LITORALPRESS

Fecha: 01-06-2025
Medio: La Discusión
Supl. : La Discusión
Tipo: Noticia general
Título: Inactividad infantil

Pág. : 14
Cm2: 331,9

Tiraje: 3.500
Lectoría: Sin Datos
Favorabilidad: No Definida

EDITORIAL

Inactividad infantil

Este no es solo un problema de salud pública. Es un tema de equidad territorial. Los niños y niñas de Ñuble -sobre todo los de zonas vulnerables- están creciendo en un entorno que no les ofrece las mismas oportunidades de desarrollo físico y bienestar que hay en otras regiones. Eso debe cambiar. No se trata solo de moverse más. Se trata de vivir mejor.

Ñuble es ampliamente reconocida y valorada por su vida rural, sus paisajes y una identidad ligada a la tierra. Sin embargo, ese mismo entorno -que debiera ser una ventaja para la vida activa- hoy se vuelve paradójicamente el telón de fondo de una realidad alarmante: nuestros niños y adolescentes están entre los más inactivos del país.

Los resultados de la reciente Encuesta Nacional de Actividad Física y Deporte, elaborada por los ministerios del Deporte, Salud y Educación, son un llamado urgente a actuar. Con un 93% de inactividad escolar, Ñuble comparte el deshonroso podio con Magallanes y Los Lagos como una de las regiones con menores niveles de movimiento en las comunidades educativas. Un 88,4% de pasividad en el transporte diario y un 61,6% en el uso del tiempo libre completan un panorama inquietante.

¿Dónde está el problema? Sería injusto apuntar a una sola causa. Como bien advierten especialistas y autoridades, se trata de un fenómeno multisistémico: la familia, la escuela, la infraestructura urbana y la cultura digital están implicadas.

En el núcleo familiar, muchos padres aún no logran entender que el movimiento no es un lujo ni una actividad secundaria: es parte esencial del desarrollo físico, emocional y cognitivo de sus hijos. No se trata de formar campeones olímpicos, sino de evitar que el sedentarismo se transforme en enfermedades crónicas, bajo rendimiento escolar y problemas de salud mental.

En el ámbito escolar, urge que los equipos directivos cambien su mirada. El movimiento no compite con el aprendizaje, lo potencia. No es un recreo perdido, sino una inversión en concentración, autoestima y salud. Más aún, no basta con una clase de educación física a la semana: es necesario repensar el espacio educativo para que invite a la actividad, no a la pasividad. En ese sentido, el proyecto de ley que busca incorporar 60 minutos diarios de actividad física obligatoria en las escuelas es una buena noticia, pero no puede quedarse en el papel. Requiere implementación seria, recursos y voluntad política.

La tecnología, en tanto, ha invadido la vida de los menores con una intensidad sin precedentes. Los teléfonos móviles, videojuegos y plataformas de streaming están ocupando el tiempo y la mente de nuestros niños y niñas. No se trata de demonizar las pantallas, sino de establecer límites sensatos. Como proponen los especialistas en educación y psicología, necesitamos recreos activos en los colegios, juegos estructurados en jardines infantiles y una regulación más clara del uso del celular en los establecimientos educativos.

Este no es solo un problema de salud pública. Es un tema de equidad territorial. Así lo demuestra el estudio impulsado por los ministerios de Deportes, Salud y Educación. Muchos niños de Ñuble están creciendo en un entorno que no les ofrece las mismas oportunidades de desarrollo físico y bienestar que en otras regiones del país. Eso debe cambiar. El Estado, los municipios, los colegios públicos y privados, las familias y los medios de comunicación debemos comprometernos con esta causa. Porque no se trata solo de moverse más. Se trata de vivir mejor.