

Nº 3

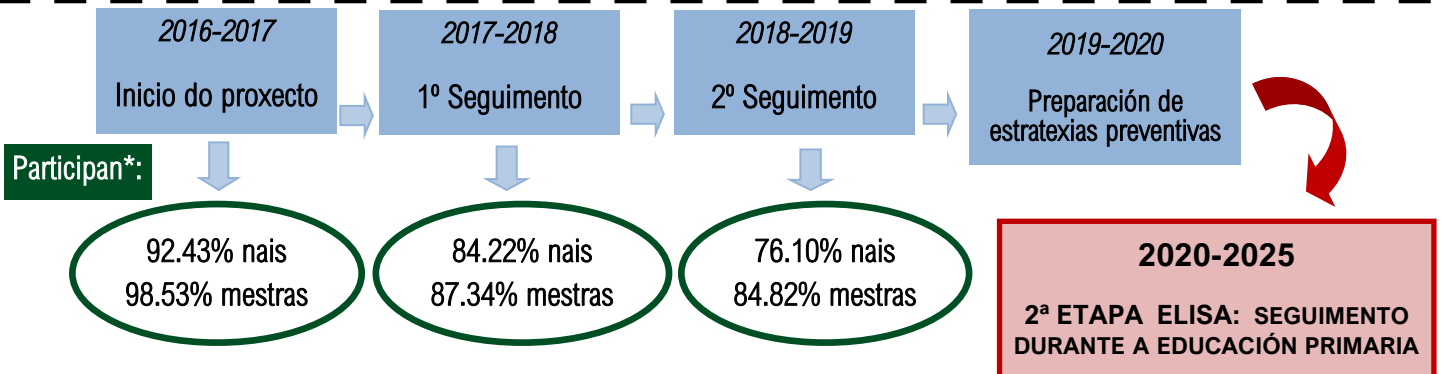
Ano 2020



Estudo Lonxitudinal para unha Infancia Saudable

conta

Gracias ao grande esforzo das familias e escolas da comunidade ELISA, o tren do proxecto chegou ao seu primeiro destino, e pode seguir o seu percorrido! Moitas gracias por enchelo de coñecemento sobre o desenvolvemento das crianzas neste tramo da súa evolución! Ata o de agora, esta foi a viaxe que fixemos, e que nos permite poñer de novo os motores en marcha!



En total, ao longo destes tres anos, contamos coa colaboración directa de:

*Nais e mestras son quen maioritariamente se encargan de cubrir o cuestionario ELISA, por iso, neste documento, empregaremos o feminino cando aludamos aos proxenitores e ao profesorado.

2766 FAMILIAS: 48% nenas; 52% nenos
76 COLEXIOS: 76.6% públicos, 17.1% concertados, 5.26% privados
MÁIS DE 300 MESTRAS
72 COORDINADORES DE CENTRO

O deseño do Proxecto ELISA permítenos facer un seguimento, non so da evolución ano a ano desde que as nosas crianzas comezan a educación infantil ata que chegan á primaria, senón tamén do momento de tránsito entres estas dúas etapas.

NIVEIS EDUCATIVOS INCLUÍDOS (2016-2019):



Estudar o que ocorre nesta transición é fundamental, pois os cambios que se producen a nivel de capacidade de aprendizaxe, de ampliación das relacións cos demais e de aumento das expectativas educativas e sociais, requiren das nenas e nenos que, en moi curto tempo, dean un salto substancial na súa maduración e adquiren habilidades de adaptación psicosocial clave para o seu desenvolvemento saudable.



