



AIDEA



Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPETUOSA**
en la **Infancia**

2024



Bases para una educación acuática respetuosa en la infancia

Editado por Rita Fonseca Pinto, Ana Ortiz Olivar y Juan Antonio Moreno-Murcia
1º edición, Ciudad Autónoma de Buenos Aires (Argentina), SB, 2024.

Libro digital PDF. Documento exclusivo para distribución gratuita
ISBN 978-631-6593-81-8

1. Natación. 2. Deportes Acuáticos. 3. Protección a la Infancia. Fonseca Pinto, Rita
I. Ortiz Olivar, Ana II. Moreno Murcia, Juan Antonio III. Título
CDD 797.21083

© **AIDEA**

Asociación Iberoamericana de Educación Acuática, Especial e Hidroterapia (AIDEA)

Partida Valverde Bajo, 105 - 03138 Elche (España)

www.asociacionaidea.com - info@asociacionaidea.com

© **Sb editorial**

Piedras 113, 4 "8" - C1070AAC - Ciudad Autónoma de Buenos Aires

Tel.: (+54) (11) 42153-0851 - www.editorialsb.com - ventas@editorialsb.com.ar

Cómo citar este documento:

Fonseca-Pinto, R., Ortiz, A., & Moreno-Murcia, J. A. (2024). *Bases para una educación acuática respetuosa en la infancia*. Sb Editorial. <https://doi.org/10.5281/zenodo.13906007>



Bases para una educación acuática respetuosa en la infancia

La Declaración realizada en Benidorm (España) el 5 de mayo de 2024 por parte de la AIDEA (Asociación Iberoamericana de Educación Acuática, Especial e Hidroterapia) sobre una Educación Acuática Respetuosa, es un documento que marca un hito en la historia de la educación acuática en cuanto a los derechos de los participantes en los programas acuáticos. Elaborada por académicos y profesionales de distintas regiones del mundo, la Declaración establece, por primera vez, los derechos en la infancia fundamentales que deberían protegerse en la educación acuática.

Profesionales y académicos colaboradores

Apolonia Albarracín (España).
Robert Strauss (USA).
Luciane de Paula Borges (España).
Pedro Sarmiento (Portugal).
Renata Rodrigues (Brasil).
Caçilda Velasco (Brasil).
Mónica Anzueto (México).
Facundo Comba (México).
Lulú Cisneros (México).
Rossana Pugliese (Brasil).

Sandra R. Madormo (Brasil).
José Miguel de la Torre (España).
Verena María Renedo (España).
Miriam Diez (España).
Magdalena Sanz (Argentina).
Júlio Latorre (España).
José Luis León (España).
Carlos Santos (Portugal).
Carolina Burnay (Portugal).
Fernando Ricart (España).
Liliana Oliveira (Portugal).



Índice

Presentación.....	5
Objetivos	11
Derechos en la infancia.....	17
Abuso o negligencia en la infancia.....	23
Vinculación.....	29
Teoría polivagal.....	35
El juego.....	41
Estrés en la infancia.....	47
Trauma.....	51
Prácticas respetuosas.....	57
Premisas.....	63
Conclusiones.....	73
Referencias.....	77



A close-up photograph of a young child with dark hair and eyes, smiling joyfully. The child's face is covered in water droplets, suggesting they are in a swimming pool. The background is a bright blue, slightly blurred water surface. In the foreground, a colorful, multi-colored toy is partially visible. The overall scene is bright and cheerful. The word 'Presentación' is overlaid in white text on a dark blue circular graphic element.

Presentación



Presentación

La justificación para la creación de un documento que presenta el posicionamiento de la Asociación AIDEA sobre la educación acuática respetuosa en la infancia radica en la necesidad de promover prácticas educativas que fomenten el desarrollo integral y seguro de los niños en el medio acuático. Entre algunas de las razones para respaldar esta iniciativa se presentan las siguientes:



- **Importancia del medio acuático en el desarrollo infantil:** el agua ofrece un entorno único para el aprendizaje y el desarrollo físico, cognitivo, y emocional de los niños. La educación acuática promover habilidades motoras, confianza en sí mismos, seguridad en el agua y conciencia de seguridad, entre otros aspectos cruciales para el crecimiento infantil. social puede
- **Necesidad de enfoque en la seguridad acuática:** la seguridad en el agua es una preocupación fundamental para los padres y cuidadores. Un enfoque respetuoso en la educación acuática puede enseñar a los niños habilidades y conocimientos de seguridad acuática, manera gradual y segura, lo que reduce el riesgo de lesiones y ahogamientos.
- **Promoción del respeto por el medio ambiente:** la educación acuática respetuosa no solo se trata de la seguridad y el desarrollo infantil, sino también del respeto por el medio ambiente acuático. Enseñar a los niños sobre la importancia de cuidar y preservar los cuerpos de agua desde una edad temprana puede fomentar actitudes positivas hacia la conservación ambiental en el futuro.
- **Reconocimiento de la diversidad en el aprendizaje:** cada niño es único y tiene diferentes necesidades y habilidades. Un enfoque respetuoso en la educación acuática reconoce esta diversidad y promueve la



AIDEA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024



**aprender
ahogamiento**

inclusión de todos los niños, independientemente de su nivel funcional de habilidad o experiencia previa en el agua.

- **Contribución al desarrollo de políticas y prácticas educativas:** presentar un posicionamiento sobre la educación acuática respetuosa en la infancia puede influir en el desarrollo de políticas y prácticas educativas a nivel local, nacional e internacional. Puede abogar por estándares de seguridad más altos, programas de educación acuática accesibles y recursos adecuados para apoyar la implementación de enfoques respetuosos en diferentes contextos educativos.

Si bien es habitual escuchar recomendaciones sobre esta práctica, la evidencia que respalda sus beneficios es limitada y se centra principalmente en la prevención del ahogamiento. Los estudios han demostrado que

habilidades acuáticas no aumenta el riesgo de

(Bugeja & Franklin, 2012; Taylor, Franklin, & Peden, 2020).

Respecto al **ahogamiento**, su definición se refiere al proceso de experimentar dificultades respiratorias debido a la inmersión o sumersión en un líquido (OMS, 2014). Cuando este proceso resulta en la muerte, se cataloga como "fatal"; mientras que, si la víctima sobrevive, se denomina "no fatal".

Es relevante destacar que, en las estadísticas sobre ahogamientos, el número de hospitalizaciones es de 2 a 3 veces mayor que las tasas de ahogamiento fatal. Sin embargo, aún no se conoce completamente el impacto en aquellos que sufren un ahogamiento no fatal pero no requieren intervención externa, como socorristas o atención hospitalaria.



La falta de evidencia se debe en parte a la ética de la investigación, ya que sería necesario exponer a los niños a situaciones de riesgo y estrés para obtener resultados concluyentes. Sin embargo, estas prácticas son rechazadas por **comisiones éticas** que protegen la integridad de la vida humana.

Es crucial que los profesionales del ámbito de la educación acuática actúen de manera ética y responsable en todo momento.

El **propósito** de este posicionamiento es informar a la sociedad, los profesionales acuáticos y los gestores de instalaciones de que cualquier programa acuático para niños debe priorizar la seguridad física, emocional y social del niño, evitando prácticas que pongan en riesgo su bienestar.

Los niños, por naturaleza, son exploradores; ven el mundo de una manera distinta a los adultos. Cuando toman decisiones, lo hacen con la creencia de que es seguro para ellos, sin riesgo de daño y con un sentido de motivación y curiosidad. Para ellos, el miedo suele estar presente de manera sutil y no suele ser un obstáculo para la acción.

El aprendizaje de la **competencia acuática** es importante, pero debe realizarse de manera segura y ser sensible al desarrollo del niño. No existe una solución única para prevenir el ahogamiento, y la responsabilidad recae en los adultos, los profesionales y cómo el aprendiz interpreta el entorno acuático en su conjunto.

Inscribir a un niño en un programa que promete hacerlo **"a prueba de ahogamiento"** puede ser tentador, pero es importante comprender que ninguna garantía puede eliminar completamente el riesgo de

ahogamiento. La seguridad en entornos acuáticos depende de varios factores, incluyendo la supervisión adecuada, la existencia de barreras físicas restrictivas, la capacitación en competencias acuáticas y la comprensión de los riesgos asociados tanto del niño como del adulto a cargo.



Apoyándonos en el art. 4 de la **Carta de la Conferencia Internacional de la Educación Acuática Infantil** de 1994 en Melbourne que indica que "los organizadores y animadores de las actividades acuáticas **rechazarán toda pedagogía fundamentada en la violencia o en el**



condicionamiento de los niños. Deberán favorecer un sentimiento de seguridad y de confianza que incite a los niños a explorar libremente el medio acuático”.

La **Asociación Iberoamericana de Educación Acuática, Especial e Hidroterapia (AIDEA)** presenta este posicionamiento actualizado con el objetivo de orientar a las familias y profesionales sobre los programas acuáticos para niños de 4 meses a 6 años, destacando la importancia de una perspectiva multidimensional de la competencia acuática y la necesidad de actualización continua de los programas para garantizar la seguridad y el desarrollo integral de los niños. En resumen, este documento proporciona una base sólida para promover prácticas educativas seguras, inclusivas y respetuosas en el medio acuático, beneficiando así el desarrollo y bienestar de los niños en todo el mundo.





