

Coordinación:

Dra. María José Galiano Segovia

Pediatra. Centro de Salud María Montessori. Leganés (Madrid)

# The power of play: a pediatric role in enhancing development in young children

Yogman M, Garner A, Hutchinson J, et al; AAP Committee on Psychosocial Aspects of Child and Family Health, AAP Council on Communications and Media.

Pediatrics. 2018, 142(3): e20182058.



## Resumen

Durante la infancia, los niños deben ir adquiriendo una amplia variedad de habilidades para alcanzar un adecuado desarrollo psicomotor y aprender a manejarse en situaciones muy variadas de la vida. Los estudios demuestran que los juegos con los padres y compañeros son una oportunidad única para desarrollar el lenguaje y el autocontrol, aprender habilidades sociales y desarrollar las funciones cerebrales ejecutivas. Cuando los padres juegan con los hijos, ambos disfrutan y se facilita la comunicación y la relación entre ellos.

## Algunas pinceladas sobre el juego y el desarrollo de los niños

El juego no es algo frívolo, no es sólo pasarlo bien. Se ha demostrado que mejora la estructura y las funciones cerebrales y promueve habilidades que permiten perseguir metas y evitar distracciones. Con el juego se asumen riesgos, se experimenta y se prueban límites. Los juegos exigen prestar atención, escuchar las órdenes y respetar las reglas. Se aprende a perder y a ganar, resolviendo las disputas de forma pacífica. Todas esas habilidades van a resultar de gran utilidad también para mejorar el rendimiento en clase.

Desde que en 2007 la Academia Americana de Pediatría (AAP) divulgó la importancia del juego para el desarrollo del niño, se han llevado a cabo nuevos estudios que lo avalan. El presente artículo aporta una información de gran interés para revalorizar los beneficios que tiene el juego.

Aunque el juego no es fácil de definir, podemos considerar que es motivante, divertido y retador, y permite realizar descubrimientos. Con la intención de mejorar los resultados académicos, a veces se preparan los planes de estudio para niños preescolares con un exceso de componentes didácticos, a expensas de disminuir el tiempo dedicado al juego. No podemos olvidar que los niños que se aburren no suelen aprender bien.

El juego sirve para adquirir habilidades imprescindibles en nuestra sociedad actual, como son la capacidad de resolver problemas, la colaboración y el trabajo en equipo. La nueva economía requiere más innovación y menos imitación, más creatividad y menos conformismo. Los estudios demuestran que los niños aprenden más cuando se les permite tener iniciativa y participar de forma activa. Se necesita que los métodos de aprendizaje no se basen sólo en la memorización, sino también en la innovación, la creatividad y la comunicación.

El juego debe ser reconocido como un complemento del aprendizaje académico y no como una pérdida de tiempo. El juego es parte de nuestra herencia a través de las generaciones. La acumulación de nuevos conocimientos se construye sobre aprendizajes previos. Hay habilidades que un niño por sí mismo no desarrollaría, pero puede hacerlo si se le presta una mínima ayuda, y el juego supone una ocasión estupenda para ello.

Existen muy variados tipos de juegos: algunos se desarrollan a través de objetos que se exploran, juegos que facilitan el desarrollo locomotor, juegos de exterior, juegos que se pueden llevar a cabo en solitario y juegos que requieren más participantes.

## Nuevas formas de entretenimiento

En el artículo también se hace una reflexión sobre otro tema de gran actualidad. Las nuevas tecnologías, los videojuegos, las aplicaciones para móviles o tabletas tienen un enorme atractivo, pero promueven la pasividad y disminuyen el tiempo que se dedica a otras actividades más creativas y de mayor interacción social. Cuanto mayor inmersión haya en juegos electrónicos, menos tiempo se dedica al juego tradicional en el mundo «real». Se ha comprobado que el aprendizaje es más completo en las relaciones persona a persona que en las interacciones entre máquina y persona. Los padres buscan lo mejor para sus hijos, pero a veces la publicidad y los medios de comunicación confunden sobre cuáles son los mejores medios para el desarrollo de los niños. Se ha observado que, por ejemplo, los preescolares que juegan con construcciones tienen un mejor desarrollo del lenguaje y de otras habilidades intelectuales que los que ven vídeos de «Baby Einstein», por ejemplo. A veces se compran juguetes muy caros y aparatos electrónicos, cuando el mejor desarrollo de la creatividad se consigue con juguetes sencillos, construcciones, pinturas, recortables, puzzles y balones. Es difícil competir con los juegos digitales tan accesibles, cuando a veces los padres no tienen tiempo para jugar con sus hijos o para llevarles a parques al aire libre. En caso de optar por juegos electrónicos, hay que ver que sean apropiados para la edad del niño y elegir los que permitan interactuar con otros niños.