PREOCUPACIÓNS MÁIS FRECUENTES DAS NAIS ELISA RESPECTO AOS SEUS FILLOS/AS

1. Saúde
2. Felicidade e benestar
3. Educación
4. Relacións cos outros
5. Integración na escola
6. Autoestima
7. Xestión das emocións
8. Dificultades de relación

Tendo en conta as preocupacións principais das familias ELISA, elaboramos este **ELISA Conta nº 3**

Atópanos en: www.facebook.com/proxectoELISA

Contáctanos en: proxecto.elisa@usc.gal



OS NENOS/AS ELISA

Nais e mestras apreciastes unha serie de cambios na evolución das vosas crianzas dende a segunda recollida de datos (curso 2017-2018) ata a terceira (curso 2018-2019). Os máis significativos son os seguintes:

Cambios cognitivos:

- ✓ Melloras na linguaxe (máis vocabulario e avances na lecto-escritura)
- ✓ Evolución no seu proceso de aprendizaxe
- ✓ Mellor razoamento

Cambios madurativos:

- ✓ Maior autonomía
- ✓ Maior responsabilidade
- ✓ Maior curiosidade

Cambios condutuais:

- ✓ Mellor comportamento (máis obediente, menos rabietas)
- ✓ Maior control dos seus enfeitos, sentimentos negativos e impulsividade

Cambios no benestar subxectivo:

- ✓ Diminución dos medos
- ✓ Maior confianza en si mesmo/a
- ✓ Menos timidez e máis sociabilidade

Estes avances nos nenos/as axúdanlles a mellorar as súas relacións cos outros e, especialmente, cos seus irmáns/ás.

É por iso que, globalmente, as nais describen a RELACIÓN ENTRE IRMÁNS/ÁS como "boa", "bastante boa" ou "moi boa". Aínda que existen algunhas discusións e conflitos esperables e, nalgúns casos, certa competencia e rivalidade pola atención.

A diferenza de idade é sinalada, ás veces, como o motivo dos conflitos ou para explicar que os irmáns non pasen moito tempo xuntos.

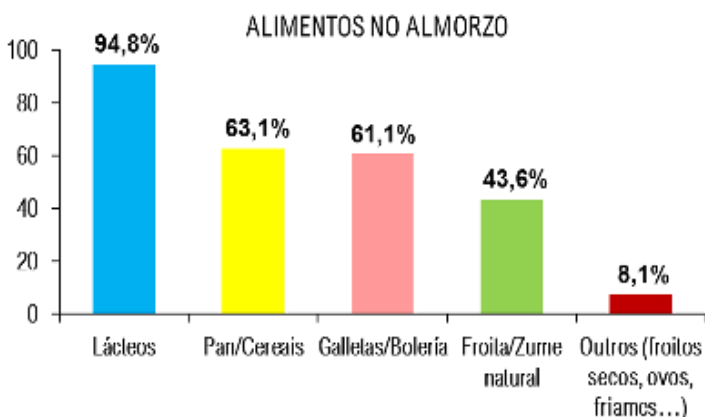
HÁBITOS ALIMENTARIOS:

Dentro dos criterios comunmente usados para definir unha vida saudable, os hábitos de alimentación ocupan un lugar destacado. Por iso, no ELISA recollimos a seguinte información:

O 97.4% dos nenos/as teñen unha rutina para almorzar.

A continuación preséntanse os alimentos que con máis frecuencia consomen no almorzo os nenos ELISA:

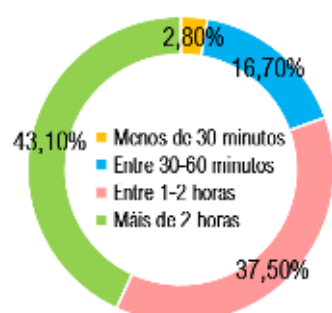
Gráfica 1. Frecuencia de consumo de alimentos no almorzo



Outros hábitos de vida que exploramos este ano inclúen o tempo que os nenos/as pasan ao aire libre e as actividades realizadas máis aló do horario escolar:

OCIO AO AIRE LIBRE:

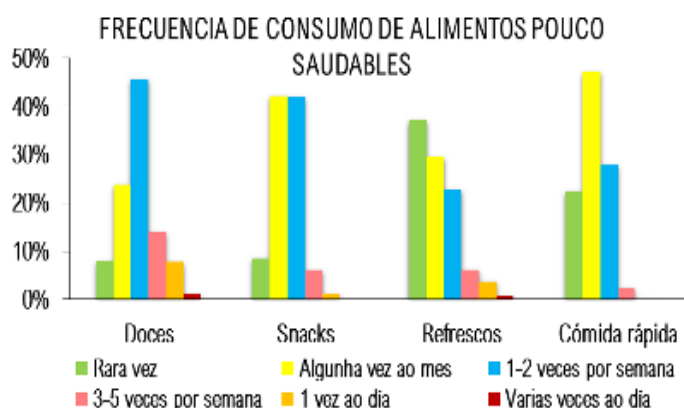
Gráfica 3. Porcentaxe de nenos/as que pasan tempo ao aire libre TEMPO DIARIO AO AIRE LIBRE



O número de horas ao aire libre aumenta durante a fin de semana, dependendo da meteoroloxía.

Durante a fin de semana, a maior parte dos nenos/as ELISA pasa máis de 4 horas diarias ao aire libre.

Gráfica 2. Frecuencia de consumo de alimentos pouco saudables



Na Gráfica 2, vemos que as nais ELISA están concienciadas sobre o nocivo consumo de refrescos e comida rápida, pois, maioritariamente, estes alimentos consómense rara vez ou algunha vez ao mes. Con todo, case a metade dos nenos/as toman doces 1 ou 2 veces por semana. A súa diminución é un reto para a nosa cultura alimentaria, polo que debemos seguir traballando na promoción de hábitos de alimentación saudables nas nosas crianzas.

ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES:

O 90.1% de nenos/as ELISA acode a actividades extraescolares

Tipos de actividades extraescolares:

Deportivas	Fútbol, baloncesto, bádminton, natación, artes
Académicas	Inglés, informática...
Artísticas	Música, baile, teatro, debuxo...
Outras	Xadrez, robótica...

A maioría dos nenos/as pasan entre 3 e 4 horas semanais de media nestas actividades

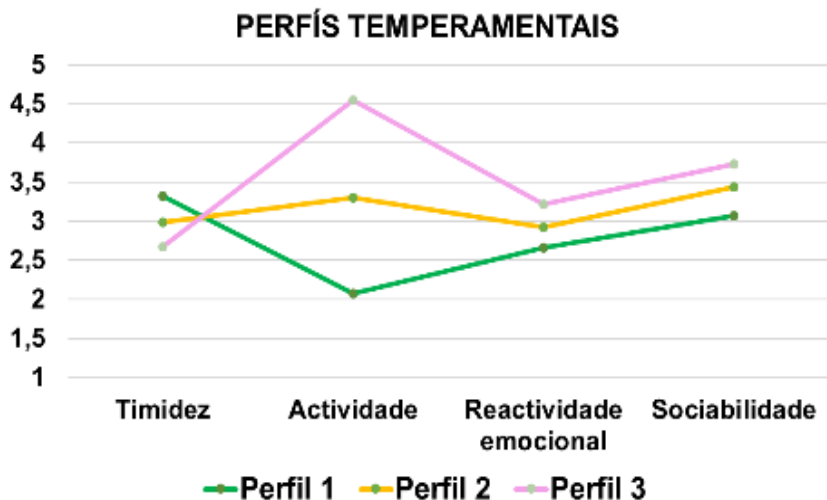
OS NENOS/AS ELISA

A forma de ser dos nenos/as abarca diversas dimensións, como o seu grao de timidez, o seu nivel de actividade, a reactividade emocional ou o seu grao de sociabilidade. Todas estas características poden agruparse, dando lugar a perfís temperamentais.

A partir dos datos ELISA recollidos no primeiro ano (curso 2016-2017), podemos distinguir tres perfís: un predominantemente pouco activo e inhibido (*Perfil 1*); outro máis activo e desinhibido (*Perfil 3*); e un perfil con puntuacións medias nas catro dimensións temperamentais (*Perfil 2*).

