

El deporte como herramienta transformadora para niños con autismo

Sport as a transformative tool for children with autism

Kathia Sehtman Tiomno¹

¹Rectora de la Universidad del Valle, Managua, Nicaragua

Detalles del artículo:

Número de palabras: 1.366; Tablas:0; Figuras: 0; Referencias: 2

Recibido: julio 2024; Aceptado: julio 2024; Publicado: octubre 2024

Conflicto de interés: El autor declara que no existen conflictos de interés.

Correspondencia del autor: Kathia Sehtman Tiomno, ksehtman@univalle.edu.ni

Resumen

El desafío constante de mejorar el desarrollo integral de los niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA), se enfoca en la necesidad de colaboración entre padres, maestros e instituciones educativas. A nivel global, según la OMS, uno de cada cien niños tiene algún grado de autismo. En Nicaragua, no hay cifras exactas, pero el Ministerio de Educación ha trabajado en mejorar la educación para estos estudiantes. A pesar de estos esfuerzos, aún falta implementar una metodología integral que incluya el deporte como parte esencial en sus vidas familiares, educativas y sociales. El deporte no solo mejora la salud física, sino también el bienestar cognitivo, emocional y social. La actividad física reduce comportamientos estereotipados, fomenta el crecimiento celular y la neurogénesis mediante el ejercicio aeróbico, además de desarrollar habilidades sociales, comunicativas y deportivas en niños y adolescentes con autismo.

Palabras claves: trastorno del espectro autista, actividad física, Nicaragua

Abstract

The constant challenge of improving the integral development of children with Autism Spectrum Disorder (ASD) focuses on the need for collaboration between parents, teachers and educational institutions. Globally, according to the WHO, one out of every one hundred children has some degree of autism. In Nicaragua, there are no exact figures, but the Ministry of Education has worked to improve education for these students. Despite these efforts, there is still a need to implement a comprehensive methodology that includes sports as an essential part of their family, educational and social lives. Sport not only improves physical health, but also cognitive, emotional and social well-being. Physical activity reduces stereotyped behaviors, promotes cell growth and neurogenesis through aerobic exercise, in addition to developing social, communicative and sports skills in children and adolescents with autism.

Key words: autism spectrum disorder, physical activity, Nicaragua

ARTÍCULO DE OPINIÓN

La mejora continua del desarrollo integral de los niños con Trastorno del Espectro Autista (TEA) representa un desafío constante que requiere la colaboración de padres, maestros e instituciones educativas comprometidas con la educación no excluyente. De acuerdo con las estadísticas proporcionadas por la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2023), se estima que aproximadamente uno de cada cien niños en todo el mundo presenta algún grado de autismo. En el caso de Nicaragua, aún no se cuenta con una cifra precisa. Sin embargo, el Ministerio de Educación (MINED) ha realizado esfuerzos significativos para mejorar la calidad educativa de los estudiantes con autismo. No obstante, aún no se ha implementado una metodología integral que se enfoque en el deporte como un estilo de vida arraigado en los pilares familiares, educativos y sociales del entorno de estos niños.

En este contexto, la educación física emerge como un pilar fundamental que aún no ha sido completamente explorado para el desarrollo integral de los niños con TEA en Nicaragua. La incorporación del deporte no solo promueve la salud física, sino también el bienestar cognitivo, emocional y social de los niños. Según Moscatelli (2020) la actividad física en personas con TEA tiene un impacto significativo en la reducción de comportamientos estereotipados, el crecimiento de nuevas células y la neurogénesis a través del ejercicio aeróbico, así como en el desarrollo de habilidades sociales, comunicativas y deportivas en niños y adolescentes con autismo.

Según el especialista en deportes Edwin Cuadra (comunicación personal, 5 de julio de 2024), la inclusión de actividades variadas como nadar, andar en bicicleta o practicar artes marciales como el karate, más allá de los ejercicios tradicionales en el entorno escolar, promete abrir un abanico de posibilidades para el desarrollo de las habilidades motrices y coordinativas de los niños.

