

C

Columna



Guillermo Rolando

co-fundador y director ejecutivo global de Fútbol Más

## 60 minutos al día: un logro para la niñez

Quienes leen esta columna recordarán con nostalgia y alegría las dinámicas que se generaban en las clases de Educación Física durante los años escolares. Jugar a la pinta, las quemadas o el clásico tombo, dejaron en nosotros recuerdos y sensaciones que son difíciles de olvidar.

Más allá de su impacto en la salud y en el sedentarismo infantil, el juego y el deporte son espacios donde se desarrollan

**Carencias y dolores que, a nuestro pesar, hemos observado durante casi 18 años trabajando directamente en escuelas y comunidades de Chile y el mundo a través de nuestros programas Barrios y Escuelas.**

habilidades socioemocionales que nos ayudan a crecer como personas. En esas tempranas interacciones, niños, niñas y adolescentes aprenden a compartir con otros, resolver

conflictos y, más importante aún, a reconocer sus emociones.

Con la promulgación de la Ley 21.778, que garantiza una hora diaria de actividad física en los colegios, la niñez de nuestro país tendrá más del doble del tiempo que los adultos de hoy pa-

ra fortalecer su salud mental, mejorar la convivencia escolar, desarrollar la perseverancia y contribuir a una mejor condición física y hábitos de vida. Carencias y dolores que, a nuestro pesar, hemos observado durante casi 18 años trabajando directamente en escuelas y comunidades de Chile y el mundo a través de nuestros programas Barrios y Escuelas.

Lo experimentado por nuestra organización condice con los últimos resultados de la Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte 2024, donde más de la mitad de los niños y jóvenes encuestados indicó tener una rutina inactiva, es decir, realizar menos de 60 minutos de actividad física al día. A ello, se suma una cifra aún más preocupante para el ámbito educacional, porque el 95% de los niños y niñas dijo ser inactivo dentro del contexto escolar. Como consecuencia de estas cifras, Chile se encuentra dentro de los países más sedentarios de América Latina y la OCDE.

Por esto, como Fundación Fútbol Más celebramos con mucha alegría este nuevo marco legal, ya que abre múltiples y necesarias oportunidades de colaboración con las comunidades educativas, para asegurar que esos 60 minutos diarios sean de calidad, significativos y que transformen la realidad de las niñas y niños en Chile. De esta forma, podremos dejar estas cifras atrás y avanzar hacia un país más activo, sano y responsable para con la infancia.