



ECHO

Environmental influences
on Child Health Outcomes

A program supported by the NIH

Resumen del estudio

¿Cómo ha afectado la pandemia de COVID-19 los comportamientos de salud de los niños/las niñas?

Autores: Traci Bekelman, et ál.

¿Quién patrocinó este estudio?

Esta investigación fue respaldada por el programa de Influencias ambientales en los resultados de salud infantil (ECHO, por sus siglas en inglés), de la Oficina del Director de los Institutos Nacionales de Salud.

¿Por qué era necesario este estudio?

Para gran cantidad de niños y niñas, las medidas de salud pública para mitigar la propagación de la pandemia de COVID-19 trastornaron sus rutinas diarias y les impidieron utilizar recursos comunitarios, como parques y deportes organizados. Durante los primeros meses de la pandemia, hubo cambios en los comportamientos de salud de los niños/las niñas, como dieta, tiempo de pantalla, actividad física y hábitos de sueño. Sin embargo, hay datos limitados sobre lo que ocurrió con los comportamientos de salud de los niños/las niñas después del período de confinamiento más temprano y restrictivo. Este es un tema importante porque los comportamientos de salud de los niños/las niñas se han relacionado con su salud mental y física general, sus logros académicos y su calidad de vida.

¿Quién participó?

El estudio incluyó a 347 niños/niñas de 4 a 12 años de edad y sus cuidadores reclutados de cohortes de ECHO en California, Colorado, Dakota del Norte y Nuevo Hampshire. De esos participantes, el 47 % eran mujeres y el 62 % eran blancos no hispanos.

¿Qué sucedió durante este estudio?

Los investigadores de ECHO recopilaron datos sobre la dieta, la actividad física, el tiempo de pantalla y los hábitos de sueño de los niños/las niñas antes y durante la pandemia. Los investigadores también encuestaron a los cuidadores sobre cómo creían que habían cambiado las conductas de salud de sus hijos/hijas durante la pandemia. Este estudio también exploró cómo los factores sociodemográficos afectaban las conductas de salud de los niños/las niñas para identificar a los niños/las niñas que tienen más probabilidades de experimentar cambios menos recomendados en las conductas.

¿Cuáles fueron los resultados del estudio?

El estudio halló que el tiempo de pantalla general de los niños/las niñas aumentó significativamente durante la pandemia, y los niños/las niñas hispanos/as y los niños/las niñas negros/as no hispanos/as tuvieron el aumento más notable en el tiempo de pantalla. El estudio no halló ningún aumento significativo en las cantidades de bebidas azucaradas y de refrigerios poco saludables que los niños/las

niñas consumieron durante la pandemia, pero sí encontró un aumento más notable entre los niños/las niñas hispanos/as y los niños/las niñas de mayor edad. La cantidad de tiempo que los niños/las niñas pasaron durmiendo aumentó, pero solo entre los niños/las niñas cuyo tiempo de sueño estaba por debajo del rango recomendado antes de la pandemia.

Nota al pie: Los resultados notificados aquí corresponden a un único estudio. Otros estudios o estudios futuros pueden proporcionar información nueva o resultados diferentes. No debe hacer cambios en su salud sin consultar primero a su proveedor de atención médica.

Impacto

Este estudio muestra cómo las perturbaciones causadas por la pandemia de COVID-19 afectaron la vida diaria de los niños/las niñas. Los resultados de este estudio sugieren que la pandemia puede haber empeorado las disparidades sociodemográficas para algunas conductas relacionadas con la salud de los niños/las niñas, especialmente en relación con la cantidad de tiempo que los niños/las niñas pasan mirando las pantallas. Esta investigación sugiere que las familias pueden necesitar más apoyo para restablecer rutinas saludables y reducir los efectos negativos de la pandemia en las conductas de salud de sus hijos/hijas.

¿Qué sucederá a continuación?

Esta investigación puede ayudarnos a identificar formas de apoyar a las familias con niños/niñas en futuras emergencias de salud pública. El programa de ECHO está trabajando actualmente para estudiar cambios en otras conductas de salud relacionadas. Esto incluye cambios en la forma en que los niños/las niñas siguen las guías alimentarias nacionales, el uso de las redes sociales y las horas para acostarse/levantarse.

¿Dónde puedo obtener más información?

Acceda al artículo de revista completo, titulado “Cambios en las conductas de salud durante la pandemia de COVID-19: un análisis longitudinal en niños/niñas”, en [Revista internacional de investigación ambiental y salud pública](#).

El contenido es responsabilidad de los autores y no representa necesariamente las opiniones oficiales de los Institutos Nacionales de Salud.