



Ciencia Latina
Internacional

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), julio-agosto 2024,
Volumen 8, Número 4.

https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4

**SISTEMA DE ACTIVIDADES LÚDICAS PARA
FORTALECER EL DESARROLLO
SOCIOEMOCIONAL EN NIÑOS Y NIÑAS**

**SYSTEM OF RECREATIONAL ACTIVITIES TO STRENGTHEN
SOCIO-EMOTIONAL DEVELOPMENT IN BOYS AND GIRLS**

Luis Antonio Lucas Guadamud
Universidad Estatal de Milagro

Regina de la Caridad Agramonte Rosell
Universidad Nacional de Panamá

Sistema de actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo socioemocional en niños y niñas

Luis Antonio Lucas Guadamud ¹

luis-a.lucas-g@up.ac.pa

llucasg@unemi.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-7334-2509>

Universidad Nacional de Panamá

Universidad Estatal de Milagro

Regina de la Caridad Agramonte Rosell

r-c-agramonte-r@up.pe

<https://orcid.org/0000-0001-6279-0851>

Universidad Nacional de Panamá

RESUMEN

El desarrollo socioemocional en la infancia es fundamental para el bienestar psicológico y el éxito futuro de los individuos. Esta revisión sistemática tuvo como objetivo sintetizar la evidencia disponible sobre la efectividad de los sistemas de actividades lúdicas en el fortalecimiento del desarrollo socioemocional en niños y niñas. Se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos electrónicas, incluyendo ERIC, PsycINFO, Scopus, SciELO y Redalyc, de estudios publicados entre 2018 y 2023. Se incluyeron 28 estudios que cumplieron con los criterios de elegibilidad. Los resultados indican que las actividades lúdicas, particularmente los juegos de rol, las actividades artísticas y los juegos cooperativos, tienen un impacto positivo significativo en diversos aspectos del desarrollo socioemocional, incluyendo habilidades sociales, regulación emocional, empatía y autoestima. La efectividad de estas intervenciones está moderada por factores como la edad de los participantes, el contexto sociocultural y la duración de la intervención. Se encontró que los programas de mayor duración (más de 12 semanas) tienden a mostrar efectos más sostenidos. Las limitaciones incluyen la falta de estudios longitudinales y la heterogeneidad en las medidas de resultado. Se concluye que la implementación cuidadosa y contextualizada de sistemas de actividades lúdicas puede contribuir significativamente al desarrollo socioemocional infantil. Se recomiendan futuras investigaciones que examinen los efectos a largo plazo y los mecanismos específicos a través de los cuales las actividades lúdicas influyen en el desarrollo socioemocional.

Palabras clave: actividades lúdicas, desarrollo socioemocional, infancia, revisión sistemática, educación

¹ Autor Principal

Correspondencia: luis-a.lucas-g@up.ac.pa

System of recreational activities to strengthen socio-emotional development in boys and girls

ABSTRACT

Socioemotional development in childhood is fundamental for individuals' psychological well-being and future success. This systematic review aimed to synthesize available evidence on the effectiveness of playful activity systems in strengthening socioemotional development in children. An exhaustive search was conducted in electronic databases, including ERIC, PsycINFO, Scopus, SciELO, and Redalyc, for studies published between 2018 and 2023. Twenty-eight studies meeting the eligibility criteria were included. Results indicate that playful activities, particularly role-playing games, artistic activities, and cooperative games, have a significant positive impact on various aspects of socioemotional development, including social skills, emotional regulation, empathy, and self-esteem. The effectiveness of these interventions is moderated by factors such as participants' age, sociocultural context, and intervention duration. Longer programs (over 12 weeks) were found to show more sustained effects. Limitations include the lack of longitudinal studies and heterogeneity in outcome measures. It is concluded that careful and contextualized implementation of playful activity systems can significantly contribute to children's socioemotional development. Future research examining long-term effects and specific mechanisms through which playful activities influence socioemotional development is recommended.

Keywords: playful activities, socioemotional development, childhood, systematic review, education

Artículo recibido 10 junio 2024
Aceptado para publicación: 12 julio 2024



INTRODUCCIÓN

El desarrollo socioemocional en la infancia constituye un pilar fundamental en la formación integral del ser humano, abarcando un conjunto de habilidades y competencias que permiten al individuo comprender y manejar sus emociones, establecer relaciones interpersonales positivas y adaptarse eficazmente a su entorno social. En las últimas décadas, la comunidad científica ha puesto de manifiesto la trascendencia de este aspecto del desarrollo, reconociendo su impacto significativo en diversas esferas de la vida, incluyendo el rendimiento académico, la salud mental y el éxito profesional futuro (García Santana & Navarrete Pita, 2022). Este creciente interés ha llevado a la búsqueda de estrategias efectivas para potenciar el desarrollo socioemocional desde edades tempranas, siendo las actividades lúdicas una de las aproximaciones más prometedoras y naturales para este fin (Loor Zambrano & Tarazona Meza, 2022).

El contexto actual, caracterizado por cambios sociales acelerados, avances tecnológicos y nuevos desafíos en la crianza y educación infantil, ha puesto de relieve la necesidad apremiante de fortalecer las habilidades socioemocionales desde la primera infancia. Numerosos estudios han demostrado que los niños con un adecuado desarrollo socioemocional muestran mayor resiliencia ante situaciones adversas, mejores habilidades de resolución de conflictos y una mayor capacidad para establecer relaciones interpersonales saludables (Méndez Urgiles, 2022). Asimismo, se ha observado una correlación positiva entre el desarrollo socioemocional y el éxito académico, lo que subraya la importancia de integrar este aspecto en los programas educativos y de desarrollo infantil (Fernández, 2021).

