

IMPORTANCIA DE LA GESTIÓN EMOCIONAL EN LA EDUCACIÓN ACUÁTICA INFANTO-JUVENIL: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

Elisa Huéscar,¹ Luciane de Paula,² Micaela Garrido Fialhio³

¹ Universidad Miguel Hernández, ² Centro de Enseñanza Samaniego, ³ Instituto Superior de Educación Física – Universidad de la República

OPEN ACCES

*Correspondencia:

Micaela Garrido
Universidad de la República
Montevideo, Uruguay
micaelagarrido.86@gmail.com

Funciones de los autores:

Todos los autores han participado en la elaboración del documento y han aprobado esta versión final del texto.

Recibido: 03/09/2021

Aceptado: 13/10/2021

Publicado: 30/10/2021

Citación:

Huéscar, E., De Paula, L., & Garrido, M. (2021). Importancia de la gestión emocional en la educación acuática infanto-juvenil: una revisión sistemática. *Revista de Investigación en Actividades Acuáticas*, 5(10), 104-110.
<https://doi.org/10.21134/riaa.v5i10.1441>



Creative Commons License

Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NonCommercial-Compartir-Igual 4.0 Internacional

Resumen

Antecedentes: En cuanto a los textos encontrados, aparecieron en una primera instancia relacionados a deportes en entornos competitivos, al vínculo entre el docente y el niño, relacionados a las actividades físicas en general, entre otros. Sin embargo, al momento de aplicar filtros y limitar el sondeo, orientándolo hacia la práctica infantil de actividades acuáticas, al vínculo entre la educación emocional y las actividades dentro del mundo acuático, allí encontramos un vacío. Es por ello, que hemos apartado para este estudio, aquellos artículos que traten sobre las emociones en edades tempranas y aquellos que vinculan las mismas a la metodología de enseñanza. A partir de los cuales se pretende inferir la relación vincular entre la gestión de las emociones y la enseñanza de las actividades acuáticas.

Se ha resuelto también incluir, aquellas investigaciones que refirieran a la gestión emocional en poblaciones en situación de diversidad funcional, como ser TEA (Trastorno del Espectro Autista) y Parálisis Cerebral, que fueron siempre mayor número de trabajos que los que se han encontrado en población de desarrollo típico.

Objetivos: El objetivo del presente trabajo fue realizar una revisión bibliográfica, de los estudios que se han realizado en los últimos 20 años entorno a la gestión emocional y las actividades acuáticas en la infancia y la adolescencia. Esperando contribuir a la comprensión de los factores asociados a la mejora de la gestión emocional en este medio.

Método: Este estudio consistió en la realización de una revisión sistemática, en la que se seleccionaron y analizaron los resultados de las investigaciones en relación a la gestión emocional en el ámbito acuático. La búsqueda exhaustiva de los trabajos publicados en torno a la gestión emocional utilizó como filtro, publicaciones de los últimos 20 años y que sean exclusivamente relacionadas con el medio acuático.

La búsqueda bibliográfica se basó en bases de datos electrónicas, recopiladas de: SCOPUS, Web of Science, Dialnet, SciELO, EBSCOhost, Timbó Foco y Google académico

Resultados: La revisión realizada arroja resultados relacionados con beneficios para el desarrollo del infante en dos ámbitos: a) personal y b) social. Respecto al ámbito personal los trabajos informan de mejoras relacionadas con el trabajo de la gestión emocional en el medio acuático respecto al autoconcepto del niño y su propia percepción personal.

Conclusiones: En este estudio concluimos, a partir de los resultados de los estudios revisados, que la gestión emocional en el medio acuático se presenta como fundamental para contribuir en el desarrollo integral del infante, ya que participa no solo a nivel personal, desde la mejora del autoconocimiento y autopercepción, sino también a nivel social, fomentando las relaciones con los demás, ya sea en poblaciones infantojuveniles de desarrollo típico como con diversidad funcional.

Palabras clave: gestión emocional, educación acuática, niños, bienestar

Importance of emotional management in child-youth aquatic education: a systematic review

Abstract

Background: Regarding the texts found, they appeared in the first instance related to sports in competitive environments, the link between the teacher and the child, related to physical activities in general, among others. However, when applying filters and limiting the survey, orienting it towards children's practice of aquatic activities, the link between emotional education and activities within the aquatic world, there we found a void. That is why we have set aside for this study those articles that deal with emotions at an early age and those that link them to the teaching methodology. From which it is intended to infer the link between the management of emotions and the teaching of water activities.

Goals: The objective of this work was to carry out a bibliographic review of the studies that have been carried out in the last 20 years on emotional management and aquatic activities in childhood and adolescence. Hoping to contribute to the understanding of the factors associated with the improvement of emotional management in this environment.

Method: This study consisted of conducting a systematic review, in which the results of the investigations in relation to emotional management in the aquatic environment were selected and analyzed. The exhaustive search of the published works on emotional management, used as a filter, publications from the last 20 years and that are exclusively related to the aquatic environment.

Results: The review carried out yields results related to benefits for the development of the infant in two areas: a) personal and b) social. Regarding the personal field, the works report improvements related to the work of emotional management in the aquatic environment with respect to the child's self-concept and their own personal perception.

Conclusions: In this study we conclude, based on the results of the reviewed studies, that emotional management in the aquatic environment is presented as fundamental to contribute to the integral development of the infant, since it participates not only on a personal level, from the improvement of self-knowledge and self-perception, but also at the social level, fostering relationships with others, whether in child-youth populations with typical development or with functional diversity.