Objetivos

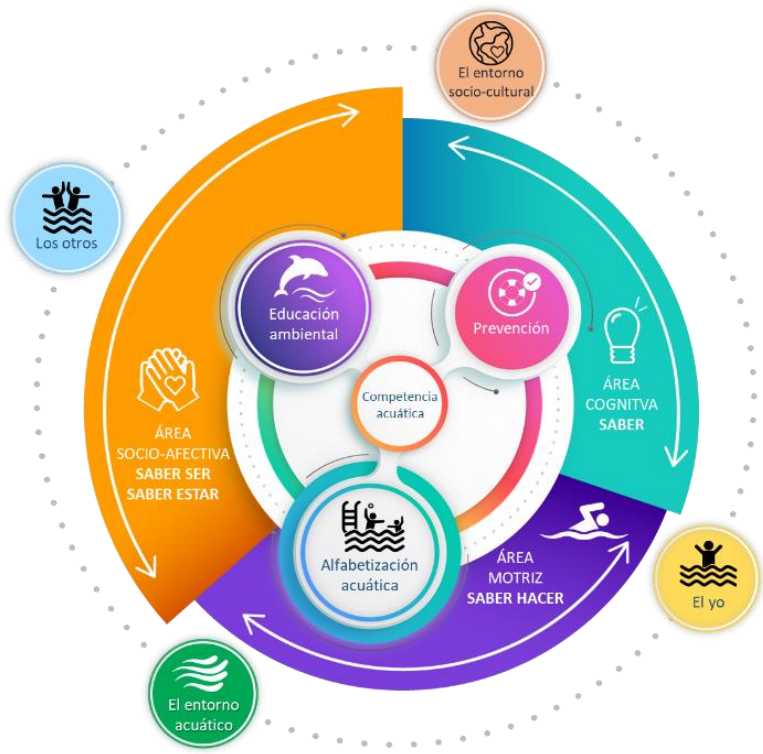


Objetivo de las actividades acuáticas en la infancia

El **propósito** de las actividades acuáticas en la infancia es fomentar el desarrollo integral del niño a través de la adquisición de competencias acuáticas fundamentales, abordando múltiples aspectos como la alfabetización acuática, la prevención del ahogamiento y la educación ambiental (Figura 1, Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023). Esto no solo permite disfrutar de experiencias acuáticas de manera más hábil y segura, sino que también promueve el bienestar general del niño en su relación con el medio acuático, consigo mismo y con los demás.



Figura 1. Modelo multidimensional de la competencia acuática (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023).





Durante la **infancia**, fase importante de crecimiento y descubrimiento, el niño configura su percepción del mundo y aprende a interactuar con él de manera segura, basándose en sus experiencias. Por lo tanto, es esencial proporcionar acceso a una variedad de oportunidades enriquecedoras y positivas.

La participación en programas acuáticos durante la infancia sienta las bases para que los niños exploren actividades acuáticas más específicas en el futuro, al mismo tiempo que desarrollan una conexión emocional con el medio acuático. La calidad de estas experiencias influye significativamente en las etapas posteriores del desarrollo.

Los **objetivos** de estas actividades se materializan en tres dimensiones interrelacionadas:

- **Alfabetización acuática:** esta dimensión, integrada en la alfabetización motora, busca desarrollar un conjunto de 15 competencias acuáticas esenciales para interactuar con el medio acuático con habilidad y seguridad. Además de potenciar el desarrollo motor, esta dimensión se ve influenciada por las características individuales y los contextos de aprendizaje.
- **Prevención del ahogamiento:** esta dimensión, incorporada en las prácticas de la alfabetización acuática, implica la transferencia de conocimientos y habilidades a situaciones reales. Además de fortalecer aspectos cognitivos y socioafectivos, esta dimensión tiene un papel tanto preventivo como reactivo, enseñando cómo prevenir situaciones de riesgo, así como actuar ante ellas. Reconocer la necesidad de supervisión adulta es parte de la seguridad.
- **Educación ambiental:** esta dimensión promueve el conocimiento y la preservación del medio ambiente acuático, fomentando actitudes proambientales y emociones positivas hacia la naturaleza. A través de esta dimensión, se busca llevar la realidad de los entornos acuáticos naturales a los programas de piscina y fomentar prácticas educativas en entornos reales, siempre priorizando la seguridad del niño.

Estas dimensiones están intrínsecamente relacionadas y son esenciales en el diseño de programas pedagógicos que persigan objetivos específicos.

El aprendizaje en este contexto no se limita al conocimiento teórico, sino que también abarca el desarrollo de habilidades prácticas y actitudes socioemocionales. Dado que las interacciones varían según las condiciones contextuales y la edad del niño, es fundamental comprender que su naturaleza exploratoria y su tendencia a la interacción impredecible requieren **enfoques flexibles y adaptativos**.





Los **objetivos de la declaración** por una educación acuática respetuosa en la infancia son:

- **Establecer estándares y prácticas educativas respetuosas:** Proporcionar orientación y recomendaciones para desarrollar programas y actividades educativas en el agua que sean sensibles a las necesidades individuales de los niños y respetuosos con su integridad física, emocional y cultural.
- **Fomentar el desarrollo integral:** busca promover el desarrollo físico, cognitivo, emocional y social de los niños a través de experiencias positivas y variadas en el medio acuático, respetando la individualidad de cada alumno.
- **Promover la inclusión y la equidad:** busca garantizar que todos los niños, independientemente de su nivel funcional, experiencia o condición socioeconómica, tengan acceso a oportunidades de educación acuática de calidad incluyendo profesionales calificados, respeto por los ritmos individuales, elección de metodologías centradas en el alumno.
- **Promover la seguridad en el agua:** uno de los principales objetivos es garantizar que los niños adquieran competencias acuáticas preventivas de manera segura y gradual, reduciendo así el riesgo de lesiones y ahogamientos.
- **Inculcar el respeto por el medio ambiente:** promover actitudes y comportamientos que fomenten el cuidado y la preservación de los cuerpos de agua, así como la conciencia sobre la importancia de conservar los ecosistemas acuáticos.





AIDEA

ASOCIACIÓN
EDUCACIÓN
ACUÁTICA

Bases para, una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**

en la Infancia

2024

- **Contribuir a la creación de políticas públicas:** abogar por la inclusión de la educación acuática respetuosa en las políticas públicas relacionadas con la infancia, la educación, la seguridad y el medio ambiente, a nivel local, nacional e internacional.
- **Sensibilizar a la comunidad:** educar a padres, cuidadores, educadores, autoridades y la sociedad en general sobre la importancia de una educación acuática respetuosa en la infancia y su impacto en el bienestar y desarrollo en la etapa infantil y a lo largo del ciclo vital.

La declaración por una educación acuática respetuosa en la infancia, al establecer objetivos claros y específicos, puede servir como un marco de referencia para guiar acciones y políticas que promuevan prácticas educativas seguras, inclusivas y respetuosas en el medio acuático.



**Derechos en la
infancia**



El desarrollo infantil y los derechos en la infancia

Si nos preguntamos cuáles son las **responsabilidades de un bebé**, puede parecer extraño, ya que en realidad no existen responsabilidades propias del bebé. Su principal objetivo es crecer, desarrollarse y satisfacer sus necesidades básicas. Lo que ocurre durante esta etapa son procesos naturales de desarrollo y cuidados proporcionados por quienes lo cuidan, ya que el bebé aún no tiene, ni es supuesto tener la capacidad de tomar decisiones ni de actuar con conciencia e intencionalidad, dado su estado de desarrollo.

En este sentido, ¿qué **cuidados** debe garantizar el cuidador durante la primera infancia?

- **Nutrición:** garantizar un conjunto de alimentos y nutrientes apropiados a la etapa y edad del infante.
- **Sueño:** proporcionar un entorno favorable a un sueño tranquilo, determinante para su bienestar y desarrollo.
- **Comunicación:** disponibilidad para observar, escuchar, comprender y atender a las necesidades del bebé/niño, pues este las expresa y comunica en las etapas iniciales a través del llanto y de las vocalizaciones.
- **Desarrollo físico:** generar un entorno estimulante y adecuado a la edad, promoviendo actividades que involucren el tacto, el paladar y acciones motoras como rastrear, girar y gatear.
- **Conexión y vínculo:** conseguir un estado de presencia y atención plena, a través del contacto físico, visual, abrazos, sonrisas y la atención a las necesidades físicas y emocionales..
- **Estimulación e interacción:** promocionar un entorno estimulante es fundamental para promover el desarrollo motor, cognitivo, emocional y social. Aunque no es necesaria la manipulación directa del adulto, se debe ofrecer oportunidades de exploración en entornos variados. El medio acuático, en particular, ofrece beneficios significativos, ya que el ser humano no nace adaptado a él.

Si se plantea un programa acuático desde una perspectiva pedagógica, son muchos los beneficios para el bebé en términos de desarrollo motor, percepción visual y flexibilidad cognitiva. Sin embargo, **los estudios presentan limitaciones pedagógicas para afirmar que el desarrollo del niño depende exclusivamente de esta interacción con el medio acuático** (Santos et al., 2023).

Para respetar el desarrollo infantil es imprescindible comprender y diferenciar dos conceptos: autonomía y responsabilidad.

La **autonomía** se refiere a la capacidad de actuar y tomar decisiones de forma independiente (sin ayuda), como respuesta a la necesidad de adaptarse a diferentes contextos. La autorregulación es fundamental para ser autónomo y está centrada en la libertad de acción (Deci y Ryan, 1985). Por su parte, la **responsabilidad**, se define como la capacidad de una persona para actuar moralmente (Escámez & Gil, 2001), asumiendo las consecuencias



de sus actos. Esta habilidad implica tanto competencias cognitivas como la capacidad de evaluar los beneficios y perjuicios de una acción, lo que la hace inaplicable a los niños en la fase sensoriomotora. En este contexto, la responsabilidad adquiere un importante valor educativo (Díez & Sousa, 2008).

Los programas educativos promueven la conquista progresiva de autonomía en el medio acuático, pero esto no es sinónimo de seguridad, ya que no se puede esperar que un niño, y mucho menos un bebé, sepa o actúe adecuadamente en una situación de riesgo (Taylor et al., 2020). Sin embargo, a con frecuencia se observa que, a medida que el niño adquiere progresivamente mayor autonomía al interactuar con el medio acuático, el adulto relaja su atención a la supervisión: incluso una mayor autonomía no va directamente acompañada de responsabilidad. Pero nunca habrá un bebé o un niño que se ahogue si hay un adulto presente con adecuada capacidad de supervisión.

Para que los niños empiecen a asumir responsabilidades progresivamente, es necesario que desarrollen la **capacidad de comprensión y el cumplimiento de algunas consignas** o tareas con la asistencia de sus cuidadores, basado en las teorías de Piaget. Este proceso de aprendizaje progresivo está ajustado a la edad, maduración y características individuales del niño, y se ve influenciado por los efectos culturales y las expectativas familiares, como sugiere la teoría de Bandura. A partir de los 3 años, explorar tareas simples puede ser beneficioso para el futuro éxito del niño en la escuela, el trabajo y las relaciones. Este tipo de experiencias ofrecen oportunidades de desarrollo, pero no incluyen habilidades de supervivencia o autocuidado responsable.

Tabla 1. Algunas referencias de responsabilidades en la etapa infantil.