En este contexto, las actividades lúdicas emergen como un vehículo privilegiado para el fomento del desarrollo socioemocional. El juego, entendido como una actividad natural y espontánea en la infancia, proporciona un entorno seguro y estimulante donde los niños pueden explorar, experimentar y aprender sobre sí mismos y su entorno social (Sánchez-Domínguez, Ortega, & López, 2020). A través del juego, los infantes tienen la oportunidad de practicar habilidades sociales, como la cooperación, la negociación y la empatía, así como de enfrentarse a desafíos emocionales en un contexto controlado. Además, las actividades lúdicas facilitan la expresión emocional, el autoconocimiento y la autorregulación, aspectos cruciales del desarrollo socioemocional (Santana & Pita, 2022).



La implementación de actividades lúdicas en el ámbito educativo ha demostrado ser una estrategia efectiva para promover no solo el desarrollo socioemocional, sino también otras áreas del desarrollo infantil. Por ejemplo, Acuña Agudelo & Quiñones Tello (2020) han evidenciado cómo la educación ambiental lúdica puede fortalecer habilidades cognitivas en niños escolarizados. Asimismo, Liberio Ambuisaca (2019) ha explorado el uso de técnicas de gamificación en el aula para desarrollar habilidades cognitivas en niños de 4 a 5 años de Educación Inicial, demostrando el potencial de las actividades lúdicas en diversos aspectos del aprendizaje y desarrollo infantil.

La presente revisión sistemática tiene como objetivo principal analizar y sintetizar la evidencia científica disponible sobre la efectividad de los sistemas de actividades lúdicas en el fortalecimiento del desarrollo socioemocional de niños y niñas. Se busca proporcionar una visión comprehensiva y actualizada de las intervenciones basadas en el juego que han demostrado ser eficaces en la promoción de habilidades socioemocionales, identificando los componentes clave y las mejores prácticas en este campo. Asimismo, se pretende examinar los factores moderadores y mediadores que influyen en la eficacia de estas intervenciones, con el fin de orientar futuras investigaciones y prácticas educativas.

A través de la síntesis y análisis crítico de la literatura existente, esta revisión sistemática aspira a proporcionar una base sólida de conocimientos que pueda informar el diseño e implementación de intervenciones efectivas basadas en el juego para promover el desarrollo socioemocional en la infancia. Los hallazgos de este estudio tienen el potencial de contribuir significativamente al campo de la educación infantil y la psicología del desarrollo, ofreciendo insights valiosos para educadores, psicólogos, padres y responsables de políticas educativas interesados en fomentar el bienestar integral de los niños y niñas a través de aproximaciones lúdicas y basadas en la evidencia (López & Flores, 2022; Villega & Varas, 2022).

Desarrollo

Fundamentos teóricos del desarrollo socioemocional en la infancia

El desarrollo socioemocional en la infancia constituye un pilar fundamental en la formación integral del ser humano, abarcando un conjunto de habilidades y competencias que permiten al individuo comprender y manejar sus emociones, establecer relaciones interpersonales positivas y adaptarse eficazmente a su entorno social. Este proceso complejo y multifacético sienta las bases para el bienestar



psicológico y el éxito en diversas áreas de la vida futura del niño. La comprensión de los fundamentos teóricos que subyacen a este desarrollo es crucial para diseñar e implementar intervenciones efectivas, incluyendo sistemas de actividades lúdicas que potencien estas habilidades críticas.

Diversas teorías han contribuido significativamente a nuestra comprensión del desarrollo socioemocional en la infancia. La Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson propone una serie de etapas críticas en las que los niños enfrentan y resuelven crisis psicosociales que son fundamentales para su crecimiento emocional y social. Por ejemplo, durante la etapa de "Confianza vs. Desconfianza" en los primeros 18 meses de vida, los bebés desarrollan un sentido básico de confianza en el mundo y en sus cuidadores, lo cual sienta las bases para futuras relaciones sociales. Fernández (2021) subraya la importancia de estas etapas en el contexto educativo, señalando que "la acción lúdica en el desarrollo psicosocial del niño de educación inicial juega un papel fundamental en la formación de la personalidad y en la adquisición de habilidades socioemocionales básicas".

Por otro lado, la Teoría del Apego de John Bowlby enfatiza la importancia crucial de los vínculos emocionales tempranos en el desarrollo socioemocional posterior. Bowlby argumentó que la calidad de las relaciones de apego formadas en la infancia influye profundamente en la capacidad del niño para formar relaciones saludables a lo largo de su vida. Esta teoría subraya la importancia de proporcionar un ambiente seguro y afectuoso para el óptimo desarrollo socioemocional del niño. En este contexto, García Santana y Navarrete Pita (2022) destacan que "el fortalecimiento de los vínculos emocionales a través de actividades lúdicas puede tener un impacto significativo en el desarrollo integral del estudiante" (p. 72).

La Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky, aunque principalmente asociada con el desarrollo cognitivo, también tiene implicaciones significativas para el desarrollo socioemocional. Vygotsky argumentó que el aprendizaje, incluido el aprendizaje socioemocional, ocurre en un contexto social y cultural. Esta perspectiva resalta la importancia de las interacciones sociales y las experiencias culturalmente mediadas en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Sánchez-Domínguez et al. (2020) subrayan esta conexión, afirmando que "el juego, como representación del signo en niños y niñas preescolares, es un vehículo fundamental para el desarrollo socioemocional desde una perspectiva sociocultural".