Keywords: emotional management, aquatic education, children, well-being

Importância da gestão emocional na educação aquática infanto-juvenil: uma revisão sistemática

Resumo:

Introdução: Em relação aos textos encontrados, eles surgiram em primeira instância relacionados aos esportes em ambientes competitivos, o vínculo entre o professor e a criança, relacionados às atividades físicas em geral, entre outros. Porém, ao aplicar filtros e limitar a pesquisa, orientando-a para a prática infantil de atividades aquáticas, o elo entre a educação emocional e as atividades no mundo aquático, aí encontramos um vazio. É por isso que reservamos para este estudo os artigos que tratam das emoções da infância e os que se vinculam à metodologia de ensino. A partir do qual se pretende inferir a ligação entre a gestão das emoções e o ensino das atividades aquáticas.

Objetivos: O objetivo deste trabalho foi realizar uma revisão bibliográfica dos estudos realizados nos últimos 20 anos sobre manejo emocional e atividades aquáticas na infância e adolescência. Esperando contribuir para a compreensão dos fatores associados à melhoria do manejo emocional neste ambiente.

Método: Este estudo consistiu na realização de uma revisão sistemática, na qual foram selecionados e analisados os resultados das investigações em relação ao manejo emocional no meio aquático. A busca exaustiva dos trabalhos publicados sobre manejo emocional, usados como filtro, publicações dos últimos 20 anos e que são exclusivamente relacionadas ao meio aquático.

Resultados: A revisão realizada produz resultados relacionados aos benefícios para o desenvolvimento da criança em duas áreas: a) pessoal e b) social. Em relação ao campo pessoal, os trabalhos relatam melhorias relacionadas ao trabalho de manejo emocional no meio aquático no que diz respeito ao autoconceito da criança e sua própria percepção pessoal.

Conclusões: Neste estudo concluimos, com base nos resultados dos estudos revisados, que o manejo emocional no meio aquático se apresenta como fundamental para contribuir para o desenvolvimento integral da criança, uma vez que participa não apenas no nível pessoal, desde o melhor do autoconhecimento e da autopercepção, mas também ao nível social, promovendo relações com os outros, quer em populações infanto-juvenis com desenvolvimento típico ou com diversidade funcional.

Palavras-chave: gestão emocional, educação aquática, crianças, bem-estar

Introducción

1. La gestión emocional en el fomento del bienestar en la infancia y la adolescencia

En primer lugar, nos referiremos a la palabra emoción, que proviene del latín *emotio*, *onis*. Tomando la definición de la Real Academia Española, hace referencia a una “alteración del ánimo intensa y pasajera, agradable o penosa, que va acompañada de cierta conmoción somática” y su segunda acepción refiere a “interés, generalmente expectante, con que se participa en algo que está ocurriendo”. En concordancia con la definición antes mencionada, a continuación, se dejan planteadas otras acepciones para el término emoción, tomadas de los autores que se utilizaran para este trabajo:

Uno de los primeros en hablar del tema de la gestión emocional fue Goleman quién “utilizó el término emoción para referirme a un sentimiento y sus pensamientos característicos, a estados psicológicos y biológicos y a una variedad de tendencias a actuar. Existen cientos de emociones, junto con sus combinaciones, variables, mutaciones y matices” (Goleman 2014, p331).

Por su parte, Fross (2014, p13) indica que es imposible esquivar las emociones y lo que ellas nos quieren hacer sentir, en su libro vincula a las emociones y su relación con la ciencia. Además, intenta explicar el funcionamiento de las emociones, mencionando que “hay cosas que funcionan por detrás de una emoción para que su show pueda encandilarte. Y ahí es donde la ciencia entra en escena. Entender cómo funcionan las emociones, se ha venido retrasando en la historia de la actividad científica, porque naturalmente es difícil poner la propia experiencia subjetiva como objeto de estudio” (Fross, 2014, p13).

Por otro lado, las distintas emociones se manifiestan en la persona en el tono muscular, en la expresión facial, en la postura, y en este sentido, Fredrickson (2001) citado por Muslera (2016) “considera a las emociones como tendencias de respuestas, cuyo poder adaptativo va acompañado de manifestaciones fisiológicas dentro de las cuales destacamos la importancia de las expresiones faciales como facilitadoras en los procesos de interacción, así como fuentes de información acerca de los propios estados emocionales para uno mismo y para el entorno”.

Para entender porqué se produce la emoción Bizquerra (2003) nos habla de tres puntos, 1) unas informaciones sensoriales que llegan a los centros emocionales del cerebro, 2) luego se produce una respuesta neurofisiológica y 3) el neocórtex interpreta la información. Va a definirla como “un estado complejo del organismo caracterizado por una excitación o perturbación que predispone a una respuesta organizada. Las emociones se generan como respuesta a un acontecimiento externo o interno.”