Hay que conseguir que los niños dispongan de parques infantiles o campos de deporte en todos los vecindarios, especialmente en las áreas más desfavorecidas.

Conviene fomentar las actividades que faciliten la creatividad, el desarrollo de la curiosidad y la imaginación de los niños. Hay que prestar también atención a los niños con necesidades especiales para que tengan acceso a los juegos.

En el artículo se detallan los consejos de la AAP que recuerdan a los pediatras que conviene promover el juego aprovechando las revisiones de niños sanos, especialmente en los primeros años de vida:

1. Los padres deben interactuar con sus hijos desde los primeros meses de vida, observando y respondiendo a sus comunicaciones no verbales, su sonrisa y primeros balbuceos.
2. Debe asegurarse un tiempo de recreo, que permita el juego libre y la actividad física como prevención de la obesidad, la hipertensión y la diabetes mellitus tipo 2.

### Lo que aporta este estudio

La lectura de este artículo permite reflexionar sobre la importancia que tiene el juego en el desarrollo saludable de los niños. Es interesante, además, la recopilación de algunos juegos «tradicionales», que pueden ser útiles según las diferentes edades y etapas del desarrollo de los niños.

Los autores establecen las siguientes conclusiones:

- Los cambios culturales, la falta de tiempo por los horarios de trabajo, la escasez de espacios seguros y el exceso de ofertas de entretenimientos digitales están disminuyendo las oportunidades de los niños para jugar.
- El juego es en sí mismo motivante y facilita el aprendizaje de una forma divertida. Se debe mantener el tiempo de recreo y de juego «libre», además de juego dirigido por los padres y educadores.

3. En los niños preescolares debe fomentarse el aprendizaje a través del juego y de la experimentación, impulsando su curiosidad.
4. Transmitir a los medios de comunicación, a los legisladores y a los educadores la importancia de promover el aprendizaje en los niños preescolares a través del juego para desarrollar habilidades intelectuales y sociales.
5. Los padres deben jugar con sus hijos, tanto para enseñarles como para disfrutar juntos. Los niños buscan la atención de los padres y están especialmente receptivos a aprender de las pequeñas actividades de la vida diaria. ■

### C. Esteve Comejo

Pediatra. Clínica Universidad de Navarra. Madrid

- El mejor modo de aprender es mediante actividades que promuevan las habilidades a través del diálogo y la iniciativa, y no de una forma meramente pasiva.
- A través del juego también se puede enseñar a los niños a disminuir las tensiones, afrontar la adversidad y las dificultades y promover la resiliencia.
- El juego ayuda a desarrollar las habilidades sociales y emocionales, el lenguaje, las funciones ejecutivas, la creatividad y el autocontrol, imprescindibles en el mundo actual.
- La promoción de la lectura y el juego durante las visitas pediátricas mejora el desarrollo social y emocional de los niños.
- Hay que animar a los padres a que aprovechen todas las oportunidades que tengan para interactuar con sus hijos. Cualquier ocasión puede facilitar el aprendizaje de habilidades que serán muy útiles tanto para el colegio como para el resto de la vida.

## US Emergency Department visits for adverse drug events from antibiotics in children, 2011-2015

Lovegrove MC, Geller AI, Fleming-Dutera KE, Shehab N, Sapiano MRP, Budnitz DS.

J Pediatr Infect Dis Soc. 2018. Disponible en: <https://doi.org/10.1093/jpids/piy066>



Los antibióticos están entre las medicaciones más prescritas en niños, y muchas veces sin una indicación adecuada. Este mal uso conduce al desarrollo de resistencias, la principal amenaza en salud pública en todo el mundo.

Pero el uso de antibióticos también conlleva el riesgo de daño individual en cada paciente. Las reacciones adversas a medicamentos (RAM) son frecuentes y pueden variar desde leves alteraciones gastrointestinales hasta reacciones anafilácticas

que pueden resultar fatales. Las RAM, sobre todo a antibióticos (50%), son uno de los principales motivos por los que los niños acuden a urgencias.

Se estima que casi un 30% de las prescripciones de antibióticos en las consultas de pediatría son innecesarias y/o inapropiadas (tipo de antibiótico, dosis, duración del tratamiento), muchas veces por satisfacer las falsas expectativas de los padres.

