Día del Juego: académica destaca la importancia de jugar libremente en la niñez

En el marco del Día Internacional del Juego celebrado el 11 de junio, la académica Mónica Manhey destaca la importancia de proteger el juego espontáneo en niñas y niños. La reflexión se suma al reciente Coloquio Internacional "Juego en la Pedagogía de Hoy", organizado por el Núcleo de Investigación en Primera Infancia y Políticas Públicas de la Universidad de Chile.

Muchas veces entendido como una actividad secundaria o de menor relevancia frente a otros aprendizajes, el juego ocupa un lugar central en la vida de niñas y niños. A través de esta actividad, **las infancias exploran el mundo, ensayan roles, desarrollan vínculos, expresan emociones**, fortalecen su autonomía y construyen formas propias de comprender la realidad.

Esta importancia también se sustenta desde un enfoque de derechos y es reconocida internacionalmente. Esta relevancia se expresa en dos fechas conmemorativas: el 28 de mayo, vinculado a la tradición impulsada por las ludotecas internacionales, y el **11 de junio**, reconocido por Naciones Unidas como Día Internacional del Juego. Ambas recuerdan la necesidad de **garantizar tiempos, espacios y condiciones para que las infancias puedan jugar libremente.**

Para la **doctora en Educación Mónica Manhey,** académica del Departamento de Educación de la Facultad de Ciencias Sociales y coordinadora del Núcleo de Investigación en Primera Infancia y Políticas Públicas, este tema adquiere especial relevancia en un escenario marcado por la aceleración social, la hiperconectividad y la creciente presión académica sobre niñas y niños.

“Hoy más que nunca es necesario resignificar el juego y no verlo como un asunto menor, sino como una urgencia epistémica y ética. **Se dice metafóricamente que jugar en los niños es tan necesario como respirar.** El juego es una manifestación genuina de la conducta infantil y un derecho consustancial consagrado en el artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño”, señala la especialista.

Más que entretención: desarrollo y bienestar

Manhey enfatiza que no basta con organizar actividades dirigidas o invitar a niñas y niños a participar en dinámicas planificadas por adultos. A su juicio, también es fundamental respetar el juego espontáneo. **“Se necesita que los niños y las niñas jueguen espontáneamente,** que se les den espacios para jugar, curiosear, indagar y explorar. Un juego con normas puede resultar muy bien, pero no es un acto de libertad ni de juego espontáneo; es una actividad lúdica, que es muy distinta al juego”, explica.

De acuerdo con la académica, el juego favorece dimensiones clave del desarrollo infantil. En particular, destaca su importancia para el área socioemocional, la creatividad, la autonomía, la resolución de conflictos y funciones ejecutivas como la autorregulación, la memoria y la flexibilidad cognitiva.

Cuando niñas y niños ven reducidas sus posibilidades de jugar, advierte, también se restringen espacios fundamentales de exploración, ensayo y error. “La falta de juego se correlaciona con mayores niveles de cortisol, que es una respuesta asociada al estrés, y eso **puede manifestarse en cuadros de ansiedad infantil, dificultades en la integración sensorial, torpezas motrices, sedentarismo y, sobre todo, menor tolerancia a la frustración por falta de espacios seguros de ensayo y error”**, plantea la Dra. Manhey.

En ese sentido, el juego no solo tiene una dimensión

individual. Cuando ocurre con otros, permite fortalecer la convivencia, la socialización temprana, la empatía y la capacidad de resolver conflictos. Por ello, la especialista insiste en que jugar no debe entenderse como una pérdida de tiempo, sino como una experiencia profundamente formativa**. "Cuando los niños juegan, no pierden el tiempo, h**ay toda una vida para jugar, y ojalá que nosotros también de adultos lo hagamos", agrega.

La importancia de defender el juego en la pedagogía actual

Esta reflexión también fue el eje del Coloquio Internacional **"Juego en la Pedagogía de Hoy",** organizado por el Núcleo de Investigación, instancia que reunió a especialistas nacionales e internacionales para abordar el lugar del juego en la educación, la formación docente, las políticas públicas y los desafíos actuales de las infancias.

Para la especialista, este debate resulta urgente ante la creciente escolarización anticipada en la educación infantil, fenómeno que introduce tempranamente lógicas adultas y academicistas. "Muchas veces en las aulas están los niños todo el día sentados y **no se utiliza el juego como estrategia metodológica fundamental.** Vemos que se desmotivan tempranamente, que no aprenden como tendrían que aprender, y aparece una fatiga cognitiva al exigir estructuras de atención para las cuales el sistema neurobiológico del niño y la niña aún no está maduro", señala.

A esta preocupación se suma el uso temprano de pantallas. Según explica la Dra. Manhey, los dispositivos digitales han modificado la ecología del desarrollo infantil, limitando experiencias corporales, sensoriales y sociales que son esenciales durante los primeros años de vida. "La pantalla bidimensional limita esta experiencia motora básica. Se altera la intersubjetividad, se debilita el juego con otros y no hay cara a cara con pares. Los estímulos de alta velocidad de **las pantallas generan una gratificación inmediata que compite**

deslealmente con el juego libre, que requiere tolerancia al aburrimiento, esperar turnos, ceder, crear e imaginar”, advierte.

Frente a esto, la académica plantea que no se trata únicamente de prohibir el uso de dispositivos, sino de enseñar a utilizarlos con criterio y siempre con mediación adulta. A su juicio, las pantallas pueden tener un uso pedagógico cuando amplían el mundo cultural de niñas y niños, pero **no cuando reemplazan el contacto con otros, el movimiento, la naturaleza o la exploración concreta del entorno.**

Por ello, el llamado del coloquio y de la especialista no se limita a las familias o a los establecimientos educacionales. Para Manhey, **garantizar el derecho al juego implica también pensar en políticas públicas, ciudades y comunidades capaces de reconocer a las infancias como sujetos de derecho.**

En esa línea, la académica sostiene que defender el juego no es una demanda secundaria, sino una forma de resguardar el presente y el bienestar de las infancias**. “Muchas veces el juego se ve como un acto casi romántico desde la pedagogía, y no, es un imperativo democrático, teórico, epistémico y ético.** Es un acto de justicia social con el presente de la niñez”, concluye.