Recoñecerías nalgún destes perfís ao teu fillo/a? A túa resposta, seguramente, sexa afirmativa.

Gráfica 4. Perfís temperamentais das crianzas en base a catro dimensións do temperamento



Estas agrupacións de características temperamentais relaciónanse diferencialmente co axuste e desaxuste psicossocial na infancia. Así, os nenos/as que dende pequenos/as e, de forma máis disposicional e innata, teñen unha tendencia a moverse máis e necesitan facelo durante máis tempo, son máis reactivos e menos temerosos/as en situacións sociais descoñecidas (*Perfil 3*), poden ter un risco maior, a curto e medio prazo, de experimentar dificultades condutais, expresadas mediante maiores niveis de condutas impulsivas, perrenchas e incumprimento de normas e tarefas.

Precisamente, este grupo de nenos/as tendentes a manifestar unha conducta máis desinhibida (*Perfil 3*) presentaría menores habilidades de **regulación emocional**, entendida como a **capacidade de modular eficazmente as emocións propias e alleas** (ex. "Sabe calmarse cando está alterado/a").

Con todo, **ningún perfil supón, por si mesmo, necesariamente un risco**. O risco potencial de calquera deles quedará sempre definido polo tipo de vivenzas e dinámicas familiares ás que estean expostos os nenos/as dende pequenos.

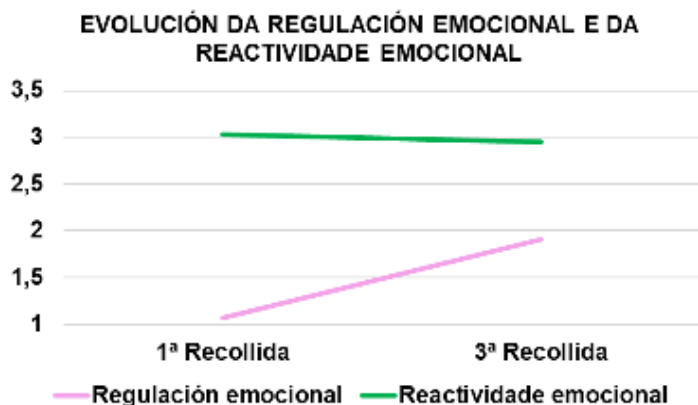
En xeral, o xeito en que os nenos e nenas experimentan e reaccionan ante o seu mundo máis próximo inflúe no seu desenvolvemento socio-emocional e condutal. Así, a **tendencia a activarse fácil e intensamente** (ex. "O meu fillo/a chora con facilidade") coñécese como **reactividade emocional**.

Ámbalas dúas dimensións: regulación e reactividade emocional, relaciónanse cos niveis de agresión e problemas condutais, así como coa conduta prosocial:

↑ Regulación emocional	↓ Agresión e problemas de conduta ↑ Adaptación social e conduta prosocial
↑ Reactividade emocional	↑ Agresión e problemas de conduta ↓ Adaptación social e conduta prosocial

E, como se mostra na Gráfica 5, as dúas evolucionan a medida que as crianzas medran:

Gráfica 5. Evolución da regulación emocional e da reactividade emocional dende a primeira recollida de datos ata a terceira