0-2 años	2-3 años	3-5 años
No tienen responsabilidades específicas, ellos tienen necesidades que deben de ser atendidas por los adultos responsables y además tener garantizada la seguridad del entorno.	Las responsabilidades son sencillas y propuestas, con orientación de los adultos responsables.	Tienen responsabilidades sencillas. Cumplen tareas sencillas mucho por imitación de lo que observan en su entorno.
Ejemplos: necesidades básicas como comer, dormir y además garantizar la seguridad del entorno. Asumidas por los adultos responsables.	Ejemplos: ordenar los juguetes, ayudar a poner la mesa	Ejemplos: vestir, poner agua en las flores,

Es fundamental permitir que el niño construya sus estructuras internas a lo largo del tiempo. El desarrollo del





córtex cerebral es imprescindible para las facultades cognitivas, la percepción y la conciencia. Cada parte del córtex se desarrolla a su propio ritmo, por la maduración de las facultades cognitivas, siendo este un proceso gradual (Singer, 2008), que va a contribuir, poco a poco, a una mayor autonomía.

Los derechos de la niñez

Los **derechos de la niñez** han sido definidos por las Naciones Unidas (UNICEF, 2019) en un acuerdo entre varios países. ¿Cómo podemos adaptarnos considerando el propósito del desarrollo de la competencia acuática a lo largo de la vida?

- **No discriminación:** todos los niños tienen derecho a participar en programas acuáticos que respeten su individualidad, sin importar su condición social, religiosa, económica o funcional.
- **Interés superior del niño:** las prácticas educativas en entornos acuáticos deben respetar la integridad física, psicológica y emocional del niño, proporcionando beneficios para el desarrollo de la competencia acuática.
- **Cumplimiento de los derechos:** la coordinación de las instalaciones acuáticas debe supervisar las prácticas educativas para promover el bienestar y el desarrollo de los participantes.
- **Educación parental:** es importante proporcionar a las familias información sobre el desarrollo infantil, la seguridad y la competencia acuática, así como oportunidades para desarrollar habilidades parentales en un entorno seguro.
- **Supervivencia y desarrollo:** dado que el medio acuático es inherentemente peligroso, es vital desarrollar la competencia acuática a lo largo de la vida para abordar esta multidimensionalidad (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023) de acuerdo al desarrollo, la experiencia y la maduración.
- **Responsabilidad parental:** durante las clases de actividades acuáticas, se debe instruir a los adultos sobre las prácticas de seguridad y prevención del ahogamiento, la importancia de las barreras físicas restrictivas y la supervisión adecuada, dadas las acciones impredecibles del niño y lo dinámico del medio acuático.





- **Protección contra la violencia:** las prácticas educativas deben cumplir con normas estrictas que prioricen la seguridad física, psicológica y emocional del niño, sin justificar el llanto del niño por ningún motivo.
- **Acceso a la educación:** todos los niños tienen derecho a desarrollar la competencia acuática en un entorno educativo saludable, con profesionales competentes comprometidos con la integridad física, emocional y psicológica de sus alumnos.
- **Experiencia, juego e interacción:** Los niños deben tener la oportunidad de experimentar, jugar y socializar en entornos seguros que promuevan valores éticos, respeto mutuo, equidad y diversidad social.

Estos derechos están diseñados para ayudar al aprendiz a desarrollar su autonomía y asumir su responsabilidad personal, contribuyendo al bienestar personal y social a lo largo del tiempo. Creemos que esta mentalidad contribuirá a abordar los problemas de ahogamiento a escala mundial, comenzando desde nuestras comunidades locales y aulas.

Las prácticas educativas saludables, positivas y constructivistas son una necesidad y un derecho en todo el mundo. Solo aquellos poco informados podrían negarlo. Para aprender de manera significativa, es crucial tener acceso a prácticas informadas, basadas en evidencia, facilitadas por personas comprometidas con su propio desarrollo personal.



**Abuso o
negligencia
en la infancia**



El abuso o negligencia infantil

Este es un tema delicado que implica el uso de términos fuertes, pero a veces lo que ocurre en algunos programas acuáticos de manera sistemática o en situaciones educativas puntuales puede ser clasificado como **abuso o negligencia infantil** (Tabla 2). Aunque es posible que no se haya realizado con la intención de dañar al niño, la conducta del adulto se desvía de la interacción habitual y deseable con un infante, lo que puede causar daño real o potencial a su salud y desarrollo (Glaser, 2000). Estos incidentes son perpetrados por adultos, ya sean hombres o mujeres, y son considerados prevenibles (Glaser, 2000).



Tabla 2. Sistema adaptado de clasificación de los maltratos (Zeanah & Humphreys, 2018).

Abuso físico	Cuando un adulto responsable inflige daños físicos a un niño por medios no accidentales.
Negligencia física/falta de asistencia	Cuando un adulto responsable no ejerce un grado mínimo de cuidado en la satisfacción de las necesidades físicas del niño (nutrición, vestido, alojamiento, higiene, atención médica).
Negligencia/falta de supervisión	Cuando un adulto responsable no toma las precauciones adecuadas para garantizar la seguridad (supervisión adecuada, entornos seguros) adecuados esté el niño dentro o fuera de casa, según las necesidades emocionales y de desarrollo particulares del niño.
Maltrato-emocional	Cuando un adulto cuidador frustra de forma persistente o extrema las necesidades emocionales básicas del niño. Aquí también están incluidos los actos de los padres que son perjudiciales porque son insensibles al nivel de desarrollo del niño, incluida la seguridad psicológica, la acogida y la autoestima, y la autonomía apropiada para su edad.

Nota: Cumple un rating de severidad para cada tipo de maltrato. No ha sido incluido el sexual por no estar de acuerdo con el objetivo del documento.



AIDEA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024

¿Cómo podemos evaluar las decisiones pedagógicas de un adulto, ya sea hombre o mujer, que opta por continuar con la instrucción de un bebé o niño a flotar solo en el agua a pesar de su llanto?

¿Cómo podemos juzgar las decisiones pedagógicas de un adulto, hombre o mujer, que persiste en enseñar a flotar o moverse en el agua a un niño que muestra malestar, incluso llegando a tragar agua o vomitar, basándose en la creencia de que esto evitará el ahogamiento?

¿Cómo podemos calificar las decisiones de los adultos que facilitan y permiten estas prácticas, ya sea en instalaciones acuáticas o en el hogar, bajo la premisa de una supuesta prevención del ahogamiento?



Es necesario reconocer las claras **diferencias entre prácticas educativas respetuosas y abusivas o negligentes**, ya que estas situaciones pueden

afectar profundamente el desarrollo cognitivo, socioemocional, lingüístico y neurobiológico de los niños, siendo las consecuencias en la salud mental especialmente preocupantes (Zeanah & Humphreys, 2018). Estas repercusiones no se limitan a la infancia, pudiendo afectar la vida adulta (Cicchetti & Toth, 1995; Glaser, 2000).



No existen directrices específicas para la enseñanza en el medio acuático, ni tampoco programas específicos que aseguren evitar el ahogamiento. **Afirmar que un programa acuático previene el ahogamiento es tan ilusorio como afirmar que obtener una licencia de conducir garantiza evitar siniestros de tránsito.** Lo que sí existen son prácticas educativas que promueven



una mayor seguridad en la interacción con el agua, sin comprometer el bienestar ni el desarrollo del aprendiz, sea cual sea su edad. Por eso, las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud (2014) hacen hincapié en las barreras protectoras, la supervisión constante de un adulto, entornos acuáticos vigilados por profesionales y el desarrollo de competencias acuáticas que incluyan el aprendizaje de conductas de seguridad.

Es un hecho que la mayoría de los casos de maltrato, ampliamente conocidos, se producen en niños menores de 5 años, y es muy probable que esta estadística se replique en el ámbito acuático. La **vulnerabilidad del desarrollo en los primeros años de**

vida subraya la importancia de un posicionamiento claro y preciso como este, donde se reconoce la necesidad de aplicar los conocimientos de la ciencia del desarrollo en la protección y el bienestar infantil (Center of Developing Child, 2016). Los adultos tienen más recursos para intentar defenderse en situaciones de maltrato, pero para los bebés y niños es necesario garantizar una premisa innegable: deben ser cuidados y respetados por los adultos





responsables, ya sean sus cuidadores directos o profesionales en el ámbito acuático.

En la búsqueda de la mayor seguridad acuática, no todo está permitido. No es el bebé o el niño quien debe adaptarse a las necesidades del adulto, sino que es el adulto quien debe respetar y velar por el interés superior de estos seres en desarrollo y formación.



A woman wearing a blue swim cap and a dark bikini top is smiling and holding a baby. The baby is wearing a blue diaper and is looking back towards the woman. They are positioned by the edge of a swimming pool with blue tiles. The background is a blue wall with a pattern of white and light blue circles of varying sizes. The word "Vinculación" is written in white, bold, sans-serif font across the lower part of the image, partially overlapping the baby and the pool edge.

Vinculación



La importancia de la vinculación



La **vinculación establecida en los primeros años de vida** con los cuidadores principales es fundamental para el desarrollo infantil, influyendo en gran medida en la vida emocional, cognitiva y conductual (Stinehart et al., 2012). La conducta de vinculación se caracteriza por la búsqueda de proximidad por parte del ser dependiente (bebé/niño) cuando experimenta malestar de cualquier tipo (dolor, miedo, frío, hambre, etc.). Naturalmente, el niño busca acercarse a la figura de vinculación porque confía en que esta podrá aliviar su malestar y restaurar su equilibrio emocional (Figura 2). El círculo de vinculación de Hoffman, Gooper, & Powell (2019) se basa en **4 principios clave**: vinculación segura, regulación emocional, exploración y reparación de rupturas. El programa "Círculo de Seguridad para Madres y Padres" es una intervención respaldada por evidencia científica que busca promover una vinculación segura en la parentalidad.

Este programa se fundamenta en la premisa de que los niños y niñas necesitan el apoyo de madres y padres que los impulsen a explorar el mundo y los reciban al regresar de sus aventuras, unas manos que sean fuertes, sabias, cariñosas y seguras. Si se produce maltrato durante la infancia, la vinculación se ve afectada (Glaser, 2000), y estos efectos pueden manifestarse en las relaciones establecidas durante la adolescencia y la edad adulta (Levy & Orlans, 1998).