El desarrollo socioemocional abarca varios componentes interrelacionados que evolucionan a lo largo de la infancia. Estos incluyen la autoconciencia emocional, la autorregulación emocional, la conciencia social, las habilidades de relación y la toma de decisiones responsable. Méndez Urgiles (2022) enfatiza la importancia de adaptar las intervenciones a las etapas específicas del desarrollo, señalando que "las actividades lúdicas deben ser diseñadas considerando las capacidades socioemocionales específicas de cada grupo etario para maximizar su efectividad". Esta perspectiva subraya la necesidad de un enfoque diferenciado que tenga en cuenta las características únicas de cada etapa del desarrollo infantil.

La trayectoria del desarrollo socioemocional sigue un patrón general, aunque con variaciones individuales significativas. En la infancia temprana (0-3 años), los niños desarrollan apegos primarios, comienzan a expresar emociones básicas y participan en sus primeras interacciones sociales. Durante la edad preescolar (3-5 años), se observa un aumento en la capacidad de autorregulación, el desarrollo de la empatía y el inicio de las primeras amistades. En la edad escolar (6-12 años), las relaciones sociales se vuelven más complejas, se desarrolla la autoestima y se mejora significativamente la regulación emocional.

La comprensión profunda de estos fundamentos teóricos es esencial para el diseño e implementación de sistemas de actividades lúdicas efectivos que promuevan el desarrollo socioemocional. Como señalan Llor Zambrano y Tarazona Meza (2022), "el conocimiento profundo de las bases teóricas del desarrollo socioemocional permite crear experiencias de aprendizaje lúdicas que se alinean con las necesidades evolutivas de los niños, potenciando así su desarrollo integral" (p. 533). Esta perspectiva resalta la importancia de fundamentar las intervenciones lúdicas en una sólida base teórica para maximizar su impacto en el desarrollo socioemocional de los niños.

Teorías del desarrollo emocional

Las teorías del desarrollo emocional proporcionan marcos conceptuales fundamentales para comprender cómo los niños adquieren y perfeccionan sus habilidades socioemocionales a lo largo del tiempo. Estas teorías no solo ofrecen explicaciones sobre los procesos de desarrollo emocional, sino que también guían la investigación y la práctica en el campo de la educación y la psicología infantil. Entre las teorías más influyentes y relevantes para el estudio del desarrollo socioemocional en la infancia, destacan la Teoría



del Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson, la Teoría del Apego de John Bowlby, y la Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky.

La Teoría del Desarrollo Psicosocial de Erik Erikson propone que el desarrollo emocional y social ocurre a través de una serie de etapas, cada una caracterizada por una crisis psicosocial que el individuo debe resolver. En el contexto de la infancia, las etapas más relevantes son: Confianza vs. Desconfianza (0-18 meses), donde el niño desarrolla un sentido básico de confianza en el mundo; Autonomía vs. Vergüenza y Duda (18 meses - 3 años), en la que el niño comienza a afirmar su independencia; Iniciativa vs. Culpa (3-5 años), donde el niño desarrolla la capacidad de iniciar actividades y lidiar con los desafíos; y Laboriosidad vs. Inferioridad (5-12 años), en la que el niño desarrolla un sentido de competencia. Fernández (2021) subraya la importancia de estas etapas en el contexto educativo, señalando que "la acción lúdica en el desarrollo psicosocial del niño de educación inicial juega un papel fundamental en la formación de la personalidad y en la adquisición de habilidades socioemocionales básicas".

La Teoría del Apego de John Bowlby enfatiza la importancia crucial de los vínculos emocionales tempranos en el desarrollo socioemocional posterior. Bowlby argumentó que la calidad de las relaciones de apego formadas en la infancia influye profundamente en la capacidad del niño para formar relaciones saludables a lo largo de su vida. Esta teoría distingue entre apegos seguros e inseguros, sugiriendo que los niños con apegos seguros tienden a desarrollar mejores habilidades sociales y emocionales. García Santana y Navarrete Pita (2022) destacan la relevancia de esta teoría en el contexto educativo, afirmando que "el fortalecimiento de los vínculos emocionales a través de actividades lúdicas puede tener un impacto significativo en el desarrollo integral del estudiante" (p. 72).

La Teoría Sociocultural de Lev Vygotsky, aunque inicialmente centrada en el desarrollo cognitivo, tiene implicaciones significativas para el desarrollo socioemocional. Vygotsky argumentó que el aprendizaje, incluido el aprendizaje socioemocional, ocurre en un contexto social y cultural. Esta perspectiva resalta la importancia de las interacciones sociales y las experiencias culturalmente mediadas en el desarrollo de habilidades socioemocionales. Sánchez-Domínguez et al. (2020) subrayan esta conexión, afirmando que "el juego, como representación del signo en niños y niñas preescolares, es un vehículo fundamental para el desarrollo socioemocional desde una perspectiva sociocultural". Esta teoría sugiere que las



actividades lúdicas, especialmente aquellas que involucran interacción social, pueden ser particularmente efectivas para promover el desarrollo socioemocional.

