

18

PROMOCIÓN

**DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y VIDA SALUDABLE MEDIANTE
JUEGOS PREHISPÁNICOS EN EDUCACIÓN BÁSICA**



© 2026; Los autores. Este es un artículo en acceso abierto, distribuido bajo los términos de una licencia Creative Commons que permite el uso, distribución y reproducción en cualquier medio siempre que la obra original sea correctamente citada.

PROMOCIÓN

DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y VIDA SALUDABLE MEDIANTE JUEGOS PREHISPÁNICOS EN EDUCACIÓN BÁSICA

PROMOTING PHYSICAL ACTIVITY AND HEALTHY LIFESTYLES THROUGH PRE-HISPANIC GAMES IN BASIC EDUCATION

María Rosa Lugo-Vargas¹

E-mail: lugovargas@yahoo.es

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-7946-0790>

Maritza Librada Cáceres-Mesa²

E-mail: maritza_caceres3337@uaeh.edu.mx

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6220-0743>

Manuel Díaz-Camargo¹

E-mail: manueldiazcamargo@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9286-8234>

Carlos Vidal-Salgado¹

E-mail: carlosvidalsalgado1987@gmail.com

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-7220-3614>

¹ Universidad Pablo Latapí Sarre. México.

² Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo. México.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Lugo-Vargas, M.R., Cáceres-Mesa, M.L., Díaz-Camargo, M., & Vidal-Salgado, C. (2025). Promoción de la actividad física y vida saludable mediante juegos prehispánicos en educación básica. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 9(2), 164-174.

Fecha de presentación: 18/11/2025

Fecha de aceptación: 01/02/2026

Fecha de publicación: 01/03/26

RESUMEN

La obesidad infantil en su creciente prevalencia ha emergido como un desafío de salud pública, los estilos de vida sedentarios así como el uso excesivo de dispositivos electrónicos, son factores que incrementan significativamente el riesgo de enfermedades cardiometabólicas, asociadas al sedentarismo; situación que acentúa la necesidad de intervenciones tempranas y de políticas públicas que fomenten estilos de vida saludables, por lo que se propone la incorporación de la lúdica en las fases educativas 3 y 4, especialmente a través de juegos tradicionales, como una herramienta transversal para promover la inclusión y la actividad física y reducir el sedentarismo en las escuelas, contribuyendo a un futuro más saludable para las infancias. Los juegos de patio prehispánicos se presentan como una estrategia educativa, alineada con los principios de la Nueva Escuela Mexicana (NEM), para reducir el sedentarismo en las Fases Educativas 3 y 4. Estos juegos promueven entornos inclusivos, saludables e interculturales, al tiempo que revalorizan prácticas tradicionales. Esta fase del estudio sienta las bases para futuras intervenciones cualitativas, y se resalta la relevancia de la actividad física lúdica en el entorno escolar para combatir la obesidad infantil y promover un desarrollo saludable.

Palabras clave:

Sedentarismo, juegos de patio prehispánicos, ejes articuladores, obesogénico.

ABSTRACT

Childhood obesity, with its increasing prevalence, has emerged as a public health challenge. Sedentary lifestyles and excessive use of electronic devices are factors that significantly increase the risk of cardiometabolic diseases. Emphasizing the need for early interventions and public policies that promote healthy lifestyles, the incorporation of play into educational phases 3 and 4 is proposed, especially through traditional games, as a cross-cutting tool to promote inclusion and physical activity and reduce sedentary behavior in schools, contributing to a healthier future for children. Pre-Hispanic playground games are presented as an educational strategy, aligned with the principles of the New Mexican School (NEM), to reduce sedentary behavior in Educational Phases 3 and 4. These games promote inclusive, healthy, and intercultural environments while revaluing traditional practices. This phase of the study lays the groundwork for future qualitative interventions, highlighting the importance of recreational physical activity in the school setting to combat childhood obesity and promote healthy development.

Keywords:

Sedentary lifestyle, pre-hispanic patio games, articulating axes, obesogenic.

INTRODUCCIÓN

La obesidad infantil constituye uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial, impulsado por los cambios en los estilos de vida contemporáneos, caracterizados por el sedentarismo y el consumo de alimentos altamente procesados. En México, la consolidación de un ambiente obesogénico ha intensificado esta problemática, afectando no solo la salud física, sino también el bienestar emocional de los niños, al incrementar el riesgo de ansiedad, depresión, baja autoestima y estigmatización social (Smith et al., 2020). Este contexto demanda estrategias educativas innovadoras, contextualizadas y culturalmente pertinentes que promuevan estilos de vida saludables.

En las últimas décadas, el perfil epidemiológico del país ha transitado de la desnutrición a la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles asociadas a la obesidad, lo cual representa uno de los mayores retos para la salud pública. La obesidad en edad escolar se relaciona con trastornos metabólicos, bajo rendimiento académico y disminución de la autoestima, además de afectar los procesos cognitivos, como la atención, la memoria y el aprendizaje. Por ello, la infancia constituye una etapa prioritaria para la formación de hábitos de actividad física y alimentación saludable.

El movimiento corporal y la actividad física favorecen el desarrollo integral, fortalecen la autoconfianza, la integración social y la activación cerebral, aspectos fundamentales en los procesos de aprendizaje, como lo señalan los estudios del desarrollo cognitivo. En este sentido, la educación física trasciende el desarrollo motriz, al promover dimensiones cognitivas, afectivas y sociales, contribuyendo a la calidad de vida de la comunidad educativa (México. Secretaría de Educación Pública, 2025).

Históricamente, el juego ha sido un medio esencial para el desarrollo humano, la transmisión cultural y la cohesión social (Zapata Hernández, 2025). Los juegos de origen prehispánico, además de su valor simbólico, promovían la actividad física, la convivencia comunitaria y el cuidado de la salud, lo que los convierte en una alternativa pedagógica pertinente para el contexto actual. Su incorporación en el ámbito escolar permite vincular la identidad cultural con estrategias para combatir el sedentarismo infantil (Vásquez et al., 2025).

La limitada presencia de docentes especializados en educación física y el escaso tiempo destinado a la activación física en las escuelas, particularmente en el estado de Hidalgo, evidencian la necesidad de implementar alternativas viables desde el aula (Programa Sectorial de Desarrollo de Educación 2023–2025). Asimismo, los patios escolares se consolidan como espacios seguros y accesibles para promover el movimiento, especialmente ante problemáticas de inseguridad y falta de infraestructura adecuada.