Existen **cuatro tipos de vinculación**, y el tipo que se establece entre el bebé y el cuidador depende en gran medida de cómo este responde cuando el bebé siente que su seguridad está amenazada (por ejemplo, cuando está emocionalmente alterado o asustado) (Benoit, 2004). A través de la vinculación, se desarrollan modelos internos que influyen en la percepción del niño sobre su valía y la confianza en los demás, o la falta de ella (Myrick et al., 2014). La vinculación juega un papel crucial en la capacidad del niño para aprender.

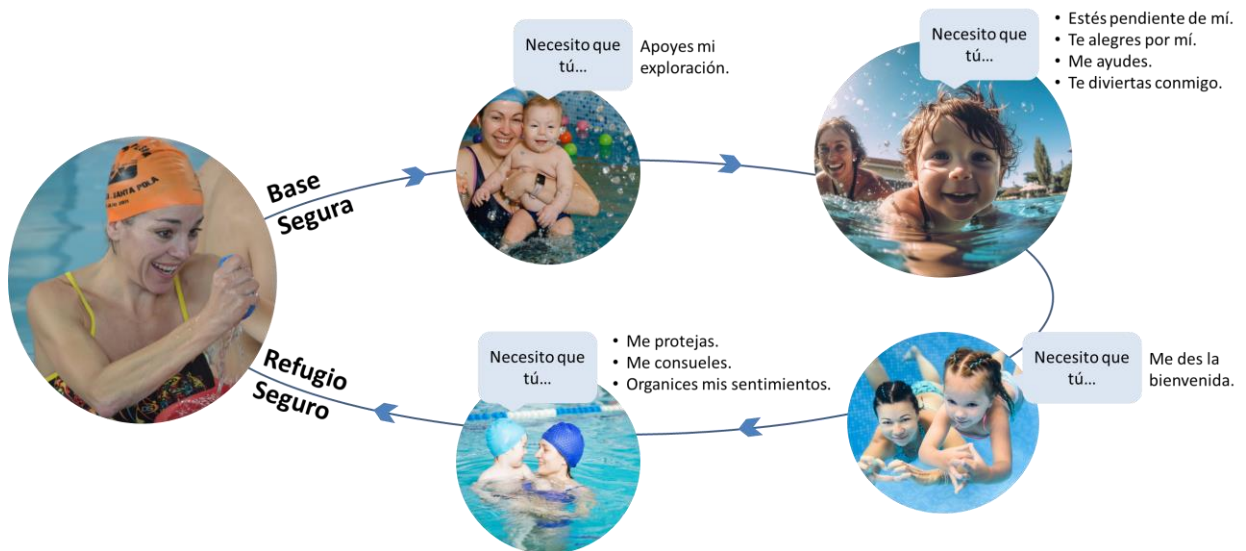
- **Vínculo seguro:** el cuidador responde con sensibilidad y cariño, buscando tranquilizar al bebé. Este se siente seguro y capaz de expresar sus emociones negativas, confiando en que será atendido cuando lo necesite.
- **Vínculo inseguro-evitativo:** el cuidador responde de manera insensible, rechazante o evitativa ante las necesidades del bebé. Como resultado, el bebé evita buscar consuelo en el cuidador cuando está angustiado y puede minimizar sus emociones frente a él.
- **Vínculo Inseguro-resistente:** el cuidador responde con poca receptividad, impredecibilidad o incoherencia,



lo que lleva al niño a mostrar emociones extremas para llamar la atención y buscar validación de su sentir.

- **Vínculo Inseguro-desorganizado:** se observan conductas aberrantes y atípicas que no se limitan a momentos de estrés del bebé/niño.

Figura 2. Círculo de seguridad/vinculación de la familia atendiendo las necesidades del niño (adaptado de Hoffman, Gooper, & Powell, 2019).



¿Cuál es el papel social del profesional acuático? ¿Qué tipo de vínculo se espera que establezca con los alumnos? ¿Qué efecto tienen las conductas educativas abusivas o no saludables en el desarrollo y la autoimagen del alumno, a corto y largo plazo?

Durante la infancia, los **cuidadores principales** son los padres, abuelos, hermanos mayores, etc. A medida que nos desarrollamos, otros compañeros de relación asumen roles de figura de vinculación, proporcionando seguridad y apoyo (Shaver & Mikulincer, 2009).

Según la teoría de Bowlby, los bebés nacen con conductas de vinculación destinadas a asegurar la proximidad a figuras protectoras y de apoyo (Shaver y Mikulincer, 2009).

Desde una **perspectiva neurobiológica**, las señales ambientales de los cuidadores son vitales para el desarrollo





y la organización de los sistemas neuronales durante los primeros años de vida (Friend, 2012). Cuando los cuidadores responden adecuadamente a los estados físicos y emocionales del niño e interactúan afectivamente con él, se promueve la regulación emocional y la conexión interpersonal en el cerebro (Friend, 2012; Meyer et al., 2013). Estas interacciones contribuyen a la formación de conexiones neuronales y al desarrollo del circuito del sistema límbico, esencial para procesar las interacciones sociales, regular las emociones y manejar el estrés (Friend, 2012).

El trauma infantil afecta el funcionamiento emocional y conductual, así como los procesos de apego y construcción de confianza, tanto dentro como fuera del ámbito familiar (Scales & Scales, 2016).

Es **responsabilidad del profesional acuático**, al que las familias confían el cuidado de sus hijos, establecer relaciones afectivas que promuevan la seguridad y el bienestar de los niños en el entorno acuático.



Estas relaciones influirán en la forma en que los niños se relacionan con el agua, su competencia acuática, pero también el modo en cómo se miran a sí mismos y realizan su discurso interior. Las prácticas educativas deben

respetar las necesidades físicas, emocionales y cognitivas del alumno, evitando cualquier forma de maltrato o coerción.

Aprender es un proceso que requiere compromiso y motivación, pero los bebés no pueden sentir compromiso en el sentido cognitivo. Sin embargo, la **relación afectiva** que establecen con el profesional acuático condiciona su disposición a participar activamente en el proceso de aprendizaje. Por lo tanto, es esencial que los profesionales acuáticos sean sensibles a las necesidades emocionales de los niños y establezcan relaciones de confianza para que el aprendizaje pueda ocurrir, y consecuentemente, pueda existir una mayor seguridad en los entornos acuáticos.



AIDEA

ASOCIACIÓN
ESPAÑOLA DE
EDUCACIÓN
ACUÁTICA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024



El **profesional acuático** desempeña un papel determinante en la formación de **vínculos seguros y saludables** con los niños en el entorno acuático. Estas relaciones afectan no solo la competencia acuática de los niños, sino también su desarrollo emocional y social a largo plazo. Es esencial que los profesionales acuáticos sean conscientes de su papel en la vida de los niños y se esfuercen por establecer relaciones basadas en el respeto, la confianza y el cuidado mutuo, siendo la prevención del ahogamiento una consecuencia natural de un proceso de aprendizaje positivo, participativo y evolutivo.



Teoría

polivagal



La teoría polivagal

Hablar de la **teoría polivagal** implica reconocer que las emociones, a menudo consideradas como algo subjetivo, tienen un sustrato neurofisiológico mensurable, lo que aporta una perspectiva científica innovadora para estudiar la sensación de seguridad (Porges, 2009).

El **Sistema Nervioso Autónomo (SNA)** está presente en todas nuestras experiencias, actuando como nuestro sistema interno de



vigilancia, similar a un socorrista, que neurocepta lo que sucede a nuestro alrededor y envía mensajes de seguridad o peligro en función de su evaluación. Esta evaluación se basa en el perfil individual y es influenciada por las experiencias de vida. Su propósito principal es garantizar nuestra seguridad, una necesidad intrínseca en todo ser humano.

El **nervio vago** es el componente primario del SNA, siendo el origen de la mayoría de las inervaciones parasimpáticas. Además de influir en funciones como el tracto gastrointestinal, el sistema respiratorio, el corazón y las vísceras abdominales, también





afecta nuestra conducta y la forma en que experimentamos el día a día.

Cuando nos sentimos seguros, nuestros sistemas nerviosos mantienen funciones de bienestar, crecimiento y restauración, lo que nos permite estar disponibles y curiosos ante el entorno y los demás, sin percibir ni expresar amenazas o vulnerabilidad (Porges, 2022). Esta sensación de seguridad surge desde el interior del cuerpo y es una necesidad biológica fundamental. Sin embargo, su reconocimiento depende del estado SNA en ese momento, lo que puede variar de persona a persona y en diferentes momentos.

La **teoría polivagal de Porges** sugiere una jerarquía específica de respuestas ante un estímulo. Si el sistema neurocepta una amenaza, se activa la respuesta del sistema nervioso parasimpático ventral, responsable de regular las interacciones sociales. Si esta respuesta no es suficiente, entra en acción el sistema nervioso simpático en modo de lucha o huida. Si ambos sistemas no logran resolver la amenaza, se activa la respuesta del sistema nervioso parasimpático dorsal, asociada con la inmovilización (Figura 3).

La **conducta del bebé/niño** puede cambiar drásticamente desde el llanto profundo hasta la sensación de satisfacción y disfrute después de una sesión, lo que puede generar dudas sobre la naturaleza abusiva de las prácticas educativas. Sin embargo, incluso cuando se logra la conducta deseada, el elevado nivel de cortisol experimentado durante estas experiencias puede generar desequilibrios físicos y emocionales con posibles repercusiones a largo plazo (Rossi & Madormo, 2020).

Las estrategias pedagógicas deben estar basadas en la prevención y el respeto por la seguridad y el bienestar del niño, y no en prácticas coercitivas.

Las metodologías que utilizan prácticas forzadas para enseñar habilidades acuáticas están profundamente equivocadas, ya que no garantizan la seguridad y pueden inducir situaciones de riesgo o incluso ahogamiento.

