



*Asesorías y Tutorías para la Investigación Científica en la Educación Puig-Salabarría S.C.  
José María Pino Suárez 400-2 esq a Lerdo de Tejada, Toluca, Estado de México. 7223898475*

RFC: ATI120618V12

**Revista Dilemas Contemporáneos: Educación, Política y Valores.**

<http://www.dilemascontemporaneoseducacionpoliticayvalores.com/>

**Año: XIII Número: 3 Artículo no.:35 Período: 1 de mayo del 2026 al 31 de agosto del 2026**

**TÍTULO:** Los desafíos de una cultura de actividad física y deportiva en Chile. Entre la ley 21.778, el patio escolar y la epistemología.

**AUTORES:**

1. Máster. Ignacio Santander Reveco.
2. Dr. Felipe Mujica Johnson.

**RESUMEN:** El sedentarismo y la obesidad en la población escolar chilena preocupa en materia de salud y educación. Chile promulgó en noviembre de 2025 la Ley 21.778 que estimula la actividad física y deportiva en establecimientos educacionales. Este artículo teórico tiene por objetivo reflexionar sobre la Ley 21.778 que promueve la actividad física y deportiva en los establecimientos educacionales de Chile. En un primer apartado se abordan los beneficios multidimensionales que podría tener la legislación. En un segundo apartado se reflexiona sobre las limitaciones y los desafíos de la implementación de esta Ley. Se concluye que esta legislación es una oportunidad que tendrá complejos desafíos que afrontar en torno al contexto escolar, lo administrativo, lo epistemológico y lo sociocultural.

**PALABRAS CLAVES:** salud, actividad física, educación escolar, política educativa, derecho.

**TITLE:** The challenges of a culture of physical activity and sports in Chile. Between Law 21.778, the school playground, and epistemology.

**AUTHORS:**

1. Master. Ignacio Santander Reveco.
2. PhD. Felipe Mujica Johnson.

**ABSTRACT:** Sedentary lifestyles and obesity among Chilean schoolchildren are a cause for concern in terms of health and education. In November 2025, Chile enacted Law 21.778, which encourages physical activity and sports in educational establishments. The aim of this theoretical article is to reflect on Law 21.778, which promotes physical activity and sports in Chilean educational establishments. The first section addresses the multidimensional benefits that the legislation could have. The second section reflects on the limitations and challenges of implementing this law. It concludes that this legislation is an opportunity that will face complex challenges in the school, administrative, epistemological, and sociocultural contexts.

**KEY WORDS:** health, physical activity, school education, education policy, law.

## **INTRODUCCIÓN.**

El sedentarismo como la obesidad de la población infantil y adolescente constituyen hoy uno de los problemas de salud pública más apremiantes en Chile (Ahumada-Tello y Toffoletto, 2020; Camacho-Valdés, 2024; Sepúlveda-Martin et al., 2025).

Los datos existentes desde el año 2006 dan cuenta de una baja adherencia en Chile hacia la actividad física con niveles de sedentarismo cercanos al 90% en las últimas décadas, donde la población chilena en edad escolar inactiva el año 2006 fue un 87%, en el año 2015 un 80,1% y en el año 2024 un 89,5% (Gobierno de Chile, s.f.); por otra parte, datos del Mapa Nutricional de la JUNAEB (2022) revelan que más del 50% de los estudiantes chilenos presentan sobrepeso y obesidad, una cifra preocupante que nos posiciona entre los países con mayores índices de problemas alimenticios de la región. Reforzando esos datos, Ahumada-Tello y Toffoletto (2020) indican que “el sedentarismo y la inactividad física en Chile representan uno de los problemas de salud que exhibe mayores tasas de prevalencia junto con otros como el sobrepeso y el elevado consumo de sal” (p. 234).

Ante el panorama crítico de salud en Chile, en torno a la inactividad física y la malnutrición por exceso, y reconociendo el rol fundamental de la escuela en la formación de hábitos saludables es que se promulgó

en noviembre del 2025 en el diario oficial chileno la Ley 21.778 que estimula la actividad física y el deporte en establecimientos educacionales (Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, 2025); cabe destacar, que esta Ley no es conmutable con la asignatura de Educación Física y Salud, sino que es adicional a dicha asignatura pedagógica.