Diversos estudios señalan que el juego en el entorno escolar favorece el desarrollo físico, cognitivo y social, fortalece la convivencia y previene enfermedades asociadas a la inactividad (Glassy & Tandon, 2024). No obstante, su implementación enfrenta desafíos relacionados con la capacitación docente y la disponibilidad de espacios, lo que exige procesos formativos y estrategias de adaptación (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2023).

En concordancia con la Nueva Escuela Mexicana, esta propuesta articula los ejes de Vida Saludable, Inclusión e Interculturalidad Crítica mediante la incorporación de juegos prehispánicos en los patios escolares, con el fin de promover hábitos activos, prevenir enfermedades metabólicas y fortalecer el aprendizaje contextualizado.

Finalmente, se plantea la implementación sistemática de sesiones de activación física mediante juegos tradicionales, con una duración mínima de 50 minutos, al menos dos veces por semana, complementadas con la clase de educación física. Estas actividades deberán desarrollarse bajo normas de convivencia, calentamiento previo, supervisión docente y participación familiar, garantizando la inclusión, la seguridad y el bienestar del estudiantado.

METODOLOGÍA

La investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo con alcance descriptivo-interventivo, orientado a analizar la implementación de juegos de patio de origen prehispánico como estrategia para promover la actividad física y prevenir el sedentarismo infantil en el contexto escolar.

En una primera fase, se realizó una revisión documental sobre obesidad infantil, actividad física, juego, interculturalidad y la Nueva Escuela Mexicana, con el fin de sustentar teóricamente la propuesta. Posteriormente, se diseñó un programa de intervención aplicado en una escuela primaria pública del estado de Hidalgo, con la participación de estudiantes de educación básica y docentes frente a grupo, seleccionados mediante muestreo por conveniencia.

La intervención consistió en sesiones de activación física basadas en juegos colectivos prehispánicos, realizadas dos veces por semana, con una duración aproximada de 50 a 60 minutos. Cada sesión incluyó un calentamiento inicial, el desarrollo del juego y un cierre reflexivo enfocado en la convivencia y el autocuidado, bajo normas de seguridad e inclusión.

Para la recolección de información se emplearon técnicas como la observación participante, registros anecdóticos y listas de cotejo, complementadas con cuestionarios breves dirigidos a docentes y estudiantes. El análisis se realizó mediante categorización temática, permitiendo identificar cambios en la participación, interacción social y disposición hacia la actividad física.

En el ámbito ético, se contó con la autorización institucional y el consentimiento informado de madres, padres o tutores, garantizando el respeto, la confidencialidad y el bienestar de los participantes.

DESARROLLO

A lo largo de las últimas generaciones, el mundo ha asistido a una disminución del juego al aire libre y de la movilidad autónoma de los más pequeños, este retroceso es el primer indicio de la disminución de los niveles de actividad física (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2023). Esta y otras afirmaciones han llevado a contextualizar este tema, pues los menores emplean cada vez menos tiempo a jugar al aire libre, siendo la omnipresencia de las pantallas y la sobreprotección parental son algunos de los factores que están detrás de este fenómeno.

La Alianza Global de Niños Activos y Saludables (Active Healthy Kids Global Alliance, 2022), ha publicado de acuerdo al Global MAtrix 4.0, los resultados de la evaluación de la actividad física de la niñez y adolescencias en 57 países y seis continentes, donde se evidencia que los niveles son claramente insuficientes en los contextos evaluados. El informe reveló que los estilos de vida modernos, el aumento del tiempo frente a las pantallas digitales, la creciente urbanización de las comunidades y el incremento de la automatización de tareas que antes eran manuales, están contribuyendo a un problema de salud pública generalizado, pero desigualmente distribuido que debe reconocerse como una prioridad mundial.

La Organización Mundial de la Salud (2024) define como actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía. La Secretaría de Educación Pública (SEP) asevera que la actividad Física favorece el desarrollo corporal, mental, emocional y social de los niños a través del movimiento, el deporte y/o el juego, mejorando su confianza, seguridad y concentración, así como las habilidades para relacionarse con los demás y convoca a toda la comunidad escolar trabajará para fomentar estilos de vida saludable (México. Secretaría de Educación Pública, 2025). Y a la vez considera que un nivel adecuado de actividad física reduce el riesgo de hipertensión arterial, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, depresión, cáncer de mama y colon; mejora la salud ósea y funcional, es un determinante clave del gasto energético. Los niños deben acumular al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada o vigorosa para garantizar su desarrollo saludable, propone reducir la inactividad física en un 15% para 2030, ante este llamado manifiesta que todos somos corresponsables para lograrlo.

La Encuesta de Salud y Nutrición Continua (México. Instituto Nacional de Salud Pública, 2023), reveló que en México 5.7 millones de estudiantes de 5 a 11 años

tienen obesidad, mientras que 10.4 millones de alumnas y alumnos de 12 a 19 años padecen esta enfermedad, también, 7 de cada 10 escolares y 5 de cada 10 adolescentes no realizan ninguna actividad física. Por lo anterior la Secretaría de Educación Pública (SEP), propuso ocho acciones prioritarias donde destacan: la Nueva Escuela Mexicana (NEM), con la formulación de contenidos en los Libros de Texto Gratuitos (LTG), donde los proyectos que se sugieren constituyen estrategias metodológicas que promueven estilos de vida saludables y de educación para la salud, a partir de las prácticas deportivas.

La Ley General de Salud (México. Congreso de la Unión, 2024), en sus artículos 2o., fracciones I y II, 3o, fracciones XI y XII, 6o, fracciones X y XI, 7o., fracción XIII Bis, 66, párrafo primero, dispone que es materia de salubridad general la educación para la salud y la prevención, orientación, control y vigilancia en materia de nutrición, sobrepeso, obesidad... la coordinación del Sistema Nacional de Salud estará a cargo de salud, además menciona que correspondiéndole a ésta promover e impulsar programas y campañas de información sobre los buenos hábitos alimentarios, una buena nutrición y la activación física para contrarrestar el sobrepeso, la obesidad... y que en materia de higiene escolar, corresponde a las autoridades sanitarias establecer las normas oficiales mexicanas para proteger la salud del educando y de la comunidad escolar, así como establecer acciones que promuevan una alimentación nutritiva y la realización de actividad física, siendo que las autoridades educativas y sanitarias se coordinarán para la aplicación de estas.

