

El juego es fundamental para el desarrollo emocional, cognitivo y social de los niños

- **Expertas en educación y crianza respetuosa dan las claves de a qué jugar y cómo en cada etapa infantil en la guía “Mamá, papá, ¡quiero jugar!”**
- **Esta iniciativa forma parte del proyecto “La importancia de jugar” de Meridiano Seguros con videos informativos, materiales descargables y recomendaciones de juegos específicos para las diferentes edades**

NOTA DE PRENSA. 29/04/24. Los expertos coinciden: el juego es una parte fundamental del desarrollo infantil, no solo en términos de entretenimiento, sino también en el crecimiento emocional, cognitivo y social de los niños.

Las expertas en educación y crianza respetuosa, **Elvira Perejón y Sara Noguera**, dan las claves de a qué jugar y cómo en cada etapa infantil en la **“Mamá, papá, ¡quiero jugar!”**. La última guía para las familias editada por [Meridiano Seguros](#) sobre la relevancia del juego para el desarrollo de los más pequeños.

Se explica en esta guía que el juego es el tesoro de la infancia. Y que lo es no solo por diversión, sino también porque facilita la exploración del entorno y de uno mismo, desarrolla la capacidad de expresión y construye la comprensión de las emociones.

Elvira Perejón, neuroeducadora, maestra de educación infantil y primaria, afirma que, desde una perspectiva neurobiológica, **las experiencias proporcionadas por el juego contribuyen al desarrollo de habilidades como la atención, la interpretación y el aprendizaje en las experiencias.**

“El tiempo de juego es tiempo de calidad para toda la familia. El desarrollo del bienestar emocional en familia parte de pasar tiempo juntos, realizando actividades lúdicas que generen complicidad, sentimiento de pertenencia y buenos recuerdos” explica. *“Además, a través del juego, niños y niñas aprenden a gestionar momentos de alegría pero también de frustración, de empatía y resiliencia. Cada risa, cada lágrima, cada abrazo en el mundo del juego es una lección de gestión emocional”* añade.

Y es que, como se puede leer en el documento, el **90% de las estructuras cerebrales se conforma en los primeros años de vida, por lo que los más pequeños necesitan sentir, moverse y experimentar**. Durante el juego, las experiencias sensoriales y motoras, fortalecen las conexiones neuronales, lo que ayuda a la adaptación del cerebro y a un desarrollo óptimo de su capacidad de respuesta ante distintas situaciones.

Por su parte, **Sara Noguera**, profesional de la educación y especialista en crianza respetuosa, destaca, en la interacción con niños y niñas, la importancia de tener en cuenta aspectos como que no debemos jugar con nostalgia y que sí tenemos que practicar la cautela y la observación.

“Así que como padres y madres debemos observar qué es lo que más les divierte, les atrae y con lo que más les gusta interactuar, y a partir de este análisis, ofrecerles juego” comenta Noguera.

Proyecto “La importancia de jugar”

Esta nueva publicación editada por Meridiano Seguros forma parte de un proyecto más amplio que, bajo el lema de la **“Importancia de jugar”**, aporta recursos para dar a conocer la importancia del juego y brindar herramientas prácticas para aplicar en aulas y hogares. Esta plataforma, de acceso libre y online, está compuesta por una serie de videos informativos presentados por especialistas en el área, la guía descargable **“Mamá, papá, ¡quiero jugar!”** y recomendaciones de juegos específicos para las diferentes etapas del desarrollo infantil.

“Desde Meridiano, llevamos mucho tiempo implicados y volcados en subrayar la importancia del cuidado del bienestar emocional y darle visibilidad a través de contenido de calidad al alcance de cualquier persona” explica Sonia Carricondo, Responsable de Comunicación y RSC en Grupo ASV. *“Por esta razón, con este proyecto en el que hemos contado con la colaboración de especialistas en crianza respetuosa y educación infantil, queremos afianzar nuestro compromiso con la construcción de una base sólida para la salud emocional a edades tempranas”* culmina Carricondo.

¿A qué jugar en cada etapa?

- **De 1 a 3 años:** los mejores juegos son los sensoriales y manipulativos, ya que realizar actividades simples estimula el desarrollo motor, cognitivo y emocional.
- **De 4 a 6 años:** comienzan a tener una mayor independencia física pero no emocional. Por ello, es importante enseñarles sobre juegos y actividades imaginativas que promuevan la creatividad y el desarrollo del lenguaje. Y reclamarán a los adultos jugar con ellos.

- **De 6 a 8 años:** los niños y las niñas de estas edades son exploradores por excelencia, por ello, es recomendable que practiquen juegos al aire libre y actividades físicas que promuevan el ejercicio y la salud física. Así como el pensamiento crítico.
- **De 9 a 12 años:** la preadolescencia es un momento complicado para madres, padres e hijos/as, porque es difícil saber cómo estrechar vínculos. Empiezan los juegos sin vigilancia, dejarles jugar sin estar pendientes de lo que hacen en todo momento. Se encuentran en un momento en el que necesitan tener un sentimiento de privacidad, lo que les ayuda a desarrollar su propia autopercepción y la seguridad en uno mismo.

Link a la landing con todos los materiales:

Link a la guía:

SOBRE MERIDIANO SEGUROS

[Meridiano](#) es una compañía de seguros que se funda en Andalucía en 1966, teniendo su origen en el ramo de decesos. Hoy, cuenta con más de 60 oficinas propias, 150 agencias exclusivas y una plantilla de 700 profesionales. Forma parte de Grupo ASV, con 95 años de experiencia y una fuerte implantación nacional.

La compañía, que lleva casi 60 años al servicio de sus clientes, se caracteriza por sus valores de humildad, respeto, trabajo en equipo y responsabilidad.

Más información o entrevistas en el 966 615 333