

Promoción de salud para el desarrollo de habilidades motrices en niños con síndrome de Down

Health promotion for the development of motor skills in children with Down syndrome

Jorge Alberto Quijije Vélez¹ <https://orcid.org/0009-0008-8305-2063>

Wili Onel García Cruz² <https://orcid.org/0000-0002-7287-5880>

Tania Morales Fernández^{3*} <https://orcid.org/0000-0002-3294-4511>

¹ Universidad Laica "Eloy Alfaro de Manabí". Ecuador.

² Dirección General de Educación Provincial. Villa Clara. Cuba.

³ Universidad de Ciencias Médicas de Villa Clara. Centro Provincial de Información de Ciencias Médicas. Villa Clara. Cuba.

* Autor para la correspondencia. Correo electrónico: moralesfernandeztania@gmail.com

RESUMEN

La promoción de la salud es fundamental para la prevención, detección temprana y manejo del desarrollo físico en la edad infantil. El impacto en la calidad de vida de los niños con síndrome de Down y el progreso de sus habilidades motrices básicas puede lograrse desde la práctica de la educación física, por lo que el objetivo del artículo es socializar las acciones de promoción de salud para el desarrollo de las habilidades motrices básicas en niños con

síndrome de Down teniendo en cuenta el vínculo educación física-promoción de salud en la escuela. Estas acciones se fundamentaron a partir de tareas implementadas con efectivos resultados en el proyecto de investigación e innovación: *Actividad física adaptada e inclusiva para la calidad de vida de grupos vulnerables* de la Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.

DeCS: promoción de la salud; trisomía del cromosoma 21; ejercicio físico; destreza motora; ciencias de la educación física

ABSTRACT:

Health promotion is essential for the prevention, early detection, and management of physical development in childhood. The impact on the quality of life of children with Down syndrome and the progress of their basic motor skills can be achieved through the practice of physical education. Therefore, the aim of this article is to share health promotion actions for the development of basic motor skills in children with Down syndrome, taking into account the link between physical education and health promotion at school. These actions are based on tasks implemented with effective results in the research and innovation project: Adapted and inclusive physical activity for the quality of life of vulnerable groups* at the Universidad Central "Marta Abreu" de Las Villas.

MeSH: health promotion; trisomy 21; exercise; motor skills; physical education sciences

Recibido: 30/03/2026

Aprobado:13/04/2026

El síndrome de Down (SD) es una condición genética resultante de una copia extra del cromosoma 21 (trisomía 21). Esta anomalía cromosómica causa un espectro de características físicas, intelectuales y de desarrollo que varían en la severidad entre

individuos. Es la causa más común de discapacidad intelectual y proporciona un perfil único de habilidades y desafíos para cada persona.⁽¹⁾

La educación y tratamiento de las habilidades motrices básicas adquiere mayor relevancia cuando se trata de escolares con síndrome de Down (SD) por sus características fenotípicas distintivas, discapacidad intelectual variable y mayor riesgo de comorbilidades médicas. Se presenta en aproximadamente 1 de cada 800 nacimientos en todo el mundo.⁽²⁾

Las habilidades motrices básicas (HMB) son fundamentales durante la infancia pues involucran acciones de movimiento y coordinación. Para estos autores las habilidades se clasifican en: locomotrices, no locomotrices y de proyección o recepción. Las locomotrices son: caminar, correr y saltar; las no locomotrices son movimientos de manejo y dominio del cuerpo como: balancearse, estirarse, inclinarse, girar, levantar, realizar tracciones, colgarse y equilibrarse, mientras que las manipulativas son: receptar, golpear, lanzar, atrapar, rodar y driblar.⁽³⁾

Un factor que contribuye al adecuado desarrollo de las HMB es la asignatura de Educación Física en la escuela porque en ella se pueden identificar las necesidades específicas de los niños, evaluar y realizar los ajustes necesarios para que las clases sean lo más provechosas posibles.⁽⁴⁾ Las escuelas son entornos ideales para implementar estrategias de promoción de la salud y en ellas, la educación física inclusiva constituye una herramienta clave para el desarrollo de habilidades con prácticas pedagógicas adaptadas a las necesidades de los estudiantes.⁽⁵⁾

En el proyecto *Actividad física adaptada e inclusiva para la calidad de vida de grupos vulnerables* de la Universidad Central “Marta Abreu” de Las Villas se han retomado una serie de acciones y actividades sugeridas por diferentes autores en disímiles trabajos de investigación,^(6,7,8,9,10) previamente fundamentadas y ajustadas al contexto de los escolares beneficiarios de las escuelas implicadas.