En su artículo 1 esta Ley señala lo siguiente: Artículo 1.- El acceso a los juegos activos, en la educación parvularia, y la práctica regular de actividad física y deporte, en la educación básica y media, contribuyen al desarrollo de los niños, niñas y adolescentes y son elementos esenciales para una educación integral, tanto en el ámbito personal como en el social, de conformidad con lo establecido en el decreto con fuerza de ley N° 2, promulgado en 2009 y publicado en 2010, del Ministerio de Educación, que fija el texto refundido, coordinado y sistematizado de la ley No 20.370 con las normas no derogadas del decreto con fuerza de ley N° 1, de 2005. decreto con fuerza de ley N° 2, promulgado en 2009 y publicado en 2010, del Ministerio de Educación.

Los establecimientos de educación parvularia promoverán la práctica de juegos activos y aquellos de educación básica y media la práctica regular de actividad física y deporte, a fin de fomentar el hábito de una vida activa y saludable.

Para efectos de esta ley, la expresión "establecimientos educacionales" se refiere a los establecimientos de educación parvularia, básica y media, tanto públicos como privados (Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, 2025, p. 1).

La Ley 21.778 que se promulga luego de un largo proceso de debate que se inicia el año 2017 en el Congreso Nacional de Chile proviene de un proyecto que estuvo varios años sin abordaje para que se retomara con fuerza la discusión el año 2024.

Finalmente, el año 2025 emerge como una iniciativa legislativa crucial. Esta ley establece la obligatoriedad de destinar al menos 60 minutos diarios a la actividad física en todos los establecimientos educacionales reconocidos por el Estado, con el objetivo explícito de fomentar estilos de vida activos-

saludables y combatir las consecuencias del sedentarismo. Se reconoce que la Ley 21.778 representa un avance fundamental en la promoción de la salud escolar; sin embargo, su efectividad real se ve en riesgo por desafíos estructurales como la falta de infraestructura, la sobrecarga curricular y la escasa formación docente de áreas distintas a la Educación Física para la implementación de esta, lo que exige una mirada que trascienda la mera aplicación del decreto y proponga un cambio de paradigma integral en la educación chilena.

Con base en lo mencionado anteriormente, este artículo tiene por objetivo reflexionar sobre la Ley 21.778 que promueve la actividad física y deportiva en los establecimientos educacionales de Chile

## **DESARROLLO.**

### **Beneficios multidimensionales de la actividad física escolar.**

La implementación efectiva de la Ley 21.778 promete una serie de beneficios que trascienden la mera dimensión física. Desde una perspectiva de salud y desarrollo, la incorporación de actividad física diaria puede contribuir significativamente en los esfuerzos por la reducción de factores de riesgo asociados a la obesidad, la diabetes tipo 2 y enfermedades cardiovasculares; asimismo, también estaría mejorando el tiempo de condición física general y todas sus manifestaciones como la fuerza, la resistencia, la flexibilidad y el desarrollo e incremento de habilidades motoras fundamentales; no obstante, los beneficios se extienden al ámbito psicosocial y mental.

La práctica regular de ejercicio y actividad física es una poderosa herramienta para el abordaje de factores biopsicosociales. Franco-Gallegos et al. (2025) indican que el ejercicio físico actuaría como una estrategia no farmacológica efectiva en la promoción y fortalecimiento de la salud mental, en diversas etapas del ciclo vital y de contextos de intervención. La reducción del estrés y la ansiedad, y el aumento de la autoestima y la autoeficacia en niños y adolescentes; asimismo, fomenta el desarrollo de habilidades socioemocionales esenciales como el trabajo en equipo, la resiliencia ante la frustración, la disciplina y el respeto, tanto interpersonal como por las reglas.

Desde una perspectiva académica y cognitiva, se ha vinculado consistentemente la actividad física con una mejor concentración, memoria, capacidad de resolución de problemas, y en última instancia, un rendimiento académico superior (Doherty y Forés, 2020; Pulido y Ramírez-Ortega, 2020; Reloba et al., 2016). Los beneficios cognitivos y afectivos de la actividad física escolar se pueden reflejar en el artículo 3 de la Ley 21.778: Artículo 3.- Los establecimientos educacionales promoverán la práctica de actividades físicas, deportes o juegos, incluidas herramientas pedagógicas de activación cognitiva y socioemocional, en tanto herramientas de aprendizaje orientadas al bienestar físico y mental de niños, niñas y adolescentes. Para ello, deberán incluirlas, al menos, en sus respectivos planes de gestión de la convivencia educativa, a través del desarrollo de metodologías activas y participativas (Biblioteca del Congreso Nacional de Chile, 2025, p. 1).

