

MH*Salud*

Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud

Doi <https://doi.org/10.15359/mhs.22-1.18179>

Entendiendo los efectos del confinamiento sobre las conductas de movimiento en la niñez salvadoreña

Understanding The Effects of
Confinement on Movement
Behaviors in Salvadoran Children

Comprender os efeitos do
confinamento nos comportamentos
de movimento em meninos e
meninas salvadorenhas

Boris Evert Iraheta¹ & Carlos Álvarez Bogantes²

Recibido: 14-3-2023 - Aceptado: 20-8-2024

1 Universidad de El Salvador, Departamento de Ciencias de la Educación, Facultad de Ciencias y Humanidades, San Salvador, El Salvador borisevert@gmail.com  <http://orcid.org/0000-0001-9243-5391>

2 Universidad Nacional, Escuela de Ciencias del Movimiento Humano y Calidad de Vida, Heredia, Costa Rica ceab.03@gmail.com  <http://orcid.org/0000-0003-3797-7993>



RESUMEN

Introducción y objetivo: El problema del sedentarismo en la niñez es un asunto de salud pública que se ha agravado por la situación sanitaria derivada del confinamiento por el COVID-19, por lo que, entender los cambios en actividad física durante este periodo en la niñez salvadoreña, es importante.

Métodos: La metodología del estudio fue cualitativa, con una muestra intencionada, conformada por 5 niños y 6 niñas de entre 7 y 10 años de una escuela privada, de la capital salvadoreña. Las técnicas e instrumentos fueron la entrevista enfocada, con un cuestionario de preguntas abiertas. La información se analizó con el método de la triangulación, utilizando las categorías de análisis del nivel interpersonal, intrapersonal y organizacional.

Resultados: Los hallazgos mostraron una percepción de los infantes de disminución de la actividad física, evidenciando la carencia de apoyo de los padres hacia conductas activas, lo cual contribuyó a sentimientos de soledad.

Conclusiones: El estudio concluye que la interacción social se vio reducida al contacto familiar, acompañada por el uso ilimitado de las tecnologías, lo que generó percepciones de aislamiento y soledad. Evidentemente este estudio ha mostrado el efecto del confinamiento sobre la salud física y mental de los participantes.

Palabras claves: Actividad física, calidad de vida, COVID-19, educación física, niñez

ABSTRACT

Introduction and objective: The problem of sedentary lifestyle in childhood is a public health issue, which has been aggravated by the health situation derived from confinement due to COVID-19, so understanding the changes in physical activity during this period in Salvadoran children is important.

Methods: The methodology of the study was qualitative, with an intentional sample, made up of 5 boys and 6 girls between 7 and 10 years old from a private school in the Salvadoran capital. The techniques and instruments were the focused interview, with a questionnaire of open questions. The information was analyzed with the triangulation method, using the interpersonal, intrapersonal and organizational level analysis categories.

Results: The findings showed the infants' perception of decreased physical activity, evidencing the lack of parental support for active behaviors, which contributed to feelings of loneliness. **Conclusions:** The study concludes that social interaction was reduced to family contact, accompanied by the unlimited use of technologies, causing perceptions of isolation and loneliness. Obviously, this study has shown the effect of confinement on the physical and mental health of the participants.

Keywords: COVID-19, childhood, physical activity, physical education, quality of life

RESUMO

Introdução e objetivo: O problema do sedentarismo na infância é uma questão de saúde pública, que tem se agravado com a situação de saúde, por isso é muito importante entender as mudanças na atividade física durante o confinamento em crianças salvadorenhas.

Métodos: Este estudo foi de natureza qualitativa, com uma amostra intencional, composta por 5 meninos e 6 meninas com idades entre 7 e 10 anos de uma escola particular da capital salvadorenha. A entrevista focalizada, com questionário de perguntas abertas, foi a técnica utilizada. A informação foi analisada com o método da triangulação, utilizando as categorias de análise do nível interpessoal, intrapessoal e organizacional.

Resultados: Os principais achados mostraram uma percepção dos bebês de diminuição da atividade física, evidenciando a falta de apoio dos pais para comportamentos ativos, o que contribuiu para sentimentos de solidão.

Conclusões: A interação social foi reduzida ao contato familiar, acompanhada do uso ilimitado de tecnologias, gerando percepções de isolamento e solidão. Obviamente, este estudo mostrou o efeito do confinamento na saúde física e mental dos participantes.

Palavras-chave: Atividade física, atividade física em confinamento, comportamentos de movimento na pandemia, COVID-19, percepção da atividade física

INTRODUCCIÓN

La emergencia pública y de confinamiento que enfrentó Centroamérica debido al COVID-19 afectó especialmente a la niñez. Los Gobiernos ordenaron el confinamiento como medida de emergencia, cerrando las escuelas para prevenir una mayor propagación de la infección en esa población. Esto afectó las conductas activas, incentivando el sedentarismo y el sobrepeso de los infantes estudiados, por las limitaciones del hogar, agravando conductas sedentarias en Centroamérica (Álvarez *et al.*, 2021; Reyes *et al.*, 2018).

El contexto que enfrentó la niñez hizo necesario conocer la percepción de los escolares salvadoreños en tiempos donde la escuela se trasladó al hogar, esto con el objetivo de desarrollar intervenciones que contribuyan a mantenerles activos en ambientes reducidos, con el fin de contribuir a revertir la tendencia de sedentarismo, conocida antes de la pandemia (Jiménez-Pavón *et al.*, 2020).

