

El juego infantil y su

E l j u e g o i n f a n t i l y s u

importancia en el desarrollo

i m p o r t a n c i a e n e l d e s a r r o l l o

Juan Fernando Gómez Ramírez, MD

Pediatra y puericultor

El juego infantil se define como una actividad placentera, libre y espontánea, sin un fin determinado, pero de gran utilidad para el desarrollo del niño. Las connotaciones de placentera, libre y espontánea del juego son fundamentales y por tal razón debemos garantizarlas con nuestro acompañamiento inteligente.

Los expertos han señalado las características del juego:

- Se hace simplemente por placer.
- Es elegido libremente.
- Exige una participación activa del niño, lo cual lo va a conectar con vertientes de la cultura.
- Favorece el desarrollo social y la creatividad.
- Se halla en la base misma de la cultura.

Se ha dicho, y con razón, que, así como una buena nutrición es necesaria para el crecimiento, el juego es fundamental para el desarrollo; si tenemos en cuenta que los niños son los motores de su propio desarrollo, el acompañamiento inteligente y afectuoso que nosotros debemos brindarles como adultos implica permitirles ese albedrío tan esencial y tan importante que el juego propicia y que le posibilita al niño desarrollar su creatividad y llevar a cabo una gran cantidad de acciones favorables para la vida, como, por ejemplo, los aprestamientos sociales,

la solución de conflictos y la creación de una serie de relaciones que van a ser determinantes durante su vida.

La creatividad es inherente a todos los seres humanos, no es ni de ricos, ni de pobres, ni de inteligentes ni de quienes no lo son, es una característica propia de la especie humana. Quienes acompañamos a los niños durante la fase de la crianza debemos propiciar el desarrollo de la creatividad, para que estos puedan afrontar la solución de problemas y asumir su propia vida de la mejor forma. Fomentemos entonces en nuestros niños y alumnos la creatividad a toda costa, para que ellos se llenen de ideas y de ilusiones, y adquieran una serie de aprestamientos que les permitan disfrutar del mundo al que han llegado.

Johan Huizinga, un historiador holandés, escribió una obra clásica para los estudiosos del juego llamada *Homo Ludens*, un libro de verdad apasionante. Allí Huizinga advierte cómo el juego ha acompañado a la especie humana desde su aparición sobre la Tierra y llama la atención sobre autores como Brueghel “El Viejo”, pintor que vivió en 1560, quien representó una serie de juegos, 81 en total, los cuales no distan mucho de lo que son los juegos básicos de hoy. Se sabe, por ejemplo, que el sonajero que nos

ha acompañado durante las fases iniciales de nuestra vida tiene antecedentes prehistóricos que nos inducen a pensar que existía como elemento lúdico prácticamente desde los albores de la humanidad.

“El juego se halla en la base de la cultura”, afirma Huizinga, frase muy profunda que proporciona un punto de partida para estudiar a la especie humana, lo que se podría hacer perfectamente siguiendo la forma en que ha jugado el hombre desde siempre y como juega hoy en la era de la información, en medio de computadores y videojuegos, la que, de paso, podemos decir, no es la mejor opción de espacio lúdico para el desarrollo.

Sigmund Freud decía muy acertadamente: “Un niño juega no solo para repetir situaciones placenteras, sino también para elaborar las que le resultaron dolorosas o traumáticas”. La ludoterapia es un elemento bien importante para muchos tratamientos, y, en ese sentido, en la medida en que el juego permite aflorar una gran cantidad de situaciones que angustian a los niños, va a servir muchísimo como terapia.

Beneficios del juego infantil:

- Es indispensable para la estructuración del yo.
- Le permite al niño conocer el mundo que lo rodea y adaptarse a él. Pensemos en cómo las situaciones del juego van creando en el niño mecanismos adaptativos que hacen que lo ejecute cada vez más fácilmente y con menos estrés, con dominio creciente del entorno.
- Es fundamental para que el niño aprenda a vivir. Ese es uno de los aprestamientos principales que tiene esta connotación lúdica.