La Ley General de Salud (México. Congreso de la Unión, 2024), en sus artículos 111, fracciones I y II, 112, fracción III y 113, prevé que: la promoción de la salud comprende la educación para la salud y la alimentación nutritiva, actividad física y nutrición; la educación para la salud tiene por objeto, entre otros, orientar y capacitar a la población preferentemente en materia de nutrición, alimentación nutritiva, suficiente y de calidad, activación física para la salud, salud mental en coordinación con la Secretaría de Educación Pública y los gobiernos de las entidades federativas, y con la colaboración de las dependencias y entidades del sector salud, formulará, propondrá y desarrollará programas de educación para la salud, entre otros, aquellos orientados a la alimentación nutritiva, suficiente y de calidad y a la activación física, procurando optimizar los recursos y alcanzar una cobertura total de la población, así como, llevar a cabo la detección y seguimiento de peso, talla e índice de masa corporal, en los centros escolares de educación básica.

De igual forma la Ley General de Educación, en su artículo 78, párrafo segundo, dispone que, en el ámbito de sus respectivas competencias, las autoridades educativas desarrollarán actividades de información y orientación para las familias de los educandos en relación con prácticas de crianza enmarcadas en el ejercicio de los valores,

los derechos de la niñez, buenos hábitos de salud, la importancia de una hidratación saludable, alimentación nutritiva, práctica de la actividad física.

En tanto el Plan Nacional de Desarrollo 2025-2030 (Gobierno de México, 2025) afirma que invertir en la primera infancia asegura una base sólida para la educación futura y que las escuelas serán espacios para el cuidado de la salud. La Nueva Escuela Mexicana (NEM) implementa un modelo educativo que atiende la salud física y mental, vinculando el deporte con la formación artística y cultural, bajo un enfoque comunitario. Propone extender horarios para incluir deportes y artes.

Además, busca impulsar programas en escuelas, centros de trabajo y espacios públicos para reducir la obesidad, hipertensión y diabetes, las principales enfermedades que afectan a los mexicanos. Considera que la práctica del deporte y la actividad física es otro aspecto clave para el desarrollo integral de la infancia y la juventud. Actualmente, un alto porcentaje de niños, adolescentes y jóvenes sufren de sobrepeso y obesidad, lo que impacta tanto en su salud física como mental. Aproximadamente el diagnóstico que presenta es el 37% de niños de 5 a 11 años y el 40% de adolescentes y jóvenes de 12 a 19 años padecen estas condiciones por la falta de prevención en su infancia. Por ello sostiene que es necesario fomentar la actividad física y el deporte tanto en las escuelas, desarrollando programas de participación colectiva que mejoren la salud pública y promuevan el bienestar de la población. Así mismo promover una formación intercultural.

Por lo anterior la presente propuesta coadyuvará a las estrategias del Plan Nacional 2025-2030 de asegurar el derecho a la cultura física, la práctica del deporte promoviendo el bienestar comunitario con acciones preventivas y la inclusión social y al objetivo de garantizar el derecho a la cultura con enfoques de participación e inclusión, respetando la diversidad cultural en todas sus manifestaciones y expresiones.

El diagnóstico presentado en el Programa Sectorial de Desarrollo de Educación 2023-2028 cita que la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición reporta que el 82.8 % de las y los estudiantes en México son físicamente inactivos. Mencionando que de acuerdo a la Organización Mundial de la Salud (2024) define como sedentaria a aquella persona que realiza menos de 90 minutos de actividad semanal, declarándolo como un problema de salud. Para el Estado de Hidalgo de acuerdo a la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018, la prevalencia de obesidad y sobrepeso en el Estado de Hidalgo, aumenta conforme la población tiene más edad. La Población infantil de 5 a 11 años presenta sobre peso en un 17.10%, obesidad en un 12.30% y ambas en un 29.40%. Durante el ciclo escolar 2021-2022 en el Estado, solo el 26.5 % de las escuelas primarias contaron con un docente de educación física. Por lo que la tasa de alumnos de educación básica que asiste a la escuela con un docente de educación física

es del 51.1% de estas escuelas se ofrece 50 minutos de activación física a la semana.

La Secretaría de Educación Pública en Hidalgo, en coordinación con el Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) bienestar; la Secretaría de Salud Estatal y el Sistema de Desarrollo Integral de la Familia del Estado de Hidalgo, DIF Estatal; inician con el programa conjunto en beneficio de la Población estudiantil, con la Estrategia Nacional Vive Saludable, Vive Feliz (Gobierno de México, 2025). Para la NEM educar no solo es para adquirir conocimientos y habilidades cognitivas sino también para: 1) conocerse, cuidarse y valorarse a sí mismos; 3) ejercer el diálogo como base para relacionarse y convivir con los demás; 4) adquirir valores éticos y democráticos; y 5) colaborar e integrarse en comunidad para lograr la transformación social. El objetivo es que la educación tenga un mismo sentido y propósito entre los miembros de la comunidad; solo así es posible lograr un impacto decisivo en los aprendizajes del estudiantado.

En la NEM, las y los estudiantes siguen siendo el centro de la educación, pero ahora en un escenario comunitario amplio y diverso, con la riqueza de los saberes culturales y la experiencia que ofrece el interactuar con personas que son y piensan diferente; La interculturalidad, implica apreciar la diversidad cultural y lingüística, fomentando el diálogo e intercambio intercultural sobre una base de equidad, respeto y comprensión mutua. La comunidad como núcleo integrador concibe a la escuela como un centro de aprendizaje comunitario, en el que construyen saberes, se intercambian valores, normas, culturas y formas de convivencia en la comunidad y en la Nación. Por lo que se debe fomentar la comprensión y el aprecio por la diversidad cultural y lingüística, así como el diálogo y el intercambio intercultural sobre una base de equidad y respeto mutuo, así como la promoción de la interculturalidad.

Los juegos en el patio proporcionan una experiencia integral para el desarrollo infantil al promover habilidades para la salud física y mental de los niños (Grupo Pineda, 2024) emocionante viaje hacia el patio escolar, un lugar donde la risa, la creatividad y la aventura se entrelazan en una experiencia inolvidable para los más pequeños grupo no solo son momentos de diversión, sino también oportunidades para el crecimiento y el desarrollo de habilidades importantes.