En cuanto a la importancia de las emociones en el desarrollo del infante, podemos decir que al nacimiento su desarrollo emocional es elemental, ya que le permite subsistir, conseguir el alimento y el cariño que necesita. A medida que va creciendo, este abanico emocional se va incrementando, apareciendo así emociones básicas, alegría irritación, tristeza, disgusto, miedo entre otras. Es decir que va madurando y desarrollando e incorporando un mayor repertorio emocional. Esto le permitirá al infante, relacionarse con el mundo que lo rodea, comunicarse y así conseguir lo que desea. En este sentido, los primeros años de vida, definen los cimientos de la personalidad de la persona y, por lo tanto, van determinando cómo actuaremos en el período de la adultez. Durante la infancia, como etapa fundamental de aprendizaje, resulta de vital importancia proporcionarle herramientas que le permitan detectar las emociones y reconocer lo que está sintiendo y, a partir de allí poder gestionarlas de forma adaptativa. En este sentido, la gestión emocional, hace referencia a la capacidad para manejar las

emociones de forma apropiada, pero ello implica en primera instancia que el infante pueda identificar las mismas, y a partir de allí pueda actuar. Bisquerra (2003) señala cinco aspectos para el desarrollo de las competencias emocionales: conciencia emocional, regulación emocional, autonomía personal, inteligencia interpersonal y habilidades para la vida y el bienestar.

2. El medio acuático como escenario óptimo para el trabajo de las emociones en la infancia

Para Pansu (1997) el agua tiene que ver con “el placer, bienestar, alivio, envoltura, espacio, la libertad; el agua es estimulante, facilita el movimiento, los gestos. Es también, la profundidad, la ingravidez, el equilibrio, el juego. El agua, como campo de experiencias motrices y sensoriales, permite el riesgo, la superación, el encuentro, el contacto y la comunicación. Pero el agua, es también puede ser el miedo, la angustia, la regresión, el ahogamiento. Penetra, se infiltra, sumerge, ahoga, devora. Arrebata, destruye, devasta” (Pansu, 1997).

En definitiva, el medio acuático despierta un sinfín de emociones en las personas y sobre todo en la población infantil.

Orabi, Bayyat y Altaieb (2016) en su investigación con población joven de 20 años de edad, refieren al desarrollo de habilidades para la vida a través del contexto de la natación, mencionando el desarrollo de habilidades tales como autoconfianza, comunicación, trabajo en equipo, resolución de problemas, entre otros.

Por otro lado, respecto a población con diversidad funcional, Battaglia, Agrò, Cataldo, Palma, y Alesi, (2019) señalan en una investigación realizada en niños/as con Trastorno del Espectro Autista (TEA) en la que se estudió la eficacia de una terapia acuática multisistémica específica (CI-MAT) sobre habilidades motoras gruesas y sociales en tres adolescentes, obteniendo como resultado que ésta población obtiene beneficios en relación a sus habilidades sociales, como ser la confianza, la orientación acuática, la conciencia corporal, entre otros.

3. El papel de las metodologías activas en el medio acuático

En los últimos años, los trabajos científicos en este ámbito del conocimiento vienen indicando que el carácter de las metodologías utilizadas por el educador acuático a la hora de implementar las actuaciones pedagógicas en el medio acuático, se presentan como determinantes para la optimización del desarrollo del infante. En este sentido, podríamos mencionar estudios como el de Moreno-Murcia y Huéscar quienes profundizan en la utilización de los cuentos motores como metodologías activas, y de donde los “resultados mostraron que la administración del programa de cuentos motores contribuyó de manera positiva y significativa sobre la competencia motriz percibida del grupo experimental” (Moreno-Murcia, Huéscar, 2016).

En el reciente trabajo de Saldias, et al. (2019) con una metodología lúdico-acuática de ambientación en niños/as de 6 a 10 años, mediante una muestra de 76 niños, muestran que la propuesta lúdica influye significativamente en el proceso de ambientación del infante en este rango de edades. Además, estas metodologías colaboran positivamente en establecer cambios en comportamientos como la participación, autonomía, tolerancia, entre otros, siendo posible determinar, en definitiva, que la utilización de actividades lúdicas muestra avances progresivos durante el proceso de enseñanza-aprendizaje en el dominio de la competencia acuática.

Una aproximación metodológica que ha mostrado evidencias empíricas en los últimos años en relación con la optimización del desarrollo en la infancia, incluida la competencia emocional es el Método Acuático Comprensivo (MAC, Moreno-Murcia, 2002) presentándose como una herramienta que colabora en el trabajo y desarrollo adaptativo de la

vivencia emocional del niño en el medio acuático, a través del trabajo en el descubrimiento, reconocimiento y gestión emocional autorregulada por parte del niño. Su base, el fomento de la motivación de calidad mediante la utilización de metodologías lúdicas, ha mostrado efectos positivos sobre “el aprendizaje del saber, saber hacer, saber ser y saberes globales en las actividades acuáticas” (Moreno-Murcia, 2002). Este método personaliza la enseñanza, es decir que el infante es el protagonista activo de las tareas, aprendiendo, haciendo y comprendiendo, minimizando la repetición y el aprendizaje memorístico y enfocado a la competición como único objetivo.

Método

Este estudio consistió en la realización de una revisión sistemática, en la que se seleccionaron y analizaron los resultados de las investigaciones en relación a la gestión emocional en el ámbito acuático. La búsqueda exhaustiva de los trabajos publicados en torno a la gestión emocional, utilizó como filtro, publicaciones de los últimos 20 años y que sean exclusivamente relacionadas con el medio acuático.

La búsqueda bibliográfica se basó en bases de datos electrónicas, recopiladas de: SCOPUS, Web of Science, Dialnet, SciELO, EBSCOhost, Timbó Foco y Google académico. En la misma, los descriptores utilizados fueron en español: emociones, gestión emocional, medio acuático, emoción y educación física, motivación, bienestar. Y en inglés: emotions, emotional management, aquatic environment, emotion and physical education, motivation, well-being. Se utilizaron combinados de varias formas con el booleano «AND».

