Campeones en inactividad

Por Aída Fernández Ojeda. Directora de Pedagogía en Educación Física, U. Central.

Recientemente, se publicó un estudio que ubica a los adolescentes chilenos entre los más “inactivos del mundo”. Este análisis enfocado en la actividad física juvenil y publicado en una prestigiosa revista científica, es un aporte para poder entender la prevalencia y/o las desigualdades, identificando algunos de los problemas que insistentemente hemos alertado desde la academia quienes trabajamos comprometidos por la actividad física y vemos como la calidad de vida de la población se ve mermada año a año.

Estudios en los que sustentar estas alertas son variados, el “mapa nutricional de los escolares chilenos” que realiza JUNAEB, ha presentado cifras alarmantes acerca del aumento del sobrepeso y obesidad; por otro lado, la Sociedad Chilena de Obesidad declaró que la obesidad total ha aumentado 15 puntos porcentuales en 13 años y, si bien se han diseñado políticas públicas multisectoriales, los mecanismos que se han generado para la adherencia a la práctica de la actividad física, no han sido los más alentadores: cerca del 80% de la población puede considerarse como inactiva.

En el sistema escolar, la relevancia de la asignatura de Educación Física, así como la formación de sus profesores, sustentados en los pilares de la pedagogía y del deporte, se deben establecer como prioridad a la formación ciudadana e integral del individuo, valorando los beneficios del ejercicio sistemático para la salud mental y física de las personas.

No cabe duda, el sedentarismo nos está pasando grandes facturas y puede ser peor, alentemos a que la Educación Física sea un espacio por excelencia en el que todos los niños, niñas y adolescentes del país fomenten su adherencia.

Existe un proyecto de Ley que fija la obligación de los establecimientos educacionales, públicos y privados a promover la actividad física por al menos sesenta minutos durante la jornada escolar y otro proyecto que aumenta las clases de educación física de dos a cuatro horas semanales. Sin embargo, el problema va en aumento y las acciones aún esperan.