No hay estudios previos que hayan interpretado la percepción de actividad física en tiempo de pandemia, pero, existen antecedentes para identificar los elementos que motivan e impiden la realización de actividad física dentro del contexto escolar o en el entorno del hogar, estos van desde la falta de instalaciones y carencia de equipo, hasta la intimidación que los mayores ejercen sobre estudiantes de grados inferiores, falta de intromisión de la administración para organizar los espacios de juego en el nivel escolar, la falta de apoyo de la persona docente, carencia de habilidades físicas, especialmente de las niñas y la duración del receso, son obstáculos para la realización de conductas activas (Lake y Towshend, 2006; Stanley *et al.*, 2012), lo que refleja un escenario similar al contexto que vivieron los niños salvadoreños en tiempo de pandemia, pues, en ambos casos, se estudiaron las dificultades que presenta la niñez para tener conductas activas.

Datos recientes, presentados en el estudio de Jiménez-Pavon, Carbonell-Baeza y Lavi, (2020), reportan disminución de la actividad física y aumento del tiempo hora pantalla durante esta pandemia, situación similar a la de los escolares estudiados. Las repercusiones en la salud física y mental de los infantes demandan la instauración de políticas públicas impulsadas por los sistemas de salud alrededor del mundo, esto, abarcando al círculo familiar, pues son los principales actores para revertir las consecuencias derivadas de la pandemia del COVID-19 (Jiménez-Pavon *et al.*, 2020).

Considerando las condiciones de pandemia se hace necesario conocer la percepción de los infantes respecto a la actividad física en el hogar, desde una perspectiva cualitativa, ya que, bajo las circunstancias actuales, los determinantes de un estilo de

vida físicamente activo se subscriben al hogar, y si los niños no perciben las condiciones físicas necesarias y el apoyo social, por tanto, las conductas sedentarias se van a agravar (Jiménez-Pavon *et al.*, 2020; Lanigan *et al.*, 2010; Pugliese y Tinsley, 2007).

Entender las percepciones, creencias y actitudes de un grupo de infantes es crucial para entender los diferentes niveles de influencia que afectan la actividad física durante el confinamiento, lo que dará los elementos necesarios para el desarrollo de intervenciones, con el fin de promover conductas activas en el entorno escolar (Parrish *et al.*, 2012; Ward *et al.*, 2007). El objetivo del estudio fue entender las conductas activas de un grupo de infantes salvadoreños, en el contexto de la pandemia del COVID-19.

METODOLOGÍA

Participantes

La muestra fue de 5 niños y 6 niñas de entre 7 y 10 años, del primer ciclo, de una escuela privada del Municipio y Departamento de San Salvador. La institución educativa a la que pertenecen los infantes tiene horario matutino. El muestreo utilizado fue el típico y los niños se seleccionaron con el criterio de inclusión de pertenecer al primer ciclo de educación primaria (Patton, 2002).

Instrumentos

Para guiar la entrevista en profundidad, los investigadores desarrollaron un guion con temas que emergieron de la literatura especializada, el entorno hogareño durante el confinamiento, los objetivos establecidos del estudio y la capacidad de los investigadores, siguiendo el planteamiento multinivel de entender la realidad (Ward *et al.*, 2007). La investigación se desarrolló desde la metodología cualitativa, ya que se busca conocer valores, cosmovisiones y elementos ideológicos subjetivos para interpretar la significancia de los participantes y generar conocimiento fundamentado (Robles, 2011). La técnica utilizada fue la entrevista en profundidad, la que se caracteriza por explorar la subjetividad de los participantes en la vida cotidiana (Taylor y Bogdan, 1990). Las categorías de análisis fueron: intraindividuales, interpersonales y ambientales, siguiendo el modelo ecológico, comparando el contexto pre y pospandemia y las diferencias del comportamiento entre niñas y niños.

Procedimientos

Al obtener la autorización de la Dirección Regional Departamental de Educación del Departamento de San Salvador y de las autoridades del centro educativo, se solicitó

el consentimiento informado a los padres de los niños participantes y antes de iniciar la entrevista se pidió el asentimiento de los niños entrevistados. Las entrevistas se realizaron mediante Google Meet, estas fueron conducidas por un investigador y el apoyo del docente de educación física de la institución, se desarrollaron en horario nocturno cuando los padres, madres o algún delegado de custodia legal estuviera presente durante la entrevista. Se hizo un registro de bitácoras que permitió obtener información importante para la triangulación (Patton, 2002). Las entrevistas se desarrollaron en un tiempo de 20 a 25 minutos, la agenda se constituyó en el saludo y bienvenida, explicación del objetivo y luego se hicieron las preguntas abiertas semiestructuradas con el objetivo de generar el aporte de cada participante, desde la lógica del modelo socioecológico.

Análisis de la información

Después de realizar las entrevistas, el grupo investigador transcribió los resultados a partir de los códigos y categorías de análisis generadas a desde el modelo ecológico (Ward *et al.*, 2007), con el fin de asegurar la triangulación (Okuda y Gómez, 2005). El análisis abierto axial y la codificación selectiva (Pitney y Parker, 2009), fueron utilizadas para ratificar y generar nuevas categorías de análisis.

RESULTADOS

Siguiendo el acercamiento del modelo ecológico, los resultados de esta investigación se enmarcan en las historias de vida de los participantes en el ámbito intrapersonal y los apoyos que ellos reciben de sus padres desde el nivel interpersonal, en la promoción de estilos de vida activos en tiempos del COVID-19.

El confinamiento por la pandemia ha influido en los cambios en los estilos de vida de los infantes y los padres, especialmente en las conductas de movimiento de los niños, provocando alzas de conductas sedentarias y, posiblemente, afectación en los niveles de sobrepeso y obesidad, tal y como lo describen los resultados de las entrevistas realizadas en la Tabla 1.



