

Ciencia & Sociedad

“ Se ha reportado que las nuevas generaciones juegan con menos frecuencia y por períodos más cortos que sus padres. ”

María Alejandra Valencia, académica UdeC y doctoranda de la Universidad de Castilla-La Mancha.

INVESTIGADORA LOCAL APUESTA POR CREAR CONOCIMIENTOS PARA INCENTIVAR LA ACTIVIDAD

Juego activo en la niñez: oportunidad de desarrollo integral que está perdiendo espacio

Natalia Quiero Sanz
natalia.quiero@diarioconcepcion.cl

Natural, universal, esencial. Un espacio de entretenimiento y también para explorar el mundo, socializar, aprender, moverse y desarrollarse integralmente. El juego activo es todo eso para niños y niñas que desde tiempos inmemoriales en todas las culturas y épocas han jugado, en diversos entornos y dinámicas con o sin reglas, y así han convivido y crecido.

Una valor fundamental que reconoce la Organización de las Naciones Unidas (ONU) en la "Convención sobre los Derechos del Niño", tratado internacional para garantizar el desarrollo seguro y bienestar de niñeces y adolescentes con una serie de establecimientos que van desde el derecho a la vida hasta la recreación y que Chile ratificó en 1989, y lo reafirma con el Día Internacional del Juego que desde 2024 celebra el 11 de junio, aunque hace más de dos décadas ha sido el 28 mayo.

Y hoy más que nunca se debe relevan para incentivar en niños y niñas la actividad de jugar, porque pese a sus transversales beneficios hay una tendencia a la baja en su práctica, lamenta María Alejandra Valencia, educadora de párvulos y profesora de educación diferencial, académica de la Escuela de Educación de la Universidad de Concepción (UdeC) campus Los Ángeles y doctoranda de la Universidad de Castilla-La Mancha de España, quien quiere aportar desde la investigación a entender y mejorar la realidad.

Juego activo

"Voluntario, placentero, con actividad física y motivación intrínseca" destaca como el consenso para caracterizar y definir al juego activo, que se concibe como aliado fundamental para criar y crear infancias saludables en el presente para una sociedad saludable en el futuro.

Jugar en la infancia es tan universal e importante para el aprendizaje y bienestar que la ONU lo consagra como derecho y releva su valor con un día internacional de doble celebración, mayo y junio, pero se practica cada vez menos producto de cambios de comportamiento e intereses de la sociedad actual versus la pasada. Una crisis que urge abordar para criar infancias sanas.



FOTO: /CC

ciones de distinta índole, con efectos que se acumulan en el tiempo, como también los daños de la inactividad.

Preocupantes cambios

A pesar de reconocidos y variados beneficios del juego activo su práctica en la actualidad tiene desafíos, hay preocupantes cambios versus antaño producto de los modos de vida actuales: "se ha reportado que las nuevas generaciones juegan con menos frecuencia y por períodos más cortos que sus padres", advierte la educadora e investigadora.

Y profundiza en las razones. Por un lado, "el juego ha pasado a un segundo plano en la educación infantil frente a otras tareas más académicas". Además, los comportamientos se han desplazado lo sedentario con intereses y actividades frente a pantallas, tanto por responsabilidades como recreación. Suma "las mayores preocupaciones por la seguridad infantil, que minimizan el tiempo de juego al aire libre".

Y las repercusiones adversas al desarrollo y bienestar infantil integral de la falta de juego activo son tan variadas como los beneficios de su práctica a nivel físico, cognitivo, emocional y social. Por sólo mencionar un complejo ejemplo está la gran prevalencia de obesidad infantil.

Lo peor es que en la infancia se establecen las bases neurobiológicas y psicológicas, y los hábitos en dicha etapa tienden a persistir, impactando del presente al futuro.

Y es que en base a contundente evidencia científica, la Unicef declara que el juego activo crea potentes oportunidades de aprendizaje en todas las áreas del desarrollo, tanto físico y cognitivo como emocional y social.

"Cuando los niños tienen la oportunidad de jugar libremente se vuelven más activos y mejoran su bienestar general. Además, el

juego fomenta la socialización, creatividad y capacidad de resolver problemas", detalla la también profesora el Liceo del Verbo Divino de Los Ángeles.*

Valencia también afirma que "el juego activo es la forma más frecuente de actividad física de niños y niñas", cuya práctica tiene múltiples beneficios para proteger la salud y prevenir o controlar afe-



FOTO: /CC

El escenario actual del juego activo ha despertado el interés de la educadora y académica UdeC María Alejandra Valencia, y su apuesta es ahondar en la realidad local para aportar con insumos de mejora. Su sustento e impulso es la contundente evidencia científica sobre beneficios y transformaciones sociales que desincentivan, como las brechas de análisis e información que existen.

