



“Urge implementar la ley este año”:

Sociedades científicas urgen por proyecto que incorpora 60 minutos diarios de actividad física en colegios

Pediatras y enfermeras escolares dieron su respaldo a esta iniciativa y comprometieron su apoyo a la puesta en marcha de la ley mediante formación de docentes en metodologías activas y lúdicas, así como en el diseño de indicadores y asesorías técnicas para crear entornos seguros y motivadores.

La Sociedad Chilena de Pediatría (SOCHIPE) y la Sociedad Chilena de Enfermería en Salud Escolar (SOCHIESE) solicitaron a las salas del Senado y a la Cámara de Diputados aprobar con urgencia el proyecto de ley que establece incorporar 60 minutos diarios de actividad física en establecimientos educacionales, con el objetivo de reducir el sedentarismo infantil y fomentar estilos de vida saludables desde pequeños.

La iniciativa legal -que lleva más de ocho años de discusión en el Senado- se encuentra siendo analizada en particular por la Sala de la Cámara Alta y ha tenido un respaldo mayoritario de los parlamentarios, aunque aún quedan normas por ser votadas. Uno de los puntos centrales del proyecto de ley es que los 60 minutos de actividades físicas no podrán reemplazar las clases de Educación Física, que ya son parte del currículo, sino que deberán ser incorporadas



adicionalmente durante la jornada escolar. Estas actividades pueden ser de baja, moderada o alta intensidad, con un enfoque lúdico, formativo e inclusivo.

“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”, explicó el Dr. Iván Silva, past president del Comité de Pediatría Social de SOCHIPE.

De acuerdo con las directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS), dedicar

al menos sesenta minutos diarios al ejercicio es esencial para la salud integral de la población infantil y juvenil. La evidencia demuestra que la práctica regular de cualquier actividad física contribuye a mejorar el estado de ánimo y la estabilidad emocional, potencia la concentración y los resultados académicos, y reduce la probabilidad de desarrollar enfermedades crónicas como la diabetes y la hipertensión.

Nuri Sadá, presidenta de SOCHIESE, explicó que las sociedades científicas no solo apoyan esta importante iniciativa, sino que comprometieron 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 los estudiantes, y la entrega de asesorías técnicas para adaptar espacios e infraestructura en los colegios, asegurando entornos seguros y motivadores.

Informes como el de “Actividad física de la población: contexto latinoamericano y el caso chileno” (Universidad del Desarrollo, 2024) confirmaron que un 74% de los mayores de 15 años en Chile, presenta sobrepeso u obesidad, lo que no solo afecta su salud física, sino que también tiene repercusiones en su bienestar emocional y social, agregó Nuri Sadá.

En ese sentido, la iniciativa indica que los centros educativos deberán incluir estas prácticas “al menos, en sus respectivos planes de gestión de la convivencia educativa, a través del desarrollo de metodologías activas y participativas”, por lo que los colegios tendrán que disponer “todos los espacios pertinentes, como también instalaciones, aparatos y recursos didácticos para hacer efectivo su uso en forma espontánea o coordinada por los docentes y asistentes de la educación”.

Asimismo, el proyecto propone que se promueva el uso de vestimenta adecuada para este tipo de actividades “resguardando el principio de no discriminación, y sin perjuicio de las normas vigentes sobre uniforme escolar”.