La adaptación de las actividades físicas a las necesidades individuales de los niños con TEA representa tanto un desafío como una oportunidad para los educadores. La maestra guía del tercer grado Karla Altamirano, del Valley International School, certificada en educación especial, confirma que cuando sus estudiantes realizan actividad física antes de sus clases y practican el descanso activo durante las mismas, se observa una notable mejora en su concentración y rendimiento académico. Además, esta práctica contribuye significativamente a reducir la necesidad de movimiento constante y favorece la autorregulación en los estudiantes con autismo (comunicación personal, 5 de julio de 2024).

Estos hallazgos subrayan la importancia de adecuar la actividad física en el programa curricular de niños dentro del espectro autista como un componente del proceso educativo. En este caso, no solamente se busca mejorar los resultados académicos, sino también apoyar su desarrollo integral. La implementación de actividades físicas adaptadas permite a los educadores crear un entorno no excluyente y propicio para el aprendizaje, donde cada niño puede alcanzar su máximo potencial.

Entrevistas con maestros revelan un enfoque personalizado que busca mejorar la salud física y cultivar habilidades sociales y emocionales esenciales para el crecimiento integral de los estudiantes con TEA. En este contexto, el deporte se convierte en una herramienta transformadora que incluye a los niños en el ámbito escolar y social. Este enfoque asegura que las actividades físicas sean accesibles, motivadoras, alentadoras y se conviertan en un estilo de vida que fortalezca el sentido de pertenencia y autoestima de los niños.

Marvín Barrera, especialista en deporte y maestro personal de niños con TEA (comunicación personal, 5 de julio 2024), afirma que distintas disciplinas deportivas no solo mejoran la condición física general, sino que también fomenta la independencia y la toma de decisiones en los niños. Además, resalta que ha observado un mayor desarrollo en la memoria y el seguimiento de instrucciones en los niños que realizan actividades físicas motivadas y realizadas con sus padres en casa.

La colaboración entre la escuela, la familia y la comunidad educativa es un elemento crucial en el proceso de educación y aprendizaje de los niños con TEA. Es fundamental promover planes especializados en educación física dentro del currículo académico, asegurando un seguimiento que trascienda las paredes del aula. Esto implica involucrar a los padres y demás miembros de la familia con el objetivo de que el núcleo familiar complemente la educación que los niños reciben en la escuela y se establezca el deporte como un hábito cotidiano. La psicóloga Masiel Delgado, especialista en intervención en trastornos del espectro autista, destaca: "Estas actividades no solo fortalecen los lazos familiares, sino que también demuestran cómo el ejercicio puede ser una herramienta poderosa para el desarrollo de todos los niños, incluidos aquellos con necesidades especiales como el TEA" (Delgado, comunicación personal, 5 de julio de 2024).

Implementar la educación física como parte importante del desarrollo de los niños con TEA, representa un paso significativo que proporciona oportunidades estructuradas para fortalecer habilidades como el equilibrio, la coordinación y el control motor; además, se fomenta un ambiente en el que estos estudiantes pueden tener confianza en sus habilidades físicas y mejorar su capacidad para participar en actividades cotidianas de manera más efectiva. Este enfoque también beneficia su autoestima y en la forma en que interactúan con su entorno, facilitando una experiencia educativa no excluyente y enriquecedora para todos los estudiantes involucrados, Sanchis (2022).

Es fundamental continuar investigando y promoviendo estrategias que aborden las necesidades únicas de esta población, con el objetivo de garantizar su pleno desarrollo y bienestar. La incorporación de la educación física al currículo educativo para niños con TEA en Nicaragua no solo es deseable, sino necesaria. A través de una colaboración efectiva y una visión no excluyente, podemos asegurar que cada niño, independientemente de sus desafíos individuales, tenga la oportunidad de alcanzar su máximo potencial físico, emocional y social.

REFERENCIAS

- Hortal-Quesada, Á., & Sanchis-Sanchis, R. (2022). Autism Spectrum Disorder in Physical Education in Primary School: a Systematic Review. *Apunts Educación Física y Deportes*, 150, 45-55. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2022/4\).150.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2022/4).150.06)
- Moscattelli, F., Polito, R., Ametta, A., Monda, M., Messina, A., Sessa, F., Daniele, A., Valenzano, A., Cibelli, G., & Monda, V. (2020). Autism spectrum disorder and physical activity. *Journal of Human Sport and Exercise*, 15 (Proc3), S787-S792. doi.org/10.14198/jhse.2020.15.Proc3.29