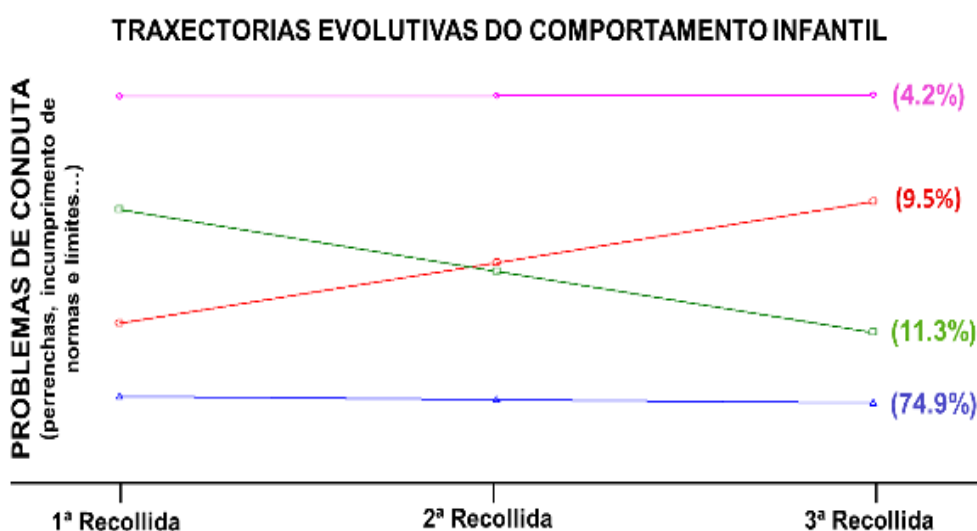
Tal como era esperable, **a medida que os nenos/as medran, a súa capacidade de regulación emocional vai en aumento**, o cal é debido, ademais de a procesos madurativos, á influencia da familia. Mediante os procesos de **socialización familiar**, as crianzas aprenden, gradualmente, a controlar e xestionar as súas emocións. Ademais, **os niveis de reactividade emocional das crianzas descenden lixeiramente**.

EVOLUCIÓN DO COMPORTAMENTO INFANTIL

Sabemos que o comportamento dos nenos/as pode variar ao longo do tempo. Un dos principais obxectivos do Proxecto ELISA é, precisamente, analizar como evoluciona o comportamento infantil dende as primeiras etapas do desenvolvemento. Aos patróns de evolución que mostra a conduta ao longo do tempo chamámoslles *traxectorias evolutivas* do comportamento. Un xeito de aproximarmos a estas traxectorias evolutivas é analizando o desenvolvemento dos problemas de conduta.

Ao longo dos tres anos de estudo, puidemos ver como os problemas de conduta seguen diversas traxectorias, que se diferencian en función do nivel de problemas manifestado polas crianzas en cada momento do estudo. Tanto a presenza como a ausencia de dificultades proporcionan unha información moi valiosa, xa que ambas nos axudan a **identificar que factores permiten un desenvolvemento máis ou menos normativo**. Na Gráfica 6 móstranse as traxectorias atopadas no Proxecto ELISA, tanto para nenos como para nenas, e resultan ser moi semellantes ás observadas noutros estudos internacionais.

Gráfica 6. Traxectorias evolutivas do comportamento infantil en base aos problemas de conduta



TRAXECTORIA DE BAIXO RISCO: caracterízase por baixos niveis de problemas de conduta ao longo dos tres anos. Variables temperamentais, como unha baixa impulsividade e un ambiente familiar e escolar favorable, incidirán positivamente na adquisición de competencias sociais e habilidades de regulación emocional, o cal se relaciona de xeito directo co desenvolvemento da boa conduta. **A maioría dos nenos/as ELISA (74.9%) seguen esta traxectoria.**

TRAXECTORIA DESCENDENTE: caracterizada pola presenza de comportamentos problemáticos a idades temperás e unha **redución paulatina** dos mesmos ao longo do tempo. Dito descenso virá dado por factores madurativos; pois a medida que o neno/a vai medrando, vai adquirindo novas competencias que facilitan o comportamento social. Isto manifestásteo moitas das familias ELISA, ao asegurar que o comportamento dos vosos/as fillos/as era máis maduro no terceiro ano de estudo, algo que tamén llo atribuíades ao traballo realizado dende a casa e a escola. **O 11.3% das crianzas ELISA presentan este patrón.**

TRAXECTORIA ASCENDENTE: presenta un pequeno repunte das condutas problemáticas ao longo dos tres anos. **O 9.5% dos nenos/as ELISA mostran este percorrido.**

