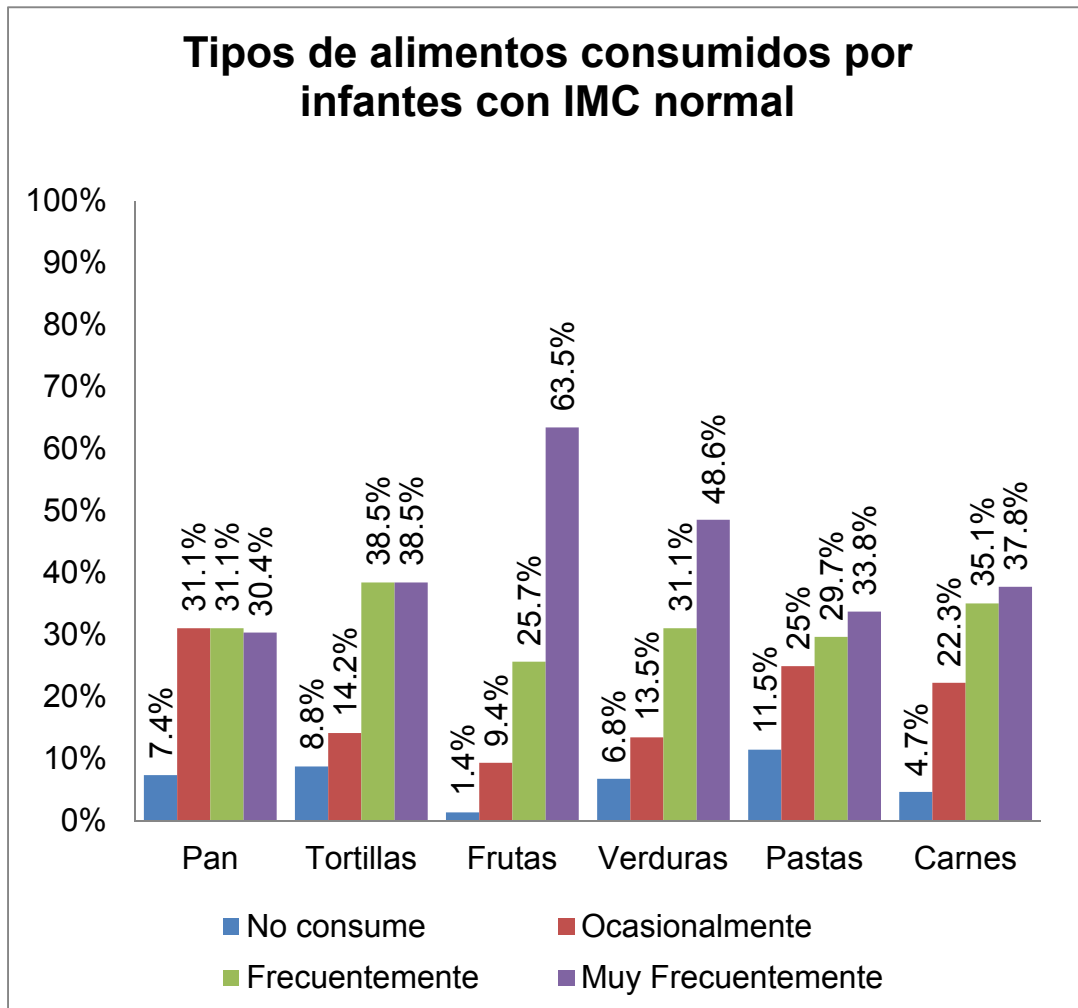


El 64.86% promedio de la población consumen muy frecuentemente leche, agua simple y agua de sabor.

Mientras que el 50% promedio de la población consumen ocasionalmente refresco y café o té.

Con respecto a las demás bebidas, el consumo de estas tiene un porcentaje bajo, como los jugos naturales, ya que solo el 29.7% de la población lo consumen frecuentemente.

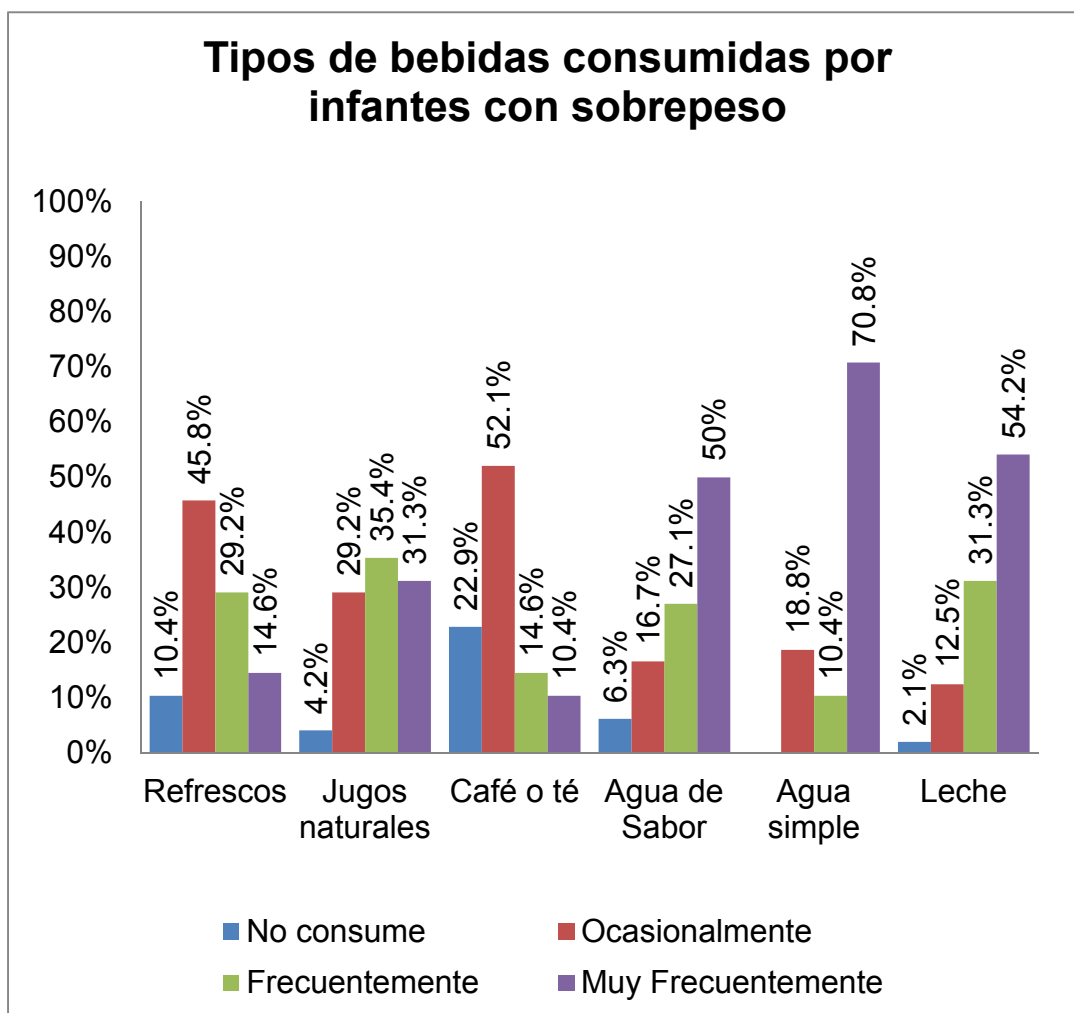
FIGURA 6. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR INFANTES CON IMC NORMAL.



El 56.05% promedio de la población obesa consumen muy frecuentemente frutas y verduras.

Mientras que el 31.87% promedio de la población consumen frecuentemente pan, tortillas, frutas, verduras y pastas.

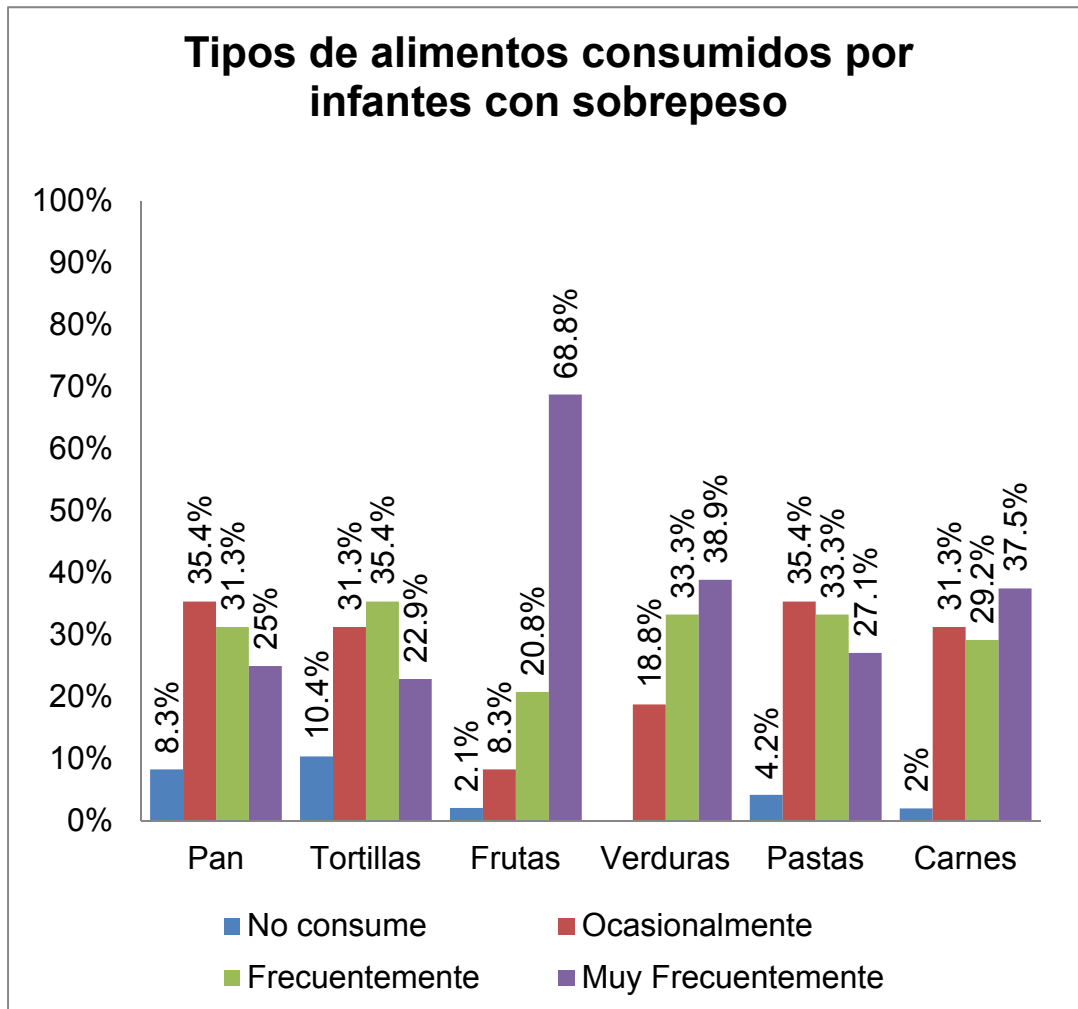
FIGURA 7. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES CON SOBREPESO.