Los juegos en el patio se consideran actividades lúdicas y recreativas realizables al aire libre, en espacios como lo son patios escolares, jardines públicos o conocidos como parques, los juegos de patio logran la participación activa de las infancias propiciando la activación física, la creatividad, la interacción social la imaginación y el aprendizaje activo (Grupo Pineda, 2024).

Propiciar formas de interacción entre las y los estudiantes que relacionen contenido, actividades y formas de valoración, en las que se incorporen las artes y lo lúdico. El

estudiantado ya no aprenderá contenidos teóricos desvinculados de su realidad; La actividad física y los comportamientos sedentarios están determinados en gran medida por influencias macroambientales. Fomentar la adopción de estilos de vida saludables, a través de la actividad física, prevención de enfermedades y prácticas alimentarias saludables, son una prioridad.

Dentro de los principios orientadores de la NEM cita el trabajo colaborativo a partir de la participación de las y los estudiantes en las actividades que fomenten la cultura física, el apoyo emocional, el desarrollo intelectual, y una cultura de paz, aspectos propios del Ser Humano.

La relación entre los contenidos de los campos formativos tanto con los ejes articuladores se constituyen a partir de la realidad en que viven los estudiantes especialmente en el eje articulador Vida Saludable, considerar la condiciones y problemáticas particulares en que viven para los procesos de desarrollo de aprendizaje, se expresen en mejores hábitos tanto alimenticios, el cuidado de sí y en la prevención de enfermedades. (Segunda Sesión Ordinaria del Consejo Técnico Escolar, 2024) en este mismo Consejo dentro de las Orientaciones en el Tema 6 plasma. ***El Papel del Juego en el Desarrollo de los Aprendizajes*** Los ejes articuladores, más que excluyentes, son complementarios.

El campo formativo de lo humano y lo comunitario reconoce que el ser humano interactúa con su comunidad mediante un proceso dinámico y continuo de construcción personal y social, así como de participación auténtica en un espacio donde toda persona en colectividad (México. Secretaría de Educación Pública, 2025), para que desde los primeros años de vida pueda acceder a una vida digna, justa y solidaria; contribuyendo así al goce de un mayor bienestar.

Una forma de descubrir el mundo inicia mediante el juego, otro de sus atributos es que propicia la integración, el juego ha dado paso a un sin número de versiones de historias reflejadas en literatura, guiones cinematográficos, obras de arte donde los niños juegan sin detenerse a identificar la nacionalidad, religión, estatus social, sexo, potencialidades o falta de habilidades.

Si bien decimos “somos lo que comemos”, “actuamos lo que jugamos”. El juego genera ambientes, propicia la creatividad, da competencias, induce a respetar normas, a plantear objetivos, ayuda a la toma de decisiones, se contraen roles. Por su carácter simbólico hace presente objetos. Dando la connotación a la Lúdica se asume como una dimensión del desarrollo humano, esto es, como una parte constitutiva por su transversalidad. Existen diversos pensamientos alrededor del juego, entre los filósofos que mencionan el juego se cita a Platón y Aristóteles, entre los pedagogos a Friedrich Fröbel, quien reconoció la importancia del juego en el aprendizaje, y se interesó por estudiar los tipos de juego para desarrollar la inteligencia.

Vygotsky (1978) reconoce que el juego es una actividad social, en la cual gracias a la cooperación con otros, se logra adquirir papeles o roles que son complementarios al propio, también se ocupó principalmente del juego simbólico y señala como el niño transforma algunos objetos y los convierte en su imaginación en otros que tienen para él un distinto significado.

El estudio del juego actualmente sigue basándose en las aportaciones de estos autores, tanto en el hogar como en la escuela es posible las actividades lúdicas a favor del desarrollo armónico de niños, siendo el juego la vía de las manifestaciones creativas y culturales de la infancia.

De acuerdo a la declaración de los derechos del niño, adoptada en la asamblea general de la Organización de las Naciones Unidas (1959), el juego es un derecho, el niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones los cuales deberán estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación.

Usualmente el aspecto físico de la clase o el lugar donde se desarrolla el niño difícilmente se considera. Es evidente que los ambientes propician conductas. Las experiencias lúdicas propician herramientas de diagnóstico, seguimiento y evaluación, su aplicación es a favor de la inclusión, genera movimiento y activación física.

- El Sedentarismo Infantil

Las infancias han disminuido la actividad física, una causa es optar por la opción de la tecnología como entretenimiento, esto no lleva a un gasto energético por el escaso movimiento y si a un estado considerable de sedentarismo, desplazando las actividades recreativas que implican un gasto energético y los protegen de la obesidad y otras patologías.

Se considera sedentarismo cuando se realizan menos de 30 minutos de actividad física provocando enfermedades cardíacas, pulmonares, musculares y cardiovasculares. El cuerpo empieza a volverse menos elástico y pesado, existe un decremento de la fuerza, se pierde tono muscular y los dolores lumbares se hacen más intensos a mayo, disminuye la concentración dando una sensación de cansancio, desánimo y malestar.

También desde la Psicología, estudiar el sedentarismo es importante, ya que no solo afecta la salud física sino diversos patrones de comportamiento los cuales hacen que depresión, ansiedad, baja autoestima y altos niveles de estrés, el sedentarismo se ha posicionado como el principal factor causante de sobre peso y obesidad en los escolares, de patologías que propician las actitudes sedentarias y cuerpos alejados de la norma que los define como no saludables.

Dentro de los factores de riesgo de la obesidad y los problemas cardiometabólicos que pueden ser modificados es el sedentarismo y la apatía a la activación física la

forma de abatir a edad temprana y ofrecer una intervención es benéfico para la salud futura.

En el caso de infantes las recomendaciones más recientes sobre actividad física contemplan además la necesidad de limitar el tiempo que niños dedican a actividades sedentarias de ocio, pues el tiempo invertido en este tipo de actividades se relaciona con el desarrollo de obesidad y otros trastornos metabólicos. Los niños no deberían dedicar más de dos horas al día a actividades de ocio sedentarias.

El sedentarismo se consideraba un problema solo de adultos y las infancias ya lo están experimentando, actualmente una de las principales causas de la obesidad en la población infantil, se debe al sedentarismo y no solo a la forma de comer, si no a la falta de una cultura que propicie el hábito del a movernos más.