TRAXECTORIA DE MAIOR RISCO: caracterizada pola presenza de diversas condutas problemáticas ao longo dos tres anos de estudo. **Unicamente presentan esta traxectoria o 4.2% dos nenos/as ELISA.**

As nenas e nenos ELISA deben adquirir aínda moitas competencias emocionais e sociais, e o farán a medida que vaian medrando. Pero que o fagan non so dependerá de factores madurativos, senón tamén do **ambiente familiar e escolar onde medren**. Se neles prima a comprensión e o apoio, o reforzo e o eloxio dos comportamentos positivos, e o establecemento de normas e límites axeitados á idade e capacidade dos nenos/as, **incidirán positivamente na adquisición de ditas competencias e, polo tanto, na redución das condutas problemáticas.**

O desenvolvemento é un proceso dinámico, influído por múltiples factores, e a medida que as crianzas vaian medrando, iremos atopando novos patróns de evolución.

A continuidade do proxecto ELISA garantirá que poidamos seguir coñecendo a evolución destas traxectorias e os factores que as definen, elementos clave para desenvolver ferramentas de prevención.

AS FAMILIAS ELISA

As prácticas educativas parentais fan referencia ao comportamento das nais e pais na crianza dos seus fillos/as, e podemos clasificalas en:

Prácticas educativas positivas: son aquelas baseadas na implicación, na supervisión, no trato parental cálido e no reforzo da boa conduta do neno/a.

Prácticas educativas punitivas: son aquelas que empregan unha disciplina inconsistente e/ou baseada no castigo (verbal ou físico).

Segundo o grao co que as nais ELISA empregaron ditas prácticas educativas ao longo dos tres anos de estudo (2016 a 2019), obtivemos tres perfís de estilos educativos parentais:

Estilo educativo alto en prácticas positivas: caracterizado polo emprego de máis prácticas centradas no eloxio e monitorización do neno/a, e un menor uso do castigo como método disciplinario, en comparación cos outros estilos.

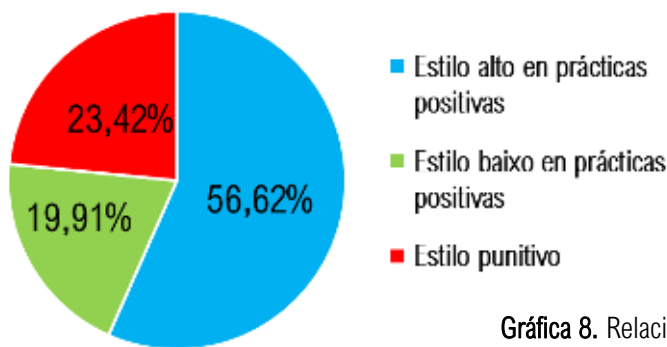
Estilo educativo baixo en prácticas positivas: caracterízase pola menor implicación na supervisión do neno/a, menor reforzo pola boa conduta e, ademáis, niveis intermedios de prácticas punitivas.

Estilo punitivo: destaca polo maior emprego do castigo, xunto cun nivel intermedio de prácticas positivas.

O estilo educativo que máis predomina entre as familias ELISA é, como se aprecia na Gráfica 7, o que fai un alto uso das prácticas positivas (un 56,62% das familias). O seguinte máis empregado é o estilo punitivo (un 23,42%); mentres que o menos utilizado é o estilo baixo en prácticas positivas (un 19,91%).