El 70.8% de la población con sobrepeso, consumen agua simple. Mientras que el 52.08% promedio de la población consumen leche y agua de sabor.

Haciendo una comparación con los infantes de sobrepeso y aquellos que tienen un IMC normal, estos últimos tienen un mayor consumo en los refrescos y leche, mientras que los infantes con sobrepeso consumen más agua simple y agua de sabor.

FIGURA 8. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDAS POR INFANTES CON SOBREPESO.



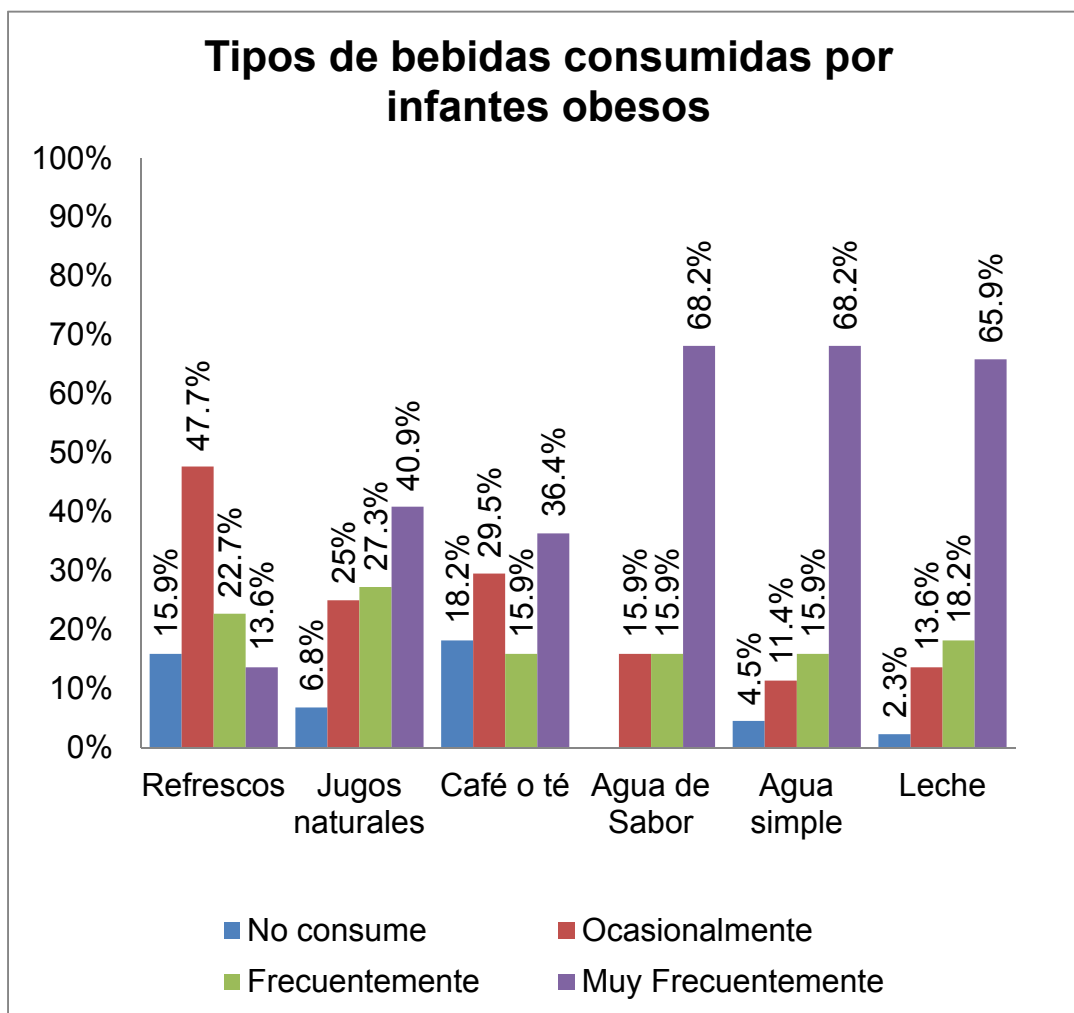
El 68.8% de la población con sobrepeso consumen muy frecuentemente frutas.

Mientras que el 38.2% promedio de la población con sobrepeso consumen muy frecuentemente verduras y carnes.

El promedio de la población (30.55%) con sobrepeso consumen frecuentemente pan, tortillas, frutas, verduras, pastas y carnes.

Mientras que el 26.75% (promedio) ocasionalmente consumen todos los alimentos.

FIGURA 9. TIPOS DE BEBIDAS CONSUMIDAS POR INFANTES OBESOS.

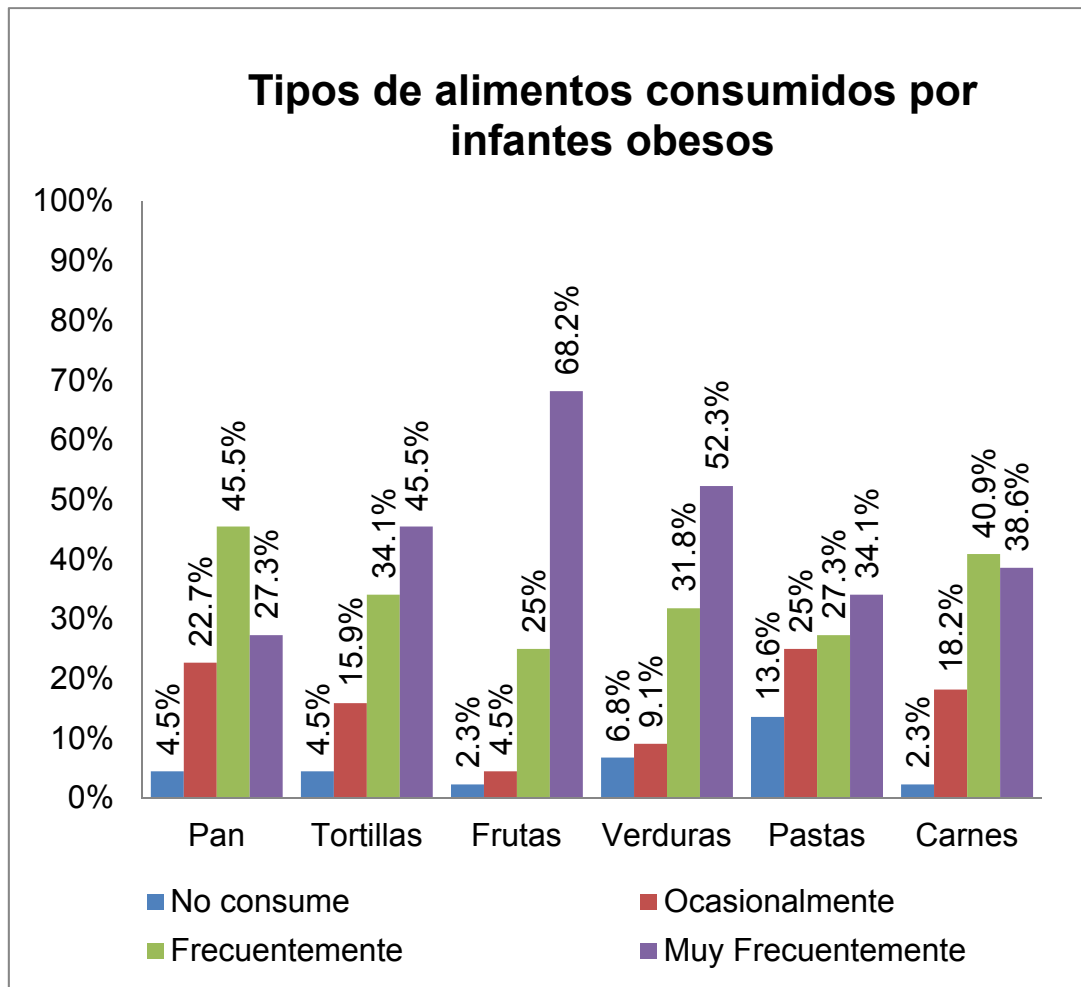


El 67.42% (promedio) de la población obesa consumen muy frecuentemente agua de sabor, agua simple y leche. El consumo de refrescos, café o té y jugos naturales se reporta como mínimo.

El 19.31% (promedio) de la población obesa consume frecuente refrescos, jugos naturales, café o té, agua de sabor, agua simple y leche.

Mientras que el 23.86% (promedio) de la población obesa consume las bebidas antes mencionadas.

FIGURA 10. TIPOS DE ALIMENTOS CONSUMIDOS POR INFANTES OBESOS.