- La Escuela Promotora de la Activación Física

La estancia en la escuela es el momento ideal para la adquisición de hábitos de vida saludable. La institución educativa, escenario de aprendizaje en su esencia, debe desempeñar un rol protagónico en la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad desde edades tempranas, especialmente ahora que los niños padecen riesgos de diferente índole, la activación física es una oportunidad desde la cual educar para coadyuvar a una buena salud.

El hogar y la escuela son los microambientes naturales de los niños, en ellos transcurre la mayor la parte del tiempo y la influencia que ejercen son determinantes en sus estilos de vida y en su salud. Si la herencia genética juega un papel importante también lo juega la costumbre, es decir, la adopción que hacen los pequeños de los hábitos obesogénicos, tanto por imitación como por imposición. En este mismo sentido, la escuela y su entorno en muchos casos se convierte en un área de riesgo al ofrecer pocas o nulas oportunidades para el juego y el deporte.

Debido a esta forma actual de entender la salud, el tratamiento, estudio y reflexión de la misma ha dejado de ser exclusivo del ámbito médico y ha pasado a ser un tema de atención multidisciplinar, donde tiene cabida el profesional de la Actividad Física, la Educación Física y del Deporte; y más aún el profesional de la educación y toda la comunidad educativa. De la misma manera podríamos plantear que se trabaja o lleva a práctica en múltiples escenarios, entre estos la escuela, promover la salud es intervenir en las relaciones pedagógicas del sujeto individual o en colectivo.

El concepto de salud ha experimentado una evolución sustancial, producto de la transformación de la sociedad en la que vivimos; por lo tanto, el concepto de salud es dinámico, histórico, cambia de acuerdo a la época, la cultura y las condiciones de vida y la idea que las personas tienen sobre la salud está limitada al marco social en el que

actúan y las escuelas facilitan así ambientes favorables de promoción de la salud y la actividad física, motivan el interés del individuo y los colectivos por prácticas de actividad física y para que adopte estilos de vida saludable.

- El Juego una Oportunidad para ser Activo

La lúdica es una posibilidad de promoción del bienestar, hábitos saludables y el desarrollo físico. Una forma de descubrir el mundo inicia mediante el juego, el juego genera ambientes, propicia la creatividad, da competencias, induce a respetar normas, a plantear objetivos, ayuda a la toma de decisiones, se contraen roles, y es una oportunidad para la activación física y disminuir el sedentarismo.

De acuerdo a la declaración de los derechos del niño, adoptada en la asamblea general de la ONU, el juego es un derecho, el niño debe disfrutar plenamente de juegos y recreaciones los cuales deberán estar orientados hacia los fines perseguidos por la educación.

El juego aparece en la historia del hombre desde las más remotas épocas, encontrándose en excavaciones de períodos muy primarios, indicios de juguetes simples, luego en pinturas se puede observar niños en actividades lúdicas, lo que nos lleva a definir al juego como actividad esencial del ser humano, como ejercicio de aprendizaje, como ensayo y perfeccionamiento de actividades posteriores.

El juego ayuda a mejorar la oxigenación de los pulmones y generar una respiración correcta, propicia la circulación normal, elimina toxinas, favorece la nutrición apropiada de los músculos, beneficia la coordinación adecuada de movimientos, da vigor, resistencia, agilidad, fluidez de movimientos, fuerza, flexibilidad, postura correcta, desarrollo de destrezas y favorece el crecimiento óseo y muscular, estimulando órganos internos.

Además, el juego contribuye a disminuir conflictos escolares, mejorar la integración especialmente en el caso de escolares en situaciones de riesgo de exclusión social, a la educación en valores, si su práctica está orientada de forma educativa.

Bien es cierto que los posibles efectos de la actividad física sobre la integración social y el desarrollo de valores dependen en gran medida de cómo ésta se estructure, organice y oriente, ya que también se han encontrado evidencias de que una práctica exclusivamente competitiva e incorrectamente orientada puede conducir a algunos efectos adversos (ansiedad, presión social, aprendizaje de contravalores).

Así, la actividad física a través del juego ha demostrado tener efectos fisiológicos pueden contribuir a la mejora del rendimiento cognitivo y la mejora en el estado de atención, mejora la memoria y la concentración, así como mejora el comportamiento y la atención en clase. Así mismo, recientemente se han encontrado pruebas que muestran

que existe una asociación entre un estado de condición física saludable y el rendimiento académico escolar.

- Los Patios, una Alternativa para Promover la Activación Física

La escuela como espacio educativo considera importante el ambiente físico y las influencias del ambiente en el desarrollo del individuo. Sin olvidar que la relación del niño con el espacio es fundamental y permanente se concibe la escuela como un ambiente en el cual es bueno aprender, la calidad del entorno de las instituciones educativas debe considerar también los espacios exteriores (patio), de tal manera que exista un equilibrio entre el espacio interior y el espacio exterior, propiciando el habla, el pensamiento, la construcción de juegos entre otros.

El juego es sinónimo de recreo, diversión, esparcimiento, donde el niño también juega para descubrir, conocerse, conocer a los demás y a su entorno, y que mejor lugar que el patio escolar. Más aún si son al aire libre. Este entorno proporciona un espacio amplio y estimulante para la actividad física y la exploración (Grupo Pineda, 2024).

Beneficios de los Juegos de Patio:

- Activación física: ayudan a desarrollar la fuerza, la resistencia y la coordinación motora de los niños, al correr, saltar, trepar y jugar al aire libre.
- Interacción social: propician las habilidades sociales importantes, como la comunicación, la cooperación y la empatía. Al jugar juntos, los niños aprenden a compartir, tomar turnos, trabajar en equipo y entender las necesidades y emociones de los demás.
- Creatividad e imaginación. Propician la creación de historias y explorar su entorno de manera creativa y lúdica. Coadyuvando al pensamiento creativo, la resolución de problemas y la expresión personal.
- Aprendizaje activo; Las infancias pueden descubrir, experimentar y aprender de manera práctica y experiencial.
- Interculturalidad

La interculturalidad se refiere a la interacción y el diálogo entre diferentes culturas, promoviendo el respeto y la comprensión mutua. En la enseñanza no solo fomenta un ambiente de respeto, sino que también enriquece el aprendizaje al incorporar diversas perspectivas. Esto permite que los estudiantes compartan sus experiencias y tradiciones, lo que enriquece el aprendizaje de todos. El compromiso de los educadores es clave para facilitar un ambiente intercultural. Esto implica estar abiertos a aprender de los estudiantes y crear un espacio donde todos se sientan valorados.