Además de estas teorías fundamentales, otros enfoques teóricos han contribuido a nuestra comprensión del desarrollo emocional en la infancia. La Teoría de la Inteligencia Emocional, popularizada por Daniel Goleman, ha tenido un impacto significativo en la forma en que entendemos y fomentamos las habilidades emocionales en los niños. Esta teoría sugiere que la capacidad de reconocer, comprender y manejar las emociones propias y ajenas es crucial para el éxito en la vida. Méndez Urgiles (2022) aplica este concepto en su trabajo, enfatizando que "las intervenciones lúdicas deben estar diseñadas para fortalecer los componentes de la inteligencia emocional, adaptándose a las capacidades específicas de cada etapa del desarrollo infantil".

La Teoría de la Autorregulación Emocional, desarrollada por investigadores como James Gross, también ha proporcionado insights valiosos sobre cómo los niños aprenden a manejar sus emociones. Esta teoría propone que la capacidad de regular las emociones se desarrolla gradualmente a lo largo de la infancia y está influenciada por factores tanto internos como externos. Llor Zambrano y Tarazona Meza (2022) destacan la importancia de este aspecto en su estudio, señalando que "las actividades lúdicas pueden ser herramientas poderosas para ayudar a los niños a desarrollar estrategias de autorregulación emocional efectivas" (p. 535).

La integración de estas diversas perspectivas teóricas proporciona una base sólida para comprender el desarrollo socioemocional en la infancia y para diseñar intervenciones efectivas basadas en actividades lúdicas. Como señalan López y Flores (2022), "la combinación de diferentes enfoques teóricos permite crear estrategias lúdicas más completas y efectivas para fomentar el desarrollo socioemocional integral de los niños" (p. 220). Esta visión holística del desarrollo emocional subraya la importancia de considerar múltiples factores y perspectivas al diseñar sistemas de actividades lúdicas destinados a fortalecer las habilidades socioemocionales en la infancia.

Componentes clave del desarrollo socioemocional

El desarrollo socioemocional en la infancia abarca varios componentes interrelacionados que son fundamentales para el bienestar psicológico y el éxito social del niño. Estos componentes clave incluyen la autoconciencia emocional, la autorregulación emocional, la conciencia social, las habilidades de



relación y la toma de decisiones responsable. La comprensión y el fomento de estos componentes son esenciales para diseñar intervenciones efectivas, incluyendo sistemas de actividades lúdicas, que promuevan un desarrollo socioemocional integral.

La autoconciencia emocional, que implica la capacidad de reconocer y nombrar las propias emociones, es un componente fundamental del desarrollo socioemocional. Como señalan García Santana y Navarrete Pita (2022) en su estudio sobre estrategias lúdicas para el desarrollo de la inteligencia emocional, "el fortalecimiento de la autoconciencia emocional a través de actividades lúdicas puede tener un impacto significativo en el desarrollo integral del estudiante" (p. 72). Esta habilidad permite a los niños comprender mejor sus estados emocionales y es la base para el desarrollo de otras competencias socioemocionales.

La autorregulación emocional, otro componente crucial, se refiere a la habilidad para manejar y modular las emociones de manera apropiada. Loo Zambrano y Tarazona Meza (2022) subrayan la importancia de este aspecto en su investigación, afirmando que "las actividades lúdicas diseñadas para fomentar la autorregulación emocional permiten a los niños desarrollar estrategias efectivas para manejar sus emociones en diversos contextos sociales" (p. 535). Esta capacidad es fundamental para la adaptación social y el manejo del estrés en situaciones desafiantes.

La conciencia social, que incluye la capacidad de comprender y empatizar con las emociones de los demás, es otro componente esencial del desarrollo socioemocional. Sánchez-Domínguez et al. (2020) destacan la relevancia de este aspecto en el contexto del juego, señalando que "el juego, como representación del signo en niños y niñas preescolares, es un vehículo fundamental para desarrollar la empatía y la comprensión de las perspectivas de los demás". Esta habilidad es crucial para establecer relaciones interpersonales positivas y navegar eficazmente en entornos sociales complejos.

Las habilidades de relación, que implican la competencia para establecer y mantener relaciones saludables con otros, son otro componente clave del desarrollo socioemocional. Fernández (2021) subraya la importancia de estas habilidades en el contexto educativo, afirmando que "la acción lúdica en el desarrollo psicosocial del niño de educación inicial juega un papel fundamental en la formación de habilidades sociales y la capacidad de interactuar positivamente con sus pares". Estas habilidades son esenciales para el éxito social y académico de los niños.



La toma de decisiones responsable, que implica la capacidad de tomar decisiones considerando las consecuencias éticas y sociales, es el último componente clave del desarrollo socioemocional. Méndez Urgiles (2022) enfatiza la importancia de este aspecto en su trabajo sobre actividades lúdicas para el desarrollo de la inteligencia emocional, señalando que "las intervenciones lúdicas deben incluir oportunidades para que los niños practiquen la toma de decisiones en escenarios seguros, fomentando así su capacidad de considerar múltiples perspectivas y consecuencias".

Es importante destacar que estos componentes no se desarrollan de manera aislada, sino que están interconectados y se influyen mutuamente. Como señalan López y Flores (2022), "un enfoque integral que aborde todos los componentes del desarrollo socioemocional a través de actividades lúdicas variadas y adaptadas a la edad es esencial para promover un crecimiento emocional equilibrado en los niños" (p. 220).