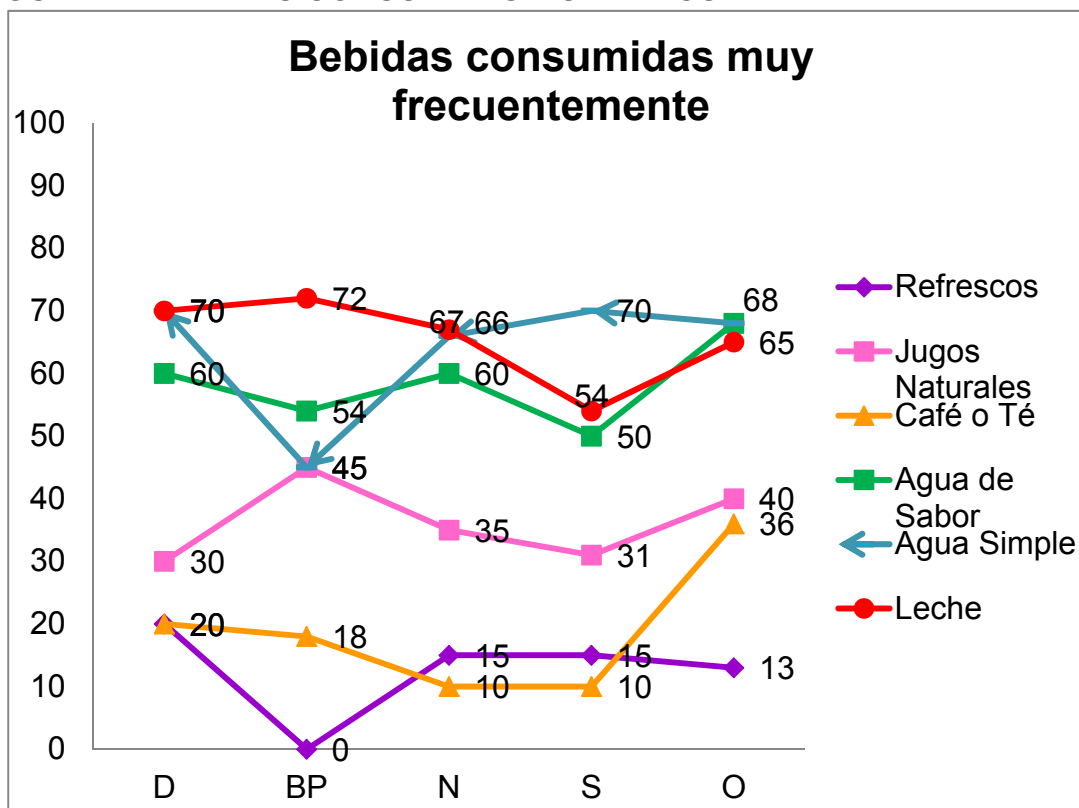
El 60.25% (promedio) de la población obesa consume muy frecuentemente frutas y verduras.

Mientras que el 34.10% (promedio) consumen frecuentemente pan, tortillas, frutas, verduras, pastas y carnes.

Por otra parte, el 15.90% (promedio) de la población obesa consumen ocasionalmente los alimentos antes mencionados.

Los resultados de las siguientes gráficas fueron reportados en base a dos criterios, el primero referido a la tendencia de consumo de bebidas y alimentos por grupos de IMC y el segundo referido a la tendencia de consumo entre los diferentes grupos de IMC.

FIGURA 11. BEBIDAS CONSUMIDAS MUY FRECUENTEMENTE.



Las bebidas más frecuentemente consumidas por la población de normalidad son leche (67%), agua simple (66%) y agua de sabor (60%), un fenómeno similar se encuentra en las poblaciones de Desnutrición y Obesidad; un aspecto a resaltar, es que en la población de Bajo Peso existe el mismo fenómeno; pero, sólo con las bebidas de agua simple y agua de sabor; mientras que las bebidas menos consumidas en la población de Normalidad, son café o té (10%) y los refrescos (15%), un efecto similar se observa en la población de desnutrición y sobrepeso.

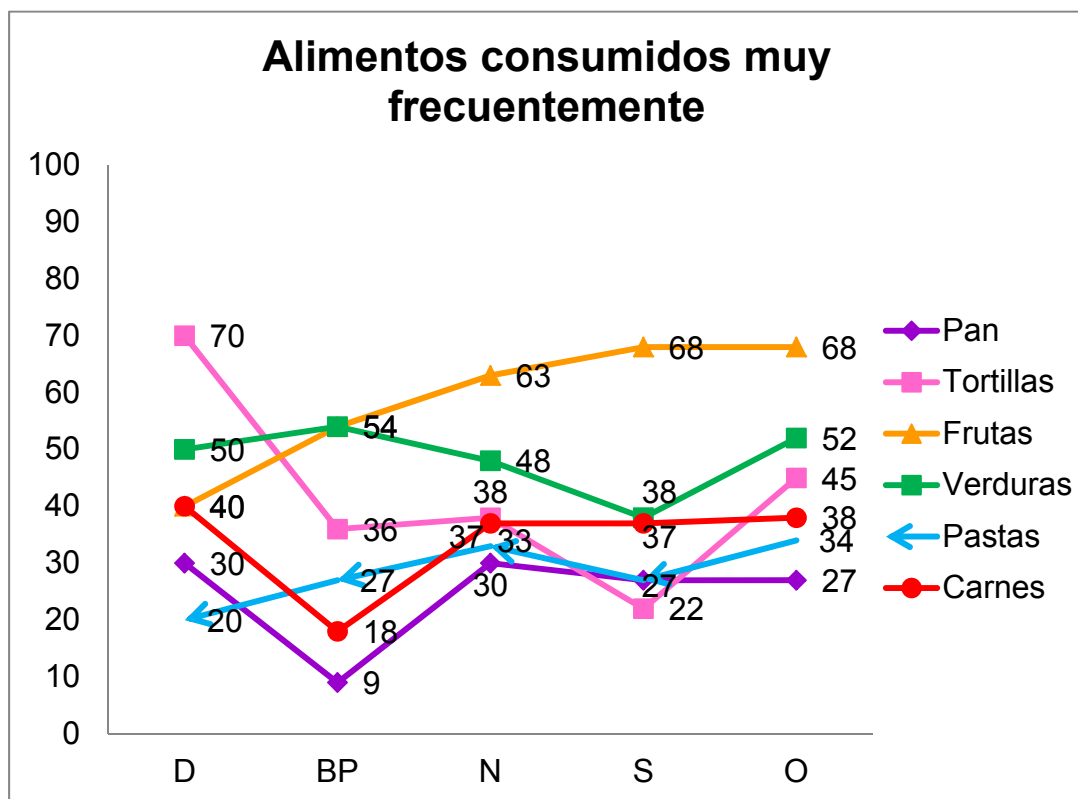
En la población de bajo peso, encontramos que el consumo de refrescos es nulo, este fenómeno sólo se presenta en esta población.

En la población de obesidad, se observa que el consumo de café o té es mayor que el de las demás poblaciones (35%).

En la población de sobrepeso, el consumo de leche (54%) es menor a comparación de la población de normalidad (67%), el consumo agua de sabor (50%) y agua simple (70%) es similar al de desnutrición (agua de sabor 60% y agua simple 70%).

En la población de normalidad consumen de manera moderada jugos naturales (35%), esto sucede en todas las poblaciones, aunque varían, estas no son amplias.

FIGURA 12. ALIMENTOS CONSUMIDOS MUY FRECUENTEMENTE.



Los alimentos consumidos muy frecuentemente por la población de IMC normal son frutas (63%) y verduras (48%), este mismo fenómeno se observa en la población de obesidad (básicamente fructosa), y en el caso de las frutas este fenómeno también se presenta en la población de sobrepeso. Mientras que los alimentos que menos se consumen muy frecuentemente en la población de normalidad son tortillas (38%), carnes (37%), pastas (33%) y pan (30%), este efecto se presenta en la población de sobrepeso; sin embargo, en esta población sí consumen con menor frecuencia las verduras.

En el caso de la población de desnutrición y su consumo de tortillas (70%) es mayor al de las demás poblaciones.

En la población de desnutrición y bajo peso, encontramos tendencias similares en el consumo de carnes y pan [desnutrición, carne (40%) y pan (30%); bajo peso, carnes (18%) y pan (9%)], aunque en desnutrición el consumo de estos alimentos es mayor. En estas mismas poblaciones encontramos que el consumo de pastas es bajo [desnutrición (20%); bajo peso (27%)], en comparación a la población de

obesidad (34%), pero el consumo de frutas y verduras es el menor entre todas las poblaciones [desnutrición (40%), bajo peso (54%)], a excepción de sobrepeso y el consumo de verduras (38%).

Objetivos específicos.

- Examinar las relaciones entre las prácticas de juego y las sub-poblaciones de Índice de Masa Corporal IMC.
- Examinar las relaciones entre las prácticas de juego y los escenarios.
- Examinar las relaciones entre los escenarios y las sub-poblaciones de Índice de Masa Corporal (IMC).

TABLA 3. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN CASA (C)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	70%	15%
Bajo Peso (BP)	40.95%	22.75%
Normal (N)	39.63%	28.60%
Sobrepeso (S)	29.12%	21.84%
Obesidad (O)	31.7%	-

Entre las poblaciones de Bajo Peso (BP) y Normal (N) el porcentaje de ambas poblaciones que realiza juego de Actividad Física (AF) es muy cercana Entre Semana (ES), mientras que en las poblaciones de N y Sobrepeso (S) las diferencias son más notables. Sin embargo, en la población donde predomina el juego de AF es en Desnutrición (D) con un 70% de participantes ES; por otra parte, el juego de AF en los Fines de Semana (FS) disminuye drásticamente en todas las poblaciones y en la población de Obesidad (O) no reportan juegos de AF.

TABLA 4. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

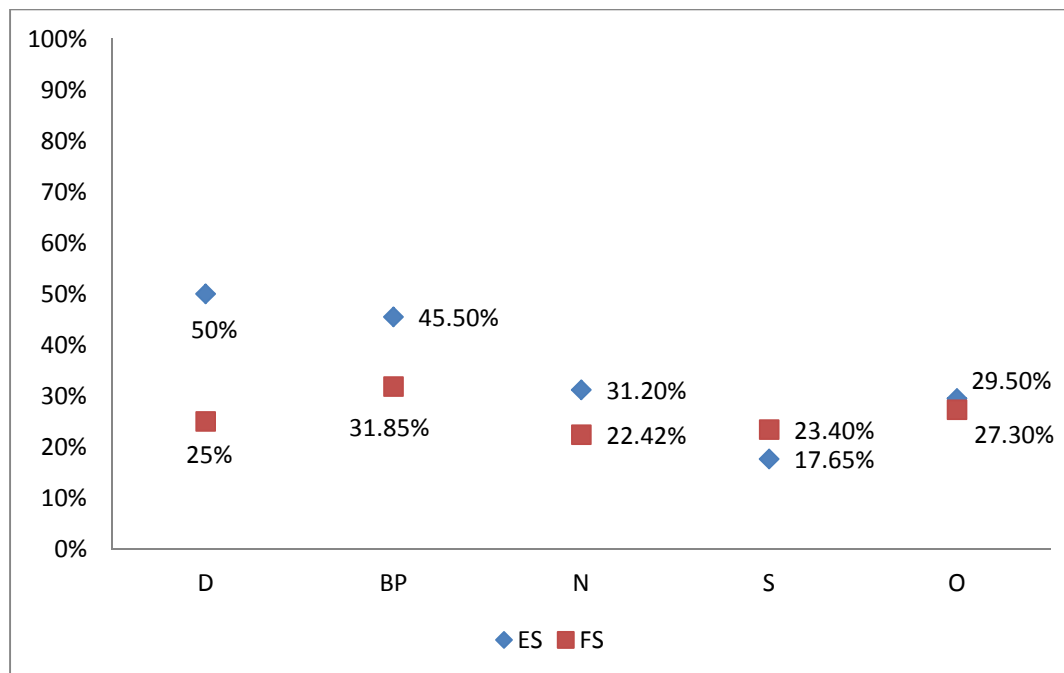
JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN DEPORTIVO (D)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	10	40
Bajo Peso (BP)	72.7	27.3
Normal (N)	49	48.80
Sobrepeso (S)	58.3	54.08
Obesidad (O)	54.48	50

En las poblaciones de S y O el juego de AF/D/ES es una constante y no se encuentran diferencias, mientras que en la población de BP, el porcentaje es mayor a comparación de las demás poblaciones. Por otra parte, el de juego de AF/FS aumenta en la población de D, mientras que en la población de BP disminuye considerablemente. Además de esto en las demás poblaciones (N, S y O) se mantiene el juego de AF/FS.

