

## Editorial:

### Factores que ayudan a la práctica de actividad física en cuarentena:

Desde que se presentó la epidemia y se declaró cuarentena a nivel mundial, los esfuerzos por realizar actividad física han estado latentes en todas las regiones del mundo. Pues desde el cierre prolongado de las escuelas y el confinamiento en el hogar durante un brote de pandemia pueden tener efectos negativos en la salud física, mental, estilo de vida en niños y adolescentes.

De hecho, las escuelas tienen un papel fundamental, no solo en la entrega de materiales educativos a los niños, sino también en ofrecer una oportunidad para que los estudiantes interactúen con los maestros y obtengan asesoramiento psicológico<sup>1</sup>, oportunidad de una variedad de aprendizajes teóricos y prácticos en diversas áreas, así como la oportunidad de desarrollar actividades físicas, recreativas y deportivas.

Hasta la fecha, algunos resultados preliminares han ido reforzando la idea de que existen algunos factores que pueden contribuir favorablemente en las conductas de movimientos saludables durante la pandemia, por ejemplo, el apoyo de los padres era un correlato clave de las conductas de movimiento de niños y jóvenes<sup>2</sup>.

Por otro lado, los niños que viven en una casa en relación a los de un departamento pueden tener un acceso más fácil al patio delantero o trasero para jugar al aire libre y realizar actividad física<sup>3</sup> e inclusive, poseer una mascota (perro) puede jugar un papel relevante en fomentar la actividad física<sup>4</sup>.

Estos factores, deben ser tomados en consideración y profundizados para conformar nuevas áreas de temáticas de investigación en niños y adolescentes en tiempos de cuarentena.

**Dr. Marco Cossio Bolaños**  
Editor RPCAFD



### *Factors that help the practice of physical activity in quarantine:*

Since the epidemic broke out and the global quarantine was declared, efforts to engage in physical activity have been latent in all regions of the world. Well, since the prolonged closure of schools and confinement at home during a pandemic outbreak can have negative effects on the physical, mental health, lifestyle of children and adolescents.

In fact, schools play a fundamental role, not only in providing educational materials to children, but also in offering an opportunity for students to interact with teachers and obtain psychological counseling<sup>1</sup>, an opportunity for a diversity of theoretical and practical learning in various areas, as well as the opportunity to develop physical, recreational and sports activities.

To date, some preliminary results have been reinforcing the idea that there are some preliminary factors that may contribute favorably to healthy movement behaviors during the pandemic, for example, parental support was a key correlate of movement behaviors of children. children and youth<sup>2</sup>.

On the other hand, children who live in a house in relation to those in an apartment may have easier access to the front or backyard to play outdoors and perform physical activity<sup>3</sup> and even owning a pet (dog) can play a game. relevant role in promoting physical activity<sup>4</sup>.

These factors must be taken into consideration and deepened to shape new areas of research topics in children and adolescents in times of quarantine.

#### Referencias

1. Wang G, Zhang Y, Zhao J, Zhang J, Jiang F. Mitigate the effects of home confinement on children during the COVID-19 outbreak. *Lancet*. 2020 Mar 21;395(10228):945-947. doi: 10.1016/S0140-6736(20)30547-X.
2. Moore SA, Faulkner G, Rhodes RE, Brussoni M, Chulak-Bozzer T, Ferguson LJ, Mitra R, O'Reilly N, Spence JC, Vanderloo LM, Tremblay MS. Impact of the COVID-19 virus outbreak on movement and play behaviours of Canadian children and youth: a national survey. *Int J Behav Nutr Phys Act*. 2020 Jul 6;17(1):85. doi: 10.1186/s12966-020-00987-8.
3. Lambert A, Vlaar J, Herrington S, Brussoni M. What is the relationship between the neighbourhood build environment and time spent in outdoor play? A systematic review. *Int J Environ Res Public Health*. 2019; 16:3840.
4. Rhodes RE, Baranova M, Christian H, Westgarth C. Increasing physical activity by four legs rather than two: systematic review of dog-facilitated physical activity interventions. *Br J Sports Med*. 2020 Oct;54(20):1202-1207. doi: 10.1136/bjsports-2019-101156.

**Dr. Marco Cossio Bolaños**

Editor RPCAFD