En una primera instancia, los textos aparecieron relacionados a deportes en entornos competitivos, al vínculo entre el docente y el niño, relacionados a las actividades físicas en general, entre otros. Sin embargo, al momento de aplicar filtros y limitar el sondeo, orientándolo hacia la práctica infantil de actividades acuáticas, al vínculo entre la educación emocional y las actividades dentro del mundo acuático, allí encontramos un vacío. Es por ello, que hemos apartado para este estudio, aquellos artículos que traten sobre las emociones en edades tempranas y aquellos que vinculan las mismas a la metodología de enseñanza. A partir de los cuales se pretende inferir la relación vincular entre la gestión de las emociones y la enseñanza de las actividades acuáticas.

Y finalmente, se ha resuelto incluir, aquellas investigaciones que refirieran a la gestión emocional en poblaciones en situación de diversidad funcional, como ser TEA (Trastorno del Espectro Autista) y Parálisis Cerebral, que fueron siempre mayor número de trabajos que los que se han encontrado en población de desarrollo típico.

Resultados

En una primera instancia se identificaron un total de 38 documentos, de los cuales se eliminaron 6 documentos por tratarse de gestión emocional con adultos, ampliando demasiado el rango de edad de esta investigación.

En una segunda instancia a los 32 textos que decantaron, se le aplicaron los criterios de inclusión que se incluyen en la “Figura 1”, quedando incluidos 14 textos para este trabajo.

A su vez, se deja planteado a continuación la “Tabla 3” donde se desglosa de cada uno de los textos seleccionados, y se muestra una división a modo de mejorar la comprensión en el desarrollo. Por un lado

5 textos que refieren a la gestión emocional en población típica (colocados en color azul en la “Tabla 3”) y 9 textos que refieren a la gestión emocional en población en situación de diversidad funcional (ubicados en color verde en la “Tabla 3”)

Tabla 1

Criterios de inclusión
Artículos publicados a partir del año 2000 hasta la actualidad
Muestras de niños y jóvenes que estén comprendidos entre los 3 y 20 años de edad.
Trabajos que incluyan en su muestra población tanto con desarrollo típico como población con diversidad funcional.

Tabla 2

Criterios de exclusión
Artículos de más de 20 años de antigüedad
Artículos que no involucraron a las Actividades Acuáticas
Trabajos que no fueran de investigación (sin muestra)
Trabajos que no se centren en la etapa evolutiva de la niñez o adolescencia

Figura 1: Diagrama de flujo

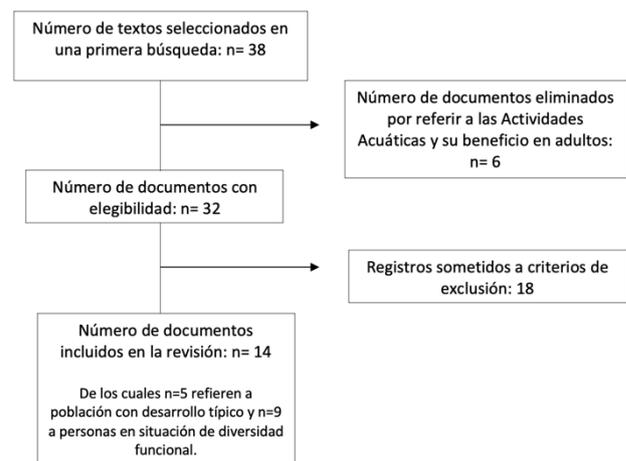


Tabla 3

Referencia	Objetivo	Resultado
Orabi, Bayyat, y Altaieb (2016) Life Skills Acquired Through Swimming Context in Relation to Students' Academic Achievement. http://dx.doi.org/10.5539/ass.v12n6p223	Investigar la relación entre el nivel de habilidades para la vida adquiridos por estudiantes que asisten a cursos de natación básica, intermedia y avanzada y desempeño académico. En 211 estudiantes	Los estudiantes de los cursos de natación fueron afectados positivamente en sus habilidades para la vida. Colabora en la forma en que los estudiantes piensan sobre sí mismos y de los demás. Por lo tanto, juegan un papel importante en la promoción del bienestar mental y académico.
Moreno-Murcia, and Ruiz-Pérez. (2008) "Aquatic Perceived Competence Analysis in Children: Development and Preliminary Validation of a Pictorial Scale," International Journal of Aquatic Research and Education: Vol. 2 : No. 4 , Article 5. DOI: https://doi.org/10.25035/ijare.02.04.05	Desarrollar y validar una escala para medir la competencia motora percibida de los niños en el agua (también conocida como competencia percibida acuática)	El estudio ha servido para apoyar la naturaleza bidimensional de la competencia hídrica percibida entre los niños pequeños en edad preescolar, así como para facilitar un análisis inicial tanto de la estructura factorial como de la consistencia interna de la escala en un contexto español
Saldias, González. et.al. (2019) Metodología lúdico acuática de ambientación en niños de 6 a 10 años. Recuperado https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.64305	Generar una propuesta de ambientación lúdico acuática influye significativamente en el proceso de ambientación en niños/as entre seis a diez años	En cuanto a la influencia de la propuesta metodológica de ambientación lúdica acuática para niños de seis a diez años, es posible afirmar que influye positivamente en la socialización y participación.
Muño-Herrera, Molero-Barbero, (2013) El cuerpo, la expresión y el medio acuático. Una experiencia integradora. Recuperado en https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4482769	Buscar influir al máximo en la educación integral del sujeto, mediante la adaptación de las formas de trabajo en la piscina a la edad concreta del alumno, tratando así de aumentar la motivación en el proceso de enseñanza.	Remarcan los beneficios que conlleva la aplicación sistemática de esta forma de trabajo, basada en los cuentos motores acuáticos-, sobre otras formas de enseñanza tradicionales.
Greiff-Rodríguez (2020) Comprensión de los procesos de mediación del profesor y el niño en el medio acuático para el desarrollo emocional de niños de 3 años. Recuperado de http://hdl.handle.net/10554/50128	Intentar responder a: cómo es el desarrollo emocional en niños de 3 años en un programa de intervención oportuna en el entorno acuático, reconociendo que este es un espacio pedagógico que puede permitir un ejercicio de mediación basado en la teoría de la Zona de Desarrollo Próximo que defiende el aprendizaje como un hecho social	Se pudo comprobar la importancia que tiene el docente (o un adulto) como mediador en los procesos de aprendizaje y desarrollo emocional, pues la niña logra consolidar unas habilidades natatorias a través de su sentimiento de capacidad y autoestima y el vínculo de confianza que establece con la docente.