TABLA 5. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN CENTRO COMERCIAL (CC)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	50	25
Bajo Peso (BP)	45.5	31.85
Normal (N)	31.20	22.42
Sobrepeso (S)	17.65	23.4
Obesidad (O)	29.50	27.3

FIGURA 13. PORCENTAJE DE NIÑOS QUE JUEGAN ACTIVIDAD FÍSICA EN CENTRO COMERCIAL.



Los juegos de AF/CC/ES se presentan en todas las poblaciones. Los Fines de Semana (FS), el juego de AF aumentan en la población de S y se mantiene en la población de O.

TABLA 6. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN PARQUE (P)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	50	90
Bajo Peso (BP)	90.9	61.32
Normal (N)	69.1	75.04
Sobrepeso (S)	79.2	81.12
Obesidad (O)	72.1	-

El juego de AF/P/ES en las poblaciones de N y S no se encuentran diferencias, mientras que en la población de BP es mayor el porcentaje a

comparación de las demás poblaciones. Por otra parte el juego de AF/FS en la población de D aumenta considerablemente, mientras que en la población de BP disminuye, en el caso de la población de O, no cumplen con las características de juego de AF. En las poblaciones de N y S el juego de AF se mantiene.

TABLA 7. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN CALLE (CII)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	65	50
Bajo Peso (BP)	48.53	54.5
Normal (N)	88.5	44.22
Sobrepeso (S)	57.3	47.84
Obesidad (O)	54.5	49.9

El juego de AF/CII se presenta en todas las poblaciones tanto ES como en FS; la población que destaca más ES, es la que cuenta con un IMC N; sin embargo, en esta misma población decae el porcentaje a la mitad en los FS.

TABLA 8. JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE ACTIVIDAD FÍSICA (AF) EN OTROS ESCENARIOS (O)								
IMC	Entre Semana (ES)				Fines de Semana (FS)			
Desnutrición (D)	Int.	-	Ext	20	Int.	20	Ext	-
Bajo Peso (BP)	Int.	9.09	Ext	9.09	Int.	-	Ext	18.18
Normal (N)	Int.	-	Ext	9.38	Int.	4.22	Ext	12.7
Sobrepeso (S)	Int.	8.32	Ext	2.72	Int.	4.16	Ext	6.24
Obesidad (O)	Int.	6.81	Ext	11.35	Int.	2.27	Ext	13.62

El juego de AF/OInt./ES se presenta con bajo porcentaje en las poblaciones de BP, S y O, el juego de AF/OInt./FS se presenta en la población de D, y en las demás poblaciones se mantiene, excepto BP.

En todas las poblaciones se presenta el juego de AF/OExt./ES, mientras que en los FS el juego de AF/OExt. en la población de D no se cumplen con las características de este tipo de juego.

TABLA 9. JUEGOS DE MESA EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN CASA (C)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	10	25
Bajo Peso (BP)	4.55	-
Normal (N)	9.715	11.05
Sobrepeso (S)	17.68	17.68
Obesidad (O)	12.3	-

El juego de M/C/ES se presenta en todas las poblaciones siendo la más alta en la población de S y la más baja en la población de BP. En los FS el juego de M aumenta en la población de D, mientras que en las poblaciones de y BP no cumplen con las características de juego de M.

TABLA 10. JUEGOS DE MESA EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN DEPORTIVO (D)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal (N)	.67	-
Sobrepeso (S)	-	-
Obesidad (O)	-	-

El juego de M/D/ES y FS no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 11. JUEGOS DE MESA EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN CENTRO COMERCIAL (CC)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal (N)	-	1.4
Sobrepeso (S)	2.08	.5
Obesidad (O)	2.08	2.3

El juego de M/CC/ES sólo se presenta en las poblaciones de S y O. mientras que en los FS el juego de M en la población de N se presenta, y en las poblaciones de S y O se mantiene.

TABLA 12. JUEGOS DE MESA EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN PARQUE (P)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	2.275
Normal (N)	.7	-
Sobrepeso (S)	-	-
Obesidad (O)	-	-

En P encontramos el mismo fenómeno que se presentó en Deportivo (D), ya que M no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 13. JUEGOS MESA EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN CALLE (CII)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	3.03	-
Normal (N)	4.5	.5
Sobrepeso (S)	1.05	-
Obesidad (O)	-	-

El juego de M/CII/ES se presenta en las poblaciones de BP, N y S, mientras que en los FS/M no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 14. JUEGOS DE MESA EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.

JUEGOS DE MESA (M) EN OTROS ESCENARIOS (O)								
IMC	Entre Semana (ES)				Fines de Semana (FS)			
Desnutrición (D)	Int.	-	Ext.	10	Int.	-	Ext.	10
Bajo Peso (BP)	Int.	-	Ext.	-	Int.	-	Ext.	-
Normal (N)	Int.	-	Ext.	-	Int.	4.22	Ext.	7.6
Sobrepeso (S)	Int.	-	Ext.	2.77	Int.	2.08	Ext.	-
Obesidad (O)	Int.	2.27	Ext.	-	Int.	2.27	Ext.	-

El juego de M/OInt./ES únicamente se presenta en la población de O, mientras que en FS el juego de M se presenta en las poblaciones de N y S.

Por otra parte, el juego de M/OExt./ES sólo se presenta en la población de O y S, mientras que en los FS el juego de M se presenta en las poblaciones de D y N.

TABLA 15. JUEGO SIMBÓLICO EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN CASA (C)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	20	-
Bajo Peso (BP)	18.2	9.1
Normal (N)	21.88	18.76
Sobrepeso (S)	24.96	22.96
Obesidad (O)	15.6	-

El juego Sim/C/ES se presenta en todas las poblaciones, mientras que en los FS no cumplen con las características de juego Simbólico en las poblaciones de D y O.

TABLA 16. JUEGO SIMBÓLICO EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN DEPORTIVO (D)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	9.1	-
Normal (N)	1.34	.22
Sobrepeso (S)	2.1	-
Obesidad (O)	-	-

El juego Sim/D/ES se presenta en las poblaciones de BP, N y S mientras que en los FS el juego Sim sólo se presenta en la población que cuenta con un IMC N.

TABLA 17. JUEGO SIMBÓLICO EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN CENTRO COMERCIAL (CC)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	10
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal(N)	3	3.4
Sobrepeso (S)	5.2	.5
Obesidad (O)	7.01	4.5

El juego Sim/CC/ES sólo se presenta en las poblaciones de N, S y O, mientras que en los FS el juego Sim aparece en la población de D y en la población de S disminuye considerablemente.

TABLA 18. JUEGO SIMBÓLICO EN PARQUE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN PARQUE (P)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	6.825
Normal (N)	1.4	2.1
Sobrepeso (S)	2.1	2.1
Obesidad (O)	2.3	-

El juego Sim/P/ES se presenta en las poblaciones de N, S y O; mientras que en los FS el juego Sim se presenta en la población BP y en la población de O, no cumplen con las características de juego Sim.

TABLA 19. JUEGO SIMBÓLICO EN CALLE ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN CALLE (CII)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	15	-
Bajo Peso (BP)	3.03	9.1
Normal (N)	.1	2.68
Sobrepeso (S)	6.3	2.1
Obesidad (O)	4.5	2.7

El juego Sim/CII/ES se presenta en todas las poblaciones siendo la más bajo en la población N y la más alta en la población de D, pero en esta misma población en FS, no cumplen con las características del juego. En las demás poblaciones el juego Sim está presente.

TABLA 20. JUEGO SIMBÓLICO EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGO SIMBÓLICO (Sim) EN OTROS ESCENARIOS (O)								
IMC	Entre Semana (ES)				Fines de Semana (FS)			
Desnutrición (D)	Int.	10	Ext.	-	Int.	10	Ext.	-
Bajo Peso (BP)	Int.	-	Ext.	-	Int.	9.09	Ext.	9.09
Normal (N)	Int.	-	Ext.	.67	Int.	4.90	Ext.	-
Sobrepeso (S)	Int.	3.12	Ext.	.69	Int.	-	Ext.	-
Obesidad (O)	Int.	4.54	Ext.	-	Int.	2.27	Ext.	-

El juego Sim/OInt./ES sólo se presenta en las poblaciones de D, S y O y en FS en la población de S, no cumplen con las características de juego Sim. En la población de BP y N se presenta el juego Sim.

El juego Sim/OExt./ES sólo se presenta en las poblaciones de N y S, mientras que en los FS sólo se presenta en la población de BP.

TABLA 21. JUEGOS VIRTUALES EN CASA ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES (V) EN CASA (C)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	9.1	13.66
Normal (N)	22.55	16.08
Sobrepeso (S)	19.76	17.68
Obesidad (O)	12.9	-

El juego V/C/ES se presenta en la mayoría de las poblaciones, exceptuando la población de D, la población con mayor porcentaje es la que cuenta con un IMC N seguida de S; en los FS el juego V se mantiene en las poblaciones de BP, N y S, mientras que en la población de O, no cumplen con las características de este juego.

TABLA 22. JUEGOS VIRTUALES EN DEPORTIVO ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES (V) EN DEPORTIVO (D)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal (N)	-	-
Sobrepeso (S)	-	-
Obesidad (O)	-	-

El juego V/D/ES y FS no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 23. JUEGOS VIRTUALES EN CENTRO COMERCIAL ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES (V) EN CENTRO COMERCIAL (CC)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	5
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal (N)	10.95	5.8
Sobrepeso (S)	2.08	.5
Obesidad (O)	5.01	6.80

El juego V/CC/ES solo se presenta en las poblaciones de N, S y D, siendo el más alto porcentaje en la población de N. en los FS el juego V/CC se presenta en las poblaciones de N, S y O; sin embargo, en la población de D se presenta en menor porcentaje.