Tabla 1

Resumen de los principales hallazgos de la investigación siguiendo el modelo ecológico como categoría de análisis.

Constructos	Prepandemia		Pandemia	
	Femenino	Masculino	Femenino	Masculino
Autoeficacia	“yo hacía como que	“jugaba escondedero, mica	“Juego a la cocina y con	“Juego con mi hermana
Expectativas e	compartimos la comida con	y de correr”	muñecas con mi hermana,	ya veces jugamos con los
Intenciones	mis amigas y hablábamos”		hago ejercicios y juego a la	muñecos y con mis muñecos
			pelota. Los fines de semana	y cuando viene mi papá nos
			corro, y juego a la pelota”	ponemos a platicar jugamos
				con los legos”
Apoyos sociales de los	“Mica, y jugábamos	“hacíamos un círculo y	“El fin de semana íbamos a	“Juego con mi hermana
padres	escondidas, con las niñas y	comíamos con mis amigas”	Mejicanos donde mi abuelo,	ya veces jugamos con los
Apoyos sociales entre	los niños”		veíamos películas en la	muñecos y con mis muñecos
estudiantes			casa.”	y cuando viene mi papá nos
1. apoyo instrumental por				ponemos a platicar jugamos
parte de las maestras en				con los legos”
prepandemia				
2. apoyo entre los niños				
(apoyo entre pares) al jugar				
en forma activa o sedentaria				
Organización del entorno y	“Ir a jugar con mis amigas	“Ah... todo el espacio de la	“No juego en el lugar de	“ah... hay lugares donde no
el espacio.	... a veces en frente a una	cancha, ¿Quiero ver qué	trabajo de papá”	se puede jugar, la cocina”.
Los infantes pasan de un	escalerita y una pared,	más?, solo en la cancha me		
espacio libre de juego, a un	la baranda la usábamos	gustaba jugar”		
entorno reducido, limitado	para hablar y compartir la			
por las normas de los	comida”			
padres de no poder jugar en				
algunos lugares del hogar				

Nivel individual o intrapersonal

En prepandemia, los estudiantes expresaron que las actividades más atractivas para ellos durante el receso fueron las que involucraban actividades intensas de corta duración, con la dinámica de persecución, estas fueron las actividades principales en los infantes. Uno de los informantes indicó: “jugaba escondedero, mica y de correr”. Elemento básico para entender la dinámica de juego en el entorno del recreo es que, tanto las niñas, como los niños se involucran por igual al jugar “mica”.

En prepandemia, las niñas participaban en actividades de índole sedentaria que involucraron el grupo social de amigas, como hablar en entornos poco concurridos de la escuela. Una de las niñas expresó: “yo hacía como que compartimos la comida con mis amigas y hablábamos”; sin embargo, las niñas de este estudio se mostraron cautivadas por juegos de seguirse como “mica” y manifestaron practicarlos.

Durante la pandemia las conductas activas que mostraron los estudiantes, en este estudio, fueron sustituidas por actividades sedentarias. Hay que enfatizar que, en el caso de los niños, asumieron actividades de gran componente sedentario, adoptando actividades que, con más frecuencia, las realizaban las niñas en tiempos de prepandemia. Como lo expresó el informante 1: “Juego con mi hermana ya veces jugamos con los muñecos y con mis muñecos y cuando viene mi papá nos ponemos a platicar jugamos con los legos”. Por su parte, los niños adoptaron actividades sedentarias y sociales, como se evidenció en algunos de los casos de actividades de prepandemia, como lo manifestó la informante 2: “Juego a la cocina y con muñecas con mi hermana, hago ejercicios y juego a la pelota. Los fines de semana corro, y juego a la pelota”.

A través del estudio se evidencia que el sedentarismo ha aumentado por el acceso a horas pantalla que los entrevistados expresaron, elemento que distrae a los niños y niñas de conductas activas que propician un mejor estilo de vida. El estudio muestra que el uso de la tecnología en tiempos de pandemia se ha visto incrementado, sobre todo por los limitantes ambientales. La niña 3 expresó: “lo que más jugamos a veces a ver televisión ...”. Adicionalmente, los niños se han visto atraídos por juegos donde interactúan con otros, así como se evidencia en el testimonio del niño 3 “Ah... donde mis primos... y en la sala y en mi casa”.

Nivel interpersona

La actividad física durante la infancia es un factor determinante no solo en el desarrollo de estilos de vida saludable, sino, también en los procesos de socialización. En los primeros años de escuela el participar con sus compañeros en juegos que involucren actividad física es fundamental en los niños. Como los manifestó el estudiante 4: “Mica,

y jugábamos escondidas, con las niñas y los niños”. Para las niñas en estas edades se ha mostrado que la parte social es un factor predominante en el contexto de escuela. La niña 3 expresó: “hacíamos un círculo y comíamos con mis amigas”.

Durante la pandemia los niños optaron por asumir patrones de conducta más individuales, con un gran componente sedentario, donde las tecnologías han funcionado para sustituir las actividades físicas características del tiempo en prepandemia, tal como lo manifestó el informante 1: “...Hago cosas nuevas como jugar con legos, dibujar, ver la televisión, a veces no sé, me pongo hago los ejercicios”.

De vital interés en el contexto de la escuela es el apoyo que los docentes pueden brindar en la construcción del recreo, que promuevan la actividad física y las buenas relaciones sociales. En general, la maestra es altamente valorada, como lo expresó la informante 1: “a las maestras sí, porque la queremos” y el informante 2: “Extraño a mi maestra, extraño unas actividades como ciencias, lenguaje, extraño los profesores...”. De mucha importancia es el alto nivel de estima que las maestras representan para sus estudiantes, lo que simboliza un valor importante en la promoción del estilo de vida activo mediante el modelaje.