Referencia	Objetivo	Resultado
Battaglia; Agrò, Cataldo, Palma, Alesi, (2019) Influence of a Specific Aquatic Program on Social and Gross Motor Skills in Adolescents with Autism Spectrum Disorders: Three Case Reports. <i>J. Funct. Morphol. Kinesiol.</i> 2019, 4, 27. https://doi.org/10.3390/jfmk4020027	Investigar la eficacia de una terapia acuática multisistémica específica (CI-MAT) sobre habilidades motoras gruesas y sociales en tres adolescentes con trastornos del espectro autista (TEA)	Los resultados de este estudio mostraron que el programa CI-MAT fue efectivo para el desarrollo de habilidades motoras gruesas y comportamientos sociales en sujetos con TEA
Crawford. (2012). Pilot study of parent and child perspectives evaluating the effect of a 14 week swim programme on quality of life, self esteem and independence in children with cerebral palsy. (Unpublished document submitted in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Osteopathy). Unitec Institute of Technology, Auckland, New Zealand. Retrieved from https://hdl.handle.net/10652/1915	Estudiar la incidencia de la actividad acuática en el dominio físico de la calidad de vida; emocional y cognitiva, así como en la independencia y la autoestima. en el dominio social.	Se ha indicado que una mayor libertad de movimiento experimentada en el agua proporciona un entorno que promueve las interacciones sociales y un mejor concepto de sí mismos para los niños con parálisis cerebral
Jorgić, Dimitrijević, Lambeck, Aleksandro, Okičić, Madić, (2012) EFFECTS OF AQUATIC PROGRAMS IN CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH CEREBRAL PALSY: SYSTEMATIC REVIEW Recupérate de https://www.researchgate.net/publication/279195894_Effects_of_aquatic_programs_in_children_and_adolescents_with_cerebral_palsy_Systematic_review	Analizar los estudios publicados entre 1990 y 2011, que investigan los efectos de los programas acuáticos en niños y adolescentes con parálisis cerebral	Pueden tener efectos positivos e impacto en la mejora de la condición física y el comportamiento social en personas con PC.
Declerck, . (2013) Swimming and the physical, social and emotional well-being of youth with cerebral palsy. Recuperado http://hdl.handle.net/1842/9459	Investigar el efecto de la natación en estas múltiples facetas del funcionamiento que se asocian con los bajos niveles de actividad física, en la juventud con parálisis cerebral.	Se concluyó que la natación es una actividad física comunitaria agradable y segura que puede tener un efecto positivo en el bienestar físico, social y emocional de jóvenes de 7 a 17 años con parálisis cerebral con capacidad para caminar

Referencia	Objetivo	Resultado
Broach, McKenney. (2012) Social Fun and Enjoyment: Viable Outcomes in Aquatics for Individuals with Physical Disabilities. Recuperado https://scholarworks.bgsu.edu/ijare/vol6/iss2/8 DOI: https://doi.org/10.25035/ijare.06.02.08	Estudiar los efectos del disfrute y la diversión en personas con discapacidad en intervenciones acuáticas. Se estudia la bibliografía relacionada a los efectos positivos en la discapacidad relacionados a estados emocionales positivos.	Como resultado los participantes han manifestado que en el ejercicio acuático había varios efectos positivos físicos, en el disfrute y en la fatiga. Sentían mayor libertad de movimiento, relajación, energía e interacción social.
Chang, Hung, Huang, Hatfield, Hung. (2014) Effects of an Aquatic Exercise Program on Inhibitory Control in Children with ADHD: A Preliminary Study Recupérate de https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24695590/	Examinar si una intervención de ejercicio acuático que incluye ejercicios aeróbicos y de coordinación influye en la inhibición de la sujeción en niños con TDAH	Se observaron mejoras significativas en la inexactitud asociada con el estímulo Nogo y la coordinación de las habilidades motoras a lo largo del tiempo
Pinru Phytanza, Burhaein. (2019) Aquatic Activities as Play Therapy Children Autism Spectrum Disorder Recupérate de https://www.researchgate.net/publication/338126401_Aquatic_Activities_As_Play_Therapy_Children_Autism_Spectrum_Disorder	Estudiar la terapia del juego para niños con TEA dentro de las Actividades Acuáticas	Este trabajo concluye con apostar a que un programa de juegos acuáticos puede ser utilizado como terapia para niños con TEA
Stan. (2012) The benefits of participation in aquatic activities for people with disabilities, recuperate de https://www.medicinasportiva.ro/SRoMS/RMS/29/benefits_aquatic_activities_people_disabilities.pdf	Profundizar en la idea de que el agua es un entorno ideal para trabajar con personas con discapacidad. Y que participen de forma segura en programas de actividad física.	Concluye que existen varios beneficios de la practica de actividades acuáticas en personas con discapacidad, beneficios físicos, beneficios sociales y emocionales; y beneficios cognitivos e intelectuales. Por otra parte, va a mencionar la actividad recreativa en el agua como elemento fundamental, y no solo hablar de natación adaptada.