TABLA 24. JUEGOS VIRTUALES EN PARQUE ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES (V) EN PARQUE (P)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	2.275
Normal (N)	-	-
Sobrepeso (S)	-	-
Obesidad (O)	-	-

El juego V/P/ES y FS no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 25 JUEGOS VIRTUALES EN CALLE ENTRE SEMANA Y FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES (V) EN CALLE (CII)		
IMC	Entre Semana (ES)	Fines de Semana (FS)
Desnutrición (D)	-	-
Bajo Peso (BP)	-	-
Normal (N)	.5	-
Sobrepeso (S)	-	-
Obesidad (O)	-	-

El juego V/CII/ES y FS no se presenta en ninguna de las poblaciones.

TABLA 26. JUEGOS VIRTUALES EN OTROS ESCENARIOS ENTRE SEMANA Y EN FINES DE SEMANA.

JUEGOS VIRTUALES EN OTROS ESCENARIOS								
IMC	Entre Semana				Fines de Semana			
Desnutrición (D)	Int.	-	Ext.	-	Int.	-	Ext.	-
Bajo Peso (BP)	Int.	9.09	Ext.	-	Int.	-	Ext.	-
Normal (N)	Int.	-	Ext.	-	Int.	4.90	Ext.	-
Sobrepeso (S)	Int.	3.12	Ext.	2.08	Int.	-	Ext.	-
Obesidad (O)	Int.	4.54	Ext.	-	Int.	-	Ext.	-

El juego V/OInt./ ES se presenta en las poblaciones de BP, S y O, mientras que en los FS sólo se presenta en la población de S. El juego V/OExt./ES sólo se presenta en la población de S, mientras que en los FS el juego V no se presenta en ninguna de las poblaciones.

6. CONCLUSIONES

Bebidas consumidas muy frecuentemente (ver gráfica 11).

En base al análisis de los resultados de acuerdo a las bebidas consumidas muy frecuentemente en todas las sub-poblaciones encontramos que:

Los jugos naturales, aunque variaron en cada una de las sub-poblaciones de IMC, su consumo fue moderado; mientras que todas las sub-poblaciones reportaron que consumían agua de sabor muy frecuentemente. Con respecto al consumo de café o té, este fue reportado principalmente en sub-poblaciones extremas (de IMC). Por otra parte, existe un consumo muy frecuente de leche en la mayoría de las sub-poblaciones, a excepción de la población de bajo peso. Finalmente el consumo muy frecuente de refrescos, se reportó como ocasional en la mayoría de las sub-poblaciones; sin embargo, es notorio que en la población de niños desnutridos el consumo reportado fue mayor.

Alimentos consumidos muy frecuentemente (ver gráfica 12).

El consumo de pan se reportó como moderado en todas las sub-poblaciones; sin embargo, su consumo disminuyó en la población de bajo peso, mientras que el consumo de tortillas se reportó como moderado y decreciente, conforme aumenta el IMC (mayor consumo en la subpoblación desnutrida a menor consumo en la subpoblación obesa).

Respecto al consumo de frutas, éste aumentó progresivamente conforme aumentó el IMC, llegando a un consumo excesivo en la población obesa. Existe poco consumo de carnes en todas las sub-poblaciones; mientras que el consumo de verduras es moderado, excepto la sub-población de sobrepeso. Por otra parte, el consumo de pastas es bajo en todas las sub-poblaciones, sobre todo en la sub-población de desnutridos.

Juegos y escenarios de juego.

Tomando en cuenta los resultados obtenidos, nos podemos percatar que existen diferencias entre lo que se juega y en dónde se juega, entre las sub-poblaciones de niños con diferentes IMC; sin embargo, es determinante para la realización de algunos juegos, como es en el caso de los de Actividad Física, ya que los niños que tienen un IMC ≤ 15 (desnutridos) realizan en mayor medida este tipo de juegos, no importando el escenario en el que se ubiquen, en comparación con aquellos que tienen un IMC ≥ 30 (obesos) (ver tablas 3, 4, 5, 6, 7 y 8).

Por otra parte, el juego de Mesa no se reportó como un juego constante en alguna de las sub-poblaciones; sin embargo, el objetivo principal de este tipo de juegos es promover la convivencia familiar, algo que al parecer es poco promovido en todas las sub-poblaciones; puesto que para promover este tipo de juegos, la calidad cultural de la familia debe ser amplia, ya que este juego requiere de niveles de inteligencia más elaborados para la comprensión de cada una de las instrucciones (ver tablas 9, 10, 11, 12, 13 y 14).

Para definir un ambiente obesogénico, debemos de tomar en cuenta el escenario en el cual los niños desarrollan preferentemente sus juegos; por ejemplo, en el caso de los Deportivos, los cuales tienen por objetivo promover los juegos de Actividad Física reglada y competitiva, son menormente utilizados por la población de Desnutrición, mientras que en la población de Bajo Peso es todo lo contrario. Entonces, la condición de Desnutrición es desfavorable para la realización de juegos de Actividad Física reglada y competitiva, mientras que en la población de Bajo Peso, suponiendo que hay una mejor alimentación son capaces de mantener la atención a las reglas y la participación en un juego, así como a la duración y el espacio en que éste se practica (ver tabla 4).

Los juegos Virtuales son practicados por todas las sub-poblaciones estudiadas; debido a que es un tipo de juego común y promovido por los medios masivos de comunicación; pero, debido a su alto costo, no son accesibles para toda la población, es por eso que aunque se presenta el juego en todas las sub-

poblaciones, no es en un número elevado de individuos (ver tabla 21 22, 23, 24, 25 y 26).

Los niños desnutridos reportan que sólo juegan juegos virtuales en Centros Comerciales, principalmente facilitados por la familia; y se puede deber al poco ingreso económico familiar, ya que tomando en cuenta los costos de un videojuego, exceden muchas veces el gasto que una familia común ejerce para la adquisición de alimentos (ver tabla 23).

El juego Simbólico no es reportado en estas conclusiones debido a que se presenta de manera escasa en todas las sub-poblaciones y en todos los escenarios, además de que las sub-poblaciones fueron divididas por IMC no permitían un análisis entre géneros (ver tablas 15, 16, 17, 18, 19 y 20). Sin embargo, Ávila (2012), menciona que sí existen diferencias entre la preferencia de juegos Simbólicos entre género.

El Parque como escenario de juego, tiene por objetivo social y familiar promover la convivencia en base a actividades físicas que se pueden realizar en este espacio abierto, dicho objetivo se cumple en la mayoría de las sub-poblaciones (Desnutrición, Bajo Peso, Normal y Sobrepeso) excepto en la población de niños obesos (ver tabla 6).

Los juegos en la Calle son preferidos por todas las sub-poblaciones estudiadas, es un lugar en el cual el niño tiene cierta libertad en la toma de decisiones; es decir, en cuanto al tipo de juego que realiza y a las reglas que se pueden establecer durante el mismo. Por otra parte, el juego en la Calle en los Fines de Semana se encuentra regulado por la familia, es decir, qué tipo de juego realizar y con quiénes relacionarse (ver tablas 7, 13, 19 y 25).

Sin embargo, se deben de tomar ciertas precauciones cuando los infantes juegan en la calle, ya que no es un lugar seguro para jugar libre y tranquilamente, por ello es importante tomar ciertas precauciones en el cuidado de los infantes cuando éstos salen a jugar como:

- a) Si el infante va y viene solo de la escuela, debe ir por calles concurridas.
- b) Un amigo, compañero o una persona mayor que siga su mismo camino.
- c) No entablar conversaciones con extraños, ni aceptar golosinas o juguetes.
- d) No abordar vehículos de personas desconocidas.
- e) En caso de sentir en peligro, no dudar en gritar o pedir ayuda.

Relación entre juego, alimentación y ambientes obesogénicos.

En la población de IMC correspondiente a desnutrición, existe poca variedad de alimentos consumidos, esta población tiene un alto consumo de carbohidratos a partir de la tortilla; este alimento aunque es energético, lo es momentáneamente y no permite una actividad física e intelectual prolongada. El 70% de esta población reportó que consumió muy frecuentemente leche, esta bebida en el mejor de los casos está proporcionando una pequeña porción de grasa, que provoca lapsos de energía de corta duración; en frecuencias similares estos niños reportaron que consumen agua simple y de sabor, con lo que se estarían solamente hidratando y consumiendo un poco más de calorías por el azúcar (ver gráficas 11 y 12). Este patrón de bebidas y alimentos muy frecuentemente consumidas por los niños desnutridos, propicia que prioritariamente realicen juegos de actividad física en interiores (casas y centros comerciales). El juego que predomina en esta población es el juego de actividad física (ver tablas 3, 4, 5, 6, 7 y 8), actividad que exige un gasto mayor de energía que la que le proporcionan los alimentos y bebidas que consumen. Debido a este déficit de energía, los niños desnutridos limitan sus juegos de actividad física reglada en deportivos (ver tabla 4), ya que este tipo de juegos dentro del escenario ya mencionado, requiere un gasto de energía mayor y en un tiempo prolongado. Algo similar pasa con los juegos de mesa (juegos que requieren un desgaste principalmente de proteínas al demandar un razonamiento lógico-matemático constante y prolongado), este tipo de razonamiento no se logra por la falta de nutrientes, particularmente de proteínas (ver tablas 9, 10, 11, 12, 13 y 14). En el caso de los juegos virtuales, vemos que los niños desnutridos no tienen acceso a

este tipo de juegos, esto debido a que el costo de este juego es excesivo y solamente en lugares públicos, como en centros comerciales es donde pueden realizar este juego por un precio accesible (ver tabla 23). Con respecto al juego simbólico, no es practicado constantemente por esta población (ver tablas 15, 16, 17, 18, 19 y 20).

En la sub-población de bajo peso encontramos que la base de su alimentación consta de frutas y verduras; la carne es el alimento que menos se consume; la ingesta de proteínas, grasas y carbohidratos se encuentra cimentada en el consumo de leche (ver gráficas 1 y 2). Se observa que el nivel nutrimental aumenta en comparación de la población desnutrida, pero sigue siendo deficiente; esto se puede ver en los juegos que practican, ya que sigue predominando los juegos de actividad física en todos los escenarios (ver tablas 3, 4, 5, 6, 7 y 8), pero en comparación con la población desnutrida, en los niños con bajo peso se hace presente el juego de actividad física reglada (ver tabla 4). La combinación entre una alimentación aún deficiente, pero más variada y la empatía con juegos de actividad física, propicia un uso de energía excesivo; es decir, el gasto de energía excede a la obtenida por el consumo de alimentos y bebidas.