Se hacen importantes esfuerzos para reducir la prescripción inapropiada, sobre todo de cara a disminuir la resistencia a los antibióticos, pero también hay que informar a los padres de los posibles riesgos a corto plazo de la medicación (RAM).

En este trabajo se revisan todos los registros médicos de urgencias para identificar diagnósticos clínicos de RAM en una muestra probabilística representativa y estratificada de hospitales norteamericanos (de al menos 6 camas y servicio de urgencias de 24 h). Desde 2011 a 2015, el número de hospitales participantes ha variado de 55 a 62, según el año.

Se recogen los datos de todas las visitas por RAM en pacientes con una edad  $\leq 19$  años, desde 2011 a 2015. De los antibióticos se excluían las presentaciones tópicas, oftálmicas y óticas; sólo se recogían las sistémicas (orales o inyectables). Las RAM se clasificaron en reacciones alérgicas (efectos mediados inmunológicamente, incluida la reacción de hipersensibilidad, como el síndrome de Stevens-Johnson), efectos adversos (indeseables farmacológicamente o adversos a las dosis recomendadas), efectos de exceso de dosis y otros efectos (reacciones en el sitio de inyección, atragantamiento, etc.).

Se estiman unas 70.000 urgencias anuales debido a RAM por antibióticos en pacientes  $\leq 19$  años de edad en Estados Unidos entre los años 2011 y 2015.

El 46% de todas las urgencias por RAM en este grupo de edad eran por antibióticos.

En los niños  $\leq 2$  años de edad, las visitas a urgencias por reacción adversa a antibióticos representaban dos tercios de todas las RAM sistémicas, mientras que en niños y adolescentes de 10-19 años de edad los antibióticos estaban implicados en un tercio de las visitas.

El 3% de los pacientes que acuden al servicio de urgencias por una reacción adversa a antibióticos quedaban ingresados.

Al comparar las visitas a urgencias por RAM debido a otra medicación sistémica, las atribuidas a antibióticos involucraban con más frecuencia a niños  $\leq 2$  años (el 40 frente al 19,7%, respectivamente), y más comúnmente implicaban una reacción alérgica (el 86 frente al 25,7%, respectivamente).

Se estima que el 95,9% de las visitas pediátricas a urgencias por una reacción adversa a antibióticos se debe a una sola clase de antibiótico oral. En el 2,2% se involucraban 2 antibióticos de diferentes clases, y sólo un 1,9% eran atribuidas a un antibiótico inyectable.

Las penicilinas orales solas representan el 55,7% de las visitas a urgencias por una reacción adversa a antibióticos, seguidas de las cefalosporinas (11,9%) y las sulfonamidas (11,1%).

Las reacciones alérgicas benignas (p. ej., exantema, prurito) eran las más frecuentes.

Sin tener en cuenta la frecuencia de prescripción, los antibióticos orales más frecuentemente implicado en visitas a urgencias por RAM eran similares en todos los grupos de edad, pero la frecuencia relativa variaba en función de la edad. La amoxicilina es el antibiótico que con más frecuencia producía RAM en niños  $\leq 9$  años de edad ( $\leq 2$  años, 67,6%; 3-4 años, 54,5%; 5-9 años, 44,7%), seguido de amoxicilina/clavulánico y cefdinir, mientras que en los niños y adolescentes de 10-19 años los 3 antibióticos implicados con más frecuencia eran trimetoprima-sulfametoxazol (24,3%), amoxicilina (20,8%) y azitromicina (10,5%).

La tasa estimada de visitas a urgencias por RAM por 10.000 prescripciones dispensadas en farmacias disminuía con la edad para todos los antibióticos, excepto para la trimetoprima-sulfametoxazol.

La amoxicilina, el antibiótico más frecuentemente implicado, ocasiona 30 visitas a urgencias por cada 10.000 prescripciones dispensadas en niños  $\leq 2$  años de edad, 10/10.000 en niños de 3-4 años y 7/10.000 en niños y adolescentes de 10-19 años. ■

### Lo que aporta este estudio

Hay que seguir concienciando a la población, pero también a los profesionales de la salud, de que el uso inapropiado de antibiótico tiene riesgos, no sólo a largo plazo de aumento de resistencias, sino también a corto plazo de RAM, que puede llegar a ser grave. Hay que informar a los padres cuando se prescriben antibióticos, pero sobre todo incidir en que se debe hacer uso de ellos sólo cuando esté indicado.

**M.J. Galiano Segovia**

Centro de Salud María Montessori. Leganés (Madrid)