

Un reciente libro analiza el tema:

El juego en la infancia es clave para un adecuado desarrollo del cerebro

- Incentivar la imaginación y el jugar en clases y en la casa es importante para que los niños y niñas forjen nuevas vías neuronales que sentarán las bases sólidas para su aprendizaje y crecimiento futuros.

CONSTANZA MENARES

Hace varios años, cuando Jaqueline Harding, directora de Tomorrow's Child e investigadora de infancia temprana de la Universidad de Middlesex (Reino Unido), trabajaba como profesora en una escuela, notó que una de sus pequeñas alumnas no mostraba interés en ninguna actividad.

"Parecía que quería ser invisible, era desconcertante. Resultó ser que en su casa cuidaba de su madre enferma y de sus dos hermanos menores y no tenía tiempo en su vida para jugar en lo absoluto. Como resultado, tenía poco espacio en su cerebro para el colegio también", cuenta la experta a "El Mercurio".

"Necesitaba tiempo para jugar y resolver algunos de esos pensamientos profundos y angustiantes que constantemente pasaban por su mente. Entre otros apoyos para su familia, establecí un tiempo completamente de juego para ella en clase. En dos meses comenzó a mostrarse in-

teresada en el día a día escolar y en los otros niños a su alrededor. Fue como si empezara a cobrar vida de nuevo", recuerda.

Harding acaba de publicar un libro, "El cerebro que ama jugar" (The brain that loves to play), donde, basándose en las últimas investigaciones en neurociencia y desarrollo infantil, analiza cómo el cerebro de los infantes (desde el nacimiento y hasta los 5 años) no solo desea el juego, sino que también este es clave para forjar nuevas vías neuronales.

"El juego para los niños y niñas es tan vital como el aire que respiran. El juego espontáneo en la primera infancia es la forma en que el sistema biológico humano se relaja y organiza. El juego es la materia prima de la construcción cerebral, ya que ayuda a construir las funciones cognitivas superiores en el cerebro, como la regulación emocional y el control inhibitorio, habilidades muy importantes en la vida adulta", asegura la especialista.



Estimular jugar al aire libre también puede tener un impacto terapéutico en el sistema nervioso de los niños y niñas.

—¿Qué hallazgos clave la sorprendieron durante su investigación?

"La revelación más importante para mí mientras investigaba y escribía este libro fue la comprensión real de lo que sucede en el cerebro de un niño cuando comienza a imaginar. Resulta que la imaginación enciende o apaga genes dentro de las células nerviosas que producen proteínas, lo que puede cambiar realmente la estructura del cerebro. Así que, cuando los niños sueñan e imaginan, ocurre una acción de construcción cerebral. Obviamente, queremos que esas experiencias imaginativas sean livianas y positivas"

—¿Cómo los educadores y apoderados pueden fomentar el juego en las aulas y hogares?

"Contándoles un cuento, si es inventado por uno mismo, mejor, y proporcionándoles títeres hechos en casa. También fomentar el juego al aire libre con materiales naturales, lo que puede tener un impacto terapéutico en el sistema nervioso".

Dayna Moya, educadora de párvulos y académica de la U. Católica Sede Villarrica, dice que "el desarrollo cognitivo, y en particular las funciones ejecutivas, son fundamentales durante la pri-

mera infancia. El juego en esta línea cumple un rol articulador entre distintas dimensiones del desarrollo y propicia las condiciones necesarias para la construcción de aprendizajes significativos en los niños".

Sin embargo, advierte que "desafortunadamente, en la actualidad el juego ha quedado relegado en la educación y especialmente en la primera infancia. En un reciente estudio liderado por un investigador de la Facultad de Educación UC, se muestra que a pesar de los beneficios, el juego se usa poco en los contextos escolares".