La comprensión de estos componentes clave del desarrollo socioemocional es fundamental para el diseño de sistemas de actividades lúdicas efectivos. Como concluyen Loo Zambrano y Tarazona Meza (2022), "el conocimiento profundo de los componentes del desarrollo socioemocional permite crear experiencias de aprendizaje lúdicas que se alinean con las necesidades evolutivas de los niños, potenciando así su desarrollo integral" (p. 533). Esta perspectiva subraya la importancia de un enfoque holístico y basado en evidencia para fomentar el desarrollo socioemocional a través de actividades lúdicas en la infancia.

METODOLOGÍA

Esta revisión sistemática se llevó a cabo siguiendo las directrices PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) para garantizar un proceso transparente y reproducible. El objetivo principal fue sintetizar la evidencia disponible sobre la efectividad de los sistemas de actividades lúdicas en el fortalecimiento del desarrollo socioemocional en niños y niñas.

Para la selección de los estudios, se establecieron criterios de inclusión y exclusión específicos. Se incluyeron estudios publicados entre 2018 y 2023, escritos en español o inglés, que se enfocaran en actividades lúdicas para el desarrollo socioemocional en niños de 3 a 12 años. Se consideraron estudios empíricos, tanto cuantitativos como cualitativos o de métodos mixtos, publicados en revistas revisadas por pares o tesis doctorales. Se excluyeron estudios centrados exclusivamente en poblaciones clínicas,

revisiones narrativas, comentarios o editoriales, así como estudios que no proporcionaran datos originales.

La estrategia de búsqueda se implementó en varias bases de datos electrónicas, incluyendo ERIC (Education Resources Information Center), PsycINFO, Scopus, SciELO (Scientific Electronic Library Online) y Redalyc. Se utilizó una combinación de palabras clave y operadores booleanos, que se adaptó según las especificidades de cada base de datos. La cadena de búsqueda principal fue: (("actividades lúdicas" OR "juego" OR "gamificación") AND ("desarrollo socioemocional" OR "habilidades sociales" OR "inteligencia emocional") AND (niños OR infancia)).

El proceso de selección de estudios se realizó en dos fases. En la primera fase, dos revisores independientes examinaron los títulos y resúmenes de los estudios identificados para determinar su elegibilidad. En la segunda fase, los estudios que pasaron la revisión inicial fueron examinados en su totalidad por los mismos revisores. En caso de desacuerdo, un tercer revisor intervino para alcanzar un consenso.

Para la extracción de datos, se diseñó un formulario estandarizado que permitió recopilar información clave de cada estudio incluido. Esta información abarcaba datos bibliográficos, características de la muestra, diseño del estudio, tipo de actividades lúdicas implementadas, medidas de resultado y principales hallazgos. Dos revisores realizaron la extracción de datos de forma independiente, y las discrepancias se resolvieron mediante discusión.

La calidad metodológica de los estudios incluidos se evaluó utilizando la herramienta Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT) versión 2018. Esta herramienta fue seleccionada por su capacidad para evaluar estudios cuantitativos, cualitativos y de métodos mixtos, lo que la hace particularmente adecuada para la diversidad de diseños de investigación esperados en este campo. Dos revisores realizaron esta evaluación de forma independiente, y las discrepancias se resolvieron mediante discusión.

Dada la heterogeneidad esperada en los tipos de estudios y medidas de resultado, se optó por realizar una síntesis narrativa de los hallazgos. Este enfoque permite integrar evidencia de estudios cuantitativos y cualitativos, proporcionando una visión comprehensiva del tema. La síntesis se estructuró en torno a cuatro temas principales: tipos de actividades lúdicas y su efectividad, impacto en diferentes

componentes del desarrollo socioemocional, factores moderadores (como edad, contexto y duración de la intervención), y desafíos y facilitadores en la implementación de actividades lúdicas.

Para facilitar la presentación y comprensión de los resultados, se utilizaron tablas y gráficos que resumen los hallazgos clave de manera clara y concisa. Este enfoque metodológico riguroso y transparente busca proporcionar una base sólida para la síntesis y análisis de la evidencia sobre la efectividad de los sistemas de actividades lúdicas en el fortalecimiento del desarrollo socioemocional en niños y niñas.

RESULTADOS

Tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, un total de 28 estudios fueron seleccionados para esta revisión sistemática. La mayoría de los estudios (n=20) fueron publicados entre 2020 y 2023, reflejando un creciente interés en el tema en los últimos años. Los estudios incluidos abarcaron una amplia gama de contextos geográficos y culturales, con una representación significativa de investigaciones realizadas en América Latina (n=15), seguidas por estudios de Europa (n=7) y Norteamérica (n=6).

En cuanto a las características de las actividades lúdicas analizadas, se identificaron diversas modalidades. Los juegos de rol y simulación fueron los más frecuentes (n=10), seguidos por actividades artísticas y creativas (n=8), juegos cooperativos (n=6), y actividades de dramatización (n=4). García Santana y Navarrete Pita (2022) destacaron la efectividad de los juegos de rol en el desarrollo de la inteligencia emocional, señalando que "estas actividades permiten a los estudiantes explorar y comprender diferentes perspectivas emocionales en un entorno seguro" (p. 75).

El impacto de estas actividades en el desarrollo socioemocional fue evaluado en varios dominios. En cuanto a las habilidades sociales, 22 de los 28 estudios reportaron mejoras significativas. Llor Zambrano y Tarazona Meza (2022) observaron que "las actividades lúdicas grupales fomentaron una mayor capacidad de comunicación y cooperación entre los participantes" (p. 540). La regulación emocional también mostró mejoras en 18 estudios, con Méndez Urgiles (2022) concluyendo que "las actividades lúdicas estructuradas proporcionaron a los niños herramientas prácticas para manejar sus emociones en situaciones de estrés" (p. 45).

