LITORALPRESS

Fecha: 30-11-2022
Medio: El Mercurio de Antofagasta
Supl. : El Mercurio de Antofagasta
Tipo: Opinión - Cartas
Título: **Actividad física de niños y adolescentes**

Pág. : 12
Cm2: 222,7

Tiraje: 5.800
Lectoría: 17.400
Favorabilidad: No Definida

Actividad física de niños y adolescentes

Chile tuvo los desempeños más bajos en sedentarismo, transporte activo y actividad física en general.

Recientemente se conocieron los resultados del Reporte Matriz Global 4.0, elaborado por la Active Healthy Kids Global Alliance (AHKGA), el cual comparó a 57 países de cinco continentes con motivo de evaluar los niveles y tendencias globales en la actividad física de niños y adolescentes.

El estudio fue realizado por más de 600 expertos a nivel mundial, rol que en Chile jugaron y lideraron investigadores de la Universidad de La Frontera, que forman parte del grupo de investigación UFRO Actívate, con la participación de expertos de otras universidades chilenas como la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Universidad Diego Portales, Universidad Metropolitana de Ciencias de la Educación y Universidad San Sebastián.

De acuerdo a los resultados de este informe, nuestro país está en el grupo de los peor evaluados, encontrándose en el quinto lugar de las naciones menos activas a nivel general, una situación que claramente se ha visto agravada debido a la pandemia y el confinamiento que la crisis sanitaria trajo. Pero la pandemia es una cuestión circunstancial. Hay estilos de vida que hoy incrementan el sedentarismo.

Nuestro país está en el grupo de los peor evaluados, encontrándose en el quinto lugar de las naciones menos activas a nivel general, una situación agravada por la pandemia.

El reporte evaluó 10 indicadores: actividad física; deporte organizado; juego activo; transporte activo; conducta sedentaria; capacidad física; familia y pares; escuela; comunidad y medio ambiente; y políticas. Y en ellos Chile tuvo los desempeños más bajos en sedentarismo, transporte activo y actividad física, en general. Mientras, fue bien evaluado en el ámbito de políticas públicas.

El trabajo en torno al incremento de la actividad física es una cuestión no solo de familia, sino de Estado y, en general, de cultura.

En esa dirección está, por ejemplo, el uso de medios de transporte como la bicicleta y la promoción de espacios y tiempo para la actividad física, algo en lo que todavía en nuestra región se puede mejorar notablemente, ya que solo el factor climático favorece este tipo de actividades. El reporte mostró que menos de la mitad de los niños chilenos participa en deportes ya sea en el colegio o clubes deportivos.

Es tiempo de asumir una nueva cultura de la actividad física, basada en lo simple y también en lo cotidiano.