Incorporar juegos tradicionales de diferentes culturas puede ser una forma eficaz y efectiva de promover la interculturalidad. Los juegos no solo enseñan sobre las tradiciones de cada cultura, sino que también fomentan la colaboración y el respeto entre los estudiantes.

Los juegos tradicionales pueden servir para crear un "tercer espacio", un lugar donde los estudiantes de diferentes culturas pueden reunirse y compartir experiencias en un ambiente neutral y divertido. Esto puede ayudar a romper barreras y fomentar la inclusión.

Cuando un alumno comparte su cultura a través de juegos tradicionales en este caso de origen prehispánico, no solo se siente valorado, sino que también permite que sus compañeros aprendan y aprecien diferentes perspectivas. Esto puede fortalecer la cohesión del grupo y fomentar un sentido de comunidad. Un juego tradicional puede ofrecer una rica experiencia cultural. Implementarlo en el patio podría permitir a los estudiantes aprender sobre su historia y significado, además de disfrutar del juego en sí.

En tanto los juegos fortalecen el sentido de pertenencia hacia su comunidad, aportan a la diversidad cultural por la variedad de juegos de cada región y permiten el desarrollo de destrezas académicas (Vázquez, 2025). De la misma forma conocerá la ubicación geográfica de los juegos propuestos y sus entornos sociales. Se ubicará en un espacio y un tiempo además lo concatena con su propio contexto.

- Juegos de patio colectivos de origen prehispánico

El concepto de sedentarismo en las sociedades prehispánicas no estaba en uso ya que eran activos, con juegos, trabajo y ceremonias que implican movimiento físico y actividad constante en las tareas diarias, desplazamientos amplios y mayor fuerza física en el día a día, por lo que se considera un concepto moderno definiéndolo como un estilo de vida con mínima actividad física. Es importante diferenciar entre sedentarismo y nomadismo para que no exista confusión, en la época prehispánica sedentario era asentarse en un solo lugar en oposición a que el que el nomadismo era moverse constantemente de territorio y no vivir en un espacio permanente, en la actualidad el sedentarismo es un estilo de vida con escasa actividad física un término acuñado en recientes épocas.

El ejercicio físico es un elemento constitutivo ya desde la época prehispánica en la formación de los alumnos como en el Calmeca y el Tepuchalli en este último para que los asistentes presentaran mayor resistencia física, estimulaban la agilidad y velocidad y la convivencia con la naturaleza misma que le permitía ser resistentes a los cambios de clima por lo que les proporcionaba una buena salud. Uno de los principales aportes de la cultura física y del deporte son las culturas prehispánicas y que ya contaban con reglas para su juego con una relación muy estrecha a la formación.

Para Díaz Barriga- Cuevas (2022) los primeros años de vida las infancias, dedicaban su tiempo al juego; aunque según refieren diversas fuentes, en cuanto comenzaban a caminar se les pedía que ayudaran con algunas tareas, como el transporte de agua u objetos y conforme iban creciendo se les iba incrementando la carga de trabajos

por realizar. Lo que nos afirma que los niños prehispánicos mantenían actividad física constante.

Los espacios en los que se desarrollaba los niños debieron haber ocupado las calles y plazas de sus barrios, los patios de los templos o de las casas del calpulli, seguramente se ejercitaban en juegos como el de pelota, el cual siempre se ha querido ver desde su carácter simbólico y religioso, pero debió tener un valor lúdico. De tal manera que es de suponer que desde corta edad los niños practicaran el juego, por lo que debieron existir espacios en donde lo hicieran (Díaz Barriga-Cuevas, 2022) se estudia la presencia de los infantes en lugares como el mercado, la milpa, el monte y la laguna, sitios en donde mediante su participación en las labores económicas, iban aprendiendo las actividades que desempeñarían en su vida adulta.

El espacio en el que se desarrollaban los primeros años de la vida de un infante era la casa familiar o unidad doméstica, desde su nacimiento hasta el momento en que era enviado a vivir a los templos de educación en el caso de los varones y de algunas mujeres, iniciarían su integración en los modelos culturales y sociales de la comunidad. Una de las características principales de los predios familiares era la existencia de construcciones en conjunto o en torno a un patio. Pomar (1941), refiere que “la mayor parte de ellas tienen su patio, y a la redonda de él los aposentos que han menester, en que tienen sus dormitorios y recibimientos” (p.689).

El patio era importante en la vida diaria; en él se realizaban las actividades religiosas de la familia, tales como rituales agrícolas, entre otros. Sobre todo era el centro de interacción social lo cual nos lleva a reflexionar la importancia de estos espacios y como coadyuvaban en la formación, así mismo se realizaban las labores necesarias para la supervivencia; la manutención, la preparación de alimentos o la fabricación de utensilios domésticos, así como la elaboración de productos para el comercio, esto en los grupos nahuas y mayas que se denominó copresidencia parental (Díaz Barriga- Cuevas, 2022).

Los antecedentes señalados han alentado el desarrollo de esta iniciativa que busca incorporar como actividad física para el alumnado que cursa fase dos y tres, la práctica de juegos prehispánicos con lo cual, además de prevenir el sobre peso y la obesidad, se favorecerá: el acercamiento a la vida cotidiana de las cultura prehispánicas y de su entorno, así como la convivencia, socialización, motivación y aprendizaje significativo, de las infancias, cuya principal forma de descubrir el mundo es a través del juego.

- Identificación y selección de juegos prehispánicos

A través de actividades lúdicas compartidas, se promueve tanto el crecimiento individual como la conexión con un legado cultural colectivo (Vázquez, 2025). Estos juegos facilitan la incorporación de saberes y aprendizajes con alto significado relacionados con las prácticas, valores y

manifestaciones que caracterizan a su propia comunidad de pertenencia (Vázquez. 2025)

La interculturalidad está relacionada con las prácticas y modos de vida de las personas que entran en interacción. No debe entenderse como algo externo, sino como un espacio en el que se está inmersos y que se va conformando a través del diálogo y la comunicación entre culturas. Al dar a conocer los antecedentes del juego se vinculará a la historia cuyo estudio enriquece la comprensión de la diversidad cultural. **La interculturalidad como enfoque pedagógico en la enseñanza de la historia, se torna en objeto de estudio cuando se trata de hacer inferencias y la población donde se proyecta su implementación** (Montes, 2017).