El juego como medio educativo es un elemento muy significativo, porque:

- Enriquece la imaginación; se sabe, y los pedagogos lo tienen muy claro, que el juego aporta mucho en el proceso creativo.
- Desarrolla la observación, ejercita la atención, la concentración y la memoria.

Los juegos no tienen que ser elaborados ni complejos. Esta es una de las cosas bonitas de los niños, que muchas veces los juegos más elementales y simples tienen una connotación importantísima, por ejemplo, cuánto disfruta el niño montado a caballo en un palo de escoba, o arrastrando a su hermana en una caja de cartón, frente a otras cosas de la modernidad, que no le despiertan una atención tan grande. En ese sentido, el desarrollo, la imaginación, la observación, el progreso en la atención y la memoria son factores que posteriormente serán transferidos a situaciones no lúdicas, las cuales enriquecen la mente del niño y lo preparan para la vida académica y laboral.

El mismo estudio puede tener una aproximación lúdica; hay escuelas del pensamiento pedagógico que hablan de aprender jugando y de cómo se facilita el proceso de aprendizaje cuando se introduce la lúdica. El niño, de una forma graciosa y libre, va absorbiendo perfectamente una cantidad de conocimientos. Lo que así se aprende, persiste.

El ensayista francés Michel de Montaigne afirmó: “Los juegos infantiles no son tales juegos, sino sus más serias actividades”. Ojalá que los soldados de la patria tomaran tan en serio su papel como lo toman los niños al considerarse soldados en sus juegos, absolutamente convencidos de que lo son. La imaginación se ejercita y, para ellos, un balde no es un balde, sino un casco. Cualquier objeto cotidiano adquiere una representación subjetiva que enriquece sus procesos imaginativos.

El juego permite tres funciones básicas de la maduración psíquica:

- La asimilación.
- La comprensión.
- La aceptación de la realidad externa.

El juego favorece:

- La sociabilidad temprana.
- Las habilidades de comunicación social (asertividad).

Quienes asistimos como espectadores a un juego de niños podemos ver representada una enorme porción de nuestra sociedad, donde hay alguien quien es líder, otro que obedece, otro que tiene una propuesta distinta y uno que disiente. Vemos con mucha frecuencia situaciones en las que cada niño asume su rol y manifiesta lo que siente, lo que posibilita una serie de aprestamientos sociales que lo preparan para la vida, una vez se acople al tejido social al terminar la adolescencia.

En el juego se da una imbricación entre lo real y lo posible, en la que las reglas del juego le permiten al niño diferenciar entre lo factible y lo correcto, al mismo tiempo que le facilita una salida airosa a sus impulsos. Por ejemplo, cuando nace un niño la familia se llena de contento, sin embargo, su hermanito mayor experimenta una sensación de desplazamiento en las fases iniciales, porque ha sido el rey de la casa y, ahora, todo el mundo le trae regalos al recién llegado; es bastante normal que se manifiesten muchas veces comportamientos agresivos hacia este. Eventualmente estas cosas las sufren los muñecos, porque de este modo se hace catarsis; es decir, traspolación entre la realidad y el deseo, haciendo lo correcto, que es no hacerle daño al hermanito pequeño en su condición de minusvalía, por el momento tan temprano del desarrollo en el que se encuentra.

En situaciones importantes, el juego permite adaptaciones y soluciones pertinentes para vivencias que angustian a los hermanos desplazados por el recién nacido, lo que es suficientemente conocido en psicología y pedagogía; se trata de aminorar los efectos negativos, por ejemplo, cuando le decimos a una mamá que le traiga un buen regalo a los hermanos mayores y les diga que se los trajo el recién nacido; que aproveche también cuando el bebé está durmiendo para que juegue con los mayores, que le diga al papá que le dedique un buen tiempo, etc., cosas que hacemos todos los días para que superen el proceso rápidamente y pueda aparecer una buena relación entre hermanos. El juego le permite al

niño desfogar una gran cantidad de emociones que en determinado momento lo abruma y lo angustian.

El juego y el tratamiento

- El juego es un importante elemento terapéutico; de hecho, la ludoterapia existe, y en las instituciones que se dedican al estudio de los enfermos mentales y a su tratamiento, el juego es tan importante como la ergoterapia.
- El juego por sí solo constituye una terapia.
- Tiene una notable indicación en la rehabilitación física, mental y social.