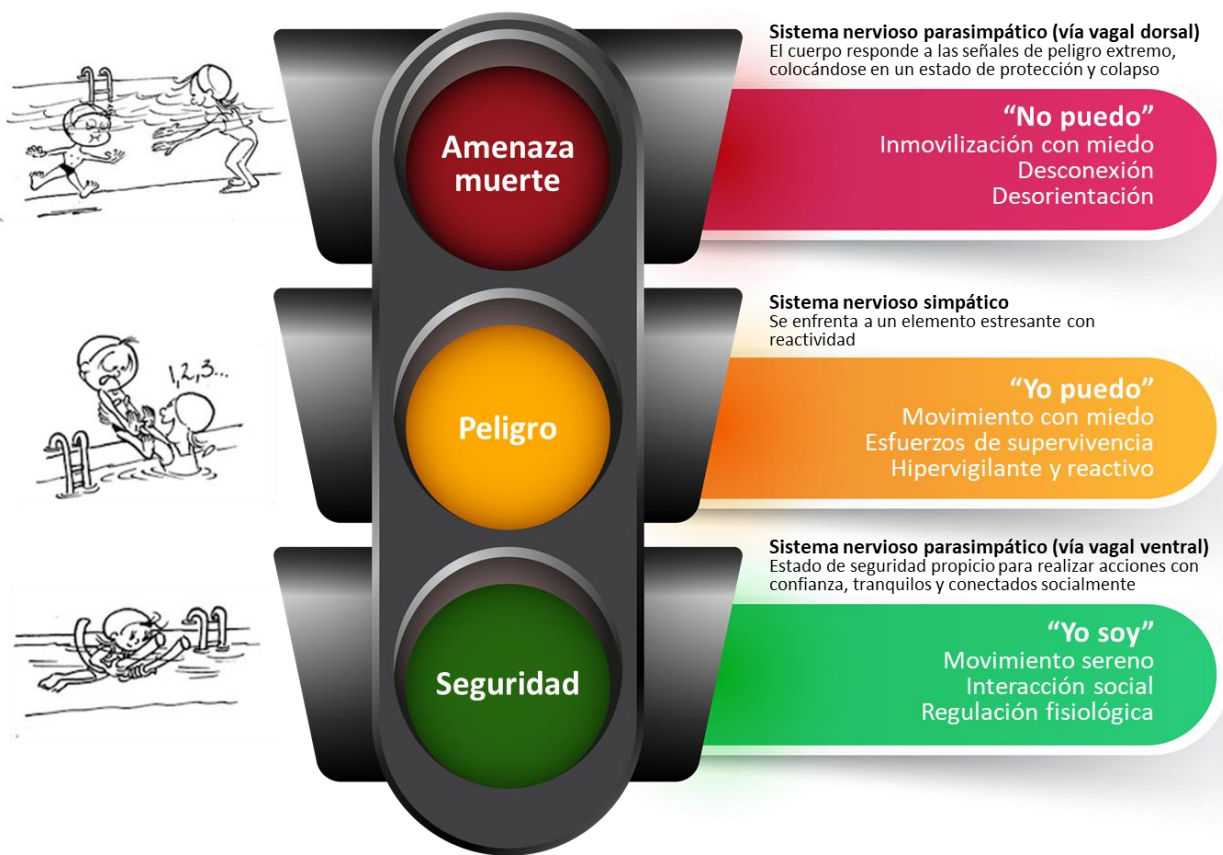
Las estrategias pedagógicas deben basarse en conocimientos sobre la infancia, la educación para la vida en interacción con el medio acuático, donde la prevención forma parte de la formación y no en prácticas coercitivas.

El SNA del ser humano sirve como referencia para su **reactividad conductual, emocional y fisiológica** ante una situación. La sensación de seguridad es una necesidad biológica fundamental, pero su reconocimiento depende del estado del SNA en ese momento. Es esencial que las prácticas educativas promuevan un ambiente seguro y respetuoso para el aprendizaje y el desarrollo de la competencia acuática, priorizando el bienestar físico, emocional, cognitivo y social de la persona.

En el contexto de la educación acuática, esta teoría ofrece valiosas perspectivas sobre cómo crear un entorno



Figura 3. Teoría polivagal (Porges, 2009).



seguro y de apoyo para los niños. Como resumen de la teoría polivagal en la educación acuática destacamos lo siguiente.

Vía de la seguridad y conexión. La teoría polivagal destaca la importancia de la "vía ventral" que está asociada con sentimientos de seguridad y conexión social. En el ámbito acuático, esto implica crear un entorno en el que los niños se sientan seguros y respaldados, lo que facilita su capacidad para aprender y disfrutar de las actividades acuáticas.

Respuestas al estrés y autodefensa. El sistema nervioso autónomo tiene varias vías de respuesta al estrés: la vía simpática (lucha o huida) y la vía dorsal (inmovilización). Comprender estas respuestas ayuda a los educadores acuáticos a reconocer y gestionar el estrés en los niños, evitando situaciones que puedan



desencadenar miedo o trauma.

Importancia del entorno seguro. Un entorno acuático que respete las señales de seguridad y comodidad del niño (cuerpo relajado, participación activa y proactiva, curiosidad, etc.) es esencial. Esto incluye una comunicación clara, apoyo emocional y la creación de un ambiente donde los niños se sientan escuchados y valorados.

Vinculación y conexión social. Fomentar la vinculación y las interacciones sociales positivas en el agua es crucial. Las actividades acuáticas deben estar diseñadas para promover la cooperación y el juego conjunto, fortaleciendo los lazos entre los niños y entre niños y adultos.

Regulación emocional y autonomía. La teoría polivagal también subraya la importancia de la regulación emocional. Los educadores deben estar atentos a las necesidades emocionales de los niños, ayudándoles a manejar sus emociones de manera saludable y promoviendo su autoestima y autonomía en el agua.

Señales corporales y comunicación no verbal. La atención a las señales corporales y la comunicación no verbal de los niños es esencial. Los educadores deben ser sensibles a las indicaciones de incomodidad o estrés tales como, frío, dolor de estómago, tensión corporal, resistencia a la propuesta, búsqueda del regazo de los padres, ajustando las actividades para asegurar que cada niño se sienta cómodo y seguro.

En resumen, aplicar la teoría polivagal en la educación acuática implica crear un entorno seguro y empático, donde las respuestas fisiológicas y emocionales de los niños sean respetadas y atendidas, facilitando un aprendizaje y desarrollo saludable en el agua.





El juego



Derecho a aprender jugando



Las Naciones Unidas, en 1989, en el artículo 31, párrafo 1, indica que “los Estados Partes reconocen el derecho del niño al descanso y el esparcimiento, al juego y a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes”.

Más recientemente, el **Comité sobre los Derechos del Niño de las Naciones Unidas (2013)**, en el párrafo 14c, entiende por **juego infantil** “todo comportamiento, actividad o proceso iniciado, controlado y estructurado por los propios niños; tiene lugar donde quiera y cuando quiera que se dé la oportunidad. Las personas que cuidan a los niños pueden contribuir a crear entornos propicios al juego, pero el juego mismo es voluntario, obedece a una motivación intrínseca y es un fin en sí mismo, no un medio para alcanzar un fin”.

El juego implica el ejercicio de la autonomía y la actividad física, mental o emocional, adoptando una infinidad de formas que pueden desarrollarse tanto en grupo como de manera individual. Estas formas evolucionan y se adaptan a lo largo de la niñez. Las características principales del juego incluyen la diversión, la incertidumbre, el desafío, la flexibilidad y la falta de productividad. Estos factores combinados contribuyen al disfrute que el juego proporciona y al incentivo para seguir jugando. Aunque a menudo se considera que el juego no es esencial, el Comité reafirma que es una dimensión fundamental y vital del disfrute infantil, así como un componente indispensable para el desarrollo físico, social, cognitivo, emocional y espiritual.

Desde los primeros meses de vida, los bebés exploran y comprenden tanto a sí mismos como el entorno que los rodea a través de interacciones lúdicas con sus cuidadores. A medida que crecen, los niños pequeños desarrollan sus habilidades físicas y sociales al inventar y compartir juegos con sus hermanos y amigos de la misma edad.

Los **juegos de simulación** son especialmente importantes, ya que proporcionan un contexto clave para que los niños desarrollen habilidades como la empatía, la regulación emocional, la resolución de problemas, la planificación en grupo y la



AIDEA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024

negociación. El **juego activo**, especialmente cuando se realiza con el apoyo y la orientación de adultos, introduce a los niños en conceptos iniciales sobre el lenguaje, la lectoescritura, las matemáticas y el mundo que les rodea. Además, el juego fomenta el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico y reflexión en los niños, preparándolos para un aprendizaje más profundo y significativo en el futuro.

Aunque los niños sienten de manera natural el impulso de jugar y buscan oportunidades para hacerlo incluso en entornos adversos, el Comité reconoce la necesidad de garantizar ciertas condiciones para que el derecho al juego se cumpla plenamente. Es esencial que los niños estén libres de presiones perjudiciales, violencia, discriminación y peligros físicos. También necesitan tiempo y espacios adecuados, acceso a entornos naturales, recursos materiales y la oportunidad de interactuar con otros niños. Además, es crucial que los adultos clave reconozcan la importancia del juego, respalden la demanda de los niños y los apoyen en sus actividades lúdicas. Por lo tanto, los gobiernos deben trabajar en la promoción y protección de estas condiciones.



El juego es esencial para el desarrollo integral de los niños, ya que incrementa sus competencias cognitivas, físicas y emocionales, fomenta la creatividad y les proporciona herramientas para enfrentar la vida futura. Además, el juego es una forma natural de aprendizaje para los niños, quienes han nacido para aprender jugando.

La Convención sobre los Derechos del Niño reconoce el derecho al juego como un factor primordial para el desarrollo y crecimiento en la infancia. **Negar este derecho sería una vulneración de los derechos humanos fundamentales de los niños.**

Desde un **enfoque pedagógico**, el juego es un mecanismo natural de aprendizaje que activa emociones positivas en los niños, facilitando que el aprendizaje sea más efectivo y significativo. Permite a los niños explorar, poner a prueba el mundo que los rodea y construir su posición social. En el contexto específico de la educación acuática, el juego debe ser entendido como una herramienta esencial para el desarrollo de habilidades cognitivas y físicas en los niños. Proporciona oportunidades para la expresión de la creatividad, la confianza en sí mismos y el desarrollo de capacidades.

Jugar es un derecho humano fundamental de la infancia y un principio clave para un aprendizaje respetuoso en la educación acuática. Permite el desarrollo integral de los niños, y activa las emociones positivas, que facilitan el aprendizaje significativo, y es una forma natural para que los niños exploren, aprendan



y se desarrollen en el medio acuático.