En la sub-población de normalidad encontramos un consumo regular en una gran variedad de alimentos, resaltando el consumo de frutas. Ocurre algo similar en el consumo de bebidas, pero en esta población se hace más presente el consumo de agua de sabor, leche y agua simple (ver gráficas 5 y 6). En comparación con las sub-poblaciones de desnutrición y bajo peso, hay un aumento y variedad en el consumo de bebidas y alimentos. En la sub-población de normalidad el gasto de energía es directamente proporcional a los juegos que realizan, en este caso los juegos de actividad física en casa, deportivo y parque (ver tablas 3, 4 y 6). Respecto a los juegos de actividad física en parques, estos se presentan sobre todo los fines de semana, lo cual indica que existe una relación directa entre el juego y la convivencia familiar.

En la sub-población de sobrepeso encontramos que el alimento que se consume más son las frutas (ver gráfica 12), comparativamente a los demás

alimentos, su consumo es moderado, compartiendo esta característica con la sub-población con un IMC normal. En el caso de las bebidas, existe un exceso en el consumo de agua simple (propiciando una retención de líquidos), y una deficiencia en el consumo de leche (existe una baja carga de energía calórica) [ver gráfica 11]. En esta sub-población se encontró un predominio en los juegos de actividad física, a diferencia de las demás sub-poblaciones con menor IMC, se observó que la actividad física es regulada por otros individuos, además de limitada, ya que la mayoría de los juegos de actividad física se presentaron en ambientes controlados y delimitados (ver tablas 3, 4, 5, 6, 7 y 8); esto combinado con el alto consumo de una gran variedad de alimentos provoca una ingesta mayor de energía de la que se consume durante las actividades de estos niños.

En la sub-población obesa, se observó un consumo moderado de toda la variedad de alimentos mencionados en el cuestionario (ver gráficas 10 y 11); sin embargo, como en el caso de la población de normalidad y sobrepeso hay un exceso en el consumo de frutas. En el caso de las bebidas hay un mayor consumo en leche, agua simple y agua de sabor (ver gráficas 9 y 11). En cuanto a las actividades que reportaron, se encontró que la actividad física vuelve a ser predominante en distintos contextos como en deportivos, parques y calles (ver tablas 4, 6 y 7). Tomando en cuenta la dieta de los niños y niñas obesos, existe un alto consumo en azúcares y grasas, lo cual propicia una alta carga energética y no se consumen en su totalidad durante las actividades que realizan, ello debido a que aunque se reportó actividad física en distintos contextos, ésta no propicia la quema de la totalidad de los alimentos consumidos, trayendo como consecuencia el almacenamiento excesivo de energía, convirtiéndola en un exceso de tejido adiposo.

7. DISCUSIÓN

En las investigaciones que se han realizado acerca del nivel nutricional de los niños, se ha hecho énfasis en la alimentación y dejan de lado la actividad física que realizan, siendo contradictorio ya que ambas se complementan y son factores de vital importancia en el desarrollo integral del niño, tal y como lo señala la OMS (<http://www.who.int/es/>).

Por otra parte, Shills (2002) y Mahan (2008), reportaron que el estado nutricional es un indicativo de enfermedades; sin embargo, existen afecciones fuera del ámbito clínico (enfermedades, síntomas, síndromes, etc.), esto se puede observar en personas que tienen un estado nutricional deficiente o excesivo, ya que las actividades del día tienden a cambiar conforme a su estado nutricional varía.

Esta investigación estuvo enfocada en una población infantil, la cual, según diversos investigadores (López-Navarrete, Perea-Martínez y Loredó-Abdalá, 2008; Caballero, Hernández, Moreno, Hernández-Girón, Campero, Cruz y Lazcano-Ponce, 2007), la principal actividad que realizan a parte de los deberes escolares es jugar; dentro de esta investigación se intentó establecer la relación del IMC, la ingesta de alimentos y el tipo de juego que reportan. Se encontró que no existen diferencias significativas entre los alimentos y bebidas que consumían cada uno de los individuos dependiendo del IMC y el tipo de juego que realizan.

Los resultados obtenidos en esta investigación concuerdan con los datos que obtuvo Caballero, cols. (2007), debido a que se observó que los niños con obesidad tiene una menor actividad física que los niños que cuentan con un IMC normal, esto da como resultado que lo obtenido por Caballero sea un respaldo metodológico y bibliográfico a los resultados obtenidos en esta investigación.

Este estudio, al ser de un corte transversal, no es posible determinar si la obesidad es una entidad patológica crónica como lo menciona Bastarrachera, González y Ávila (1999), pero esta condición se presenta en todas las edades.

Las encuestas realizadas en los años de 1988, 1999 y 2006, (ENSYN) arrojaron que la población con obesidad aumenta 1.02 puntos porcentuales por año; sin embargo, al ser una encuesta que cuenta con una muestra significativa, da a entender que toda la población presenta el mismo número de niños o niñas con obesidad, pero es importante determinar en dónde se realizó la encuesta y el nivel socioeconómico de cada niño, y adicionalmente se debe tomar en cuenta las actividades que realizan y el tiempo invertido dentro de ellas.

Por otra parte, Laguna (2005) mencionó que existen diversos agentes ambientales que contribuyen al sobrepeso; pero éstos no aparecen ni se producen en aislado como menciona Guevara (2007), este autor afirma que el sobrepeso es un estilo de vida desfavorable; es decir, la familia y el nivel socioeconómico en el cual esté ubicada la población influyen de manera directa en la dieta del infante, haciendo de la alimentación una actividad completamente mediada y mediatizada por el círculo social primario (la familia) en el que se desenvuelven. Una parte de la alimentación que reciben los niños lo liderea la madre y dependiendo del estilo de vida que haya llevado ésta, es el que seguirá predominando en la vida familiar del niño.

Una posible continuación de este trabajo, es aplicar la metodología en un mayor número de escuelas; para así obtener un amplio número de datos que puedan aportar más información y a su vez, realizar un mayor número de análisis posibles. Además es importante incluir en el cuestionario la variable del tiempo que se invierte en cada uno de los juegos y si consumen algún alimento antes, durante o después del juego con la finalidad de determinar si existe una correlación entre el tipo de juego y la alimentación. Aunado a lo anterior, Guevara (2007), mencionó que para que el infante con un IMC alto tenga una buena salud, éste debe realizar de 15 a 30 minutos de ejercicio para reducir su IMC. En el caso contrario, los infantes que tienen un IMC bajo, tiene que realizar menor tiempo de actividad física y tener un consumo adecuado de alimentos y bebidas.

Re-estructuración del Programa de educación física y deporte a nivel escolar.

Retomando la propuesta que realizó Guevara (2007), para el Programa de educación física y deporte a nivel escolar, es necesario hacer una re-estructuración e integración, tanto en las escuelas como en las familias, haciendo de la educación física, o mejor dicho haciendo de los juegos de actividad física, una actividad rutinaria y satisfactoria tanto para los infantes y los integrantes de la familia.

La re-estructuración de este programa se dividió en dos secciones, que son a la vez independientes como complementarias; es decir, la escuela provee los conocimientos y formas de aplicación, mientras que la familia los lleva a cabo y realiza cambios.

En primera instancia, la institución, (los servicios médicos), debe brindar una ORIENTACIÓN NUTRICIONAL, la cual debe estar dirigida hacia:

-Instituciones (escuelas).

-Alumnos.

-Padres.

Las escuelas deben brindar un ENTORNO SALUDABLE; es decir, se deben regular aquellos alimentos y bebidas obesogénicos como los refrescos, las frituras, la comida con exceso de grasa, entre otros, y promover alimentos y bebidas nutritivas como el agua simple y aguas de sabores bajas en azúcares.

Dentro de las escuelas se debe de realizar un aumento en las actividades físicas ya sea a nivel académico (educación física), o en el tiempo libre. En el caso de las clases de educación física, se propone realizar periodos de ejercicio, en el caso de pre-escolar 15 minutos, en primaria 50 minutos y en secundaria 2 horas, con una periodicidad de 3 veces a la semana, tomando en cuenta la medición de contaminantes en el aire (IMECAS), también se propone realizar un mejoramiento

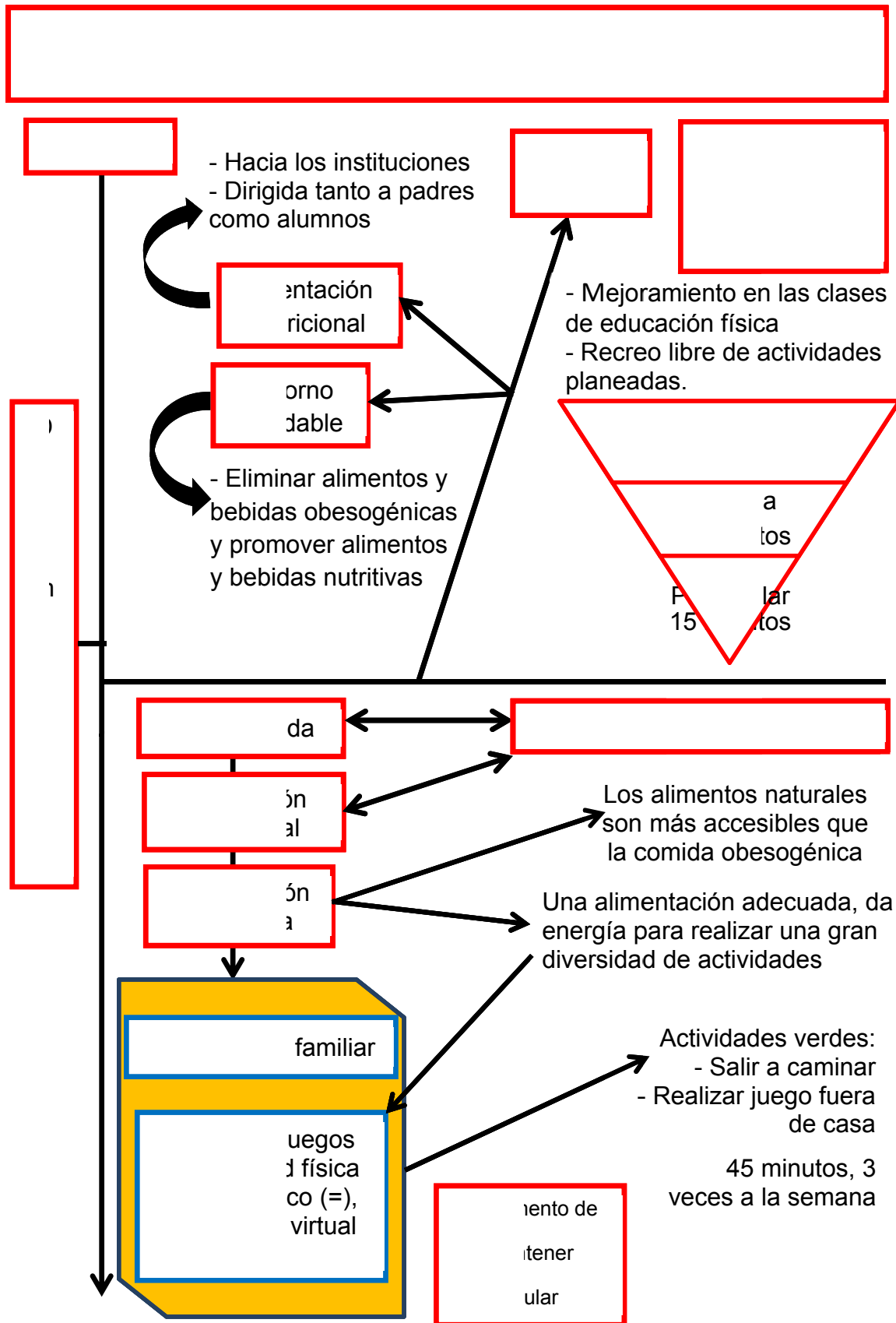
de sus contenidos, tanto en exteriores como en interiores (especialmente cuando los puntos IMECAS no permitan realizar actividades al aire libre).