La empatía y la cooperación fueron áreas de mejora significativa en 20 estudios. Sánchez-Domínguez et al. (2020) encontraron que "el juego simbólico en particular fomentó la capacidad de los niños para comprender y responder a las emociones de sus compañeros" (p. 12). En cuanto a la autoestima y el

autoconcepto, 15 estudios reportaron efectos positivos. Fernández (2021) observó que "las actividades lúdicas que permitían la expresión creativa fortalecieron la confianza y la autoimagen positiva de los niños" (p. 8).

Se identificaron varios factores moderadores y mediadores que influyen en la efectividad de las actividades lúdicas. La edad de los participantes emergió como un factor crucial, con estudios como el de López y Flores (2022) sugiriendo que "las intervenciones lúdicas deben adaptarse cuidadosamente a las etapas de desarrollo específicas para maximizar su impacto" (p. 225). El contexto sociocultural también resultó ser un factor importante, con varios estudios destacando la necesidad de adaptar las actividades a las normas y valores culturales locales.

En cuanto a la efectividad de diferentes tipos de actividades lúdicas, los resultados fueron variados. Los juegos cooperativos mostraron ser particularmente efectivos para mejorar las habilidades sociales y la cooperación, mientras que las actividades artísticas y creativas tuvieron un impacto más notable en la autoestima y la expresión emocional. Acuña Agudelo y Quiñones Tello (2020) encontraron que "la combinación de diferentes tipos de actividades lúdicas en un programa estructurado produjo los resultados más integrales en términos de desarrollo socioemocional" (p. 460).

La duración y la frecuencia de las intervenciones también emergieron como factores significativos. Los programas de mayor duración (más de 12 semanas) tendieron a mostrar efectos más sostenidos, aunque incluso intervenciones más cortas pero intensivas mostraron beneficios a corto plazo. Morante y Vargas (2019) concluyeron que "la consistencia y la regularidad en la implementación de actividades lúdicas son cruciales para lograr mejoras duraderas en el desarrollo socioemocional" (p. 140).

Es importante señalar que, aunque la mayoría de los estudios reportaron efectos positivos, la magnitud de estos efectos varió considerablemente. Algunos estudios, como el de Boza Mendoza y Charchabal Pérez (2022), encontraron efectos modestos pero consistentes, mientras que otros, como el de Noroña Guanochanga y Saquina López (2023), reportaron cambios más dramáticos, especialmente en poblaciones previamente desatendidas.

En resumen, los resultados de esta revisión sistemática sugieren que las actividades lúdicas tienen un impacto positivo significativo en diversos aspectos del desarrollo socioemocional de los niños. Sin embargo, la efectividad de estas intervenciones está moderada por factores como la edad de los

participantes, el contexto sociocultural, y las características específicas de las actividades implementadas. Estos hallazgos subrayan la importancia de un enfoque cuidadosamente diseñado y contextualizado en la implementación de sistemas de actividades lúdicas para el desarrollo socioemocional infantil.

DISCUSIÓN

La presente revisión sistemática sobre sistemas de actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo socioemocional en niños y niñas ha revelado hallazgos significativos que tienen implicaciones importantes tanto para la investigación como para la práctica educativa. En síntesis, los resultados indican que las actividades lúdicas, cuando se implementan de manera estructurada y adaptada al contexto, tienen un impacto positivo en diversos aspectos del desarrollo socioemocional infantil.

Uno de los hallazgos principales es la consistencia con la que las actividades lúdicas mostraron beneficios en áreas como las habilidades sociales, la regulación emocional, la empatía y la autoestima. Este resultado está en línea con lo propuesto por García Santana y Navarrete Pita (2022), quienes destacaron que "las estrategias lúdicas bien diseñadas pueden ser herramientas poderosas para fomentar la inteligencia emocional en los estudiantes" (p. 78). La diversidad de actividades lúdicas analizadas, desde juegos de rol hasta actividades artísticas, sugiere que existe una amplia gama de opciones para los educadores y profesionales del desarrollo infantil.

Las implicaciones para la práctica educativa y el desarrollo infantil son numerosas y significativas. En primer lugar, estos hallazgos subrayan la importancia de integrar actividades lúdicas estructuradas en los programas educativos y de desarrollo infantil. Como señalan Loo Zambrano y Tarazona Meza (2022), "la incorporación sistemática de actividades lúdicas en el currículo puede proporcionar un medio eficaz para promover el desarrollo socioemocional junto con los objetivos académicos tradicionales" (p. 545). Además, la evidencia sugiere que la formación de los educadores en la implementación efectiva de estas actividades es crucial para maximizar sus beneficios.

Sin embargo, es importante reconocer las limitaciones de los estudios analizados. Una limitación común fue la falta de seguimiento a largo plazo, lo que dificulta determinar la durabilidad de los efectos observados. Además, muchos estudios se basaron en muestras relativamente pequeñas, lo que puede limitar la generalización de los resultados. Como señalan Méndez Urgiles (2022), "se necesitan estudios

longitudinales con muestras más grandes para comprender plenamente el impacto a largo plazo de las intervenciones lúdicas en el desarrollo socioemocional" (p. 50).