Beneficios del juego

El juego contribuye al **desarrollo integral de los niños**, permitiéndoles aprender de manera inconsciente, ya que sus redes neuronales se activan cuando están felices y relajados. A través del juego, los niños pueden disfrutar de experiencias placenteras, creando un mundo de fantasía a partir de elementos de la vida real y transformándolos para desconectar y aliviar sus frustraciones. Por esta razón, una estrategia eficaz es aprovechar aquello que más les gusta y les aporta felicidad, adaptándolo a los objetivos educativos.

En el juego el niño tiene libertad para tomar decisiones que le permitirán aprender de forma práctica. Debido a que los más jóvenes integran el juego como algo natural en su contacto de aprendizaje con el contexto, estas situaciones ayudan a que no tenga tanto miedo a las repercusiones como ocurriría en situaciones de la vida real.

Se aprende tanto del acierto como del error. Los niños van aprendiendo a enfrentarse y resolver problemas que, en la vida real, no podrían solucionar, lo que les ayuda a ganar confianza en sí mismos y a perder el miedo a equivocarse. Enseñarles a ver sus errores de manera racional y no emocional proporciona una lección más valiosa que el tema en cuestión: les enseña a manejar la frustración y a aprender de los errores. El desarrollo del juego en los niños está vinculado a varias dimensiones clave en las que el juego desempeña un papel importante: la cognitiva, la socio-afectiva y la motriz.

El juego favorece el **desarrollo de las habilidades cognitivas** al crear una sinergia que ayuda a los niños a comprender el mundo y su funcionamiento. Las habilidades cognitivas resultantes se fortalecen y evolucionan a medida que los niños continúan explorando y descubriendo. Este proceso de aprendizaje permite mejorar las capacidades básicas de atención, memoria, imaginación, creatividad y razonamiento lógico. Aprender consiste en dar significado a lo que se adquiere. Cualquier actividad educativa debe asegurarse de que los niños reflexionen sobre su aprendizaje, haciendo del aprendizaje reflexivo la base del aprendizaje activo. Por ello, los juegos deberían incorporar preguntas, discusiones, y problemas a resolver mediante lo aprendido, así como dinámicas que solo permitan avanzar a través del feedback. Los estudios muestran que los educadores que formulan muchas preguntas durante los juegos suelen lograr que los niños obtengan mejores resultados.

El juego fomenta el **desarrollo socio-afectivo** al promover las relaciones entre los niños, estimulando el compañerismo y el trabajo en equipo. Aprender a través del juego proporciona satisfacción y autocontrol, al



AIDEA

ASOCIACIÓN
EDUCACIÓN
ACUÁTICA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024

tiempo que fortalece las habilidades sociales, la resolución de conflictos, las habilidades comunicativas, y aumenta la motivación y la responsabilidad. Además, ayuda a superar la vergüenza. Los juegos implican conocer y acatar una serie de normas, lo que favorece el respeto y la comprensión de que la cooperación es esencial para alcanzar objetivos comunes. Se aprende a vivir junto a los demás. Los escenarios de juego pueden facilitar la colaboración como grupo, mejoran las habilidades sociales, apoyan el desarrollo emocional (autoestima), ofrecen práctica para trabajar juntos para resolver problemas y brindan a los niños un sentido de logro colectivo que refuerza la autoestima y la competencia para manejar sus propios asuntos. Cuando los juegos se plantean en compañía, los resultados de aprendizaje son mejores. Colaborar ofrece grandes satisfacciones, reflejadas en logros compartidos. Además, si el juego presenta un objetivo desafiante para el equipo, este será capaz de superar mejor las dificultades y alcanzar metas más ambiciosas.

El juego permite el desarrollo motor. A través de la actividad, los niños desarrollan e integran aspectos neuromusculares como la coordinación y el equilibrio, familiarizándose con su esquema corporal, adquiriendo destreza y agilidad, y mejorando sus capacidades sensoriales. Los beneficios motrices incluyen mejoras en el equilibrio, la fuerza, la manipulación de objetos, el dominio y la discriminación de los sentidos, la coordinación óculo-motriz, la capacidad de imitación y la coordinación general.





Estrés en la infancia



Efectos del estrés en la infancia

En este documento, consideraremos el **estrés** como un estado mensurable durante el cual se alteran las funciones homeostáticas, en línea con la teoría polivagal. Además, también exploraremos cómo ciertas conductas del profesional acuático pueden potenciar esta sensación neuropercibida de estrés.

Durante las **etapas tempranas del desarrollo cerebral**, se producen constantes modificaciones debido a influencias ambientales. El cuidado o el maltrato son aspectos de estas influencias, y el maltrato puede afectar de manera crucial y negativa el desarrollo y el futuro del niño (Glaser, 2000).

La **secuencia del neurodesarrollo** está predeterminada genéticamente y comienza en los centros cerebrales inferiores (tronco encefálico), avanzando hacia los superiores (corteza cerebral) (Nelson & Bloom, 1997). Durante los primeros 2 años, hay una sobreproducción de axones, dendritas y sinapsis en varias regiones del cerebro, determinada genéticamente. Sin embargo, la supervivencia y persistencia de estas conexiones sinápticas dependen del entorno y de las señales que este comunica al cerebro (Courchesne, Chisum & Townsend, 1994). La maduración cerebral es dependiente de la experiencia y varía entre las personas (Turner & Greenough, 1985).

Las **primeras experiencias sociales en la niñez** influyen de manera determinante en el desarrollo de los sistemas neurológicos y biológicos, tanto de manera positiva como negativa (Thompson, 2014), con efectos a largo plazo y la posibilidad de manifestación de enfermedades (Kessler et al., 2010; Shonkoff & Garner, 2012).

Existe evidencia que indica que el **estrés en la infancia**, como resultado de experiencias abusivas, puede generar síntomas depresivos, enfermedad depresiva y ansiedad en una etapa más avanzada de la vida, ya que el niño no puede evitar el abuso (Hughes et al., 2017).



AIDEA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024



Entonces, ¿cuál es el papel del adulto, observar o atender las necesidades del bebé/niño? Los cuidadores primarios deben responder con sensibilidad al bebé/niño, observando y apreciando sus emociones con precisión. Esto es esencial para que el cuidador pueda decidir qué hacer, buscando co-regular el afecto, la excitación y el comportamiento del niño, ayudando así a enfrentar la frustración y recentrar su atención. Los niños pequeños aún no han desarrollado la capacidad de autorregularse y necesitan ayuda para aprender a planificar sus acciones. El desarrollo de estas funciones ejecutivas requiere la maduración del lóbulo frontal de la corteza cerebral (Glaser, 2000).





Trauma



¿Qué es el trauma y cómo ocurre?

Debido a la inmadurez en el desarrollo del cerebro, los niños y jóvenes son más vulnerables al trauma (Thomas, 2019). Una **experiencia traumática** en la infancia aumenta la vulnerabilidad a futuros problemas de salud mental y física (Toof et al., 2020), así como el riesgo de tener dificultades para manejar situaciones estresantes de la vida de manera funcional y efectiva (Banker et al., 2019).

Hay que distinguir entre dos **conceptos importantes**:

- El **estrés** corresponde a un conjunto de reacciones de nuestro sistema que ocurren en respuesta a situaciones neurocepcionadas como desafiantes o amenazadoras, porque la persona cree y siente que no es capaz de lidiar con la situación, garantizando la supervivencia (Porges, 2022). Es posible distinguir entre el estrés positivo y negativo (McEwen, 2013), basándose en la duración y las consecuencias de las alteraciones. Las perturbaciones breves seguidas de recuperaciones rápidas funcionan como ejercicios neuronales que promueven la resiliencia, mientras que las perturbaciones más crónicas sin períodos de recuperación pueden generar enfermedades y daños en tejidos y órganos.
- El **trauma** es un evento, conjunto de eventos o circunstancias que tienen un efecto emocional, psicológico, fisiológico y neurobiológico (SAMHSA, 2014), y ocurre ante una sensación de relativa impotencia (Scaer, 2001) que persiste tras un aumento del estrés que forma parte de la experiencia de amenaza, violencia o evento que representa un desafío para la vida. Es algo más allá de lo consciente y puede ser consecuencia de una situación singular o repetitiva, donde la respuesta de luchar o huir no ha terminado, dejando marcas en el sistema nervioso que se pueden manifestar a través de síntomas como la ansiedad. **El trauma no es el evento en sí mismo, pero sí el modo en cómo el cuerpo reacciona a él, es algo que depende de la percepción individual.** El trauma también es el impacto de cualquier evento negativo que depende de la percepción individual (Scaer, 2001).

El **trauma físico incluye abuso físico**, y ejemplos de situaciones desencadenantes incluyen experiencias como una lesión o una enfermedad potencialmente mortal, agresión física, desastres naturales, terrorismo, experiencia en un campo de refugiados, experiencias de guerra y violencia en la comunidad o en la escuela (SAMHSA, 2017). Un trauma experimentado en la infancia puede no manifestarse con síntomas durante mucho tiempo y puede ser activado, por ejemplo, por un siniestro automovilístico en la edad adulta (Banker et al., 2019).

El **trauma emocional incluye abuso psicológico** y su impacto puede ser mayor que el trauma físico y sexual, y no siempre es visible (Banker et al., 2019). Ejemplos de situaciones desencadenantes incluyen presenciar violencia doméstica, negligencia, separación de los padres o la familia, enfermedad o lesión de un padre, y



experimentar la pérdida de un ser querido (Samhsa, 2017). También puede incluir la intimidación por parte de cuidadores, familiares y miembros de la comunidad. Este tipo de experiencias compromete la capacidad de uno para regular las emociones, establecer vínculos y relacionarse con los demás. ¿Cómo puedo confiar en un cuidador o una persona de confianza que me ha causado daño?

Superar un trauma en la vida es un camino a recorrer (Toof et al., 2020). No se puede correr el riesgo por ligereza o creer que hay un propósito mayor, lo cual es una razón válida para generar trauma en otro ser humano. Además, es algo perfectamente evitable y es posible educar de manera respetuosa y saludable en el entorno acuático para el ser humano, independientemente de su edad. Asumiendo que la competencia interna debe preceder a la competencia externa (Porges, 2022).

