



► 18 Diciembre, 2014

CONSUMO

Hospital Quirón fomenta un estilo de vida saludable a través de los juguetes

MURCIA

NE. Para elegir el juguete adecuado a la edad y necesidades de cada niño, el doctor Manuel Baca, jefe de Pediatría de Hospital Quirón Torrevieja y Hospital Quirón Murcia, establece como prioridad que «los juguetes deben ser divertidos y cumplir una función importante para el desarrollo de la salud física y mental de los niños».

A través de distintos juegos y juguetes se puede, además de educar y potenciar la creatividad de los niños, transmitir formas de vida saludable con el objetivo de com-

batir la obesidad infantil. La excesiva dedicación a los videojuegos o a la televisión puede generar hábitos sedentarios en los niños, que pueden acabar en el desarrollo de obesidad y todas las enfermedades asociadas a ella (diabetes, hipertensión, altos niveles de colesterol, etc.). Por ello, de acuerdo con el doctor Baca, «el juego debe convertirse en una fuente de salud y no en una dificultad para el bienestar presente y futuro del niño».

El uso excesivo de la tecnología puede afectar a la salud mental de

los pequeños. En la actualidad, los videojuegos son el regalo estrella, forman parte de la vida de los niños y, con ellos, desarrollan facultades importantes como la psicomotriz dedo-mano y los reflejos. No obstante, según subraya el pediatra, «el uso incontrolado de los videojuegos puede crear adicciones llegando, incluso, a perder la dimensión de la realidad e intensificar el riesgo de aislamiento social».

ETIQUETAS INFORMATIVAS

En ocasiones, se regalan juguetes



En la elección se debe tener en cuenta el etiquetado. La Verdad

ruidosos que pueden ocasionar daños irreversibles en la audición de los pequeños, además de «generar incapacidad para concentrarse, ansiedad, irritación y mal humor», como apunta el doctor Baca. Por ello, en la decisión pa-

terna se debe tener en cuenta que sea conveniente para la edad de los niños y no resulten peligrosos, de ahí la importancia de leer las etiquetas informativas que indican de qué materiales están hechos y su resistencia.