Discusión

El objetivo del presente trabajo fue realizar una revisión bibliográfica, de los estudios que se han realizado en los últimos 20 años entorno a la gestión emocional y las actividades acuáticas en la infancia y la adolescencia. Esperando contribuir a la comprensión de los factores asociados a la mejora de la gestión emocional en este medio.

Se observa que los estudios seleccionados en la búsqueda se presentan en su gran mayoría enfocados a personas en situación de diversidad funcional un 64,2% del total, y en menor medida enfocados a las personas de desarrollo típico 35,7%. Dando la impresión, en primera instancia, que es en aquellas poblaciones donde las expresiones emocionales se encuentran limitadas, como el caso del TEA y de la Parálisis Cerebral, es donde se hace más visible las mejoras que proporciona el agua en el trabajo emocional. Dejando así un espacio para preguntarnos ¿Es sólo en estas poblaciones que podemos visualizar mejoras en el desarrollo emocional al trabajar en entornos acuáticos? ¿qué sucede en niños de desarrollo típico? ¿hay beneficios en trabajar la gestión emocional en los niños? ¿qué aporta el medio acuático? Y quizá muchas interrogantes más.

En este sentido, el artículo que más se destaca es el de Orabi, Bayyat, y Altaieb, (2016) que se basó en investigar la relación entre el nivel de habilidades para la vida adquiridos por estudiantes que asisten a cursos de natación básica, intermedia y avanzada y el desempeño académico. En este sentido los autores hablan de las habilidades para la vida que menciona la OMS (Organización Mundial de la Salud) al decir que son “los comportamientos positivos que permita a las personas hacer frente de manera eficaz a las demandas y desafíos de la vida cotidiana y para el futuro”. Las habilidades para la vida nos permiten traducir conocimientos actitudes y valores en habilidades reales.

En este estudio se menciona también que la UNICEF (Unión Internacional de Emergencia de las Naciones Unidas para la Infancia) hace hincapié en que estas habilidades para la vida se pueden aprender a través de entornos educativos. Además, como mencionamos en un principio, este estudio nos confirma que es más positivo presentar a los alumnos estas habilidades para la vida con un enfoque interactivo, ya que afirma que de esta manera se “tienen efectos más fuertes sobre los alumnos que en enfoques basados en la información” es por ello por lo que va a mencionar que el deporte constituye un vehículo para el desarrollo saludable y que estas habilidades para la vida pueden ser enseñadas en un contexto deportivo.

Estos contextos deportivos van a colaborar en los jóvenes en relación a tener una mayor coherencia de sí mismo, establecer metas, mejorar los tiempos de gestión, conseguir habilidades de regulación emocional, tener relaciones positivas con los compañeros, iniciativa, responsabilidad personal, social y mejorar su autoestima. Estos autores Orabi, Bayyat y Altaieb, (2016) concluyeron que un “contexto de natación puede ser un entorno rico para ayudar a los estudiantes a desarrollar sus capacidades para la vida” y que “los métodos de enseñanza eficientes y participativos demostraron tener un efecto positivo en las habilidades para la vida y el desarrollo juvenil”. (Orabi, Bayyat y Altaieb, 2016; pág. 4).

Por otro lado, debemos mencionar, en esta discusión que han aparecido mayor cantidad de estudios que relacionan la gestión emocional de personas en situación de diversidad funcional (64,2%), ejemplo de ello, constituye la investigación de Battaglia, et al. (2019) quienes investigaron en relación a la influencia de un programa acuático sobre las habilidades motoras y habilidades sociales en adolescentes con trastorno del espectro autista. El estudio refiere a que los niños y jóvenes con TEA (Trastorno del Espectro Autista) muestran deficiencias motoras que contribuyen a disminuir sus habilidades de socialización. En este sentido las actividades acuáticas no solo colaboran en mejorar

el rendimiento motor, sino que también “brindan oportunidades de interacción social” allí se menciona además que “los niños con TEA mejoran su autoconfianza y su motivación de dominio cuando se enfrentan a tareas motoras desafiantes. La influencia positiva del medio acuático puede explicarse como las propiedades de la presión hidrostática y la flotabilidad que, a su vez, permiten mejoras en los comportamientos sensoriales y sociales (ejemplo mantener el contacto visual y prestar atención)” (Battaglia, et al. 2019; pág. 2) Estos resultados, nos hacen pensar que en estas poblaciones que ya presentan dificultades en el desarrollo de las capacidades sociales, las actividades en el medio acuático hacen más notoria las mejorías en este sentido.