Gráfica 7. Porcentaxe de nais que emprega cada estilo educativo

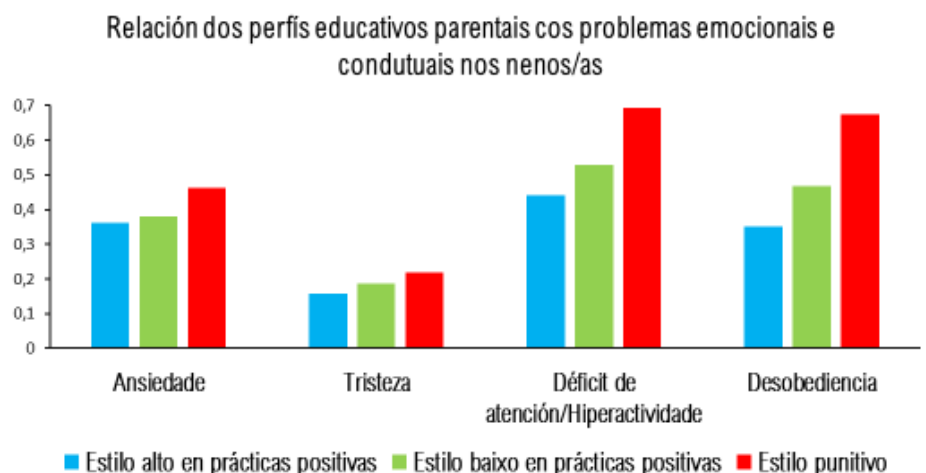
Emprego de cada estilo educativo



As prácticas educativas van influir no comportamento dos nenos/as. De xeito que, os niveis máis baixos de problemas emocionais (ansiedade e tristeza) e condutuais (hiperactividade e desobediencia) están presentes nos nenos e nenas cuxas nais empregan o estilo educativo alto en prácticas positivas, tal como se mostra na Gráfica 8.

Ao mesmo tempo, a conduta dos nenos/as tamén vai xerar diferencias no comportamento das nais e pais cara a eles. De maneira que os nenos/as que amosaron un comportamento máis axustado dende pequeniños, son os que tamén recibirán máis prácticas positivas e menos punitivas. Á inversa, os nenos/as que amosaron un comportamento máis desaxustado, tenderán a recibir menos prácticas positivas e máis punitivas.

Gráfica 8. Relación dos perfís educativos das nais cos problemas emocionais e condutuais nos seus fillos/as



Polo tanto, co fin de favorecer o desenvolvemento saudable das nosas crianzas, convértese nun obxectivo clave, fomentar o emprego das prácticas parentais positivas.

AS ESCOLAS ELISA

A relación entre a familia e a escola é fundamental, dado que nestes contextos é onde o neno/a pasa a maior parte do seu tempo. Unha relación de calidade entre ambas, favorece o bo desenvolvemento das crianzas.

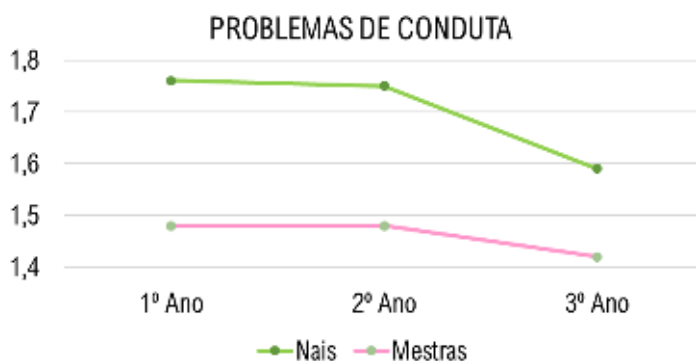
Dentro da comunidade ELISA, as mestras informan que manteñen unha relación entre “boa” e “moi boa” coa familia dos seus alumnos/as e, ademais, que coñecen “bastante ben” a cada neno/a.

Por outra banda, como se mostra na Gráfica 9, máis do 80% das familias están “moi de acordo” en que ao seu fillo/a lle gusta a súa mestra.

Por todo isto podemos dicir que contamos con relacións moi positivas familia-escola dentro da comunidade ELISA!