A continuación, se exponen las acciones de promoción de salud desde la educación física para el desarrollo de habilidades motrices básicas en escolares con síndrome de Down, incluidas en el mencionado proyecto:

- Revisión previa del historial médico del escolar para prever contraindicaciones relacionadas con la práctica de la actividad física.⁽⁶⁾
- Evaluación temprana del desarrollo psicomotriz que asegure un máximo potencial para el desempeño independiente en las actividades diarias.⁽⁶⁾
- Desarrollo de habilidades y destrezas básicas mediante movimientos que impliquen el dominio del propio cuerpo y el manejo de objetos como son: desplazamientos, saltos, giros, lanzamientos y recepciones.⁽⁷⁾
- Programas de intervención educativa pertinentes y efectivos que impactan en la mejora de las habilidades motrices fundamentales y aumentan los niveles de actividad física en los estudiantes.⁽⁸⁾
- Estímulo del trabajo manipulativo y óculo-manual mediante el manejo de pequeños objetos, construcción de torres con cubos, clavado de pinchos, introducción de fichas en cajas, encaje de piezas de madera, rasgado de papel con las manos, ensarte de cuentas, tapar cajas redondas, desenroscar tapas de botes de boca estrecha y ancha.⁽⁹⁾
- Empleo de actividades circenses en la clase de educación física para el desarrollo de habilidades motrices básicas manipulativas en escolares con síndrome de Down.⁽¹⁰⁾

En resumen, la promoción de la salud para mejorar las habilidades motrices básicas en el niño con síndrome de Down debe combinar el ejercicio físico con acciones educativas para trabajar la corrección postural, aspecto que se logra desde la clase de educación física inclusiva y teniendo en cuenta el vínculo educación física-promoción de salud en la escuela.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre la discapacidad 2011 [Internet]. Ginebra: OMS; 2011 [citado 16/03/2026]. Disponible en:

https://www.afro.who.int/sites/default/files/2017-06/9789240688230_spa.pdf

2. Mercado Elgueta C, Hernández Díaz AA, Illesca ME, González L. Supervisión de salud de niños/as con síndrome de Down realizado por enfermera, desde la mirada de sus cuidadores. Horiz Enferm [Internet]. 2023 [citado 16/03/2026];157-174:[aprox. 18 p.]. Disponible en:

https://www.researchgate.net/publication/376967873_SUPERVISION_DE_SALUD_DE_NINOS_CON_SINDROME_DE_DOWN_REALIZADO_POR_ENFERMERA_DESDE_LA_MIRADA_DE_SUS_CUIDADORES

3. Cueva Quevedo JG, Bayas Machado JC, Avila Mediavilla CM. Las habilidades motrices básicas en la Educación Física en la infancia. Polo Conoc [Internet]. 2024 [citado 16/03/2026];9(5):[aprox. 23 p.]. Disponible en:

<https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/7108/pdf>

4. Peña Cano D, Loaiza Marín S, Montoya Grisales NE. Habilidades motrices básicas en escolares de una institución educativa de Medellín-Colombia. VIREF [Internet]. 2023 [citado 16/03/2026];12(1):[aprox. 19 p.]. Disponible en:

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/352434/20810704>

5. Roldán A, Martínez Pujalte AL, Reina R. Applied physical activity: a subject for the development of employability skills in young university students with intellectual disabilities in Spain. Eur J Hum [Internet]. 2022 [citado 16/03/2026];49:[aprox. 12 p.]. Disponible en:

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8732664>

6. Macías Delgado JA. Programa de entrenamiento para la mejora de las habilidades motrices básicas en niños con síndrome de Down [Tesis de grado]. Universidad de Sevilla; 2024. [citado 16/03/2026]. Disponible en:

<https://idus.us.es/server/api/core/bitstreams/567e56aa-c65c-467e-8773-44b6e2f30d78/content>

7. Boza Mendoza JG, Charchabal Pérez D. Actividades lúdicas para desarrollar habilidades motrices básicas en estudiantes de Educación Física. Ciencia y Deporte [Internet]. 2022 [citado 16/03/2026];7(2):[aprox. 16 p.]. Disponible en:

<http://scielo.sld.cu/pdf/cyd/v7n2/2223-1773-cyd-7-02-46.pdf>

8. Orona Escápita A, López Alonzo SJ, Barrón Lújan JC, Guedea Delgado JC, Villegas Balderrama CV. Educación física, desarrollo motor y actividad física en preescolares: una revisión sistemática. VIREF [Internet]. 2022 [citado 16/03/2026];11(1):[aprox. 14 p.]. Disponible en:

<https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/347678/20806561>

9. Graus Ramírez J M. Estimulación de habilidades perceptivo-cognitivas, manipulativas, de autonomía y relación social y de lenguaje. Estudio de 3 casos distintos: Trastorno del Espectro Autista, Síndrome de Down y Retraso Madurativo por Enfermedad Espinocerebelosa. Rev Estud [Internet]. 2021 [citado 16/03/2026];8(2):[aprox. 34 p.].

Disponible en: <https://reto.ubo.cl/index.php/reto/article/view/132/115>

10. Jiménez B, Rodríguez González DA. Desarrollo de las habilidades motrices básicas manipulativas de lanzar y atrapar en niños y niñas con síndrome de Down por medio de actividades circenses en la clase de Educación Física en el colegio distrital Atabanzha [Trabajo de grado]. Universidad Libre de Cali; 2022 [citado 16/03/2026]. Disponible en: <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/24322/Desarrollo%20de%20las%20habilidades%20motrices%20básicas%20manipulativas%20de%20lanzar%20y%20atrapar%20en%20niños%20y%20niñas%20con%20síndrome%20de%20Down%20por%20medio%20de%20actividades%20circenses%20en%20la%20clase%20de%20educación%20física%20en%20el%20colegio%20distrital%20Atabanzha.pdf?sequence=2&isAllowed=y>

Declaración de intereses

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

Contribución de los autores

Revisión documental y redacción del artículo: Jorge Alberto Quijije Vélez, Wili Onel García Cruz y Tania Morales Fernández

Este artículo está publicado bajo la licencia [Creative Commons](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)