El juego aporta una motivación clave para crecer y aprender, es importante y esencial, para cada infante es su ventana hacia el mundo, jugando experimenta, el juego y el aprendizaje se correlacionan.

Los juegos tradicionales, se constituyen como expresiones lúdicas que hacen parte del acervo cultural de las regiones y permiten identificar costumbres y tradiciones. Estas prácticas recreativas, además de fortalecer la identidad cultural, favorecen habilidades sociales y dinamizan los procesos de aprendizaje en contextos educativos, gracias a su valor pedagógico (Ardila-Barragán, 2022).

Una vez identificado un universo de juegos uno de los criterios de elección fue no utilizar juegos que pudieran promover la agresividad, más bien fomentar el trabajo en equipo, la cooperatividad y el cuidado de los otros, otra intención que la niñez conozca la aportación de las culturas prehispánicas al arte y cultura tomando como base para sus juegos tradicionales.

Los juegos prehispánicos tradicionales son una fuente generadora de vínculos comunitarios, promueven el sano esparcimiento y la competencia de habilidades entre los participantes, ayudan a liberar el estrés, entretienen y desarrollan capacidades cognitivas como la memoria, la concentración, el uso de estrategias, la destreza física y mental (Universidad Nacional Autónoma de México, 2016).

Se presenta como ejemplo idóneo el juego de origen prehispánico Falla, Falla; Olin, Olin, (movimiento); Mojadito, Rayuela, mejor conocido como el tradicional juego del “avión” o “avioncito”, cuyo origen remonta al Temalacachtli y a este lo antecede el Ehecámalotl, es conocido en la región de Acaxochital Hidalgo Olin, Olin (nahuatl) al español Falla, Falla (México. Secretaría de Educación Pública, 2024) en esa región, un hecho interesante de destacar es que Falla, Falla es una forma de llamarlo entre su palabra náhuatl Olin, Olin y el “avioncito”, siendo Falla, Falla (un ejemplo de un tercer espacio) y aún más lo denominan “mojadito” por utilizar papel mojado al jugarlo.

Se conoce en el mundo con diferentes denominaciones, como son: México también se le conoce como

Bebeleche o Mamaleche Changuil, Changuilillo en Chile, el Luche, Tejo, Peña, Pisao, Cajón o Caracol, Paraguay, Descanso, en Colombia Golosa o Tangara, En Puerto Rico y Salvador Peregrina, en Bolivia tuncuna, en Perú Mundo, en Venezuela Pesé, la semana y avioncito, en España la Muñeca, Xarranca, Cascayu, Mariola, Pique.

Los niños del segundo grado de la escuela Primaria Bilingüe “Vicente Gerrero” de San Francisco, Atotonilco, Acaxochitla Hidalgo, dibujan un **diagrama con 10 casillas numeradas del 1 al 10**. Las casillas 4 y 5, así como las 7 y 8 son dobles, son las que le dan similitud a las alas del avión, la casilla número 10 puede ser un círculo o medio **el trazo lo realizan con un carbón (una variante es con gis o tiza) si es sobre cemento o si es sobre tierra se marca con una vara.**

Las casillas tradicionalmente han sido cuadradas, sin embargo, se pueden realizar de distintas formas. En el Olin, Olin, Falla, Falla o Avioncito utilizan un papel mojado para lanzar, de aquí que lo llamen “Mojadito”.

En juego consiste en lanzar el papel mojado hacia la casilla número 1. Saltar dentro de las casillas evitando la que tenga algún papel, ya sea de quien va a saltar o de otro jugador. Se recorre ida y vuelta. Se salta en un solo pie, excepto en las casillas dobles o en la casilla 10 que puede colocar los dos pies.

Si el mojadito cae fuera se debe esperar turno nuevamente, no se debe pisar las líneas, ni debe caer el “mojadito” fuera de las casillas y no saltar sobre una casilla ya ocupada por el “mojadito”. Una de las razones de utilizar el papel mojado es para que se adhiera al suelo y no se mueva.

Después de haber llegado a la casilla 10 regresan al origen pasando a recoger el mojadito que les corresponden (sin bajar el pie) y regresar a donde origino su turno.

Realizar esta actividad permite la coordinación ojo-pie, equilibrio, propiocepción, balance unipodal, ejercita la memoria, el ejercicio es aeróbico y cardiovascular por los saltos. Es importante destacar que al saltar las infancias desarrollan equilibrio, lateralidad y coordinación, aprenden a medir profundidad, identifica límites espaciales al seguir el esquema del juego propuesto al seguir trazado en el piso y esquivar las líneas además de fortalecer sus músculos. Existen tres tipos de saltos, verticales, horizontales y de obstáculos y se precisa que en juego Falla, Falla se realizan los tres, además de favorecer la masa muscular y los niveles de oxigenación, es energético, incluyente, intercultural, favoreciendo la socialización y la diversión de los infantes.

Además, aprenderán matemáticas, que incluyen la aritmética. La enseñanza de las matemáticas permite desarrollar la capacidad de pensar, razonar, comunicar, aplicar y la lúdica fomenta la creatividad, socialización, comunicación, permitirá un aprendizaje visual, intuitivo

aunado a la activación física. El juego Falla, Falla permite trabajar con números, símbolos, figuras geométricas con un razonamiento lógico. Por sus múltiples beneficios se considera propicio para como un juego de patio son una actividad beneficiosa, intercultural y de diversión para los infantes, ya que promueven el ejercicio físico, la interacción social, la creatividad, la imaginación y el aprendizaje activo en un entorno al aire libre estimulante y enriquecedor, donde el patio es un entorno que propicia proporciona un espacio amplio y estimulante para la actividad física y la exploración (Grupo Pineda, 2024) y son un apoyo para disminuir el sedentarismo.

