

La vida es movimiento, el movimiento es vida

En un mundo en el que estamos en continuo movimiento, parece mentira que el sedentarismo se haya hecho dueño de las vidas de miles de millones de personas.

Nadie ha dicho que crecer sea fácil, pero hoy en día algunos niños y niñas se enfrentan a obstáculos que dificultan su propio desarrollo y lo tienen mucho más complicado de lo que pensamos. Es por ello que nuestra misión como adultos es iluminar su camino, identificar señales tempranas que nos den la voz de alarma y brindarles pautas para que crezcan con resiliencia, amor y salud.

Los expertos vinculados a la pediatría hablan de la obesidad nutricional como una de las mayores epidemias de este siglo. El estilo de vida que se ha generado en nuestra sociedad aumenta los casos en niños y niñas en edades cada vez más tempranas. La obesidad infantil es algo multifactorial, y se han identificado factores genéticos y ambientales que son determinantes en el avance de la misma.

Sabemos que existen genes que predisponen al sobrepeso, pero el aumento actual en personas de tan corta edad ha hecho que busquemos la causa y la solución. Está claro que hay un desequilibrio entre la energía ingerida y la gastada, pero los factores ambientales aparecen interrelacionados en la persona con sedentarismo.

Con respecto a todo ello, la infancia es una etapa plástica y el efecto de la exposición a ciertos factores ambientales puede programar ya la persona hacia el sobrepeso. Algunos factores que aumentan el riesgo de sufrirlo son el crecimiento intrauterino, el excesivo o poco peso al nacer, la ingesta elevada de proteínas en los primeros meses de vida, la ausencia o el poco tiempo de lactancia materna, la introducción precoz de la alimentación complementaria. Pero tampoco podemos olvidarnos de la ingesta de bebidas azucaradas y de otros alimentos con alta densidad energética, además del poco movimiento, que, junto con el estilo de vida, forman un cóctel

demoledor para la salud desde el nacimiento, incluso desde el propio embarazo.

¿Y qué podemos hacer desde las escuelas? Es prioritario realizar un ejercicio de reflexión que nos lleve a plantearnos cómo estamos actuando respecto a la salud de estas criaturas, porque no solo debemos preocuparnos por los alimentos que llegan a las escuelas, con ese afán de que al ser ecológicos serán más sanos, no es suficiente con eso; es necesario dejar fluir el movimiento, en una etapa en la que la principal característica es lo sensorial y lo motor. No es posible que las escuelas se llenen de hamacas, tronas, parques y tacatás para los más pequeños, tratando de coartar su movimiento en las escuelas de 0 a 3 años, con el argumento de que hay que priorizar su protección y control, por no hablar del empeño por mantener sentados más de una, dos o tres horas a los niños y niñas de 3 a 6 años en las escuelas y centros en los que se imparte este ciclo, con el argumento de que sea algo preparatorio para etapas futuras... ¡No es posible! Es la etapa del movimiento.

Página abierta	¡Por el tobogán no se sube!	José Pablo Franco	2
Educación de 0 a 6 años	Desarrollo psicomotriz en atención temprana	Liliana Briatore	5
Escuela 0-3	La importancia de las prácticas piklerianas en la escuela infantil 0-3	Seminario de reflexión Pikler-Lóczy de la A. M. Rosa Sensat	11
	La formación inicial y el perfeccionamiento de los profesionales de atención a la primera infancia	Encarnación Somonte y Eva María Carrio	16
Qué vemos, cómo lo contamos	El valor del juego, ¿es valorado?	Sara Suárez	22
Escuela 3-6	¿Pensamiento computacional en infantil?	Ángeles Abelleira	24
	¿También interferimos desde la perspectiva de género?	Irati Leon et al.	29
Infancia y sociedad	«Mi tarea profesional es deudora del compromiso colectivo»	Elba Mejías y M ^a Isabel Vallejo	34
	Paseando con Mercedes Blasi		
Informaciones			42
Poesía			43
Libros al alcance de los niños	sumario		44
Mediateca			46