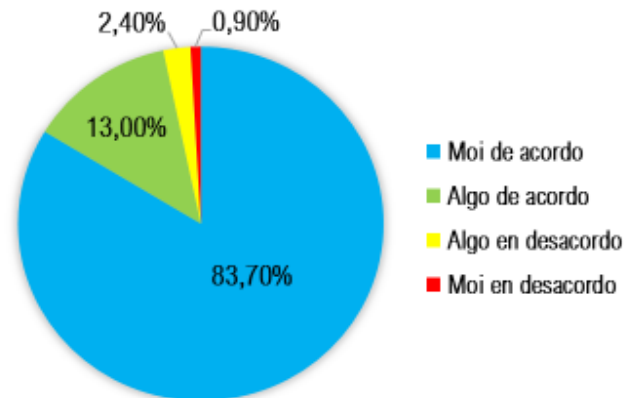
Con respecto ao comportamento das crianzas, os problemas de conduta, tanto informados por nais como por mestras, **descenden co paso do tempo**, tal como se ve na Gráfica 10; mentres que a **conduta positiva ascende**, como se mostra na Gráfica 11.

Gráfica 10. Evolución dos problemas condutuais ao longo dos tres anos de estudo, informada por nais e mestras

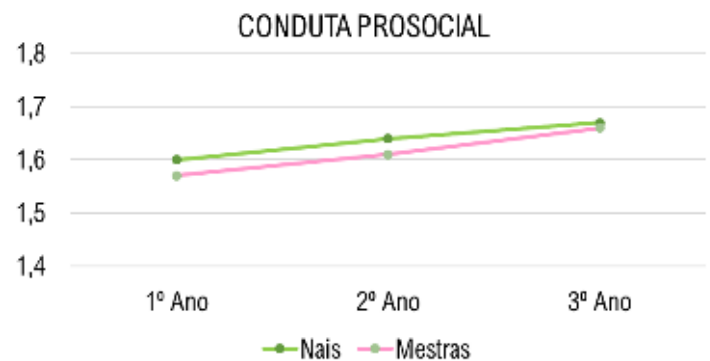


Gráfica 9. Nivel de agrado dos alumnos/as cara ás mestras, informado por nais

AO SEU FILLO/A GÚSTALLE A SÚA MESTRA?



Gráfica 11. Evolución da conduta prosocial ao longo dos tres anos de estudo, informada por nais e mestras



Con todo, observamos que tanto a conduta negativa como a positiva obteñen valores máis altos cando son informados polas nais. O que pode deberse a que as mestras informan da conduta de cada neno/a en comparación co seu grupo de referencia.

EN CONCLUSIÓN...

- Ao longo destes tres anos, as crianzas ELISA manifestaron, como era de esperar, cambios significativos a nivel cognitivo, madurativo, condutual e tamén no seu benestar.
- Ademais, aprenderon a xestionar de maneira máis axeitada as súas emocións, aumentando así a súa capacidade de regulación emocional.
- En consonancia, os seus problemas de conduta, en xeral, descendieron, en tanto que a súa conduta prosocial incrementouse.
- As traxectorias evolutivas do comportamento infantil observadas nos nenos/as ELISA correspóndense coas atopadas noutros estudos internacionais. A traxectoria que seguen a meirande parte dos nosos nenos/as é de baixo risco en problemas de conduta. De todos modos, é preciso ter en conta a existencia de traxectorias ascendentes e de maior risco, e detectalas a tempo co obxectivo de deseñar estratexias de prevención.
- Sabemos que o estilo educativo das nais e pais inflúe na conduta e benestar emocional das súas crianzas. O estilo baseado no emprego de prácticas positivas é o que se relaciona con menores problemas comportamentais e emocionais. É unha boa nova confirmar que máis da metade das familias ELISA empregan este estilo. Sen esquecer continuar a promover o uso de prácticas educativas positivas, baseadas no reforzo, a supervisión e a calidez emocional.

Gracias á vosa axuda, coñecemos tres anos da paisaxe emocional, condutual e social das nosas crianzas. Este curso 2020-21, o tren ELISA volve a poñerse en marcha, pregámosvos sigades viaxando connosco!



MOITAS GRACIAS POLA VOSA COLABORACIÓN!