Son varios los estudios que inciden en que la metodología motivadora y participativa, producirá efectos beneficiosos sobre la gestión emocional del infante. En este sentido mencionamos la investigación de Saldías, et al (2019) donde se habla específicamente de metodologías lúdicas en el medio acuático, afirmando que se han logrado cambios en el comportamiento de la conducta de los niños, tales como mejorar la participación, la autonomía, la tolerancia entre otros. Y el trabajo realizado por Pinru Phytanza, Burhaein, (2019) donde profundizan en relación a la terapia del juego en niños con TEA. En este sentido se habla de 5 juegos acuáticos que logran incidir positivamente en el desarrollo no solo físico sino también en el desarrollo social y emocional de los niños.

Podemos inferir de todo lo expuesto que trabajar la gestión emocional es tan importante en población típica como en población en situación de diversidad funcional. A pesar de que hasta hoy los resultados son más visibles en el segundo grupo, trabajar la gestión emocional en población infantil resulta de suma relevancia a la hora de fomentar un desarrollo integral y generar situaciones de enseñanza de las actividades acuáticas que colaboren en incrementar el desarrollo motor del niño en un ambiente feliz.

Como ya hemos mencionado en los resultados obtenidos, resulta muy importante trabajar en el medio acuático en relación a los dos ámbitos en los cuales el medio acuático influye positivamente, en el personal y en el social. Entendiendo que el medio acuático sumado a las estrategias y metodologías activas colaborará en el desarrollo integral del infante, potenciando así el aprendizaje de las actividades acuáticas. Surge la necesidad de continuar con este proceso de investigación y de crear en función a estos resultados una propuesta de intervención. Diseñando quizá algún dispositivo que pueda medir y evaluar la gestión emocional en el ámbito de las actividades acuáticas.

No sería ambicioso pensar también, en algún dispositivo que nos muestre la importancia que se debe dar a las emociones en la piscina y en que medida es trabajado o no por parte de los docentes en sus clases. En última instancia, somos los educadores los que debemos propiciar el desarrollo emocional en nuestras clases y utilizar metodologías que colaboren en este sentido.

Por lo tanto, los futuros estudios deberían tener en cuenta, por un lado, los antecedentes que existen en relación al tema, y tomar como punto de partida el presente escrito, a partir del cual se deja sentadas las bases para desarrollar un trabajo específico en el campo.

Conclusiones

En este estudio concluimos, a partir de los resultados de los estudios revisados, que la gestión emocional en el medio acuático se presenta como fundamental para contribuir en el desarrollo integral del infante, ya que participa no solo a nivel personal, desde la mejora del autoconocimiento y autopercepción, sino también a nivel social, fomentando las relaciones con los demás, ya sea en poblaciones infantojuveniles de desarrollo típico como con diversidad funcional.

Será entonces a partir de que el niño identifique y luego aprenda a gestionar sus emociones que podamos trabajar como docentes planteando propuestas y utilizando metodologías activas que propicien entornos de aprendizaje significativo y de bienestar para el niño.

Contribución e implicaciones prácticas

Una vez examinado el escenario en el que nos encontramos, desde el punto de vista de la gestión emocional a nivel infanto-juvenil en entornos de actividades acuáticas, quisiéramos dejar planteados algunas recomendaciones para la optimización de la gestión emocional en el medio acuático en el período de la infancia:

- Por un lado, pensar en la planificación, en el sentido de diseñar las condiciones que incrementen la motivación intrínseca a través de metodologías activas y estrategias de trabajo por parte del educador acuático para favorecer los aprendizajes en este entorno.
- Entender que el docente debe ser el guía en el desarrollo del proceso educativo, fomentando estrategias como los refuerzos positivos, las valoraciones y estimular al niño en sus logros.
- Evaluar y registrar el proceso a través del uso de instrumentos válidos que colaboren en diagnosticar e impulsar a mejorar la intervención educativa.
- Concluimos que en la actualidad son escasos los trabajos que refieren al tratamiento de la gestión emocional en contextos de educación acuática. A sabiendas que son innumerables los beneficios que genera incorporar este contenido en nuestras propuestas pedagógicas. La gestión emocional nos proporciona herramientas que nos permiten conocer, respetar y trabajar en función de las emociones que vive el niño. Y será entonces, a partir de que él mismo, las reconozca e identifique que se podrá plantear propuestas que generen en el niño la motivación y el deseo de aprender en entornos que así se lo predispongan.
- Por su parte, el medio acuático constituye un escenario idóneo para fomentar y potenciar la gestión emocional en niños y adolescentes.
- En este contexto será necesario llevar a cabo nuevos trabajos de investigación en relación a la temática y evaluar todas las variables posibles. Pensar en la intervención docente, en las metodologías, en los contenidos, en los distintos escenarios y contextos, entre otros.
- Finalmente, es importante recordar y respetar las individualidades de los procesos educativos, y las particularidades de los niños y jóvenes. Fomentando un entorno acuático alegre y motivador, que colabore con una participación activa de los niños en sus aprendizajes.

Agradecimientos

A la Dra. Elisa Huéscar y Dra. Luciane De Paula por su atenta revisión y compromiso en este trabajo en el marco de la obtención del título de Experto Universitario en Educación Acuática de la Universidad Miguel Hernández.

