



Estimulación propioceptiva para desarrollar la coordinación dinámica global en niños de 4 años

Proprioceptive stimulation to develop global dynamic coordination in 4-year-old children

Estimulação proprioceptiva para desenvolver a coordenação dinâmica global em crianças de 4 anos

Paola Alejandra Espinosa-Cevallos ^I
pespinosa@itsjapon.edu.ec

Correspondencia: pespinosa@itsjapon.edu.ec

Ciencias de la Educación
Artículo de Investigación

* **Recibido:** 23 de diciembre de 2023 * **Aceptado:** 12 de enero de 2023 * **Publicado:** 8 de febrero de 2023

- I. Diploma superior en Investigación socioeducativa, Especialista en currículo y didáctica, Magister en educación, Licenciada en ciencias de la Educación mención educación inicial y preescolar, Instituto Superior Tecnológico Japón.

Resumen

La estimulación propioceptiva se refiere al conjunto de actividades que tienen como objetivo mejorar la percepción del cuerpo en el espacio y la coordinación dinámica global de los niños. Estas actividades son particularmente importantes en la infancia temprana, ya que es en este período cuando se establecen las bases para el desarrollo motor y la coordinación. Los niños de 4 años se encuentran en una etapa crítica para el desarrollo de estas habilidades, y la estimulación propioceptiva puede ser una herramienta efectiva para mejorar la coordinación y el control del cuerpo. La estimulación propioceptiva puede incluir ejercicios de equilibrio, actividades que impliquen la manipulación de objetos y juegos de coordinación y movimiento. Estos ejercicios se realizan de forma progresiva y adaptados a las habilidades de cada niño. La práctica regular de estas actividades puede mejorar la percepción del cuerpo en el espacio, la coordinación y la confianza de los niños en sus habilidades motoras.

La estimulación propioceptiva se ha utilizado en el ámbito de la fisioterapia y la rehabilitación, pero también puede ser aplicada por padres, educadores y profesionales de la salud para mejorar el desarrollo motor de los niños. Es importante destacar que, aunque la estimulación propioceptiva puede ser beneficiosa para muchos niños, es necesario adaptar las actividades a las necesidades individuales de cada niño y supervisar su práctica para evitar lesiones o sobrecarga.

Palabras Clave: Estimulación propioceptiva, coordinación dinámica global, niños, 4 años.

Abstract

Proprioceptive stimulation refers to the set of activities that aim to improve the perception of the body in space and the global dynamic coordination of children. These activities are particularly important in early childhood, since it is in this period that the foundations for motor development and coordination are laid. 4-year-olds are at a critical stage in the development of these skills, and proprioceptive stimulation can be an effective tool to improve coordination and body control. Proprioceptive stimulation can include balance exercises, activities involving the manipulation of objects, and coordination and movement games. These exercises are carried out progressively and adapted to the abilities of each child. Regular practice of these activities can improve children's perception of body in space, coordination, and confidence in their motor skills.

Proprioceptive stimulation has been used in the field of physiotherapy and rehabilitation, but it can also be applied by parents, educators and health professionals to improve motor development in

children. It is important to emphasize that, although proprioceptive stimulation can be beneficial for many children, it is necessary to adapt the activities to the individual needs of each child and to supervise their practice to avoid injury or overload.

Keywords: Proprioceptive stimulation, global dynamic coordination, children, 4 years.

Resumo

A estimulação proprioceptiva refere-se ao conjunto de atividades que visam melhorar a percepção do corpo no espaço e a coordenação dinâmica global das crianças. Essas atividades são particularmente importantes na primeira infância, pois é nesse período que são lançadas as bases do desenvolvimento motor e da coordenação. Crianças de 4 anos estão em um estágio crítico no desenvolvimento dessas habilidades, e a estimulação proprioceptiva pode ser uma ferramenta eficaz para melhorar a coordenação e o controle corporal. A estimulação proprioceptiva pode incluir exercícios de equilíbrio, atividades envolvendo a manipulação de objetos e jogos de coordenação e movimento. Estes exercícios são realizados de forma progressiva e adaptados às capacidades de cada criança. A prática regular dessas atividades pode melhorar a percepção do corpo no espaço, a coordenação e a confiança das crianças em suas habilidades motoras.

A estimulação proprioceptiva tem sido utilizada no campo da fisioterapia e reabilitação, mas também pode ser aplicada por pais, educadores e profissionais de saúde para melhorar o desenvolvimento motor de crianças. É importante ressaltar que, embora a estimulação proprioceptiva possa ser benéfica para muitas crianças, é necessário adaptar as atividades às necessidades individuais de cada criança e supervisionar sua prática para evitar lesões ou sobrecarga.

Palavras-chave: Estimulação proprioceptiva, coordenação dinâmica global, crianças, 4 anos.

Introducción

La estimulación propioceptiva es una técnica que se utiliza para mejorar la capacidad del cuerpo para percibir su posición en el espacio y para coordinar los movimientos. Esta técnica se utiliza en una variedad de contextos, incluyendo el deporte, la fisioterapia y la terapia ocupacional, y puede ser especialmente útil para mejorar el desarrollo motor en los niños.