Los padres juegan un rol determinante en las conductas saludables de la familia, en especial en estos momentos cruciales del confinamiento, se considera que los padres son determinantes para desarrollar, en la niñez, las conductas apropiadas que les acompañará de por vida; sin embargo, el que los padres trabajen desde las casas o que deban asistir al trabajo, o el estrés que provoca la pandemia hace que muchas veces estos no asuman un rol más activo en la promoción de la actividad física en la familia, ya sea, porque el ambiente no es favorable o por desconocimiento. Definitivamente, aunque hay padres que se involucran con sus hijos la frecuencia es limitada como lo manifestó el estudiante 3: “Por veces, solo 2 días por veces juega papá con nosotros”.

Nivel organizativo

Los espacios escolares son muy importantes para el desarrollo de actividades de toda índole en las edades tempranas, la creatividad puede verse desarrollada en aquellas que requieran mayor movimiento y en las actividades sedentarias socializadoras, esto es más recurrente en los espacios como: paredes, rincones, pasillos, escaleras, bajo la sombra de árboles y cerca de los jardines (Gutiérrez y Pérez, 2002), el último más evidenciado en las niñas, tal como se expresa en el testimonio de la estudiante 2: “Ir a jugar con mis amigas ... a veces en frente a una escalerita y una pared, la baranda la usábamos para hablar y compartir la comida”. Para el caso de los niños el uso de espacios en prepandemia difiere de las niñas, pues, en estas edades tempranas ellos

optan por actividades más activas, esto queda reafirmado con lo mencionado por el estudiante 1: “Ah... todo el espacio de la cancha, ¿Quiero ver qué más?, solo en la cancha me gustaba jugar”.

Analizar los espacios donde los niños y las niñas se desenvuelven para el desarrollo de acciones lúdicas durante la pandemia es muy importante, sobre todo en un contexto donde las normas de construcción y urbanística determinan que estos sean muy reducidos, lo que afecta a la niñez, para que pueda dar creatividad a la ejecución de actividades físicas. Esto quedó demostrado en el testimonio de la entrevistada 2, al preguntar dónde desarrolla sus actividades activas: “Juego en el patio y juego a la pelota y salta cuerda”. En contraparte, los niños tienden a utilizar mayor espacio de la casa para jugar, lo realizan en todos los espacios de la casa y, generalmente no tienen un espacio definido al igual que las niñas, como lo expresa el estudiante 3: “Me gusta jugar en toda la casa”.

El recreo durante la prepandemia representó el espacio de tiempo donde los niños buscaban centrarse en un espacio y desarrollar medios para acción motriz, lúdicas y socializadoras, esto último más presente en las niñas de este estudio, como se puede evidenciar en lo dicho por la estudiante 3: “jugamos en una escalerita... compartimos comida”. Por su parte los niños utilizaban mayor espacio de la escuela, así como lo expresa el estudiante 2: “Jugar con las pelotas, correr y saltar...por toda la cancha y el colegio”, sin embargo, el confinamiento cambió radicalmente las conductas de movimiento, limitándolas a un contexto reducido del hogar. Lo antes descrito quedó evidenciado en el testimonio de la informante 2: “No juego en el lugar de trabajo de papá”, por su parte los niños tenían restricción de jugar en la cocina, así como se evidencia en el testimonio del estudiante 3: “ah... hay lugares donde no se puede jugar, la cocina”.

DISCUSIÓN

Esta investigación se implementó con el propósito de entender las percepciones, creencias y actitudes de las conductas de movimiento de la niñez salvadoreña en tiempos de pandemia, con el fin de explorar vertientes de intervención que contribuyan a paliar la situación de sedentarismo de la niñez, usando los niveles de análisis del modelo ecológico (Ward *et al.*, 2007). Evidentemente, este estudio apoya la relevancia de aplicar el modelo socioecológico de influencias conductuales para especificar elementos que podrían influir en la actividad física de los niños y las niñas en el entorno del hogar, en tiempos de pandemia, que son elementos básicos en el diseño de intervenciones que integran lo intrapersonal, lo interpersonal y los niveles ambientales para promover la actividad física en los niños.

Los hallazgos muestran que la niñez salvadoreña percibió que el confinamiento evitó que tuvieran la posibilidad de contar con los espacios prepandemia, donde jugar en el recreo de la escuela, o pasar el tiempo con sus amigos fue esencial, por lo que se vieron limitados de la mayor parte de su interacción social y actividad física previa. La interacción social se vio reducida al contacto familiar, acompañada por el uso ilimitado de las tecnologías. Los entrevistados expresaron extrañar la escuela y los espacios amplios para jugar, en comparación de las restricciones ambientales que les impuso la pandemia, con posibles afectaciones psicológicas que, algunos niños, podrían estar enfrentado por el aislamiento, producto del confinamiento (Cifuentes-Faura, 2020).

Este estudio ha mostrado que el confinamiento provocó una ruptura en los niveles de socialización que el entorno escolar les brindaba. Al carecer los infantes de la posibilidad de jugar y compartir con sus compañeros y compañeras, como era su costumbre, han perdido la posibilidad de disfrutar del juego libre, generando niveles altos de sedentarismo y de apego a las tecnologías, por los ambientes hogareños reducidos, siendo esta situación agravada, por padres que trabajan desde la casa, sin tiempo, ni las destrezas para propiciar ambientes en movimiento en el hogar (Bates *et al.*, 2020).