En las salas de hospitalización infantil, se promueve el juego que les permita a los niños enfermos disfrutar situaciones placenteras, que los ayuden a adaptarse a una condición tan difícil y tan compleja como es el medio hospitalario.

El primer juego de los seres humanos: el reconocimiento entre la madre y su hijo

El primer juego fundamental entre la madre y el niño es el acto de amamantar; en él se establece una sinfonía de miradas y de comunicación: la mano coqueta y juguetona del niño que aprieta y suelta el seno, lo vuelve a coger, mira a su madre y sonríe... todos aquellos vínculos que aparecen y que, dentro de la connotación de la relación afectiva madre-hijo, van mucho más allá de las inmensas bondades nutricionales de la leche materna y tienen que ver con la lúdica desde etapas muy tempranas. Es así como se forma el vínculo afectivo y como aparece la noción de apego que va a acompañar toda la vida a la madre por sus hijos, hasta el punto que “nadie hace por un sueldo lo que una madre hace gratis”, como afirma un sabio aforismo.

El descubrimiento de su propio cuerpo para el niño es un juego; primero lo hace con sus manos, empieza a jugar con ellas, es un descubrimiento inmenso para él saber que puede pasar las manos por sus ojos, que puede moverlas y que

cuando está cansado se las chupa y descansa; esta connotación de estimulación autoinfligida es fundamental y esto lo ve uno en niños de 4 a 5 meses que no solo se chupan las manos, sino el dedo gordo del pie y todo lo que esté a su alcance, dentro de la fase oral del desarrollo, en la cual la boca es un elemento determinante para el conocimiento del niño, pues, mediante su utilización, va a saber qué es frío, qué es caliente, qué es blanco o qué es duro.

El juego del lactante

Ya en la etapa del lactante (que va hasta los dos años de edad), aparecen muchas cosas importantes en el juego, por ejemplo:

- La risa con sentido social, que se presenta usualmente a partir del tercer mes y que aparece como una acción reverberante en lo afectivo, donde empieza una serie de comunicaciones y comunicaciones afectivas muy determinantes, que enriquecen inmensamente esta relación.
- Uso del sonajero, aparece como un elemento del juego fundamental, que además es de tradición milenaria, como lo vimos anteriormente.
- Tapar y destapar, que es un elemento fundamental de un muchacho de 12 o 14 meses; qué niño no ha desocupado la cartera de la mamá al año y medio dentro de esta “goma” de tapar y destapar.
- Arrastrar juguetes ya sean elaborados o simplemente una caja de cartón.

El juego en el preescolar

- En esta etapa aparece la conducta animista donde el niño le da vida a objetos inanimados. Se choca con una piedra y dice “piedra boba”, porque se chocó con ella, cree que la piedra es una persona; dentro de su animismo le va dando vida a muchas cosas en su imaginación, esos idearios se van enriqueciendo de manera significativa, como se verá posteriormente con el amigo imaginario.
- Lanzar y recibir objetos, pintar, rasgar, cortar y pegar. Quienes trabajan en instituciones preescolares saben que esta es una etapa bellísima en la vida de los niños, cuando están sintonizados con

la vida y ejerciendo su capacidad de asombro con todo lo que encuentran a su alrededor.

El juego en el escolar

- Juegos colectivos: la aceptación de reglas como pautas sociales es determinante, ya el joven no se puede llevar el balón en la mitad del partido porque es de él, ya sabe que el portero es portero, que el defensa es defensa, y que, si se hace una falta al otro, tiene problemas y si comete penalti, etc., ese es el mejor ejemplo de lo que son los aprestamientos sociales posteriores, en los que se tiene que cumplir la ley, hay límites, el otro cuenta y, al igual que mis derechos, están también mis deberes y, en ese sentido, la aceptación de reglas es un modelo social necesario y posible.
- Actividades deportivas: están asociadas con la práctica directa de deportes que va realizando el niño en la interacción con los demás, en las que hay aceptación y acatamiento de reglas.