Referencias

- Battaglia, G.; Agrò, G.; Cataldo, P.; Palma, A.; Alesi, M. (2019) Influence of a Specific Aquatic Program on Social and Gross Motor Skills in Adolescents with Autism Spectrum Disorders: Three Case Reports. *J. Funct. Morphol. Kinesiol.* 2019, 4, 27. <https://doi.org/10.3390/jfmk4020027>
- Broach, E. McKenney, A. (2012) Social Fun and Enjoyment: Viable Outcomes in Aquatics for Individuals with Physical Disabilities. Recuperado <https://scholarworks.bgsu.edu/ijare/vol6/iss2/8>. DOI: <https://doi.org/10.25035/ijare.06.02.08>
- Chang YK, Hung CL, Huang CJ, Hatfield BD, Hung TM. (2014) Effects of an Aquatic Exercise Program on Inhibitory Control in Children

- with ADHD: A Preliminary Study Recuperado de <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24695590/>
- Crawford, F. (2012). Pilot study of parent and child perspectives evaluating the effect of a 14 week swim programme on quality of life, self-esteem and independence in children with cerebral palsy. (Unpublished document submitted in partial fulfilment of the requirements for the degree of Master of Osteopathy). Unitec Institute of Technology, Auckland, New Zealand. Retrieved from <https://hdl.handle.net/10652/1915>
- Declerck, M. (2013) Swimming and the physical, social and emotional well-being of youth with cerebral palsy. Recuperado <http://hdl.handle.net/1842/9459>
- Fross, F. (2014) Ciencia de las emociones. Ed. B, Barcelona España.
- Goleman, D. (2014) La inteligencia emocional. Ed. Zeta. Bs. As. Argentina
- Greiff Rodriguez (2020) Comprensión de los procesos de mediación del profesor y el niño en el medio acuático para el desarrollo emocional de niños de 3 años. Recuperado de <http://hdl.handle.net/10554/50128>
- Jorgić, B. Dimitrijević, L. Lambeck, J. Aleksandrović, M. Okičić, T. Madić, D. (2012) EFFECTS OF AQUATIC PROGRAMS IN CHILDREN AND ADOLESCENTS WITH CEREBRAL PALSY: SYSTEMATIC REVIEW Recuperado de https://www.researchgate.net/publication/279195894_Effects_of_aquatic_programs_in_children_and_adolescents_with_cerebral_palsy_Systematic_review
- Mildren, Ashley, "La eficacia de un programa de terapia acuática para mejorar la calidad de vida relacionada con la salud de niños y adolescentes con parálisis cerebral" (2009). PT Temas evaluados críticamente. Documento 27. <http://commons.pacificu.edu/ptcats/27>
- Moreno-Murcia, J. A., Huéscar, E., de Paula, L., y Gómez, N. (2020). Design and validation of a scale to measure fear of the aquatic environment in children. *Motricidade*, 16(4). <https://doi.org/10.6063/motricidade.20242>
- Moreno-Murcia, J. A., de Paula Borges, L., y Huéscar Hernández, E. (2020). Design and Validation of the Scale to Measure Aquatic Competence in Children (SMACC). *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(17), 6188. <https://doi.org/10.3390/ijerph17176188>
- Moreno Murcia, J.A. and Ruiz Pérez, L.M. (2008) "Aquatic Perceived Competence Analysis in Children: Development and Preliminary Validation of a Pictorial Scale," *International Journal of Aquatic Research and Education*: Vol. 2: No. 4, Article 5. DOI: <https://doi.org/10.25035/ijare.02.04.05>
- Moreno, J. A. (2002). Método acuático comprensivo. En *Actas del 7o Congreso de Actividades Acuáticas y Gestión Deportiva* (pp. 13-27). Barcelona: SEAE.
- Moreno-Murcia, J., Huéscar Hernández, E., Polo, R., López, E., Carbonell, B., & Meseguer, S. (2016). Efecto de los cuentos en la competencia acuática real y percibida en infantes / Tales effect in real and perceived aquatic competence in preschoolers. *Revista Internacional De Medicina Y Ciencias De La Actividad Física Y Del Deporte*, (61). <https://doi.org/10.15366/rimcafd2016.61.010>
- Muñoz Herrera, E. Molero Barbero, M. (2013) El cuerpo, la expresión y el medio acuático. Una experiencia integradora. Recuperado en <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4482769>
- Orabi, S.M. Bayyat, M.M. Abu Altaieb, M.H. (2016) Life Skills Acquired Through Swimming Context in Relation to Students' Academic Achievement. <http://dx.doi.org/10.5539/ass.v12n6p223>
- Pansu, C. (1997). El agua como espacio de libertad: desarrollo y cuidados del niño. *Comunicaciones Técnicas*.
- Pinru Phytanza, D.T. Burhaein, E. (2019) Aquatic Activities As Play Therapy Children Autism Spectrum Disorder Recuperado de

https://www.researchgate.net/publication/338126401_Aquatic_Activities_As_Play_Therapy_Children_Autism_Spectrum_Disorder

Saldias, N.D., González, M. et al (2019) Metodología lúdico-acuática de ambientación en niños de 6 a 10 años. Recuperado de <https://doi.org/10.47197/retos.v36i36.64305>

Stan, A.E. (2012) The benefits of participation in aquatic activities for people with disabilities, recuperado de https://www.medicinasportiva.ro/SRoMS/RMS/29/benefits_aquatic_activities_people_disabilities.pdf