En segunda instancia, la re-estructuración se enfocaría en la familia y en su ESTILO DE VIDA. Estos cambios serían en colaboración con las escuelas y servicios médicos que brindarían una ORIENTACIÓN NUTRICIONAL adecuada, tanto para los padres como para los hijos, esto se debería de llevar a cabo dentro y fuera de casa. Para tener una ALIMENTACIÓN ADECUADA, se proponen aquellos alimentos como las frutas y verduras no procesados, además de pequeñas porciones de pan o pastas y el consumo principalmente de agua simple o agua de sabor baja en azúcares. Ya que una alimentación adecuada, brinda la energía necesaria para realizar la gran diversidad de juegos como: de actividad física, juego simbólico, juego de mesa y juegos virtuales.

Para llevar a cabo, tanto una alimentación adecuada como una diversidad de juegos, debe existir una PARTICIPACIÓN FAMILIAR, que promueva cada uno de los puntos, así como realizar una mayor actividad verde, como:

- Salir a caminar.
- Realizar juegos de actividad física fuera de casa.

Por lo menos 45 minutos, 3 veces a la semana.



8. BIBLIOGRAFÍA

- Amar, J. (1998). Educación infantil y desarrollo social. Investigación y Desarrollo. Universidad del Norte. 7: 1 – 17.
- Ávila, L (2012). *El juego infantil en edad escolar*. Tesis de Licenciatura no publicada, Facultad de Estudios Superiores Iztacala, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Bacardí-Gascón, M., Jiménez-Cruz, A., Jones, E. y Guzmán-González, V. (2007). Alta prevalencia de obesidad y obesidad abdominal en niños escolares entre 6 y 12 años de edad. *Bol Med Hosp Infant Mex*, Vol. 64, pp. 362-369.
- Berger, P. y Luckmann, T. (1989). “La sociedad como realidad objetiva” en *La construcción social de la realidad*. Buenos Aires: Amorrortu.
- Blanes, A., Martínez, M., Vicente, R., (s/a.). El juego en la prevención de las dificultades del aprendizaje (D. A.). Extraído el 13 de Enero del 2012 desde <http://www.uji.es/bin/publ/edicions/jfi1/juego.pdf>
- Bruner, J. (1984). Juego, pensamiento y lenguaje. En Linaza, J. (Ed.). *Acción, pensamiento y lenguaje pp. 211-231*. Madrid. Alianza.
- Bruner, J. (1986). Juego, pensamiento y lenguaje. *Perspectivas*, 16 (1), 79 -85.
- Caballero, C., Hernández B., Moreno, H. Hernández-Girón, C., Campero, L., Cruz, A. y Lazcano-Ponce, E. (2007). Obesidad, actividad e inactividad física en adolescentes de Morelos, México: un estudio longitudinal. *ARCHIVOS LATINOAMERICANOS DE NUTRICIÓN*. Organó Oficial de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición, vol. 57, núm. 3, pp. 231 – 237.
- Caballero, A. (2009). Taller de “Evaluación del Estado Nutricio”. Universidad Iberoamericana.
- Caillois, R. (1958). *Teoría de los juegos*. Barcelona: Seix Barral, pp. 21.

- Carranza, J., Galián, M., Fuentes, L., González, C. y Estévez, A. (2001). Mecanismos atencionales y desarrollo de la autorregulación en la infancia. *Anales de Psicología*, vol. 17, núm. 002, pp. 275 - 286.
- Covarrubias, M. (2002). *La autorregulación en la relación madre – hijo(a)*. Tesis de Maestría en Psicología Educativa, Universidad Nacional Autónoma de México, Facultad de Psicología.
- Delval, J. (1988). Sobre la historia del estudio del niño. *Infancia y aprendizaje*, 44, 59 - 108.
- Dorado, R. (2008). El juego en educación infantil. *Revista digital de divulgación educativa*, año 1, núm. 2, pp. 114 – 118.
- Erikson, E. (1972). “Juego y actualidad”. En Piaget, J., Lorenz, K. *Juego y desarrollo*. Barcela Grijalbo.
- Escabias, M. (2008). El juego y los juguetes. *Revista digital Enfoques Educativos*, num. 22, pp. 47 – 52.
- Escobar, H. (2003). Historia y naturaleza de la psicología del desarrollo. Pontificia Universidad Javeriana (Colombia), 2 (1), pp. 71 - 88.
- Esteva, M. (2000). El juego teoría y práctica. Instituto Central de Ciencias Pedagógicas. Extraído el 15 de Junio del 2011 desde http://www.oei.es/inicial/articulos/juego_teoría
- Eveleth, P. & Tanner, M. (1990). *Worldwide variation in human growth*. USA: Cambridge University Press.
- Engels, F. (1884). *El origen de la familia, la propiedad privada y el estado*. Hottigen-Zürich: Alemania. Extraído el 20 de agosto del 2012 de http://www.fundacionfedericoengels.org/images/stories/PDF/engels_origen_familia_engels_origen_familia.pdf

- Garaigordobil, M. (2008). Importancia del juego infantil en el desarrollo. En *El juego como estrategia didáctica*, Laberinto Educativo: Venezuela, España, pp. 13 – 20.
- Guevara, M. (2007). Actividad física intra y extraescolar y su relación con la obesidad infantil. *Nutrición Hoy*, vol. 3, núm. 4, pp. 5 – 8.
- Guzmán, S. (2008). La importancia del juego en educación infantil. *Revista digital de divulgación educativa*, año 1, núm. 2, pp. 75 – 77.
- Huizinga, J. (1938). *Homo Ludens*. Editorial Alianza: Madrid.
- Laguna, A. (2005). Determinantes del sobrepeso, biología, psicología y ambiente. *Revista de Endocrinología y Nutrición*, vol. 13, núm. 4, pp. 197 – 202.
- Lecannelier, F. (2005). *Juego de ficción, narrativa y desarrollo de la experiencia humana*. Instituto de Terapia Cognitiva (INTECO), Santiago de Chile. Extraído el 16 de Octubre del 2011 desde <http://www.inteco.cl>
- Lobato, E. (2005). Juego sociodramático y esquemas de género. Una investigación en educación infantil. *Cultura y Educación*, vol. 17, núm. 2, pp. 115 – 129.
- López, M. (2009). Indicadores antropométricos en Manual de evaluación del estado nutricional. Universidad Iberoamericana León, pp. 35 - 37.
- López de Sosoaga, A., (2004). *El juego: análisis y revisión bibliográfica*. País Vasco: Euskal Herriko Unibetsitatea.
- López-Navarrete, Perea-Martínez y Loredó-Abdalá. (2008). Obesidad y maltrato infantil. Un fenómeno bidireccional. *Acta Pediátrica de México*, vol. 29, núm. 6, pp.342 – 346.
- Lucci, M. (2006). La propuesta de Vygotsky: la psicología socio-histórica. Profesorado. *Revista de currículum y formación del profesorado*, 10, 2, pp. 1 – 11.
- Macarena, E. (2008). La trascendencia del juego en educación infantil. *Revista digital de divulgación educativa*, año 1, núm. 2, pp. 94 – 97.

- Mahan, K. (2008). *Nutrición y dietoterapia de Krause*. México: Mc-Graw Hill Interamericana.
- Meléndez, G. (s/a). *Obesidad Infantil en México. Magnitud del problema y determinantes que la favorecen en la escuela y en la casa*. Fundación Mexicana para la Salud AC, pp. 1 – 4.
- Papalia, D. y Wendkos, S. (1997). *Psicología del desarrollo: de la infancia a la adolescencia*. México, D.F.:McGraw-Hill.
- Pérez, A. et al. (2008). *Nutriología Médica*. México: Panamericana.
- Perinat, A. (1998). *Psicología del desarrollo. Un enfoque sistémico*. Barcelona: Ediciones de la niversidad Abierta de Cataluña.
- Piaget, J. (1982). *La psicología*. En *Tendencias de la investigación en ciencias sociales*. Madrid: Alianza Universidad.
- Piaget, J. (1990). *La formación del símbolo en el niño*. Fondo de Cultura Económica: Buenos Aires, pp. 151, 163, 196.
- Pizzo, M. (s/a). *El desarrollo de los niños en edad escolar*. Extraído el 28 de Febrero del 2012. En http://www.psi.uba.ar/academica/carrerasdegrado/psicologia/informacion_adicional/obligatorias/053_ninez1/files/el_desarrollo_de_los_ninos_en_edad_escolar.pdf
- Redondo, M. (2008). *El juego infantil, su estudio y como abordarlo*. *Revista Digital Innovación y Experiencias Educativas*, núm. 12, pp. 1 – 8.
- Retamal, L. (2006). *El juego como instrumento educativo y de desarrollo integral*. *Revista de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador*, num. 78, pp. 7 - 30.
- Rodríguez, C., Lorenzo, O. y Herrera, L. (2005). *Teoría y práctica del análisis de datos cualitativos. Proceso general y criterios de calidad*. *Revista Internacional de Ciencias Sociales y Humanidades*, vol. XV, núm. 002, pp. 133 – 154.