Los hallazgos de este estudio han mostrado que tanto los niños, como las niñas han adoptado patrones de movimiento sedentarios y actividades, en sus tiempos de ocio, que reflejan niveles muy bajos de actividad física. Esta situación se contrapone a los reportes de Álvarez *et al.*, (2021) que apuntan, que las niñas, conforme avanzan en el proceso educativo, tienden a adoptar conductas más sedentarias, de índole social, a diferencia de los niños, que mantienen niveles altos de actividad física, situación que se explica por las limitantes del espacio, como lo expone Ishii *et al.*, (2014) indicando que, desde el modelo ecológico, el ambiente contribuye a determinar los niveles de actividad física, especialmente en los niños.

Aunque autores como Haug *et al.*, (2010) sugieren que los factores ambientales que determinan la actividad física en el contexto de la escuela están determinados por la cultura o estilos de vida del país, el confinamiento creó barreras hogareñas determinantes en los niveles de actividad física de los infantes en el contexto hogareño. Las barreras para involucrarse, reportadas por los niños y las niñas en este estudio, están enmarcadas en el nivel organizacional, que tiene que ver con una disminución, en los niños, de la capacidad para lidiar con las barreras para ejecutar conductas activas (Lox *et al.*, 2010).

En tiempos de prepandemia, las niñas de grados superiores expresaron que les gustaban las actividades más sedentarias con grupos pequeños de amigas, como

hablar y caminar en la escuela; sin embargo, al igual que estudios previos realizados en Centroamérica (Álvarez y Zelaya, 2021), las niñas de primer grado expresaron su satisfacción por juegos de persecución, como la “mica”, y dijeron que, cuando surge la oportunidad y los niños de los grados superiores no lo impiden, se involucran.

Contrario a los estudios de Spence *et al.*, (2010) mostrando que los niños, comparados con las niñas, en edades tempranas son más activos, los participantes de este estudio evidenciaron un comportamiento sedentario por igual y los niños, igual que las niñas, optaron por actividades más sedentarias. Incluso, los niños han adoptado actividades más sociales y sedentarias, copiando patrones similares a sus hermanas, pero, en general, las actividades han sido sedentarias, en un ambiente solitario.

Durante confinamiento, apoyar a los hijos e hijas en el contexto del hogar, ha sido considerado esencial para afrontar con éxito la crisis sanitaria; sin embargo, las limitaciones espaciales y el teletrabajo han sometido a los padres a nuevas demandas que han evidenciado la incapacidad de lidiar con la actual realidad, generando niveles altos de estrés y de poca tolerancia en el contexto de la familia. La disminución de la sensación de competencia para apoyar a los hijos e hijas en las necesidades propias de la niñez, especialmente en lo que concierne al juego infantil, ha producido una reducción en el involucramiento de los niños y niñas en actividades activas en su hogar, como lo expone Beets *et al.*, (2010).

Los hallazgos de este estudio muestran que el padre ejercita el apoyo de acompañamiento, como única opción de apoyo social, al participar esporádicamente con los infantes en juegos de mesa, lo que muestra que las nuevas condiciones de confinamiento han reducido los tipos de conductas de apoyo, usadas por los padres en condiciones normales, como lo son: la validez y el apoyo instrumental, lo que ha sido explicado por los nuevos entornos familiares plagados de barreras que impiden el ejercicio de esas prácticas de apoyo, que fueron comunes (Jarvis *et al.*, 2017) inclusive, en los espacios reducidos en el hogar.

Algo notorio en este estudio, es que los informantes no reportaron la participación de las madres en las actividades de ocio en el contexto del hogar, contrario a lo reportado por Davison *et al.*, (2013) quienes encontraron que, las madres en el contexto del hogar, brindaban el apoyo instrumental y el acompañamiento, sobrepasando a los padres, por lo que pueden tener un mayor potencial para estimular cambios de comportamiento en el entorno familiar debido a las normas culturales de comportamiento (Lox *et al.*, 2010). Esta situación, en particular, debe ser atendida en estudios posteriores, para explorar las posibles barreras que enfrentan las madres en esta tarea, y poder estructurar propuestas que fomenten la adopción de estilos de vida activos en la familia.

En muchos estudios, se ha considerado a los padres como uno de los elementos más importantes de la participación a través del apoyo social, el apoyo a la validación, o el apoyo instrumental, así como los diferentes tipos de apoyo informativo y los de naturaleza emocional, que forman parte de los apoyos directos e indirectos. El uso de este tipo de refuerzo ha demostrado ser muy apropiado en la activación física de los niños, en comparación con padres que no muestran ningún tipo de estrategia conductual (Peterson *et al.*, 2013), lo que hace importante que, en la pandemia, cualquier intervención para mejorar los estilos de vida de la niñez integren la capacitación y participación de los padres, como punto esencial.

Importante resaltar, es el hecho que los participantes en este estudio perciben cómo los padres los limitan con los espacios en el entorno del hogar, poniéndoles restricciones a ciertas áreas para que puedan jugar o estimulando el uso tecnológico para contar con el tiempo para finiquitar sus labores de teletrabajo, justificándose que son herramientas de aprendizaje (Leblanc *et al.*, 2012). Autores como Álvarez *et al.*, (2021) han expresado que la situación actual es muy complicada para los padres, por la presión ambiental, para atender y ofrecer alternativas para entretener y hacer más tolerable esta situación de confinamiento para la familia; por lo que se recurre a estimular en sus hijos el uso de tecnologías y a limitar la movilidad de los miembros de la familia con tal de cumplir sus obligaciones laborales desde la casa, situación que ha promovido la adopción de conductas sedentarias.

