TIEMP21
El Diario que genera opinión...

Fecha: 31/05/2025 Audiencia: 0 Sección: OPINION
Vpe: $231.473 Tirada: 0 Frecuencia: SEMANAL
Vpe pág: $769.600 Difusión: 0
Vpe portada: $769.600 Ocupación: 30,08%

NIÑOS Y NIÑAS EN RIESGO: *la urgencia de movernos como país*

ROGER ANCAMIL
Seremi del Deporte de la Araucanía.

En la región de la Araucania los resultados de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte 2024 son claros y alarmantes un 9,7% de los niños, niñas y adolescentes entre 5 y 17 años en la región cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física dictadas por la OMS. A nivel nacional, esta cifra alcanza un 26,4%, estas cifras no solo evidencian una realidad preocupante, sino que también nos invita a reflexionar del futuro de la infancia y de nuestro país, teniendo consecuencias directas en su salud física y mental, Chile lidera los índices de obesidad en Sudamérica y los niveles de inactividad física son críticos.

Como sociedad, debemos entender que el movimiento es una necesidad biológica. La inactividad física en la niñez, tienen consecuencias más que un numero en la estadística, afecta el desarrollo motor, cognitivo y socioemocional. Más aún en un contexto donde el entorno digital, la inseguridad y el urbanismo poco amigable con el juego libre han reducido las oportunidades naturales de movimiento.

El Ministerio del Deporte ha impulsado diversas acciones en La Araucanía, se han implementado para este año casi 400 talleres deportivos escolares, recreativos y comunitarios, además de proyectos de infraestructura, que facilitan el acceso a espacios para la práctica deportiva. Sin embargo, estos esfuerzos deben ser parte de una visión integral a largo plazo, en que toda la comunidad asuma su responsabilidad en su conjunto, entendiendo que el deporte y la actividad física es una necesidad fundamental, para el desarrollo integral.

El proyecto de ley que busca garantizar al menos 60 minutos diarios de actividad física en jardines y escuelas es un avance significativo. Es un paso para la construcción de una cultura del movimiento en el sistema educativo, que debe acompañarse de acciones concretas en el día a día. Caminar más, preferir las escaleras, jugar en espacios abiertos y ser ejemplo de estilos de vida activos son pequeñas grandes acciones que podemos y debemos adoptar.

Invertir en deporte y actividad física es invertir en salud. Los beneficios no solo están en la prevención de enfermedades, sino también en la mejora del bienestar emocional, la cohesión social y el desarrollo de habilidades motoras y cognitivas en las niñez. La región de la Araucanía tiene un potencial enorme y un compromiso ineludible: que los niños y niñas crezcan en un entorno que promueva el movimiento, el juego y la vida activa.

Los datos están sobre la mesa, es hora de movernos como país y como sociedad. La salud y el futuro de la infancia depende de ello, no podemos seguir postergando esta tarea.

Movámonos por la niñez, por su salud y un mejor futuro para todos y todas.