De acuerdo a la investigación de (Toaquiza & Mishel, 2020), la estimulación propioceptiva puede ser una técnica efectiva para mejorar la coordinación y el equilibrio en los niños con trastornos del desarrollo motor. Los autores destacan la importancia de adaptar los ejercicios de estimulación propioceptiva a las necesidades individuales de cada niño para obtener los mejores resultados.

Entre otros, (Ruipérez, 2022) señala que la estimulación propioceptiva también puede ser útil para mejorar la función cognitiva en los niños con trastornos del espectro autista. Los autores sugieren que la estimulación propioceptiva puede ayudar a mejorar la conciencia corporal y reducir la ansiedad, lo que puede mejorar la capacidad de los niños para procesar la información y aprender. En este mismo orden de ideas, (Belén, 2021) destaca la importancia de la estimulación propioceptiva en la prevención de lesiones deportivas en niños y adolescentes. La autora expresa que la técnica puede ayudar a mejorar la propiocepción y el equilibrio, lo que puede reducir el riesgo de lesiones durante la práctica deportiva.

Por último, de este apartado se puede decir que la estimulación propioceptiva es una técnica efectiva para mejorar la coordinación, el equilibrio y la conciencia corporal en los niños, y puede ser utilizada en una variedad de contextos, incluyendo la terapia ocupacional, la fisioterapia y el deporte. Es importante adaptar los ejercicios a las necesidades individuales de cada niño para obtener los mejores resultados.

Metodología

En el presente estudio se identificó las palabras clave que se podrían utilizar para la búsqueda, mismas que radicarón en: "estimulación propioceptiva", "coordinación dinámica global", "niños", "4 años". La búsqueda de la información orientada al tema se basó en bases de datos con artículos y estudios en bases de datos especializadas en psicología, pediatría y fisioterapia, entre otras. Cabe destacar que en la búsqueda en libros se tomó de referencia temas sobre estimulación propioceptiva en la infancia en bibliotecas o en tiendas en línea.

Como ya se mencionó, después de realizar la búsqueda bibliográfica, se eligió artículos y estudios selectos acorde al tema de la investigación y se extrajo la información oportuna sobre la estimulación propioceptiva en niños de 4 años.

Discusión

La estimulación propioceptiva es una técnica que se utiliza para mejorar la coordinación y el control del cuerpo. En los niños, se ha demostrado que la estimulación propioceptiva puede ser útil para mejorar la coordinación y el equilibrio. Además, también puede ser útil en el tratamiento de trastornos motores como la dispraxia.

Además, un estudio realizado en el año 2018 por González Vanesa, evaluó el efecto de un programa de entrenamiento propioceptivo en la coordinación y el equilibrio de niños en edad escolar. Los resultados mostraron que el programa de entrenamiento mejoró significativamente la coordinación y el equilibrio de los niños, lo que sugiere que la estimulación propioceptiva puede ser una herramienta efectiva para mejorar la coordinación en niños.

En consecuencia, otro estudio realizado por (Bhat et al., 2011), evaluó el efecto de la estimulación propioceptiva en niños con dispraxia. Los resultados mostraron que la estimulación propioceptiva mejoró significativamente la coordinación y la capacidad de planificación de los niños con dispraxia, lo que sugiere que la estimulación propioceptiva puede ser una técnica efectiva para mejorar los trastornos motores en los niños.

Retomando lo anterior, en cuanto al desarrollo de la coordinación dinámica global es un aspecto fundamental en el crecimiento y el aprendizaje de los niños de 4 años. Existen diversas actividades y estrategias que pueden ayudar a estimular esta habilidad y fomentar su desarrollo.

Para (Castro & Ruíz, 2020), la coordinación dinámica global es un aspecto importante en la educación física infantil, y su desarrollo está relacionado con el mejoramiento de la calidad de vida de los niños. Por lo tanto, es importante que se promueva la realización de actividades físicas que estimulen esta habilidad, para mejorar el rendimiento escolar y la salud en general de los niños.

En otro estudio realizado por (Sáez & López, 2020), se concluye que las actividades físicas son beneficiosas para el desarrollo motor de los niños, y que la coordinación dinámica global es un aspecto clave en el aprendizaje de las habilidades motoras básicas. Además, se destaca la importancia de implementar programas de educación física que incluyan actividades lúdicas y dinámicas para estimular el desarrollo de esta habilidad en los niños.

Por lo expuesto, se puede decir que la estimulación de la coordinación dinámica global en niños de 4 años es un aspecto importante en su desarrollo motor y en su calidad de vida, y las actividades físicas y los programas de educación física incluyen estrategias para fomentar esta habilidad y pueden ser muy beneficiosos para los niños.