Cristi-Montero (2019) en el informe final de un proyecto de investigación con escolares chilenos denominado Cogni-Accion logró reconocer que hay una relación entre condición física y rendimiento académico, señalando lo siguiente en sus resultados: “quienes declaran mayor participación en la clase de Educación Física presentan una tendencia a un mejor rendimiento en las pruebas cognitivas y rendimiento académico (matemáticas, lenguaje, historia y promedio SIMCE)” (p. 9). Frente a esta evidencia, se considera que la implementación de la Ley 21.778 se podría relacionar con las actividades académicas, pues tiene la oportunidad de poder predisponer de mejor forma al estudiantado en los desafíos cognitivos futuros.

Dado que la Ley 21.778 está recién aprobada, no existe evidencia científica sobre su implementación; además, esta comenzaría su aplicación gradualmente desde el año 2027 (Ministerio de Salud, 2025). En este sentido, será fundamental acompañar el proceso con investigaciones empíricas desde diferentes metodologías de estudio. Parte importante de los aspectos a investigar son sus beneficios multidimensionales que puede lograr esta iniciativa legislativa. Uno de los investigadores chilenos que visualizó en el año 2022 el impacto de esta Ley señaló el siguiente pronóstico: La futura aprobación de

este proyecto de ley permitirá disponer de oportunidades para el desarrollo del bienestar de escolares, promoviendo diversas prácticas corporales en los distintos espacios de cada establecimiento educacional, según sea el caso, tales como multicanchas, áreas de juegos, gimnasios, los lugares destinados para el recreo, las salas intramuros y los espacios naturales dentro y/o fuera del establecimiento, los cuales de seguro, establecerán beneficios concretos para los escolares, según sea el caso de cada establecimiento educacional (Nanjarí-Miranda, 2022, p. 1).

Evaluar científicamente el impacto de esta legislación no se puede reducir al ámbito personal, sino que también ha de incluir una mirada sociocultural de los establecimientos educacionales, reconociendo dimensiones negativas y positivas desde la mirada de las/os múltiples actores (estudiantado, docentes, equipos directivos, familias, comunidad vecinal, autoridades ministeriales de educación).

### **Desafíos y críticas a la implementación de la Ley 21.778.**

A pesar de los claros beneficios que podría generar la Ley 21.778, su implementación se enfrenta a un entramado complejo de desafíos que amenazan con reducir su impacto a un mero cumplimiento formal. Un obstáculo primordial es la logística e infraestructura escolar.

Muchos establecimientos educativos, especialmente en contextos urbanos o rurales de bajos recursos socioeconómicos, carecen de espacios adecuados para la práctica de actividad física y deportiva. Entre sus limitaciones se encuentran patios escolares pequeños, gimnasios inexistentes o deteriorados, y una notoria falta de equipamiento deportivo. Las condiciones climáticas adversas en diversas zonas del país también limitan las opciones de actividad al aire libre; asimismo, la cobertura del currículum de todas las asignaturas y el tiempo escolar representan una barrera significativa. Probablemente pueda existir la idea de que la hora de actividad física resta tiempo al logro de aprendizajes en las asignaturas consideradas prioritarias, como lenguaje y matemática, en un sistema educativo altamente presionado por los resultados en pruebas estandarizadas. Entre estas, se encontrarían las pruebas del Sistema de Medición de la Calidad de la Educación (SIMCE) o la Prueba de Acceso a la Educación Superior (PAES). Esto puede afectar la

actitud de la comunidad educativa, y sobre todo, del profesorado escolar, para apoyar la aplicación de la Ley 21.778 y construir un clima educativo donde la actividad física sea desincentivada o implementada de forma superficial.