Prácticas que pueden generar el trauma. La realidad de los programas acuáticos



Aprender a nadar ha sido considerado una estrategia fundamental para prevenir el ahogamiento (Rahman et al., 2012), y la Organización Mundial de la Salud (OMS) la reconoce como una de las principales estrategias para este propósito si es asociada a conocimientos de seguridad acuática. Es innegable la importancia de aprender a nadar. Lo que queremos destacar aquí es cómo se aprende a nadar y cómo se desarrolla la competencia acuática desde edades tempranas.

Tener la **oportunidad de diseñar un programa educativo acuático es un privilegio** y, al mismo tiempo, una enorme **responsabilidad social**, ya que tenemos vidas humanas frente a nosotros, susceptibles de ser influenciadas tanto positiva como negativamente por la calidad de las prácticas pedagógicas. Enfocarse en el comportamiento y no en la persona, sin importar su edad, puede tener consecuencias negativas.



Un programa educativo acuático tiene la responsabilidad y el deber de garantizar la seguridad (física, emocional, cognitiva) y promover el bienestar del participante y su familia durante todo el proceso de aprendizaje.

Los programas acuáticos deben asegurarse de que las prácticas contribuyan al desarrollo multidimensional de la competencia acuática personal y, por ende, a la prevención del ahogamiento. ¿Por qué es tan importante abordar la prevención? Porque estamos hablando de seres humanos, de vidas dependientes de otras personas y de un entorno que es dinámico e intrínsecamente peligroso.

Es cierto que se han discutido las metodologías de enseñanza de natación, especialmente las técnicas de autorescate en bebés, durante muchos años. Sin embargo, solo existe un estudio exploratorio realizado por Peden y Franklin (2020), que analiza los efectos de las experiencias negativas en el medio acuático. Este estudio concluyó que las **experiencias acuáticas negativas** pueden generar miedo e incluso una fobia al agua, lo que afecta la capacidad de aprender a nadar y resulta en una competencia acuática inferior en comparación con otros niños de la misma edad que no han tenido experiencias acuáticas negativas.

Las **prácticas que generan estrés o miedo**, según esta perspectiva, se consideran abuso y son contraproducentes para el bienestar del aprendiz. Es fundamental comprender que el fin no justifica los medios. Es posible desarrollar competencias acuáticas utilizando prácticas educativas saludables, adaptadas a la edad, el ritmo y las características del aprendiz.

Es esencial para los profesionales que trabajan con contacto físico y en edades tan tempranas saber observar e interpretar el lenguaje corporal, especialmente las señales de comportamiento defensivo, para minimizar el efecto tóxico que la situación puede desencadenar.

Las **experiencias abusivas** pueden incluir sumergir o bucear al niño antes de que esté preparado, practicar habilidades contra su voluntad, observar al bebé o niño llorando sin intervenir, y hacer comentarios despreciativos o apreciativos mientras se ignora el llanto del bebé o niño. Además, es importante reconocer las señales de estrés emocional o físico en el bebé o niño y detener la actividad si es necesario.

Después de **eventos intensos almacenados como traumáticos**, es probable que se manifiesten conductas fóbicas en relación con el medio acuático. Estas pueden incluir llorar, negarse verbalmente a intentar habilidades, solicitar una habilidad menor cuando se les propone que intenten una nueva habilidad, y aferrarse al profesor y negarse a entrar en la piscina.

Los **efectos a largo plazo** en el ser humano de prácticas pedagógicas abusivas o inadecuadas son significativos



y pueden comprometer la construcción de vínculos seguros y saludables.

El trauma tiene un importante impacto en nuestro funcionamiento emocional y conductual. Los clínicos no deben pasar por alto cómo el trauma infantil interrumpe los procesos de vinculación y la construcción de confianza, tanto dentro como fuera de la unidad familiar (Scales & Scales, 2016). Uno de los principios fundamentales de la teoría de vinculación es que la calidad de una relación íntima depende de la accesibilidad emocional y la capacidad de respuesta (Young, 2008).

Las **prácticas pedagógicas abusivas** pueden tener diversas consecuencias a largo plazo, incluidas:

- Baja autoconfianza.
- Ansiedad.
- Desconfianza.
- Autoeficacia reducida.
- Modelado de conductas problemáticas.
- Dificultades en el aprendizaje.
- Obstaculización en la construcción de relaciones de vinculación segura.

Estas **consecuencias** pueden afectar profundamente el bienestar emocional y psicológico del niño, y pueden persistir a lo largo de la vida si no se abordan adecuadamente. Es fundamental reconocer el impacto de las prácticas educativas en la formación de la identidad y el desarrollo emocional, y trabajar para promover entornos educativos que fomenten el crecimiento positivo y la bienestar emocional.



Prácticas

respetuosas



Prácticas acuáticas respetuosas



La **manera en que cada persona aprende** no solo moldea su relación con el conocimiento, sino también con la vida misma. El respeto, una variable crítica en este proceso, resulta determinante para la formación del carácter y la personalidad (Miller & Pedro, 2006). A menudo, se nos insta a respetar a nuestros mayores, pero este enfoque supone arrojarse la voz de los bebés y niños.

Según Wessler (2003), una **clase respetuosa** es un entorno donde los alumnos se sienten seguros física y emocionalmente, y son valorados por quienes son. Sin embargo, a menudo se cree erróneamente que los adultos conocen mejor los sentimientos de los niños, cuando en realidad son modelos a seguir para ellos.

Los profesionales acuáticos, como adultos y educadores, facilitadores de los procesos de aprendizaje, están incluidos

en este rol, mientras que los bebés y niños son seres vivos en desarrollo, con emociones y necesidades propias.

mientras que los bebés y niños son seres vivos en desarrollo, con

De acuerdo con la **teoría Polivagal**, la conexión social es un imperativo biológico para los seres humanos (Porges, 2022). Por lo tanto, la conducta del profesional acuático es fundamental en el proceso de aprendizaje y descubrimiento del entorno acuático.

Este proceso se basa en la confianza que la familia deposita en la institución (escuela, club, etc.) y, por ende, en el profesional acuático. Por tanto, las metodologías deben basarse en principios científicamente validados que **respeten los derechos universales de la niñez** y promuevan los objetivos de la práctica.

El concepto de **competencia acuática** adoptado aquí es claro en su contenido, función y propósito. Con su enfoque multidimensional, se busca promover la seguridad y el disfrute del medio acuático, sin comprometer el bienestar integral del niño.



AIDEA

ASOCIACIÓN
EDUCACIÓN
ACUÁTICA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024

Además de enseñar el contenido necesario para que el aprendizaje sea positivo y duradero, es crucial considerar cómo se procesa ese aprendizaje. Aquí es donde entran en juego las **metodologías de enseñanza**, que deben implicar activamente al alumno en su propio proceso de aprendizaje.

Los profesionales acuáticos deben comunicar seguridad a través de sus prácticas, utilizando un lenguaje respetuoso y prestando atención al lenguaje corporal del alumno (Miller & Pedro, 2006). Además, el entorno de aprendizaje debe adaptarse a las necesidades individuales de los alumnos, con estrategias que fomenten la participación activa y la variedad de contenidos.

Las **prácticas educativas respetuosas** deben priorizar la dignidad, autonomía y bienestar de todos los alumnos, independientemente de su edad. Valorar la empatía para prevenir y gestionar sensaciones negativas durante el aprendizaje es esencial (Peden & Franklin, 2020).

La educación acuática tiene un propósito a largo plazo y la competencia acuática es personal y está influenciada por el entorno. Es esencial que los profesionales acuáticos y las familias trabajen juntos para promover un entorno de aprendizaje seguro, respetuoso y estimulante para todos los niños.

La **familia** del alumno también desempeña un papel crucial en este proceso, siendo las principales figuras de vínculo que ayudarán al niño a sentirse seguro en su entorno. Por tanto, es fundamental su implicación y apoyo desde el principio.

Unidad bebé-familia a salvo vs unidad bebé-familia en riesgo

En consonancia con la conceptualización multidimensional de la competencia acuática (Fonseca-Pinto & Moreno-Murcia, 2023), los programas acuáticos deben evolucionar para promover la formación de adultos que sean "**buenos cuidadores**", además de enseñar a nadar. Esto busca asegurar que la unidad bebé/niño-familia pueda disfrutar de cualquier entorno acuático con mayor seguridad.

Las **recomendaciones para la prevención y enseñanza de la competencia acuática** en estas edades se centran en la concienciación sobre la necesidad de adoptar múltiples capas de protección, que incluyen el acceso restringido al agua mediante barreras físicas, la enseñanza de habilidades de natación y seguridad acuática (competencia acuática), el uso de dispositivos de flotación y supervisión adecuada. Estas medidas se clasifican como prevención primaria y secundaria. Mejorar la calidad de la supervisión para que los adultos cuidadores puedan identificar situaciones de riesgo y responder adecuadamente constituye una medida



terciaria.

Tradicionalmente, el **concepto de supervisión incluye tres dimensiones**: atención (visual y auditiva), proximidad (táctil, dentro o fuera del alcance) y continuidad (constante, intermitente o ausente). Cuanto más fortalecidas estén estas dimensiones, mayor será la capacidad de protección y menor será el riesgo de ahogamiento para el bebé o niño. Por lo tanto, los cuidadores deben poder adaptar su estrategia de supervisión según las necesidades del niño y el contexto.

La **Asociación Americana de Pediatría** (2021) ha añadido una cuarta dimensión, la "competencia supervisora", para actuar en entornos acuáticos sin supervisión profesional. Esta competencia implica poseer los conocimientos y habilidades necesarios para implementar de manera segura la Cadena de Supervivencia para el Ahogamiento. Esto es crucial en situaciones como piscinas domésticas, recipientes de agua y otros entornos acuáticos no controlados.

La **falta de competencia supervisora** puede resultar en pérdida de tiempo crítico mientras un niño está bajo el agua o no respira, aumentando el riesgo de secuelas o muerte por ahogamiento. Además, los rescatadores sin esta competencia corren un mayor riesgo de ser arrastrados bajo el agua por el niño, lo que puede resultar en múltiples ahogamientos.



Sin estas competencias, la unidad "bebé/niño-familia" se convierte en un "grupo" en riesgo en entornos acuáticos, con un mayor potencial de resultados adversos debido a tiempos de sumersión prolongados, rescates tardíos y atención de emergencia inadecuada, lo que puede llevar a tragedias por ahogamiento. Es fundamental abordar estas dimensiones de supervisión en las clases acuáticas para garantizar la seguridad y protección de todos los niños en el agua.