Lo aborda en su investigación doctoral en la Universidad de Castilla-La Mancha con la tesis "Desarrollo de un instrumento de evaluación del juego activo en el contexto chileno para niños de 5 a 12 años". El proyecto tiene apoyo de la Escuela de Educación de la UdeC campus Los Ángeles donde es docente.

El principal objetivo es elaborar una herramienta que permita su uso transversal para obtener datos para mejorar el estudio y comprensión del juego activo en la infancia de Chile. La idea es que "sirva para futuras investigaciones y acciones concretas para fomentar el juego activo", afirma.

Sobre el contexto expone que hay "inconsistencia en la medición del juego activo que se ha reportado en las diferentes mediciones a nivel nacional e internacional". Por ello asegura que se deben crear e implementar herramientas de evaluación estandarizadas que abarquen actividades al aire libre e interiores y consideren diferentes grupos de edad, barreras específicas en diferentes ubicaciones geográficas y situaciones de discapacidad.

Estudios para avanzar

Para desarrollar el instrumento se consideran distintos estudios.

Como primera fase está en curso una revisión sistemática de la literatura internacional para analizar otros instrumentos de evaluación del juego activo que existen. Estos se transforman en modelos básicos para elaborar uno válido y confiable para Chile.

Luego sigue una "revisión para caracterizar intervenciones o programas de juego activo y sus efectos en el desarrollo físico, social, emocional y cognitivo de niños de 5 a 12 años con y sin discapacidad", cuenta la investigadora.

En el proceso de desarrollo de la tesis también se investigó la relación entre juego activo y autoestima de niños y niñas a nivel nacional, generando un artículo que avanza para su publicación en una revista científica.

La educadora explica se analizó el vínculo entre distintas modalida-



Evaluar la práctica del juego activo en Chile: clave para abordar una crisis social

Crear y validar un instrumento

de evaluación estandarizada del juego activo en niños de Chile es el objetivo de la tesis doctoral.

La falta de datos

es una de las dificultades para comprender y generar estrategias para incentivar al juego activo.

des de juego activo con la autoestima de 417 escolares de 6 a 10 años de distintos centros educativos de Chile. Un objetivo relevante fue indagar en el rol de variables sociodemográficas, escolares y familiares. Para evaluar el juego activo se usó el Cuestionario de Medición de Actividad Física y Conducta Sedentaria, y además se aplicó el Test de Autoestima Escolar.

"Los principales hallazgos demuestran que escolares que no jugaban en casa mostraron una disminución significativa en la autoestima", destaca. "Estos resultados respaldan la implementación de políticas públicas que promuevan el juego activo como un factor clave para el bienestar y la salud de los escolares", manifiesta.

Desafíos a superar

Entre los numerosos desafíos que

enfrenta el juego activo en el mundo, sin que Chile sea excepción, está una clara tendencia a la baja en su práctica a propósito de la existencia de nuevas herramientas y transformaciones socioculturales que impactan en intereses y conductas de todas las personas y desde la infancia.

Aunque la investigadora UdeC también destaca que existen brechas en los estudios e información precisa y actual relacionada a la materia.

Y en su opinión eso vuelve una necesidad contar con un instrumento como el que desarrollará en su investigación, que así también es necesaria, en un contexto donde las políticas públicas globales y nacionales apuestan por promover una vida saludable con hábitos como la actividad física regular que en la niñez ve en el juego activo una forma y aliado clave, y el derecho a

jugar está consagrado entre los fundamentales con un tratado internacional que está reconocido a nivel nacional.

"La Matriz Global de Actividad Física para Niños y Adolescentes que evalúa este indicador en decenas de países ha mostrado que más del 50% de las naciones participantes obtienen calificaciones insuficientes, muchas veces por falta de datos o políticas efectivas. Chile, por ejemplo, aún no logra establecer una medida clara sobre esta conducta", explica la académica.

Una evaluación precisa, estandarizada y validada científicamente va a permitir primero conocer las características del juego activo en el escenario actual y reconocer las estrategias para fomentar esta herramienta en distintos ámbitos de desarrollo infantil y social, como son las escuelas y hogares o comunidades para incentivar aprendizajes y desarrollo integral. Además, puede impulsar políticas para construir más espacios apropiados y facilitar el acceso al juego en contextos seguros e inclusivos para cada niño y niña. Y así, incentivar el desarrollo saludable de niñeces.

"Se espera que esta investigación e instrumento sea un aporte, ya que perpetuar las estrategias actuales no es suficiente para superar la crisis de inactividad física y de juego entre niños, niñas y adolescentes", cierra.

OPINIONES

Twitter @DiarioConce
 contacto@diarioconcepcion.cl