Los entrevistados expresaron que la falta de apoyo social representaba una barrera importante para involucrarse en conductas activas, lo que hace que sea extremadamente importante entender que la escuela virtual en casa debe contemplar posibilidades para que a los niños y a las niñas se les refuerce las conductas activas, con los diferentes tipos de apoyo social de los padres para obtener los máximos beneficios de los entornos que estimulan el juego y la actividad física (Ickes *et al.*, 2013).

A diferencia del espacio de juego de la prepandemia, donde los infantes se involucraban en actividades físicas de perseguirse, sin diferencia de sexo, en primer ciclo, los infantes de este estudio perciben que han perdido algo de gran valor en la niñez: el espacio del recreo (Álvarez y Zelaya, 2021), por lo tanto, todo el aprendizaje logrado a través del juego y el disfrute en el recreo escolar, se transformó en un entorno hogareño limitado, donde los infantes han manifestado una sensación de soledad que les cuesta expresar, refugiándose en actividades sedentarias y, muchas veces, en soledad, lo que les ayuda a sobrellevar los miedos que, a veces, no logran expresar (Ramírez y González, 2020).

Con la intención de profundizar en comprender la influencia de los espacios del hogar en las conductas sedentarias de los infantes en tiempos de pandemia, la teoría ecológica identifica el entorno del hogar como un espacio crítico en el desarrollo de los comportamientos de movimiento de los infantes, lo cual se agrava por el tiempo invertido por los miembros de la familia, ya sea en labores escolares o acciones desarrolladas por los infantes en el ocio hogareño (Van Kann *et al.*, 2016). Estudios como el de Álvarez *et al.*, (2021) explican cómo las limitaciones de moverse libremente en el hogar, planteadas por los padres, actúan sobre el ambiente, reduciendo las posibilidades de movimiento.

Autores como Tappe *et al.*, (2013), expresan que la falta de lugares seguros, padres sin tiempo, falta de espacios, y la falta de programas de apoyo, han incrementado en este período de pandemia, debido a la carencia de las condiciones para moverse, el uso incrementado de las tecnologías, la falta de tiempo y la incapacidad de los padres para brindar apoyo, lo que ha producido la disminución de la actividad física en las familias estudiadas.

Aunque se podría presentar que, tanto los niños y las niñas les impacta igual la pandemia, hay que valorar que las limitantes ambientales han sido percibidas por los niños como devastadoras para sus conductas de movimiento, llegando, incluso, a adoptar los estilos más pasivos, similares a los que muestran las niñas en los contextos escolares, en tiempos de la presencialidad (Álvarez y Zelaya, 2021). Las niñas, conforme avanzan en el sistema educativo, tienden a adoptar conductas sedentarias, con componentes más sociales, ya sea porque son excluidas o porque los espacios escolares son monopolizados por los niños mayores.

La percepción de los informantes de este estudio fue clara en revelar que el ambiente afecta las conductas activas; lo que es apoyado por autores como Sallis *et al.*, (2012) y Salmon y King (2010) que establecen que las conductas activas se entrelazan con los factores ambientales y que, junto a los aspectos sociales, promueven conductas activas, particularmente en aquellos ambientes previamente establecidos, es decir, la vida cotidiana de movimiento en la escuela.

Los niños en prepandemia utilizaban vastos espacios para jugar y su aporte era muy significativo, sobre todo en el recreo, donde expresaban libertad, definiendo con quién jugar, decidiendo con qué jugar, estableciendo sus propias reglas (Bonai, 2014). Lo antes descrito en tiempos de pandemia fue abolido de la cotidianidad de los participantes de este estudio, y, ese tiempo de valor y significancia en la formación de los niños, impidió la posibilidad de crear integralidad en su formación (Ritscher, 2006), pues, en el confinamiento no hubo oportunidad de expresar su libertad como lo hacían en la escuela, a través del movimiento.

Conclusiones

En aras de lograr un mayor entendimiento en los hallazgos de este estudio, especial atención se dio a los niveles de análisis interpersonal, intrapersonal y organizacional, los cuales evidenciaron una percepción diferenciada en los entornos prepandemia y durante la pandemia, de parte de los participantes.

Los niños y niñas en prepandemia evidenciaron ser más activos físicamente, en especial en el entorno del recreo escolar. No obstante, las niñas mayores en prepandemia muestran acciones más pasivas comparado con los niños, pues optan por actividades más sedentarias. Contrario a la situación que ofrecía la presencialidad escolar, los infantes en tiempos de confinamiento adoptaron patrones de vida ampliamente sedentarios, siendo los niños los que más percibieron el impacto del confinamiento.

El apoyo entre pares antes de la pandemia significa un punto importante en el desarrollo de las habilidades psicosociales de los infantes; no obstante, el confinamiento trajo consigo el aislamiento de los estudiantes, evidenciando sentimientos de soledad. Situación que no pudo ser atendida por los padres, debido a las exigencias que ellos enfrentaban con el teletrabajo, causando, incluso, que los padres incentivaran conductas sedentarias, lo que ocasionó que los infantes percibieran mayores limitaciones espaciales.

Recomendaciones

Posterior a los hallazgos de este estudio, se recomienda a los ministerios de educación y salud pública considerar el diseño de políticas públicas que den respuesta a la problemática de inactividad física evidenciada, ya que representa un problema social muy grave que va a repercutir en la salud de la niñez salvadoreña en la adultez.

También, es importante comprender las percepciones de los infantes en tiempos de pandemia, ya que es un aporte esencial en el diseño de intervenciones futuras y en el desarrollo de políticas que contribuyan a una niñez más activa, esto, es un reto que debe asumir la Universidad de El Salvador, como un compromiso a la construcción de conductas en movimiento y una población salvadoreña saludable.