CONCLUSIONES

La escuela constituye un espacio fundamental para la promoción de la salud, especialmente ante el incremento del sobrepeso y la obesidad infantil, por lo que el papel del profesorado y de las familias resulta clave para fomentar la actividad física y hábitos alimenticios saludables. El juego con movimiento representa una estrategia esencial para el desarrollo integral de los niños, al fortalecer sus capacidades físicas, cognitivas, emocionales y sociales, además de contribuir a la reducción del estrés, el fortalecimiento de la autoestima y la mejora del bienestar general.

Los juegos de patio, particularmente los de origen prehispánico, ofrecen oportunidades significativas para el desarrollo de habilidades motrices, la convivencia intercultural y la construcción de aprendizajes contextualizados, en concordancia con los principios de la Nueva Escuela Mexicana. Asimismo, permiten transformar a la escuela en un entorno promotor de salud, disminuyendo el riesgo de enfermedades asociadas al sedentarismo y favoreciendo estilos de vida activos.

El rol del docente resulta determinante en la implementación de estas estrategias, al orientar los contenidos desde la realidad del estudiantado, promover espacios de mediación social y fortalecer la inclusión. La incorporación de estos juegos en la jornada escolar, especialmente en horarios ampliados, representa una alternativa viable ante la limitada disponibilidad de docentes especializados en educación física, contribuyendo a garantizar al menos dos sesiones semanales de activación física.

La propuesta se alinea con las políticas públicas vigentes y con el Plan Nacional 2025–2030, al promover el derecho a la cultura física, la inclusión social y el bienestar comunitario. Además, constituye una base para futuras investigaciones orientadas a evaluar su impacto mediante indicadores cuantitativos y cualitativos, tales como el tiempo dedicado a la actividad física, la reducción del uso de pantallas y la percepción de los actores educativos.

La integración de juegos prehispánicos en la dinámica escolar se consolida como una estrategia pedagógica, cultural y preventiva que favorece la salud física y mental,

fortalece el proceso de enseñanza-aprendizaje y contribuye a la formación de generaciones más activas, conscientes y comprometidas con su bienestar.

REFERENCIAS

- Active Healthy Kids Global Alliance. (2022). Global Matrix 4.0. <https://www.activehealthykids.org/4-0/>
- Ardila-Barragán, J. N. (2022). Juegos tradicionales: aportes al desarrollo sociocultural en contextos educativos rurales. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 8(1). <https://doi.org/10.31910/rdafd.v8.n1.2022.2152>
- Díaz Barriga-Cuevas, A. (2022). Los espacios y actividades cotidianas de la infancia nahua prehispánica. *Memoria Americana*, 30(1), 67–86. <https://www.scielo.org.ar/pdf/memoam/v30n1/1851-3751-memoam-30-01-67.pdf>
- Glassy, D., & Tandon, P. (2024). *Jugar al aire libre: Por qué es importante para los niños*. <https://www.healthychildren.org/English/family-life/power-of-play/Pages/playing-outside-why-its-important-for-kids.aspx>
- Gobierno de México. (2025). Plan Nacional de Desarrollo 2025 – 2030. https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/981072/PND_2025-2030_v250226_14.pdf
- Grupo Pineda. (2024). *Parques infantiles*. <https://grupopineda.eu/blog/juegos-en-el-patio-escolar-colegio-ninos/>
- México. Congreso de la Unión. (2024). Ley general de salud. <https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGS.pdf>
- México. Instituto Nacional de Salud Pública. (2023). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición Continua 2023. <https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanutcontinua2023/index.php>
- México. Secretaría de Educación Pública. (2024). Programa Cazadores de Saberes: “Niñas y Niños Preservando la Cultura. SEPH.
- México. Secretaría de Educación Pública. (2025). *Actividad física*. <https://vidasaludable.gob.mx/actividad-fisica>
- Montes, C. (2017). La interculturalidad en la enseñanza de la historia: Reflexiones teóricas y prácticas. *Revista Digital de la Unidad Académica de Docencia Superior*, 17. https://www.filha.com.mx/upload/publicaciones/archivos/20180103204620_la_interculturalidad_en_la_ensenanza_de_la_historia.pdf
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2023). *La actividad al aire libre, un juego de niños*. UNESCO. <https://courier.unesco.org/es/articles/la-actividad-al-aire-libre-un-juego-de-ninos>
- Organización de las Naciones Unidas. (1959). *Declaración de los Derechos del Niño*. https://www.observatoriodelainfancia.es/ficherosoia/documentos/33_d_declaracionderechosnino.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (2024). *Actividad física*. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- Pomar, J. B. (1941). *Relación de Texcoco*. Editorial Salvador Chávez Hayho.
- Secretaría de Educación Pública. (2024). *Consejo Técnico 6: Orientación a dirección y supervisión*.
- Smith, J. D., Fu, E., & Kobayashi, M. A. (2020). Prevention and management of childhood obesity and its psychological and health comorbidities. *Annual Review of Clinical Psychology*, 16, 351–378. <https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-100219-060201>
- Universidad Nacional Autónoma de México. (2016). *Desarrollan en la UNAM proyecto para preservar y difundir juegos autóctonos*. https://www.dgcs.unam.mx/boletin/bdboletin/2016_185.html
- Vásquez, D., Oleas Orozco, J. A., & Romero Quiroga, K. R. (2025). Juegos tradicionales: Una construcción de memoria, identidad, cultura y simbolismo. Elementos de la construcción de la interculturalidad de la parroquia Flores. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 6(1), 2670–2685. <https://doi.org/10.56712/latam.v6i1.3526>
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in society: The development of higher psychological processes*. Harvard University Press.
- Zapata Hernández, M. (2025). Implicaciones psicosociales y de salud de la obesidad infantil y estrategias para su prevención. *Revista Internacional Interdisciplinaria de Divulgación Científica*, 3(1), 99–110. <https://riidici.com/index.php/home/article/view/55/60>

Conflictos de interés:

Los autores declaran no tener conflictos de interés.

Contribución de los autores:

María Rosa Lugo-Vargas, Maritza Librada Cáceres-Mesa, Manuel Díaz-Camargo, Carlos Vidal-Salgado: Conceptualización, curación de datos, análisis formal, investigación, metodología, supervisión, validación, visualización, redacción del borrador original y redacción, revisión y edición.

Declaración ética:

El estudio aborda temas relacionados con estudiantes/personas vulnerables, pero se realizó únicamente mediante revisión documental, análisis de información secundaria o bases de datos públicas. No implicó la participación directa de seres humanos ni el manejo de información personal identificable.