- Shaffer, D. (2000). *Psicología del desarrollo. Infancia y adolescencia*. México: International Thomson Editores, pp. 53, 155 y 228.
- Sánchez – Castillo, C., Pichardo – Ontiveros, E. y López, P. (2004). *Epidemiología de la Obesidad*. *Gac Méd Mex*, vol. 140, suplemento núm. 2, pp. 3 – 20.
- Shills, M. (2002). *Nutrición en salud y enfermedad*. México: Mc-Graw Hill.
- Torres, C. y Torres, M. (2007). *El juego como estrategia de aprendizaje en el aula*. Universidad de los Andes. Núcleo Universitario Rafael Rangel. Centro de Investigación para el desarrollo integral Sustentable Trujillo.
- Vargas, A., Bastarrachea, R., González, B. y Ávila, R. (1999). *Obesidad en México*. 1er ed. Ciudad de México. Fundación Mexicana para la Salud AC y Universidad Autónoma de Yucatán.
- Vargas-Mendoza, J. E. (2007) *DESARROLLO INFANTIL: La Teoría de Wallon..* México: Asociación Oaxaqueña de Psicología A.C. En http://www.conductitlan.net/henry_wallon.ppt
- Vygotsky, L. (1968). *Ensayo psicológico: La imaginación y el arte en la infancia*. México: Fontamara, 2° edición (1997).
- Vygotsky, L. (1979). *El desarrollo de los procesos psicológicos superiores*. Buenos Aires: Grijalbo
- Wallon, H. (1987) *Psicología y educación del niño. Una comprensión dialéctica del desarrollo y la Educación Infantil*. Madrid, Visor-Mec.
- Zazzo, R. (1976). *Psicología y marxismo*. Pablo del Río: Madrid.

ANEXOS

El presente cuestionario es parte de una investigación sobre la importancia del JUEGO en el desarrollo integral del niño (a) en edad escolar, los datos serán tratados estadísticamente y de manera confidencial. Por anticipado te damos las gracias por participar. **Por Favor llena los datos que se te piden:**

No. identificación: _____

Nombre: _____

Edad: _____ Fecha de Nacimiento: _____ Peso: _____ Estatura: _____

Dirección del niño: _____

Vives en: Departamento () Casa () Jardín () Patio ()

¿Con quién vives? Papá () Mamá () Hermanos () ¿Cuántos?: _____

Abuelos () Otros: _____

Instrucciones: En la tabla de abajo encontrarás diferentes tipos de alimentos y bebidas, por favor señala con una "X" con qué frecuencia consumes cada una de ellas (*Muy frecuentemente, frecuentemente u ocasionalmente*) **Puedes escoger más de una opción.**

¿Qué bebes?	¿Cuánto bebes?		
	Muy Frecuentemente 4 veces a la semana	Frecuentemente 3 veces a la semana	Ocasionalmente 1 vez a la semana
Refrescos			
Jugos naturales			
Café o Té			
Agua de sabor			
Agua simple			
Leche			

¿Qué comes?	¿Cuánto comes?		
	Muy Frecuentemente 4 veces a la semana	Frecuentemente 3 veces a la semana	Ocasionalmente 1 vez a la semana
Pan			
Tortillas			
Frutas			
Verduras			
Pasta			
Carne			

TABLA DE ABREVIATURAS DE LAS METACATEGORÍAS		
JUEGOS	AF	Actividad Física
	S	Simbólico
	JM	Juego de Mesa
	V	Virtual
IMC	D	Desnutrición
	BP	Bajo Peso
	N	Normal
	S	Sobrepeso
	O	Obesidad
ESCENARIOS	C	Casa
	D	Deportivo
	CC	Centro Comercial
	P	Parque
	CII	Calle
	OInt.	Otros Interiores
	OExt.	Otros Exteriores
TIEMPO	ES	Entre Semana
	FS	Fines de Semana

Categoría	Descripción de la categoría
DAFCES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
DAFDE0053	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
DAFCCES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
DAFPES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
DAFCIIES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
DAFOIntES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
DAFOExtES	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
DAFCFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
DAFDfS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
DAFCCFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
DAFPFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana

DAFCIIFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
DAFOIntFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
DAFOExtFS	Población: Desnutrición Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
DSimCES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
DSimDES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
DSimCCES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
DSimPES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
DSimCIIES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
DSimOIntES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
DSimOExtES	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
DSimCFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana

DSimDFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
DSimCCFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
DSimPFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
DSimCIIFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
DSimOIntFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
DSimOExtFS	Población: Desnutrición Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
DJMCES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
DJMDES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
DJMCCES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
DJMPEs	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
DJMCIIES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana

DJMOIntES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
DJMOExtES	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
DJMCFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
DJMDFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
DJMCCFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
DJMPFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
DJMCIIFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
DJMOIntFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
DJMOExtFS	Población: Desnutrición Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
DVCES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
DVDES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana

DVCCES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
DVPES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
DVCIIES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
DVOIntES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
DVOExtES	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
DVCFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
DVDFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
DVCCFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
DVPFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
DVCIIFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
DVOIntFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana

DVOExtFS	Población: Desnutrición Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
BPAFCES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
BPAFDES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
BPAFCCES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
BPAFPES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
BPAFCIIES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
BPAFOIntES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
BPAFOExtES	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
BPAFCFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
BPAFDFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
BPAFCCFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana

BPAFPFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
BPAFCIIFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
BPAFOIntFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
BPAFOExtFS	Población: Bajo Peso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
BPSimCES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
BPSimDES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
BPSimCCES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
BPSimPES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
BPSimCIIES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
BPSimOIntES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
BPSimOExtES	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana

BPSimCFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
BPSimDFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
BPSimCCFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
BPSimPFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
BPSimCIIFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
BPSimOIntFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
BPSimOExtFS	Población: Bajo Peso Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
BPJMCES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
BPJMDES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
BPJMCCES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
BPJMPES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana

BPJMCIES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
BPJMOIntES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
BPJMOExtES	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
BPJMCFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
BPJMDFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
BPJMCCFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
BPJMPFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
BPJMCIFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
BPJMOIntFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
BPJMOExtFS	Población: Bajo Peso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
BPVCEs	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana

BPVDES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
BPVCCES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
BPVPES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
BPVCIIES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
BPVOIntES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
BPVOExtES	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
BPVCFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
BPVDFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
BPVCCFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
BPVPFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
BPVCIIFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana

BPVOIntFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
BPVOExtFS	Población: Bajo Peso Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
NAFCES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
NAFDES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
NAFCES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
NAFPES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
NAFCIIES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
NAFOIntES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
NAFOExtES	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
NAFCFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
NAFDfS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana

NAFCCFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
NAFPFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
NAFCIIFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
NAFOIntFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
NAFOExtFS	Población: Normal Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
NSimCES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
NSimDES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
NSimCCES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
NSimPES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
NSimCIIES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
NSimOIntES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana

NSimOExtES	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
NSimCFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
NSimDFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
NSimCCFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
NSimPFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
NSimCIIFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
NSimOIntFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
NSimOExtFS	Población: Normal Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
NJMCES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
NJMDES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
NJMCCES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana

NJMPES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
NJMCIIES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
NJMOIntES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
NJMOExtES	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
NJMCFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
NJMDFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
NJMCCFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
NJMPFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
NJMCIIFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
NJMOIntFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
NJMOExtFS	Población: Normal Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana

NVCES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
NVDES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
NVCCES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
NVPES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
NVCIIES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
NVOIntES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
NVOExtES	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
NVCFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
NVDFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
NVCCFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
NVPFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana

NVCIIFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
NVOIntFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
NVOExtFS	Población: Normal Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
SAFCES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
SAFDES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
SAFCCES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
SAFPES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
SAFCIIES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
SAFOIntES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
SAFOExtES	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
SAFCFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana

SAFDFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
SAFCCFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
SAFPFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
SAFCIIFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
SAFOIntFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
SAFOExtFS	Población: Sobrepeso Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
SSimCES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
SSimDES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
SSimCCES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
SSimPES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
SSimCIIES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana

SSimOIntES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
SSimOExtES	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
SSimCFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
SSimDFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
SSimCCFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
SSimPFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
SSimCIIFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
SSimOIntFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
SSimOExtFS	Población: Sobrepeso Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
SJMCES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
SJMDES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana

SJMCCES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
SJMPES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
SJMCIIES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
SJMOIntES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
SJMOExtES	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
SJMCFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
SJMDFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
SJMCCFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
SJMPFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
SJMCIIFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
SJMOIntFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana

SJMOExtFS	Población: Sobrepeso Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
SVCES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
SVDES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
SVCCES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
SV PES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
SVCIIES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
SVOIntES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
SVOExtES	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
SVCFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
SVDFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
SVCCFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana

SVPFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
SVCIIFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
SVOIntFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
SVOExtFS	Población: Sobrepeso Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
OAFCES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
OAFDES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
OAFCCES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
OAFPES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
OAFCIIES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
OAFIntES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
OAFExtES	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana

O AFCFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
O AFD FS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
O AFCCFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
O AFPFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
O AFCIIFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
O AFOIntFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
O AFOExtFS	Población: Obesidad Juego: Actividad Física Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
O SimCES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
O SimDES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
O SimCCES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
O SimPES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana

OSimCIIES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
OSimOIntES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
OSimOExtES	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
OSimCFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
OSimDFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
OSimCCFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
OSimPFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
OSimCIIFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
OSimOIntFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
OSimOExtFS	Población: Obesidad Juego: Simbólico Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
OJMCES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana

OJMDES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
OJMCCES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
OJMPES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
OJMCIIES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
OJMOIntES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
OJMOExtES	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
OJMCFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
OJMDFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana
OJMCCFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
OJMPFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
OJMCIIFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana

OJMOIntFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
OJMOExtFS	Población: Obesidad Juego: Juego de Mesa Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana
OVCES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Entre Semana
OVDES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Entre Semana
OVCCES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Entre Semana
OVPEs	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Entre Semana
OVCIES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Entre Semana
OVOIntES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Entre Semana
OVOExtES	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Entre Semana
OVCFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Casa Tiempo: Fines de Semana
OVDfS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Deportivo Tiempo: Fines de Semana

OVCCFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Centro Comercial Tiempo: Fines de Semana
OVPFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Parque Tiempo: Fines de Semana
OVCIFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Calle Tiempo: Fines de Semana
OVOIntFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Otros Interiores Tiempo: Fines de Semana
OVOExtFS	Población: Obesidad Juego: Virtual Escenario: Otros Exteriores Tiempo: Fines de Semana