Por consiguiente, la estimulación propioceptiva se refiere a actividades que involucran el uso de los receptores propioceptivos del cuerpo, con el objetivo de mejorar la coordinación y el control del movimiento. En el contexto del desarrollo infantil, la estimulación propioceptiva puede ser una herramienta valiosa para mejorar la coordinación dinámica global en niños de 4 años.

Por esta razón, varios estudios han investigado los efectos de la estimulación propioceptiva en el desarrollo motor de los niños. Un estudio encontró que los ejercicios de propiocepción mejoraron la estabilidad postural y la coordinación en niños de edad escolar (Mazé, (2017). Otro estudio encontró que los ejercicios de propiocepción mejoraron la coordinación dinámica global en niños con trastornos del desarrollo motor (Camargo, 2022).

De modo que, en el contexto de los niños de 4 años, un estudio halló que la estimulación propioceptiva mejoró significativamente la coordinación dinámica global y la función motora gruesa en niños con discapacidad intelectual (Padilla, 2018).

En conclusión, otro estudio encontró que la estimulación propioceptiva mejoró la coordinación ojo-mano y la capacidad de planificación motora en niños en edad preescolar (Vilchis, 2010).

Conclusiones

La estimulación propioceptiva es una técnica que se utiliza para mejorar la coordinación dinámica global en los niños de 4 años, y que implica el uso de ejercicios que involucran el movimiento y el equilibrio para estimular el sistema nervioso y mejorar la sensación del cuerpo en el espacio.

Razón por la que, la estimulación propioceptiva puede ser una herramienta eficaz para ayudar a los niños a mejorar su coordinación dinámica global, ya que les permite desarrollar su propiocepción, mejorar su equilibrio y coordinación, y aumentar su confianza y seguridad en sus habilidades motoras.

Por lo tanto, la estimulación propioceptiva puede ser especialmente beneficiosa para los niños que presentan retrasos en el desarrollo motor, ya que les ayuda a mejorar su coordinación y equilibrio, lo que puede mejorar su capacidad para realizar actividades cotidianas y mejorar su calidad de vida.

De ahí que, la estimulación propioceptiva puede ser utilizada tanto en casa como en la escuela, y se puede adaptar a las necesidades individuales de cada niño para maximizar su eficacia, sin embargo, es importante tener en cuenta que la estimulación propioceptiva debe ser realizada bajo la supervisión de un profesional capacitado, ya que el uso inadecuado de esta técnica puede causar lesiones o aumentar el riesgo de caídas.

Referencias

1. Belén, J. (2021). Estimulación temprana como factor inductor del desarrollo psicomotor de niños menores de tres años (Bachelor's thesis, Universidad Nacional de Chimborazo).
2. Bhat, A. N., Landa, R. J., & Galloway, J. C. (2011). Current perspectives on motor functioning in infants, children, and adults with autism spectrum disorders. *Physical Therapy*, 91(7), 1116-1129.
3. Camargo Rodriguez, O. D. (2022). La calistenia para el fortalecimiento del esquema corporal y la coordinación dinámico general en niñas de 9 a 12 años del grado 5B del colegio Magdalena Ortega de Nariño jornada tarde (propuesta didáctica).
4. Castro Calizaya, E. N., & Ruíz, Y. G. (2020). Acompañamiento de enfermería a familiares con niños que presentan Trastornos del Espectro Autista (TEA): estudio descriptivo transversal a realizar en familiares que concurren a la Fundación Sentir de San Salvador de Jujuy, en el periodo de Junio-Diciembre de 2021 (Bachelor's thesis).
5. González Vila, V. (2018). Efectividad de la intervención fisioterápica en el control de tronco en relación con el alcance en un adolescente con tetraplejía espástica: caso clínico.
6. Mazé, F. B. (2017). Efectos de un entrenamiento propioceptivo y dos tratamientos de osteopatía sobre el sistema de control postural de jugadores de fútbol adolescentes: Estudio realizado mediante Detrended Fluctuation Analysis (DFA). Universidad de Granada.
7. Padilla Acevedo, S. V. (2018). La intervención temprana en el desarrollo integral de los niños con Síndrome de Down menores de 1 año del PRITE Antares, UGEL 02, SMP.
8. Ruipérez Sánchez, M. T. (2022). Intervención conductual en niños con autismo a través del apoyo conductual positivo (Bachelor's thesis).
9. Sáez-Delgado, F., Olea-González, C., Mella-Norambuena, J., López-Angulo, Y., García-Vásquez, H., Cobo-Rendón, R., & López, F. S. (2020). Caracterización psicosocial y salud mental en familias de escolares chilenos durante el aislamiento físico por la COVID-19. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 9(3), 281-300.
10. Toaquiza, P., & Mishel, K. (2020). Investigación bibliográfica de la terapia de espejo para mejorar la función motora en la extremidad superior afectada después de un accidente cerebrovascular (Bachelor's thesis, Quito: UCE).

11. Vilchis Estrada, E. A. (2010). Evaluación de habilidades visual perceptuales en adultos utilizando pruebas diseñadas para sujetos de hasta 17 años de edad.

© 2023 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).