

Carta al editor

Efecto *blurring* en la Educación Física

Blurring effects in Physical Education

Roberto Lagos-Hernández^{1*}

¹Carrera de Pedagogía en Educación Física, Facultad de Educación, Universidad Autónoma de Chile, Chile.

***Autor de Correspondencia:** Roberto Lagos Hernández, roberto.lagos@uautonoma.cl

Sr. Editor
Revista de Inclusión Educativa y Diversidad (RIED)
Presente

CITACIÓN

Lagos-Hernández, R. (2024 Efecto blurring en la Educación Física. Revista de Inclusión Educativa y Diversidad (RIED), 2(1).
<https://ried.website/nuevo/index.php/ried/article/view/11>

Estimado Sr. Editor

Me dirijo a usted para expresar mi agradecimiento y plantear una reflexión respecto con una problemática que se ha instalado hace años en las instituciones educativas. Aunque ha sido invisibilizado, el problema tiene relación con la preocupación por la imagen corporal. Por años este problema constituyó un conflicto únicamente enfocado en la apariencia física de los demás, no obstante, hoy en día también se vincula con la percepción individual del propio cuerpo y sus asociaciones con otros fenómenos de la virtualidad, temas que aún están en etapa de investigación.

En el ámbito de la Educación Física, estas situaciones asumen especial relevancia, ya que la imagen corporal tiene efectos en la salud, en la autoestima y participación de los niños y niñas en las actividades físicas. Varios estudios han demostrado que la percepción del cuerpo determina la participación de los adolescentes en las prácticas de actividad física y una deficiente imagen corporal puede tener un efecto supresor de la actividad motriz. En tal sentido, los confinamientos y restricciones de la pandemia tuvieron un impacto negativo en esta variable, lo que ha generado un aumento de comportamientos sedentarios y riesgos de morbilidad.

Por otro lado, las redes sociales han transformado la forma en que los niños y niñas se ven a sí mismos. La comparación con influencers y las imágenes alteradas por la Inteligencia Artificial (IA) generan un escenario peligroso que debe ser abordado, y la asignatura Educación Física es un espacio propicio para trabajar en profundidad los aspectos que constituyen la imagen corporal, la aceptación y el diálogo en relación con los modelos corporales, las modas y la construcción de una identidad sana. Esto es sin duda un desafío para los docentes ya que deben comprender las fronteras entre los espacios digitales y físicos, los lenguajes y los mensajes ocultos que circulan en las redes sociales, idealmente en un trabajo conjunto con padres y tutores que no siempre son proclives a ser parte de estas acciones, tanto por desinterés como por falta de tiempo.

Se debe considerar que la clase de Educación Física puede promover una mejor autoestima e imagen corporal, especialmente en población joven vulnerable con angustia emocional. Las investigaciones en Chile dan cuenta que, en personas de 10 a 65 años, post pandemia se profundizó la presencia de comportamientos sedentarios con aumento de las alteraciones de la imagen corporal lo que indudablemente contribuye en aumentar hábitos poco saludables (Lavalle-Mellado et al., 2022), por tanto, es innegable que los efectos a nivel infantil deben ser aún más sensibles.

Las políticas públicas han recalcado la inconveniencia de discutir las diferencias en los cuerpos de otros, pero estas advertencias con frecuencia son pasadas por alto, olvidando que los niños y niñas con afectación de su imagen corporal tienen baja autoestima y reducida confianza en sí mismos, lo que se suma a la presión social por la delgadez y los ideales de belleza, que pueden conducir a manifestaciones de aislamiento social, cambios en los comportamientos y aumento compulsivo en el uso de tecnologías (Jordano et al., 2023). Esto también afecta la alimentación, con los eventuales efectos en el índice de masa corporal (Carballo Alonso et al., 2023, García-López, 2023).

Adicionalmente, está emergiendo una sintomatología social, que se ha denominado efecto blurring que es una suerte de superposición de la realidad, donde los niños y niñas sobreexposados a juegos de video y avatares virtuales confunden la realidad con su representación terrenal, lo que trae consigo efectos parecidos a un desvanecimiento de la frontera entre el espacio virtual y el real donde aún no están del todo claros los efectos en la salud mental infantil, pero ya se han señalado impactos en la sensación de

INFORMACIÓN DEL ARTÍCULO

Recibido: 21 de Marzo 2024
Aceptado: 22 de Marzo 2024
Publicado: 24 de Marzo 2024

DERECHOS DE AUTOR



Los autores conservan sus derechos de autor. La Revista de Inclusión Educativa y Diversidad (RIED) publica los trabajos bajo la licencia Creative Commons Attribution (CC BY-NC 4.0).

bienestar y procesos de aprendizaje (MacIsaac et al.,2023). No quiero con esto demonizar la tecnología, ni los juegos virtuales, pero deben ser racionalmente utilizados y mediados por los padres y madres.

En ese contexto los estándares corporales que se discuten en las aulas (Chambers & Sandford, 2019) dejan huellas y no se debe dudar que si estas apreciaciones se dan en el silencio de la virtualidad los efectos pueden ser peores, ya que todo aquello asociado a la autoevaluación corporal, provoca angustia (Verhoeven et al.,2019) y los docentes debemos estar suficiente preparados para enfrentar estos escenarios cada vez más desafiantes y complejos.

Referencias

- Carballo Alonso, R., Diz Gómez, J. C., Redondo Gutiérrez, L., & Ayán Pérez, C. (2023). Influence of exercise in the body image of preadolescents and adolescents: importance of the index of corporal mass as a factor of confusion. *Nutrición hospitalaria: órgano oficial de la Sociedad española de nutrición Parenteral y Enteral*, 40(3), 503–510. <https://doi.org/10.20960/nh.04498>
- García-López, S. Z., & Gutiérrez-Romero, A. (2023). Índice de masa corporal asociado a imagen corporal y autoestima en adultos jóvenes, UMF 62. *Revista Mexicana de medicina familiar*, 10(1). <https://doi.org/10.24875/rmf.22000046>
- Jordano, M., Cuadrón, L., Alarcón, A., Flores-Rojas, K., Bueno-Lozano, G., & Gil-Campos, M. (2023). Características clínicas de pacientes pediátricos españoles con trastorno de conducta alimentaria tras el impacto de la pandemia de la COVID-19 Clinical characteristics of Spanish pediatric patients with eating disorders following the COVID-19 pandemic. *Revista Española de Endocrinología Pediátrica*, 14(1), 31-40. <https://doi.org/10.3266/RevEspEndocrinolPediatr.pre2023.Jul.792>
- Lavalle-Mellado, P., Gedda-Muñoz, R., & Lagos-Hernández, R. I. (2022). Percepción de la imagen corporal de población chilena en situación de pandemia. *Revista iberoamericana de ciencias de la actividad física y el deporte*, 11(1), 104–117. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8420110>
- MacIsaac, S., Gray, S., & Kelly, J. (2023). “she’s pretty in her pictures but in real life she’s ugly”: School pupils negotiating the blurred boundaries between online and offline social contexts. *Youth*, 3(3), 897–912. <https://doi.org/10.3390/youth3030058>
- Verhoeven, M., Poorthuis, A. M. G., & Volman, M. (2019). The role of school in adolescents’ identity development. A literature reviews. *Educational Psychology Review*, 31(1), 35–63. <https://doi.org/10.1007/s10648-018-9457-3>