



LA ACTIVIDAD FÍSICA ES CRUCIAL PARA EL DESARROLLO ESCOLAR.

Inactividad física en infancia: encuesta revela datos y cifras preocupantes en Atacama

EDUCACIÓN. Si bien, parte de las cifras destacan a la región como el territorio con mayor cantidad de niños y niñas activos. Esto se contrapone con el escaso tiempo que en las escuelas se destina para hacer actividad física y deporte.

Redacción
 cronica@diarioatacama.cl

La Encuesta Nacional de Actividad Física 2024, del Ministerio del Deportes revela los datos sobre movilidad física en niños, niñas y adolescentes dejando en evidencia el alto porcentaje de inactividad a nivel nacional, donde Atacama destaca por las altas cifras de actividad física en niños, pero en el ámbito escolar los números son bajos.

De acuerdo con el índice general de actividad física, de las tres regiones con mejores porcentajes de movilidad en niños, niñas y adolescentes, la región de Atacama obtuvo el primer puesto con 44,2%. Mientras que, bajo el contexto de actividad física durante su tiempo libre la región obtuvo el segundo puesto con tan solo un 21,3%, cifra que se enmarca dentro del 10,5% de los niños, niñas y adolescentes que realizan algún tipo de ejercicio, por lo menos, tres veces a la semana a nivel nacional.

EN DEUDA

Aunque la región obtuvo buenas

69,4%

de los encuestados
 escolares en Atacama dijo ser inactivo, mientras que un 16,4% es parcialmente inactivo.

nos resultados en esas categorías, bajo el contexto escolar quedó al debe. El 69,4% de los encuestados dijo ser inactivo, mientras que un 16,4% es parcialmente inactivo.

Para Laura Rojas, coordinadora de Fútbol Más en Atacama, organización que trabaja y promueve el deporte en niños, niñas y jóvenes en todo el país, estas cifras son preocupantes, ya que “el ejercicio no solo tiene beneficios físicos, sino que también en la salud mental, desarrollo emocional y la construcción de habilidades sociales en la infancia”.

Para mejorar esta situación, el documento recomienda potenciar las políticas públicas que fomenten la práctica de actividad física, mediante talleres a nivel barrial y la promoción de organizaciones deportivas.

A través de los años la orga-

Rango etario de la encuesta nacional

El rango etario de los encuestados varió entre los cinco hasta los 17 años, edades en las cuales la Organización Mundial de la Salud (OMS) recomienda hacer 60 minutos de actividad física, al menos, tres veces a la semana. Lo anterior, según la encuesta, no se ha cumplido, ya que el índice demostró que el 56,9% de los encuestados es inactivo, el 16,7% es parcialmente activo y solo el 26,4% es activo. Esto implica que, en una semana, solo un 26,4% de los niños y niñas cumple con la recomendación de la OMS en todo el país.

nización ha logrado generar alianzas con organismos privados de la región, como, por ejemplo, minera Kinross, Minería Carola, Pacific Hydro y Pucobre, junto a quienes se ha logrado beneficiar a 870 niños, niñas y jóvenes con la realización de más de 800 sesiones sociodeportivas en las comunas de Tiera Amarilla y Copiapo.

Asimismo, a este grupo se sumó minera Gold Fields en abril de 2025, con quienes esperan llegar a más de 150 niños en la comuna de Diego de Almagro. Tras el trabajo realizado, el 2024 la organización en conjunto con sus alianzas, fueron un aporte a la disminución del sedentarismo en los barrios de

la región, ya que de un 9% al inicio del programa este bajó a solo 2% al finalizar el año, según el instrumento APAL-Q.

Estas cifras son una muestra de lo necesario que son estos tipos de programas para combatir el sedentarismo infantil a nivel regional y nacional. Como menciona Laura Rojas, “el juego y el deporte son formas de expresión, de salud y de bienestar y en la niñez no debe ser una excepción, sino una prioridad”.

De esta forma, explica, se puede forjar una sociedad más sana y feliz, donde el deporte pueda ser utilizado para transformar las realidades de niños, niñas y jóvenes.