REFERENCIAS

- Álvarez Bogantes, C., Herrera-Monge, M., Herrera-González, E., & Araya-Vargas, G. (2021). Investigation of Variables that Determine Levels of Self-Esteem in Central American Schoolchildren: A Binary Logistic Regression Model. *MHSalud: Revista En Ciencias Del Movimiento Humano Y Salud*, 18(2), 1-12. <https://doi.org/10.15359/mhs.18-2.2>
- Álvarez, C., y Zelaya, C. (2021). Percepción acerca de las barreras para realizar actividad física en los recreos de los estudiantes de primaria de escuelas públicas de San Pedro Sula. *Revista Paradigmas* (Manuscrito en proceso de publicación).
- Bandura A. (2001). Social cognitive theory: an agentic perspective. *Annual Review of Psychology* 52:1-26 <https://doi.org/10.1146/annurev.psych.52.1.1>
- Bates, L., Zieff, G., Stanford, K., Moore, J., Kerr, Z., Hanson, E., Barone Gibbs, B., Kline, C., & Stoner, L. (2020). COVID-19 Impact on Behaviors across the 24-Hour Day in Children and Adolescents: Physical Activity, Sedentary Behavior, and Sleep. *Children*, 7(9), 138. <https://doi.org/10.3390/children7090138>
- Beets, M. W., Cardinal, B. J. & Alderman, B. L. (2010). Parental social support and the physical activity-related behaviors of youth: A review. *Health Education & Behavior*, 37(5), 621-644. <https://doi.org/10.1177%2F1090198110363884>
- Bjorklund, A., & Salvanes, K. G. (2011). *Education and Family Background: Mechanisms and Policies*. *EconPapers*, 3, 201-247. Recuperado el 14 de junio de 2021, de <https://EconPapers.repec.org/RePEc:eee:educhp:3-03>
- Bonal, X. (2014). *Cambiar la escuela, la coeducación en el patio de juegos*. Barcelona: Universitat Autònoma, Institut de Ciències de l'Educació.
- Bourdieu, P. (1991). *El sentido práctico*. México: Taurus.
- Calvano, C., Engelke, L., Di Bella, J., Kindermann, J., Renneberg, B., & Winter, S. M. (2021). Families in the COVID-19 pandemic: parental stress, parent mental health and the occurrence of adverse childhood experiences-results of a representative survey in Germany. *European Child and Adolescent Psychiatry*, 31,1043-1055. <https://doi.org/10.1007/s00787-021-01739-0>
- Cifuentes-Faura, J. (20 de abril de 2020). Crise do coronavírus: impactos e medidas econômicas na Europa e nos mundos. *Espaço e Economia*, 9(18), 1-8 <https://doi.org/10.4000/espacoeconomia.12874>

- Davison, K. K., Jurkowski, J. M., Li, K., Kranz, S., & Lawson, H. A. (2013). A childhood obesity intervention developed by families for families: Results from a pilot study. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10, Article 3. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-3>
- Galoustian, G. (2020). *Unintended consequence of covid-19: Cyberbullying could increase*. Florida Atlantic University.
- Gutiérrez, C. L., & Pérez, C. (2002). El espacio como elemento facilitador del aprendizaje. Una experiencia en la formación inicial del profesorado. *Pulso*, 25, 133-146. <https://doi.org/10.58265/pulso.4894>
- Haug, E., Torsheim, T., Sallis, J. F., & Samdal, O. (2010). The characteristics of the outdoor school environment associated with physical activity. *Health Education Research*, 25(2), 248-256. <https://doi.org/10.1093/her/cyn050>
- Ickes, M. J., Erwin, H., & Beighle, A. (2013). Systematic review of recess interventions to increase physical activity. *Journal of Physical Activity and Health*, 10(6), 910-926. <https://doi.org/10.1123/jpah.10.6.910>
- Ishii, K., Shibata, A., Sato, M., & Oka, K. (2014). Recess physical activity and perceived school environment among elementary school children. *International Journal of Environmental. Research and Public Health*, 11(7), 7195-7206. <https://doi.org/10.3390/ijerph110707195>
- Jarvis, J. W., Harrington, D. W., & Manson, H. (2017). Exploring parent-reported barriers to supporting their child's health behaviors: A cross-sectional study. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 14, Article 77. <https://doi.org/10.1186/s12966-017-0508-9>
- Jiménez-Pavón D., Carbonell-Baeza A., Lavie, C. J. (2020). Physical exercise as therapy to fight against the mental and physical consequences of COVID-19 quarantine: special focus in older people. *Progress in cardiovascular diseases*, 63(3), 386. <https://doi.org/10.1016/j.pcad.2020.03.009>
- Lake, A., & Townsend, T. (2006). Obesogenic environments: exploring the built and food environments. *J R Soc Promot Health Nov*, 126(6): 262-7. <https://doi.org/10.1177/1466424006070487>
- Lanigan, J., Barber, S., & Singhal, A. (2010). Prevention of obesity in preschool children. *Proceedings of the Nutrition Society*, 69(2), 204-210. <https://doi.org/10.1017/S0029665110000029>