El juego en el adolescente

Aparece mayor dedicación a los deportes: se ha dicho, y con razón, que el deporte no es más que la proyección del juego en la adultez, y realmente es así, se presentan además los paseos, la música, la guitarra, la televisión. Todo dentro de una dimensión lúdica determinante para un buen desarrollo, que le va a permitir al adolescente (y de qué modo) manejar una gran cantidad de situaciones propias de su misma dinámica adolescente, le va a servir mucho para poder tomar distancia de sus padres, autoafirmarse como persona individual y, de esta forma, llegar a la madurez que todos deseamos como proceso final de la crianza, donde la autodeterminación como ejercicio de su autonomía haga de él una persona independiente, pero, como dicen las mamás, “ante todo una buena persona”.

El papel de los padres y educadores

¿Cuál es el papel de los padres y de los educadores? Todos sabemos que los educadores son la representación de los padres en la institución

escolar; el niño mira al educador como mira a sus padres, y como una prolongación de ellos. De ahí la relevancia de que el educador sea un arquetipo, un ejemplo, un estímulo para el niño, y que la concepción del discurso de crianza que se tiene en la familia se tenga también en la escuela, para que permita ser asertivo en lo que se les exige a los niños y así ese proceso tenga un influjo definitivo en el funcionamiento posterior del niño como ser social.

A los padres les decimos que el juego es la mejor herramienta que tienen para acercarse a sus hijos; uno no se acerca fácilmente a los hijos con un sermón o con una conferencia. Se acerca jugando con ellos y bajándose a su nivel, y sin mirarlos como seres distintos. Françoise Dolto señala que a veces los adultos creemos que los niños son seres humanos distintos. Si usted quiere tener éxito con los niños, mírelos a los ojos, pero al mismo nivel.

Los padres deben jugar como niños y no como adultos. A veces se nos olvida eso, cuando quienes debemos adaptarnos somos nosotros, y quienes nos van a enseñar muchas veces son ellos.

Recomendaciones

- Permitan jugar y repetir el mismo juego cuantas veces quiera el niño. Es primordial entender que algo está pasando en la mente del niño, que necesita resolver una cierta situación que dejó pendiente y que tiene identificada con un tipo determinado de juego.
- Alaben los esfuerzos y no solo los éxitos, por favor, esto es fundamental, en los niños no necesitamos éxitos, sino esfuerzos, intentos, precisamos aciertos graduales y progresivos; no nos interesa el producto terminado, nos interesa el proceso, y esto es fundamental porque ese es el desarrollo, el desarrollo no se da hoy a las 12 del día, el desarrollo es una secuencia madurativa, que nosotros debemos propiciar y acompañar de la manera más inteligente posible.
- Valoren todas las actividades lúdicas.

- No controlen al niño cuando está jugando ni le impongan sus gustos. Es contraproducente.
- Lean con sus hijos, pues ello estimula la imaginación y fortalece la comunicación entre padres e hijos. Traten de inducir a los niños en la lectura desde etapas muy tempranas. Es esencial el contacto de los niños con los libros; hoy en día hay libros que se pueden masticar, lamer, y de materiales que no son peligrosos, amigables, que favorecen inmensamente el amor por la lectura y por los libros, lo que va a ser determinante en la vida futura. Hacer un lector de un adulto es de lo más difícil que hay. Por eso el amor por la lectura hay que trabajarlo en etapas muy tempranas, para que el niño haga de la lectura un hábito.
- No interrumpan bruscamente el juego. Explíqueles que pronto terminará para cambiar de actividad. Hay que respetarles a los niños sus espacios; si yo le digo al niño que juegue otra media hora y que luego nos vamos a almorzar, la actitud de ese niño será distinta a si le quito el juego y le ordeno: “¡A almorzar, ya está la sopa servida!”, con lo que se armará el caos. Son detalles mínimos, pero importantes, porque el niño vive su propio mundo y nosotros a veces lo invadimos, y nos perdemos de ser sus aliados muchas veces, quién lo creyera, con las mejores intenciones.