Los recursos económicos, la capacitación y los recursos humanos constituyen otro nudo crítico. Esta Ley que estimula la actividad física y deportiva fue aprobada sin la vinculación de un presupuesto extraordinario para los establecimientos educacionales, quienes tendrán que organizar sus exigencias con los recursos disponibles independientemente de esta Ley. Esto, según la académica de la Pontificia Universidad Católica de Chile, Fierro-Saldaña (2025) podría traer serias complicaciones para la implementación efectiva de la Ley, quien señala lo siguiente: Pese a estas exigencias, la ley no detalla — al menos en lo actualmente disponible— un presupuesto específico o un mecanismo de financiamiento destinado a garantizar que todos los colegios cuenten con las condiciones necesarias. Tampoco se han difundido lineamientos técnicos o pedagógicos que orienten a los establecimientos en la implementación, más allá de las definiciones generales del texto legal.

Esta ausencia de financiamiento explícito podría generar diferencias significativas entre establecimientos con más recursos y aquellos que ya enfrentan limitaciones estructurales o de infraestructura (p. 1).

La falta de profesorado de Educación Física en los establecimientos educacionales o el escaso conocimiento sobre implementación de programas de actividad física y deportiva en docentes de otras disciplinas pedagógicas, obligaría a docentes generalistas sin la formación adecuada a asumir esta labor. Esto amenazaría la calidad de la implementación efectiva de esta Ley, sobre todo, para que incluya una mirada pertinente e inclusiva como señala Fierro-Saldaña (2025).

Cabe destacar, que en el área de Educación Física que sería la más idónea para otorgar un enfoque pedagógico a la implementación de la Ley, se ha generado diversa evidencia científica sobre la didáctica requerida para que las experiencias de práctica de actividad física-deportiva puedan ser inclusivas y

promover el bienestar (Díaz-Vásquez et al., 2023; Fierro-Saldaña et al., 2025; Mujica-Johnson, 2021; Mujica-Johnson y Jiménez-Sánchez, 2021).

En esa misma línea argumentativa, Nanjarí-Miranda (2022) señalaba lo siguiente hace algunos años sobre esta legislación: Todas las acciones que emanen, de manera contextualizada, en los establecimientos educacionales de Chile a ser realizadas en los recreos, necesitará de una mayor cantidad de profesores de Educación Física para todos los efectos y acciones que contemple el establecimiento educacional, dado que lo que dicta el decreto N° 453, que aprueba el reglamento de la ley N° 19.070 referido a los estatutos de los profesionales de la educación, en específico, el artículo 20 establece que los recreos no podrán ser destinados a la realización de actividades curriculares no lectivas o al cuidado de los estudiantes; por tanto, será necesaria la gestión de recursos humanos, en específico profesores de Educación Física, para la realización de las acciones destinadas (p. 4).

Una implementación efectiva, pertinente y de calidad de la Ley 21.778 requeriría la contratación de más profesionales especialistas y la implementación de programas de capacitación continua para el cuerpo docente existente. Finalmente, un riesgo latente es que los 60 minutos de actividad física y deportiva se convierta en un trámite superficial desprovisto de calidad y pertinencia pedagógica. La calidad versus la cantidad es crucial; si la actividad física-deportiva no es didácticamente variada, inclusiva, planificada y disfrutada por el estudiantado, incluyendo aquellos con necesidades educativas especiales o discapacidades, su impacto será mínimo, y probablemente ira en contra del espíritu de la Ley.

Para trascender los desafíos y maximizar el impacto de la Ley 21.778, es imperativo adoptar un enfoque integral que entienda su implementación no como un impedimento curricular, sino como un eje transversal de la política pública que debe ser parte de cada Proyecto Educativo Institucional (PEI).

En este sentido, nunca olvidar que estas actividades físicas y deportivas orientadas a la salud de la población escolar, se desarrollan en contextos educativos, por lo que siempre han de tener implícito valores socioculturales y éticos educativos. Esto podría implicar integrar las actividades diseñadas para la

implementación de la Ley con diferentes asignaturas, y vincularla estrechamente con la promoción de hábitos de vida saludable, como la alimentación consciente y el bienestar emocional. Se requiere una voluntad, inversión, capacitación y la integración sostenida de la política pública que la convierta en la política de Estado; así, esta Ley podrá ser considerada en la elaboración presupuestaria que garantice la mejora de la infraestructura deportiva escolar, la contratación de profesionales de la Educación Física y el desarrollo de programas de capacitación docente continua y de calidad.

