



<https://www.gacetasanitaria.org>

## 491 - ESCOLARES QUE JUEGAN EN CASA PRESENTAN UNA MEJOR AUTOESTIMA: RESULTADOS DEL ESTUDIO MULTICÉNTRICO CLASES ACTIVAS CHILE

M.A. Valencia Pacheco, R.E. Zapata Lamana, A.S. Robles Campos, A.M. Arias Díaz

Universidad de Concepción; Universidad Santo Tomás.

### Resumen

**Antecedentes/Objetivos:** Los beneficios de la actividad física para la salud y el bienestar de niños y adolescentes están ampliamente documentados. Sin embargo, se desconoce sobre la relación entre el juego activo y la autoestima infantil, especialmente al considerar variables sociodemográficas que influyen en el juego activo. El objetivo de este estudio fue analizar la asociación entre distintas modalidades de juego activo y la autoestima en escolares de 6 a 10 años de centros educativos en Chile y determinar el rol de las variables sociodemográficas, escolares, sanitarias y familiares implicadas en esta potencial asociación.

**Métodos:** Se llevó a cabo un estudio transversal con 417 escolares chilenos ( $7,8 \pm 1,1$  años, 53,4% niños). El juego activo se evaluó mediante el Cuestionario de Medición de Actividad Física y Conducta Sedentaria y la autoestima con el Test de Autoestima Escolar.

**Resultados:** Los escolares que no jugaban en casa mostraron una disminución significativa en la autoestima, incluso tras ajustar por variables sociodemográficas ( $\beta = -3,00$ ; IC95%: [-5,78; -0,23];  $p = 0,033$ ), sociodemográficas y escolares ( $\beta = -3,02$ ; IC95%: [-5,82; -0,22];  $p = 0,034$ ) y sociodemográficas, escolares y familiares ( $\beta = -2,84$ ; IC95%: [-5,67; -0,02];  $p = 0,047$ ).

**Conclusiones/Recomendaciones:** Estos hallazgos respaldan la implementación de políticas públicas que promuevan el juego activo como un factor clave para el bienestar y la salud de los escolares.