Los juguetes no tienen sexo

Últimamente al niño le da por jugar con muñecas, ¿será que nos va a salir raro? Esta pregunta es frecuente en el consultorio de los pediatras. La respuesta es ¡no! Hay muchas etapas del desarrollo en que no hay problemas con eso. Si la niña coge el carro, no quiere decir que le vayan a gustar las actividades masculinas; hay momentos del desarrollo en que los juguetes no tienen sexo.

Pablo Picasso, el gran pintor, fue siempre un enamorado de los niños y tiene unas reflexiones muy valiosas sobre la niñez: “Cuando sea grande quisiera llegar a ser niño”, “A los 13 años ya pintaba como Rafael de Urbino, pero me demoré casi

cuatro décadas para poder lograr pintar como un niño”. Una de sus últimas reflexiones fue: “Todos los niños son artistas, lo triste es que esta capacidad se pierde con el tiempo”, a lo mejor, debido a que les decimos a los niños qué y cómo dibujar y jugar, no los dejamos que dibujen lo que quieran; siguiendo procesos educativos equivocados, vamos cercenando esa vena artística que de por sí tiene el niño. Por ello, el juego es relevante para los aprestamientos tempranos que fortalecen o desarrollan capacidades artísticas, porque, si el niño adquiere estos aprestamientos mediante la lúdica, el proceso es mucho más efectivo y trascendente.

El amigo imaginario

- El amigo imaginario es una institución bien bella, al preescolar (niño entre 2 y 5 años), casi nunca le falta el amigo imaginario, que usualmente es una gran persona, porque se aguanta todo lo que el amigo real le quiere hacer; por supuesto para los niños un amigo imaginario es excelente, porque le conversa, pocas veces discute, está siempre de acuerdo con él, lo acompaña a todas partes, no tiene mayores problemas. Hay estudios que muestran que los niños que han tenido un amigo imaginario tienen mejores aprestamientos sociales y relaciones más fáciles. Esto ha enriquecido de alguna forma nuestra mirada sobre los niños, pues el amigo imaginario es el depositario de todas las represiones que el niño tiene en la realidad, él le permite expresar la rabia, lo castiga cuando no puede castigar a las personas reales (como la niña que le hace al muñeco lo que no le puede hacer al hermanito recién nacido), en fin, le da una salida a sus tensiones con los adultos o con las situaciones que le rodean; el amigo imaginario resulta muy útil, pero, además, en muchas ocasiones es un acompañante muy ético y respetuoso de sus relaciones con el niño real.
- Ayudemos a los niños con todo lo que quieran saber. Jean Piaget indica: “Mientras más ve y más oye un niño, más quiere ver y más quiere oír”, este es un proceso reverberante y la estimulación de los niños cuando es adecuada

permite que cada vez tengan un interés mayor, que aumente su mundo, que su mente se enriquezca y vayan adquiriendo una serie de elementos que son fundamentales para afrontar la vida del mejor modo.

- Uno de nuestros escritores más queridos, Carlos Castro Saavedra, manifiesta: “Todos los niños son poetas porque viven más cerca de los sueños que de la realidad, porque son espontáneos y sus palabras llegan como la brisa y el amor”. Nada más cierto: los niños son poetas; son muchachos sintonizados con la vida, interlocutores válidos para uno. Son sujetos de crianza totalmente distintos y sujetos de educación diferentes con quienes tenemos que ser muy creativos y asertivos para que dicho proceso sea exitoso.

Para terminar, queremos compartir con nuestros lectores un poema muy bello de Juan Manuel Roca, un poeta colombiano, titulado “Déjenlos”, que dice:

*Déjenlos crear tormentas marinas
con sólo agitar sus blancas mantas
o soñar con pájaros no vistos
o convocar a la noche en el pleno día
con sólo esconderse en lo profundo
de un armario
este armario se cierra y llegó la noche.
Déjenlos atrapar una estrella,
cuando en la noche clara y plateada,
desde alguna ventana de la casa
con un espejo roto
la atraen hacia algún jardín de sombras.
No los llamen en mitad de sus juegos
No podrán escucharlos.
A esa hora, magnífica y secreta
Ellos están en otra parte.*

En nuestro trabajo como pediatras en las instituciones, uno a veces encuentra niños con unas tristezas profundas, donde el abordaje del juego se hace bastante difícil dentro de un proceso de acercamiento a su drama: entonces estamos de acuerdo con Federico Nietzsche en que “la infancia no es el cielo de los niños”, hay muchos que viven situaciones muy difíciles, carentes de

esperanza, que hay que tratar de acompañar lo más acertadamente posible, donde lo lúdico sea un elemento fundamental para su rehabilitación en condiciones muy complejas.