Para que esta Ley se integre e interprete plenamente es fundamental remirar el concepto de actividad física en el contexto escolar. Lejos de limitarse a deportes competitivos tradicionales, la propuesta debe considerar una diversidad de opciones que consideren la inclusión y el disfrute: juegos libres y cooperativos; distintos tipos de danzas; yoga, pilates y artes marciales; senderismo y actividades en contacto con la naturaleza; y actividades de psicomotricidad y motricidad infantil. Este enfoque más amplio permite que cada estudiante encuentre una forma de moverse que le sea atractiva y significativa, construyendo una relación positiva con la actividad física para toda la vida.

Sobre las limitaciones epistemológicas y socioculturales de esta legislación, Moreno-Doña y Rodríguez-Rodríguez (2025) aportaron un análisis crítico que reconoce los siguientes puntos problemáticos:

- a) Posible comprensión tecnocrática del movimiento corporal y del juego.
- b) Invisibilización de la dimensión sociocultural del juego.
- c) Reduccionismo de las posibilidades de exclusión social en la implementación de la ley, faltando alusión a otras dimensiones como género, interculturalidad y grupo socioeconómico.
- d) Posibilidad de sobrecarga laboral.
- e) Falta de un modelo socioecológico que incluya activamente la participación de las familias y comunidades.
- f) Ausencia de mecanismos de financiamiento, capacitación y evaluación.

Esos autores señalan la siguiente reflexión sobre esta legislación: La Ley de los 60 Minutos representa un avance significativo en el reconocimiento del movimiento como derecho y como parte de la vida escolar; sin embargo, su potencial emancipador dependerá de cómo se interprete y se implemente. Si se concibe como una mera obligación normativa, corre el riesgo de reproducir la lógica del rendimiento y la eficiencia que irá directo al fracaso. Pero si se asume como una oportunidad para repensar la educación desde el cuerpo, la cooperación, la libertad y el placer de moverse, podrá contribuir a democratizar la escuela y transformar la cultura educativa, donde lo corporal no solo se activa, sino que se pronuncia y se transforma junto a otros en la búsqueda del bienestar social y educativo (Moreno-Doña y Rodríguez-Rodríguez, 2025, p. 1).

Como se puede apreciar en los análisis de este apartado, se reconoce que la intencionalidad de la legislación es adecuada por la importancia de la actividad corporal escolar, pero hay aspectos epistemológicos, socioculturales y administrativos que dejan dudas sobre su desarrollo; por esto mismo, el diálogo, la reflexión y la evidencia científica serán fundamentales para contribuir a posibles ajustes o complementos legislativos que se pueden ir necesitando para favorecer la pertinencia y calidad de su implementación.

## **CONCLUSIONES.**

La promulgación de la Ley 21.778 representa la materialización del análisis de mesas de trabajo con extensas horas discusiones sobre la necesidad de promover más actividad en el contexto escolar que tienen como foco combatir el sedentarismo y la inactividad física. Esta ley busca fortalecer las diversas acciones que permitan hacerles frente a distintos problemas de salud física y mental derivados de la falta de adherencia con la actividad física; no obstante, su implementación no estará exenta de dificultades, sino que tendrá complejos desafíos relacionados con los recursos económicos, profesionales, espacios, infraestructura, formación de la comunidad, capacitación docente, enfoque epistemológico y pertinencia sociocultural.

Para hacer frente a la implementación efectiva, pertinente y de calidad de esta legislación se necesitará que esta no se entienda como una barrera para el logro de aprendizajes de asignaturas escolares, por lo que los desafíos serán grandes y su éxito no dependerá solamente del cumplimiento de la hora de la actividad física y deportiva, si no que con un cambio cultural que promocioe el desarrollo integral del estudiantado. Esta Ley es una gran oportunidad para visualizar cambios socioculturales en la educación escolar que permitan instalar nuevos cimientos para la sociedad chilena; no obstante, es posible que esta legislación requiera mejoras en su redacción para incorporar dimensiones humanas y sociales que quedaron ausentes.

Aunque pueda parecer extraño que esta hora adicional no se incorpore a la clase de Educación Física y Salud, la decisión se reconoce como coherente desde lo pedagógico. Esto se debe a que la asignatura de Educación Física y Salud no se limita a la práctica de actividad física y deportiva, sino que se orienta a una formación integral de aprendizajes en dimensiones motrices, cognitivas, éticas, emocionales y sociales, e incluye la comprensión del valor de la actividad física-corporal. En este sentido, la asignatura de Educación Física y Salud presenta un currículum escolar pedagógico que no es considerado por la Ley 21.778, y en buena parte, es lo que explica que sea necesario mantener la asignatura de Educación Física y Salud; sin embargo, esta legislación viene a complementar de forma práctica los saberes de la asignatura señalada.