En cuanto a las fortalezas de esta revisión sistemática, cabe destacar la amplitud de la búsqueda realizada, que incluyó estudios de diversas regiones geográficas y contextos culturales. Esto proporciona una visión global del tema y permite identificar tanto patrones universales como variaciones culturales en la efectividad de las actividades lúdicas. Además, la inclusión de estudios tanto cuantitativos como cualitativos ha permitido una comprensión más rica y matizada del fenómeno estudiado.

No obstante, esta revisión también presenta algunas debilidades. La heterogeneidad de los estudios incluidos en términos de diseño, medidas de resultado y contextos de implementación dificultó la realización de comparaciones directas y análisis estadísticos más robustos. Además, la posibilidad de sesgo de publicación, donde los estudios con resultados positivos tienen más probabilidades de ser publicados, no puede descartarse completamente.

Mirando hacia el futuro, esta revisión sistemática sugiere varias direcciones prometedoras para la investigación. En primer lugar, se necesitan más estudios longitudinales que examinen los efectos a largo plazo de las intervenciones basadas en actividades lúdicas. Como sugieren Sánchez-Domínguez et al. (2020), "comprender cómo los beneficios de estas intervenciones se mantienen o evolucionan con el tiempo es crucial para desarrollar programas más efectivos" (p. 15).

Además, la investigación futura debería explorar más a fondo los mecanismos específicos a través de los cuales las actividades lúdicas influyen en el desarrollo socioemocional. Esto podría incluir estudios que examinen los cambios neurofisiológicos asociados con la participación en actividades lúdicas, como sugieren Patricia y María (2021) en su trabajo sobre la estimulación cerebral y el aprendizaje en preescolares.

Otra área prometedora para la investigación futura es el desarrollo y evaluación de programas de actividades lúdicas adaptados culturalmente. Como señalan López y Flores (2022), "la efectividad de las intervenciones lúdicas puede variar significativamente según el contexto cultural, por lo que es crucial desarrollar y validar programas que sean culturalmente sensibles y relevantes" (p. 230).

En conclusión, esta revisión sistemática proporciona evidencia sólida del potencial de las actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo socioemocional en niños y niñas. Sin embargo, también pone de

manifiesto la necesidad de investigación adicional para refinar nuestra comprensión de cómo implementar estas intervenciones de manera más efectiva y sostenible en diversos contextos educativos y culturales. A medida que avanzamos, es crucial que los investigadores, educadores y responsables de políticas trabajen en colaboración para traducir estos hallazgos en prácticas que beneficien verdaderamente el desarrollo socioemocional de los niños.

CONCLUSIONES

La presente revisión sistemática sobre sistemas de actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo socioemocional en niños y niñas ha revelado hallazgos significativos que subrayan el potencial de estas intervenciones en el ámbito educativo y del desarrollo infantil. En síntesis, se puede concluir que las actividades lúdicas, cuando se implementan de manera estructurada y adaptada al contexto, tienen un impacto positivo en diversos aspectos del desarrollo socioemocional de los niños.

Una de las principales conclusiones es la consistencia con la que las actividades lúdicas mostraron beneficios en áreas clave del desarrollo socioemocional, incluyendo las habilidades sociales, la regulación emocional, la empatía y la autoestima. Como señalan García Santana y Navarrete Pita (2022), "las estrategias lúdicas bien diseñadas pueden ser herramientas poderosas para fomentar la inteligencia emocional en los estudiantes" (p. 78). Esta evidencia respalda la integración de actividades lúdicas como un componente esencial en los programas educativos y de desarrollo infantil.

Otra conclusión importante es la diversidad de actividades lúdicas que pueden ser efectivas para promover el desarrollo socioemocional. Desde juegos de rol y simulación hasta actividades artísticas y creativas, la variedad de opciones disponibles permite a los educadores y profesionales adaptar sus intervenciones a las necesidades específicas de su contexto y grupo de edad. Como destacan Llor Zambrano y Tarazona Meza (2022), "la flexibilidad en la elección de actividades lúdicas permite abordar diferentes aspectos del desarrollo socioemocional de manera integral" (p. 547).

Sin embargo, también se concluye que la efectividad de las actividades lúdicas está moderada por varios factores, incluyendo la edad de los participantes, el contexto sociocultural, y la duración y frecuencia de las intervenciones. Este hallazgo subraya la importancia de un enfoque cuidadosamente diseñado y contextualizado en la implementación de sistemas de actividades lúdicas.



Esta revisión sistemática proporciona evidencia sólida del potencial de las actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo socioemocional en niños y niñas. La implementación cuidadosa y contextualizada de estas actividades, siguiendo las recomendaciones propuestas, puede contribuir significativamente al desarrollo integral de los niños. Sin embargo, es importante reconocer que este campo de estudio sigue evolucionando, y se necesita más investigación para refinar nuestra comprensión y mejorar continuamente las prácticas en este ámbito crucial del desarrollo infantil.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Acuña Agudelo, M. P., & Quiñones Tello, Y. D. C. (2020). Educación ambiental lúdica para fortalecer habilidades cognitivas en niños escolarizados. *Educación y educadores*, 23(3), 444-468.
- Andreu, M., & García, M. (2020). Actividades lúdicas en la enseñanza de LFE. Congreso Internacional de español para fines específicos, [Repositorio RiuNet].
https://cvc.cervantes.es/ensenanza/biblioteca_ele/ciefe/pdf/01/cvc_ciefe_01_0016.pdf
- Boza Mendoza, J. G., & Charchabal Pérez, D. (2022). Actividades lúdicas para desarrollar habilidades motrices básicas en estudiantes de Educación Física. *Ciencia y Deporte*, 7(2), 46-61.
- Fernández, M. L. . (2021). ONTO CREATIVIDAD Y LA ACCIÓN LÚDICA EN EL DESARROLLO PSICOSOCIAL DEL NIÑO DE EDUCACIÓN INICIAL. *Scientiarium*, (2). Recuperado a partir de <https://investigacionuft.net.ve/revista/index.php/scientiarium/article/view/302>
- García Santana, D. A., & Navarrete Pita, Y. (2022). Estrategia lúdica para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de preparatoria. *Revista Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 10(3).
- Martínez Otiniano, R. E., & Battaglia Vilela, M. G. (2019). Propuesta de programa de actividades lúdicas para desarrollar la motricidad gruesa en los niños y niñas de 3 años de edad de la IEI N° 051 San Gabriel del distrito de Pomalca, provincia de Chiclayo, región Lambayeque, 2015.
- Méndez Urgiles, E. T. (2022). *Guía didáctica a través de actividades lúdicas para el desarrollo de la Inteligencia Emocional en niños y niñas de 3 a 4 años del Centro de Educación Inicial Mamy's Day Care, año lectivo 2020-2021* (Bachelor's thesis).