Finalmente, queremos terminar con una reflexión de Pablo Neruda que señala: “El niño que no juega no es un niño, pero el adulto que no juega perdió para siempre el niño que vivía

con él y que le hará mucha falta”. Confiamos en que esta reflexión nos incite a jugar con nuestros niños, a acercarnos mucho a ellos, a recuperar el niño que llevamos dentro y que como “consultor o asesor” nos va a servir para relacionarnos de la mejor manera posible con esos seres humanos fascinantes en proceso de crecimiento y desarrollo que son los niños y las niñas.

Lecturas recomendadas

1. Aberastury A. *El niño y sus juegos*. Buenos Aires: Paidós; 1979.
2. Arnold A. *Cómo jugar con su hijo*. Buenos Aires: Kapelusz; 1966.
3. Bastidas M, Posada Á, Ramírez H. Crecimiento y desarrollo. En Correa JA, Gómez JF, Posada R. *Fundamentos de pediatría*. Tomo 1 (pp. 25-77). 3ª ed. Medellín: CIB; 2006.
4. Ramírez H. El juego infantil. En Posada Á, Gómez JF, Ramírez H. *El niño sano* (pp. 315-26). 3ª ed. Bogotá, D.C.: Editorial Médica Panamericana; 2005.
5. Ortiz N. “Lúdica y desarrollo infantil: el juego como derecho y dimensión fundamental de la cultura a favor de la niñez”. Ponencia en *Foro Internacional Primera Infancia y Desarrollo. El Desafío de la Década*, Bogotá, D.C., 2003, pp. 61-71.
6. Shelov SP (ed.). *El cuidado de su hijo pequeño*. 2ª ed. Academia Americana de Pediatría; 2006, pp. 380-3.

examen consultado

1. Todas las siguientes opciones se consideran características del juego infantil, excepto una, señálela:

- A. se hace simplemente por placer
- B. favorece el desarrollo social y la creatividad
- C. es elegido libremente
- D. exige una participación activa del niño
- E. en la adquisición de habilidades para la vida su aporte es irrelevante

2. Como elemento educativo, el juego se considera fundamental para (señale la afirmación incorrecta):

- A. enriquecer la imaginación
- B. incrementar la observación
- C. disipar la atención
- D. ejercitar la concentración
- E. desarrollar la memoria

3. Con respecto al papel de los padres y educadores en la promoción del juego infantil, todas las siguientes afirmaciones son ciertas, excepto una, señálela:

- A. los adultos deben jugar como niños y no como tales
- B. permitir jugar y repetir el mismo juego en la medida en que el niño lo desee
- C. alabar los esfuerzos y no solo los éxitos
- D. preferir las orientaciones del adulto en lo referente al juego
- E. no interrumpir bruscamente el juego para cambiar de actividad

examen consultado

4. Con respecto al juego del lactante, una de las siguientes afirmaciones es incorrecta, señálela:

- A. el descubrimiento de su propio cuerpo se constituye en una actividad lúdica
- B. el uso del sonajero le aporta un componente de estimulación sensorial
- C. tapar y destapar recipientes es una actividad frecuente en esta etapa
- D. los juguetes deben ser predominantemente elaborados y terminados
- E. es frecuente al final de este período el juego llamado solitario o en paralelo

5. Con respecto al juego en el escolar, señale la respuesta correcta:

- A. sus actividades lúdicas incorporan la aceptación de reglas como importante aprestamiento social
- B. aún no se inician los juegos de tipo colectivo
- C. es la etapa donde más predomina el concepto de “el amigo imaginario”
- D. a esta edad no es posible asumir todavía los triunfos y las derrotas
- E. cumplen con facilidad a esta edad la parcelación temporal entre las tareas escolares y las actividades lúdicas