Dada la reciente promulgación de esta legislación e inicio de implementación desde el año 2027, se sugiere que cuando inicie su aplicación se realicen variados estudios científicos empíricos que se puedan aproximar a los resultados de su desarrollo en los establecimientos educacionales; sin embargo, también sería recomendable que se realicen estudios científicos previos a la implementación para ir acompañando con conocimiento específico las decisiones de implementación que irán tomando los diferentes centros de educación escolar.

**REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.**

1. Ahumada-Tello, J. y Toffoletto, M. (2020). Factores asociados al sedentarismo e inactividad física en Chile: una revisión sistemática cualitativa. *Revista Médica de Chile*, 148(2), 233-241. <https://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872020000200233>
2. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. (2025). Ley 21778. Estimula la actividad física y el deporte en los establecimientos educacionales. <https://www.bcn.cl/leychile/navegar?idNorma=1218810>
3. Camacho-Valdés, Z. (2024). Obesidad y sobrepeso infantil en Chile. *Revista Confluencia*, 7, 1-2. <https://doi.org/10.52611/confluencia.2024.1114>
4. Cristi-Montero, C. (2019). Proyecto Cogni-Acción. Informe final. Pontificia Universidad Católica de Valparaíso/ Fondecyt de Iniciación N° 11160703. <https://www.studocu.com/cl/document/pontificia-universidad-catolica-de-chile/didactica-de-las-ciencias-naturales/revista-informe-cogni-accion/108849695>
5. Díaz-Vásquez, P., González-Robles, C., Ramírez-Rojas, J. y Mujica-Johnson, F. (2023). (Des)Igualdad de Género en Educación Física Escolar Chilena desde la Perspectiva Estudiantil: Estudio de Casos. *Revista Internacional de Educación para la Justicia Social*, 12(1), 51-64. <https://doi.org/10.15366/riejs2023.12.1.003>
6. Doherty, A. y Forés, A. (2020). Actividad física y cognición: inseparables en el aula. *Journal of Neuroeducation*, 1(1), 66-75. <https://doi.org/10.1344/joned.v1i1.31665>
7. Fierro-Saldaña, B. (2025). Ley de los 60 minutos diarios: ¿Una oportunidad real o un desafío por completar? Periódico digital BioBioChile. <https://www.biobiochile.cl/noticias/opinion/tu-voz/2025/11/26/ley-de-los-60-minutos-diarios-una-oportunidad-real-o-un-desafio-por-completar.shtml>

8. Fierro-Saldaña, B., Lavín, S. y Aspillaga, M. (2025). Implementación de las políticas de inclusión en la clase de Educación Física en Chile: de la teoría a la práctica. *Revista Lecturas: Educación Física y Deportes*, 30(330), 37-53. <https://doi.org/10.46642/efd.v30i330.8463>
9. Franco-Gallegos, L. I., Aguirre-Chávez, J. F., Montes-Mata, K. J. y Robles-Hernández, G. S. I. (2025). Ejercicio físico y salud mental: una revisión sistemática de sus beneficios en contextos educativos, clínicos y comunitarios. *Retos*, 71, 220–228. <https://doi.org/10.47197/retos.v71.116224>
10. Gobierno de Chile. (s.f). Resultados encuesta nacional de actividad física y deporte en población mayor de 5 años. [https://uchile.cl/dam/jcr:c9cc773f-463e-4927-847b-c19563defad0/Copia%20de%20RESULTADOS%20ENCUESTA%20NACIONAL%20%20DE%20ACTIVIDAD%20FÍSICA%20Y%20DEPORTE%20%20EN%20POBLACIÓN%20MAYOR%20DE%205%20AÑOS%20\(1\).pdf](https://uchile.cl/dam/jcr:c9cc773f-463e-4927-847b-c19563defad0/Copia%20de%20RESULTADOS%20ENCUESTA%20NACIONAL%20%20DE%20ACTIVIDAD%20FÍSICA%20Y%20DEPORTE%20%20EN%20POBLACIÓN%20MAYOR%20DE%205%20AÑOS%20(1).pdf)
11. JUNAEB. (2022). Mapa nutricional. Resultados 2022. <https://www.junaeb.cl/wp-content/uploads/2023/06/Mapa-Nutricional-2022.pdf> <https://inta.uchile.cl/noticias/206740/mapa-nutricional-de-junaeb-2022>
12. Ministerio de Salud. (2025). Gobierno promulga ley que garantiza 60 minutos diarios de actividad física en establecimientos educacionales, mejor salud y bienestar de los estudiantes. Departamento de Comunicaciones. <https://www.minsal.cl/gobierno-promulga-ley-que-garantiza-60-minutos-diaros-de-actividad-fisica-en-establecimientos-educacionales-para-mejorar-la-salud-y-bienestar-de-estudiantes/>
13. Moreno-Doña, A. y Rodríguez-Rodríguez, F. (2025). Ley de los 60 minutos: avances, desafíos y una mirada crítica desde la educación física. *Le Monde Diplomatique* (edición chilena). <https://www.lemondediplomatique.cl/ley-de-los-60-minutos-avances-desafios-y-una-mirada-critica-desde-la-educacion.html>