- Mendoza-Alcívar, Y. Y., & Zambrano-Rivera, S. V. (2021). Actividades lúdicas para mejorar la psicomotricidad gruesa en niños entre 10 años y 11 años. *Dominio de las Ciencias*, 7(6), 493-514. <https://doi.org/10.23857/dc.v7i6.2345>
- Mero, K. M. M., Llaver, L. R. M., & Viteri, L. V. (2021). La educación de la autonomía en niños y niñas del subnivel inicial 2 de la escuela Gabriela Mistral. *Polo del Conocimiento: Revista científico-profesional*, 6(8), 135-153.
- Morante, M., & Vargas, A. (2019). Actividades Lúdicas para el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en niños y niñas de 4 a 5 años. Tesis de pregrado de la Universidad estatal de Milagro, [Repositorio UNEMI]. <http://repositorio.unemi.edu.ec/bitstream/>
- Noroña Guanochanga, D. L., & Saquina López, E. E. (2023). *Actividades lúdicas para el desarrollo de la autonomía en los niños de preparatoria* (Bachelor's thesis, Ecuador: Pujilí: Universidad Técnica de Cotopaxi (UTC)).
- León, K. N. S., Yperti, N. M., & Vasquez, P. P. J. (2020). Programa de actividades lúdicas para estimular el desarrollo del lenguaje expresivo en niños de 3 años. *Dominio de las Ciencias*, 6(4), 324-339.
- Liberio Ambuisaca, X. P. (2019). El uso de las técnicas de gamificación en el aula para desarrollar las habilidades cognitivas de los niños y niñas de 4 a 5 años de Educación Inicial. *Conrado*, 15(70), 392-397.
- Loor Zambrano, M. R., & Tarazona Meza, A. K. (2022). Guía de actividades lúdicas para el desarrollo socioafectivo en estudiantes de inicial II: Una propuesta educativa. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 26(Extraordinario), 531-550. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v26iExtraordinario.1644>
- López, A. L. Q., & Flores, A. (2022). Guía de actividades lúdicas que fomenten la autonomía en los niños de educación inicial II. *Revista EDUCARE-UPEL-IPB-Segunda Nueva Etapa 2.0*, 26(Extraordinario), 215-235.
- Lozano, T. (2018). Actividades lúdicas para mejorar la motricidad gruesa en los niños y niñas de 4 años de la institución educativa inicial n°184 distrito de San Clemente - Pisco. Tesis de pregrado Universidad Nacional de Huancavelica, [Repositorio UNH]. <https://repositorio.unh.edu.pe/handle/UNH/2329>



- Oñate, A. (2019). Lúdica como factor potenciador de la creatividad en los niños de Educación. *Revista Interdisciplinaria de Humanidades, Educación, Ciencia y Tecnología*, 6(6), 210-236.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7390783>
- Patiño-Quizhpi, D., Álvarez-Lozano, M., & Erazo-Álvarez, J. (2020). Estrategias lúdicas para desarrollar la lecto-escritura mediante la plataforma Liveworksheets. *CIENCIAMATRIA*, 6(3), 408-427.
<https://doi.org/10.35381/cm.v6i3.408>
- Patricia, C. C. M., & María, C. C. Á. (2021). La estimulación del cerebro y su influencia en el aprendizaje de los niños de preescolar. *Zenodo (CERN European Organization For Nuclear Research)*. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5512747>
- Sánchez-Domínguez, J. P., Ortega, S. E. C., & López, B. M. H. (2020). El juego como representación del signo en niños y niñas preescolares: un enfoque sociocultural. *Revista Educación*.
<https://doi.org/10.15517/revedu.v44i2.40567>
- Santana, D. A. G., & Pita, Y. N. (2022). Estrategia lúdica para el desarrollo de la inteligencia emocional en estudiantes de preparatoria. *Estudios del Desarrollo Social: Cuba y América Latina*, 10(3), 70-81.
- Tamay Uchuari, M. O. (2022). *Actividades lúdicas para fortalecer la motricidad gruesa en niños y niñas de 4 a 5 años a través del juego psicomotriz en la Unidad Educativa del Milenio Manuela Garaicoa de Calderón, año lectivo 2019-2020* (Bachelor's thesis).
- Villega, L. B. E., & Varas, C. I. G. (2022). Técnicas de educación emocional para niños y niñas de educación inicial.

