

Especial
Día del Niño

¿Cómo le quito el celular a mi hijo y lo entretengo?

"Los juegos de mesa instalan un espacio de encuentro y diversión"

FERNANDO MARAMBIO

En un estudio realizado a 1.577 niños y adolescentes chilenos -entre 8 y 17 años de ambos sexos- el 96% de ellos declaró que usa internet como compañía en momentos de soledad o aburrimiento. La investigación, denominada "Radiografía digital NNA 2025", de Claro, VTR y Critería, estableció que comienzan a utilizar dispositivos electrónicos a los 7 años.

La investigación también señaló que los niños y adolescentes pasan en promedio 3,8 horas diarias conectados a internet.

La edad temprana en que comienzan este hábito resulta preocupante, según Rodrigo Rojas-Andrade, doctor en psicología, especializado en la etapa escolar, y profesor de la Usach. Afirma que afecta su capacidad de imaginar, sociabilizar, solucionar conflictos y habilidades cognitivas. Entre los más grandes, hasta genera problemas de autoestima.

"Hoy el mundo de los niños está cruzado por pantallas", afirma. Una opción para alejarlos un rato, según Rojas-Andrade, son los juegos de mesa.

¿Por qué?

"Instalan un espacio de encuentro y diversión. Eso mismo podría ser si los niños se sentaran a tomar once o a ver una película con sus papás".

La variedad de juegos que menciona el especialista es enorme e incluye el ajedrez para desarrollar el raciocinio, Catan para emplear estrategias o rompecabezas que requieren memoria y motricidad fina.

Estas actividades, agrega, per-



Hay una gran variedad de juegos de mesa.

Doctor en psicología sostiene que aprenden a interactuar y manejar la tolerancia a la frustración.

miten a los niños sociabilizar e interactuar. "Para jugar uno necesita empatizar, comprender al otro, resolver conflictos con los participantes, gestionar soluciones por medio de conversaciones y ser consciente de mi relación con los otros", asegura.

Por eso los niños aprenden cosas que internet no desarrolla: respetar turnos, aceptar reglas y asimilar derrotas.

Gatitos y otros

El psicólogo Víctor Garrido trabaja en el Observatorio del juego, una institución que capacita a educadores y terapeutas para enseñarles a los niños a través del entretenimiento.

"Los juegos de mesa pueden ser una opción muy divertida ante los videojuegos", sostiene.

Entre ellos destaca Gatitos Explosivos (Exploding Kittens), un juego de cartas en que los participantes deben evitar las láminas con bombas para mantenerse con vida.

"Lo he jugado con una sobrina del espectro autista de 8 años. En un momento pidió tiempo para pro-

cesar la frustración. Al rato volvió porque tenía ganas de seguir jugando", explica.

Garrido afirma que los juegos que más mantienen la atención de los menores de edad son aquellos en que se equilibra la suerte y la habilidad. Es decir, "que sea menos desigual" en su desarrollo y que cualquiera pueda ganar o perder. Monopoly, por ejemplo, permite que alguien acumule muchos bienes y tenga muchas más opciones de triunfar.

En el Observatorio del juego también han creado sus propios set de entretenimiento. Es el caso de Doctora Motus y los Cordis, que busca desarrollar el lado emocional de los participantes (<https://acortar.link/yqm2Vv>).

Paciencia

"Como educadora de párvulos he visto de cerca cómo el juego se convierte en una herramienta fundamental para el aprendizaje", explica Camila Melín (@Mama.Educadora, 226 mil seguidores en Instagram).

¿Qué hacemos si los niños pierden y se enojan?

"Es normal que se frustren. El juego también es una oportunidad para enseñar a manejar emociones. Es importante validar lo que sienten y no minimizarlo. Por ejemplo, decirles *entiendo que estés enojado porque querías ganar*. Luego acompañarlos a reconocer que perder también es parte del juego, pero evitar retarlos si se enojan. Con paciencia y buen acompañamiento, los juegos de mesa se transforman en una excelente herramienta".