- Leblanc, A. G., Spence, J. C., Carson, V., Connor Gorber, S., Dillman, C., Janssen, I., ... Tremblay, M. S. (2012). Systematic review of sedentary behaviour and health indicators in the early years (aged 0-4 years). *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 37(4), 753-772. <http://dx.doi.org/10.1139/h2012-063>
- Leonardelli, E., Vernengo, M., Wainer, M. y Duhalde, C. (2009). *Desarrollo de un modelo para la observación sistemática de situaciones interactivas lúdicas madre-niño. I Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XVI Jornadas de Investigación Quinto Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR*. Congreso desarrollado en la Facultad de Psicología de la Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
- Lox, C., Martin, K. & Petruzzello, S. (2010). *The psychology of exercise*. (3rd Ed). Holcomb Hathaway.
- Montil, M. (2004). *Determinantes de la conducta de actividad física en población infantil* (Tesis doctoral). Universidad Politécnica de Madrid.
- Okuda, M. & Gómez-Restrepo, C. (2005). Métodos en investigación cualitativa: triangulación. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 34(1), 118-124.
- Pantoja Vallejo, A., & Montijano González, J. (2012). Study of Healthy Physical Activity Habits in Children in Primary Education in the City of Jaén. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 107, 13-23. [https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2012/1\).107.01](https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2012/1).107.01)
- Parrish, A. M., Yeatman, H., Iverson, D., & Russell, K. (28 de junio de 2012). Using interviews and peer pairs to better understand how school environments affect young children's playground physical activity levels: a qualitative study. *Health Educ Res*, 27(2), 270-280. <https://doi.org/10.1093/her/cyr049>
- Patton, M. Q. (2002). *Qualitative Research & Evaluation Methods*. Thousand Oaks, California, Estados Unidos: Sage Publications, Inc.
- Peterson, M., Lawman, H., Fairchild, A., Wilson, D. & Horn, L. (2013). The association of self-efficacy and parent social support on physical activity in male and female adolescents. *Health Psychology*, 32(6), 666-664. <https://doi.org/10.1037%2Fa0029129>
- Pinheiro, M. (2012). *El jugar de los niños en espacios públicos*. (Tesis doctoral). Universidad de Barcelona.
- Pitney, W. A., & Parker, J. (2009). *Qualitative Research in Physical Activity and the Health Professions*. DeKalb, Illinois, Estados Unidos: Human Kinetics.
- Pugliese, J., & Tinsley, B. (2007). Parental socialization of child and adolescent physical activity: a meta-analysis. *Journal of family psychology*, 21(3), 331. <https://doi.org/10.1037/0893-3200.21.3.331>

- Ramírez, I., y González, D. (4 de noviembre de 2020). *Del recreo a la soledad: las secuelas emocionales de los niños que se quedaron sin colegio*. Saludconlupa. <https://saludconlupa.com/>
- Reyes, R., Otero, E., Pastrán, R., Herrera-Monge, M., & Álvarez, C. (2018). Análisis del sobrepeso, obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez de León, Nicaragua. *MHSalud: Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*, 16(1), 1-15. <https://doi.org/10.15359/mhs.16-1.4>
- Ridgers, N. D.; Fairclough, S.J.; Stratton, G. (2010). Variables associated with children's physical activity levels during recess: The A-CLASS project. *Int. J. Behav. Nutr. Phys. Act.* 2010, 7. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-7-74>
- Ritscher, P. (2006). *El jardín de los secretos*. Barcelona: Octaedro.
- Robles, Bernardo. (2011). *La entrevista en profundidad: una técnica útil dentro del campo antropológico*. Cuicuilco, 18(52), 39-49. Recuperado en 07 de julio de 2021, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-16592011000300004&lng=es&tlng=es.
- Sallis, J. F., Floyd, M. F., Rodríguez, D. A., & Saelens, B. E. (2012). Role of built environments in physical activity, obesity, and cardiovascular disease. *Circulation*, 125(5), 729-737. <https://doi.org/10.1161/CIRCULATIONAHA.110.969022>
- Salmon, J., & King, A. C. (2010). Population approaches to increasing physical activity and reducing sedentary behaviour among children and adults. *Obesity Epidemiology*, 186-207 school-centered multicomponent intervention on daily physical activity and sedentary behavior in primary school children: The Active Living study. *Preventive Medicine*. 89. <http://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.05.022>
- Spence, J. C., Blanchard, C. M., Clark, M., Plotnikoff, R. C., Storey, K. E., & McCargar, L. (2010). The role of self-efficacy in explaining gender differences in physical activity among adolescents: a multilevel analysis. *Journal of physical activity and health*, 7(2), 176-183. <https://doi.org/10.1123/jpah.7.2.176>
- Stanley, R., M., Boshoff, K., & Dollman, J. (2012). Voices en el playground: A qualitativmi exploración de las barreras y facilitaciónors of lunchtime play. *Journal of Science and Medicine in Sport* 15(1), 44-51. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2011.08.002>
- Tappe, K. A., Glanz, K., Sallis, J. F., Zhou, C., & Saelens, B. E. (2013). Children's physical activity and parents' perception of the neighborhood environment: Neighborhood impact on kids study. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 10(39). <https://doi.org/10.1186/1479-5868-10-39>

- Taylor, S., y Bogdan, R. (1990). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona, Paidós.
- Van Kann, D.H.H., Kremers, SPJ, Vries, Si & Jansen M. (2016). The effect of a school-centered multicomponent intervention on daily physical activity and sedentary behavior in primary school children: The Active Living study. *Preventive Medicine*. 89. <http://doi.org/10.1016/j.ypmed.2016.05.022>
- Ward, D., Saunders, R. & Pate, R. (2007). *Physical Activity Interventions in Children and Adolescents*. United States: Human Kinetics. <https://doi.org/10.5040/9781492596868>

FINANCIAMIENTO

Para el desarrollo de esta investigación los autores agradecen el apoyo de ILSI Mesoamérica, instancia que financia este estudio.

DECLARACIÓN DE CONTRIBUCIÓN

El autor 1 participó de la conceptualización (lideró), la investigación, el diseño metodológico, la curación de datos, la redacción del manuscrito. El autor 2 participó en la conceptualización (de apoyo), el análisis de la información, la gestión del proyecto, la revisión y la edición del manuscrito final.