14. Mujica-Johnson, F. (2021). Emociones negativas del alumnado de Secundaria en el aprendizaje de baloncesto en Educación Física. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 41, 362-372. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.84395>
15. Mujica-Johnson, F. y Jiménez-Sánchez, A. C. (2021). Emociones positivas del alumnado de Educación Secundaria en las prácticas de baloncesto en Educación Física. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deportes y Recreación*, 39, 556-564. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i39.80112>
16. Nanjarí-Miranda, R. A. (2022). Proyecto de ley para estimular la actividad física y el deporte en los establecimientos educacionales: un desafío real postpandemia. *Journal of Movement & Health*, 19(2). [https://doi.org/10.5027/jmh-Vol19-Issue2\(2022\)art142](https://doi.org/10.5027/jmh-Vol19-Issue2(2022)art142)
17. Pulido, R. O. y Ramírez-Ortega, M. L. (2020). Actividad física, cognición y rendimiento escolar: una breve revisión desde las neurociencias. *Retos*, 38, 868-878. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.72378>
18. Reloba, S., Chiroso, L. J. y Reigal, R. E. (2016). Relación entre actividad física, procesos cognitivos y rendimiento académico de escolares: revisión de la literatura actual. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 9(4), 166-172. <https://doi.org/10.1016/j.ramd.2015.05.008>
19. Sepúlveda-Martin, S., Martínez-González, L., Barbosa-Gonzalez, P. y Cigarroa, I. I. (2025). Descripción de la actividad física, conducta sedentaria y sueño de infantes chilenos. *Retos*, 71, 101-113. <https://doi.org/10.47197/retos.v71.111430>

## **DATOS DE LOS AUTORES.**

**1. Ignacio Santander Reveco.** Docente y secretario académico Facultad de Educación de la Universidad Autónoma de Chile. Profesor de Educación Física, Magister en Entrenamiento Deportivo Universidad Mayor y Magister en Gestión e Innovación de la Educación Universidad Alcalá de Henares. Entrenador deportivo especializado en el desarrollo de las capacidades físicas y motoras. Preparador Físico Hockey Césped, Club Manquehue, Chile. Correo electrónico: [ignacio.santander@uautonoma.cl](mailto:ignacio.santander@uautonoma.cl)

**2. Felipe Mujica Johnson.** Docente e investigador de la carrera de Pedagogía en Educación Física, Facultad de Educación, Universidad Autónoma de Chile, sede Talca. Investigador responsable del FONDECYT de Iniciación N°11240233, ANID, Ministerio de Ciencia, Tecnología, Conocimiento e Innovación de Chile. Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad Politécnica de Madrid, España. Integrante del Grupo de Investigación Educación Física, Salud y Calidad de Vida (EFISAL). Integrante Red Latinoamericana de Estudios Curriculares-Chile. Integrante de la Red Interuniversitaria de Investigación en Educación Física y Motricidad Humana. Miembro de la Asociación Científica Internacional de Educación Física. Correo electrónico: [felipe.mujica@uautonoma.cl](mailto:felipe.mujica@uautonoma.cl)

**RECIBIDO:** 4 de enero del 2026.

**APROBADO:** 29 de enero del 2026.