

## Sociedades científicas urgen por ley para aumentar la actividad física diaria en colegios del país

La Sociedad Chilena de Pediatría (Sochipe) y la Sociedad Chilena de Enfermería en Salud Escolar (Sochiese) solicitaron a legisladores del país aprobar con urgencia un proyecto de ley que establece incorporar 60 minutos diarios de actividad física en todos los establecimientos educacionales, con el objetivo de reducir las altas cifras de sedentarismo infantil y fomentar estilos de vida saludables precozmente.

Esta iniciativa lleva más de 8 años de discusión en el Senado y actualmente está siendo analizada en particular por la Sala de la Cámara Alta, con un respaldo mayoritario de los parlamentarios, aunque quedan normas por ser votadas.

“En Chile, el sedentarismo y el sobrepeso en niños, niñas y adolescentes alcanzan niveles críticos, poniendo en riesgo su bienestar físico y emocional. Por lo mismo, nosotros pedimos que esta normativa pueda ser despachada antes de que finalice el primer semestre de 2025, de modo que pueda implementarse sin demora durante el año escolar. Urge implementar la ley este año”, manifiesta el doctor Iván Silva, past president del Comité de Pediatría Social de Sochipe.

Un aspecto central del proyecto es que los 60 minutos de actividad física se incorporan

a la jornada escolar sin poder reemplazar las clases de Educación Física que son parte del currículo. Estas actividades pueden ser de baja, moderada o alta intensidad y con enfoque lúdico, formativo e inclusivo.

La ley se alinearía con las directrices de la OMS que establece que dedicar al menos 60 minutos diarios al ejercicio físico es esencial para la salud integral de la población infantil y juvenil, con evidencias que demuestran que su la práctica regular de cualquier actividad física en este grupo contribuye tanto en la salud física y reducir riesgo de distintas enfermedades crónicas, como también en la salud mental y funciones tanto emocionales como cognitivas que mejoran la motivación, concentración, desempeño y así los resultados académicos.

Nuri Sadá, presidenta de Sochiese, explica que, además de apoyar la ley, las sociedades científicas se comprometieron a colaborar en la formación de docentes en metodologías activas y lúdicas, el diseño de indicadores para el seguimiento periódico de la condición física y emocional de estudiantes, y la entrega de asesorías técnicas para adaptar espacios en establecimientos que aseguren entornos tan motivadores como seguros.

FOTO: CEDIDA