El legado del cuidado y la protección

Desde una **perspectiva antropológica**, en culturas tradicionalmente vinculadas al agua, el conocimiento acuático se transmite de generación en generación dentro del núcleo familiar, asegurando la supervivencia en



entornos singulares (Dawson, 2018; Mead, 1972; Oenning, 2015). Esta transmisión se lleva a cabo a través de la vida comunitaria cotidiana y/o rituales, marcada por un cuidado atento y cercano del adulto que acompaña la libertad de exploración del niño. La autonomía y el cuidado progresivamente se amplían a medida que el niño crece, se desarrolla y madura.





Premisas



Propuesta de definición de práctica acuática respetuosa

Una **práctica acuática respetuosa** se caracteriza por actividades y tareas diseñadas en función de las necesidades de aprendizaje, el desarrollo y la maduración del aprendiz, así como sus demandas físicas, psico-emocionales y sociales, teniendo en cuenta primordialmente el ritmo individual. Durante esta práctica, el aprendiz muestra consentimiento verbal o no verbal, concordancia y predisposición a través de respuestas y ajustes posturales adaptativos, y demuestra alegría o interés en la actividad.



Un **ejemplo de una práctica acuática respetuosa** sería cuando el aprendiz toma el flotador tubular con sus manos, lo coloca debajo de sus brazos, mantiene el contacto visual con el educador acuático y espera con entusiasmo y curiosidad el siguiente paso (cuerpo activo, alegre, socialmente comprometido). El profesor se encuentra a la distancia de un brazo, sonríe y canta una canción para promover el movimiento y la participación del alumno. Si alguno muestra incomodidad, se acerca y ofrece ayuda con contacto piel a piel o extendiendo una mano para que la tome. Utiliza frases como: "Eso da un poco de miedo, pero te puedo ayudar si quieres intentarlo ahora", "Podemos parar ahora y volver más tarde", "Estoy aquí contigo".

Desde este posicionamiento consideramos que una **práctica acuática forzada** se definiría por actividades o tareas basadas en necesidades extrínsecas al aprendizaje del participante, que pueden ignorar sus características de desarrollo, maduración y ritmo de aprendizaje. El educador acuático persiste en la actividad contra la voluntad del aprendiz, empleando coerción, amenazas, intimidación o humillación. El aprendiz manifiesta reacciones defensivas (verbales y/o no verbales), incomodidad, angustia, llanto o se somete sin mostrar emociones.



Un ejemplo de una **práctica acuática forzada** sería aquella donde el aprendiz no quiere hacer la flotación o mantenerse en el flotador tubular solo expresando angustia y/o miedo mediante llanto, tensión muscular y/o palabras. A pesar de esto, el profesional decide continuar con la actividad, manteniéndose físicamente distante y utilizando frases como: "Deja de ser cursi y haz la tarea", "No te preocupes, eso pasará", "No es necesario tener miedo, mira a los demás", "Si no lo haces, no podrás jugar al final de la clase".

Es importante reconocer que este tipo de situaciones pueden ocurrir en cualquier sesión, ya que la interpretación de estas situaciones depende del significado atribuido por el observador o el decisor (Ramsey, 2021). Las **conductas del profesional** dependen de su experiencia personal, su sistema de creencias y la interpretación que da a la conducta del aprendiz. Si un adulto tiene como principio no dejar llorar a un niño, atenderá sus señales de angustia con afectividad, proximidad y un tono de voz amistoso y positivo. Por el contrario, si el adulto interpreta que el niño está manipulando o cree que no debe atender al llanto para evitar que el niño piense que siempre será atendido, mantendrá al niño en la situación para que aprenda a autorregularse emocionalmente. Este enfoque puede generar trauma o una experiencia negativa con la educación acuática, ya que el niño aprenderá que llorar no le proporcionará ayuda, sintiéndose solo y desprotegido. Esto no es aprendizaje, sino conformarse para sobrevivir, lo que daña su confianza y explora su vulnerabilidad (Giller, 1999). Por lo tanto, **las buenas intenciones del educador acuático no justifican conductas coercitivas, humillantes o intimidatorias para alcanzar cualquier objetivo** (Tabla 3).

Tabla 3. Signos de angustia, situaciones potenciadoras de trauma y conductas potenciadoras de estrés.

Signos de angustia	Situaciones potenciadoras de angustia, estrés y/o trauma	Conductas del profesional potenciadoras de angustia, estrés y/o trauma
<ul style="list-style-type: none"> ● Llanto. ● Movimientos de brazos y piernas desorganizados como de lucha. ● Tensión muscular. ● Apnea. ● Hipos. ● Tos. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Flotar boca arriba. ● Bucear o sumergir. ● Entrar en el agua, posiblemente por estar asociado a una inmersión o por la profundidad de la piscina. ● Separación de los padres/cuidadores. 	<ul style="list-style-type: none"> ● Insistir con algo que bebe/niño resiste presentando conductas de angustia. ● Castigo, punición por alguna conducta en la sesión, excluyendo al niño de la sesión. ● Agarrar fuerte para que el niño obedezca y satisfaga la necesidad del adulto. ● Dejar llorar en la situación de malestar (por ejemplo, porque busca el adulto referencia). ● No prestar auxilio cuando es pedido, dejándolo solo, por ejemplo, en un flotador tubular, donde el adulto mira, pero no atiende la necesidad del infante.





Según Ramsey (2021), en las clases de educación acuática, obligar a un niño a hacer algo en contra de su voluntad, especialmente cuando está angustiado y no ha dado su consentimiento, se considera coerción. Es fundamental comprender que la interpretación que un adulto pueda dar a la angustia y resistencia de un niño, ya sea como manipulación o miedo genuino, no justifica el uso de la fuerza. El desarrollo personal del docente, su disponibilidad, placer por lo que hace, el tiempo y la paciencia son esenciales en estos procesos transformadores. Existen estrategias adecuadas basadas en la neurociencia para intervenir en situaciones de estrés o angustia (Figura 4).

Figura 4. Estrategias para utilizar con un niño que presenta señales de angustia según la neurociencia (basado en Australian Childhood Foundation, 2011).





AIDEA

ASOCIACIÓN
DE EDUCACIÓN
ACUÁTICA

Bases para una
**EDUCACIÓN ACUÁTICA
RESPECTUOSA**
en la Infancia
2024



Cuando observamos un cambio de conducta o la obediencia en un niño, es probable que esté basado en el miedo y forme parte de su intento de mantenerse seguro mediante una respuesta de sumisión y evitación del conflicto (Walker, 2013). Esto no indica necesariamente que el niño esté feliz, motivado para continuar, o comprometido cognitivamente con los procesos planteados para la sesión. Aunque pueda parecer cooperativo en el momento, el niño puede desarrollar sentimientos de ira interna que podrían manifestarse más tarde durante la sesión, fuera de ella, o como un estado de ánimo depresivo o ansioso.

No es posible controlar completamente el efecto de las prácticas en el sistema interno del niño. Sin embargo, se puede proporcionar lo mejor a través de experiencias positivas basadas en la evidencia científica, utilizando el juego como estrategia de aprendizaje y centradas en el alumno. Por ello, el educador acuático necesita seguir aprendiendo, mantener la curiosidad y adoptar una mirada autocrítica constructiva en el ejercicio de su misión. Esto permite el desarrollo personal y profesional, nutriendo el amor y la pasión por la educación acuática en la etapa infantil.

Premisas esenciales para una educación acuática respetuosa

La educación acuática no solo se trata de enseñar a nadar, sino de fomentar una relación respetuosa y segura con el medio acuático. Este enfoque integral promueve la seguridad, la confianza y el disfrute en el agua, mientras respeta los ritmos y necesidades individuales de cada persona. A continuación, se presentan las premisas esenciales para una educación acuática respetuosa que resume la esencia de este documento (Figura 5):

1. Entorno seguro. Crear un entorno acogedor que estimule la curiosidad y la exploración, sin eliminar el riesgo inherente al aprendizaje. Estar presente y disponible para atender las necesidades físicas, emocionales y cognitivas del alumno, sin generar miedo ni amenaza.



La seguridad es lo primero en las clases de educación acuática y en toda actividad en, alrededor, y debajo del agua. Un buen educador debe estar siempre atento y consciente del entorno acuático y de los alumnos. Esto implica la capacidad para prever y evitar situaciones peligrosas y tener conocimiento de **primeros auxilios y RCP**.

Enseñar a los niños a respetar el agua es una parte muy importante en la educación sobre seguridad en el agua. Los niños comienzan a aprender a respetar el agua a medida que avanzan en el proceso de aprender a nadar. También comienzan a comprender sus capacidades y limitaciones en la piscina. Los niños necesitan mucho juego exploratorio bajo la estricta supervisión de los padres y un aprendizaje formal que les inculque valores de seguridad en el agua. Este concepto de “respeto por el agua” se puede observar incluso en los bebés más pequeños.

Los niños necesitan aprender a seguir las reglas de seguridad en el agua. Esto significa enseñarles a leer los carteles de la piscina o los carteles que se muestran en otros entornos. También deben considerarse cosas como enseñar a los niños a nunca nadar solos o a meterse en arroyos o ríos, nunca bucear porque se desconoce la profundidad del agua y muy a menudo hay desechos en el agua que pueden ser muy peligrosos.

2. Apoyo. El amor es la fuerza que impulsa el trabajo de cualquier ser humano. Por lo que haya cuidar del bienestar del aprendiz y estar comprometido con el proceso de aprendizaje. Como facilitador del aprendizaje, se tiene el poder de generar experiencias positivas que marcan la diferencia en la vida de las personas. Evitar causar daño o perjuicio a los aprendices en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Los padres deben ser ejemplo y enseñar a sus hijos comportamientos seguros en la convivencia con el agua. La supervisión al alcance de la mano es lo indicado en niños menores de 5 años. Pero todos los niños aún necesitan la supervisión activa de un adulto mucho después de esta edad.

Un ambiente amigable y acogedor ayuda a los alumnos a sentirse cómodos y menos ansiosos. El educador asume la responsabilidad ética y moral al crear un clima de respeto y positividad, y entiende que es un honor que ofrecen las familias al permitir trabajar con sus hijos para asistirlos a “descubrir el medio acuático”. Un entorno amistoso, positivo y de apoyo favorece el aprendizaje y ayuda a reducir el miedo al agua, especialmente en los más pequeños.

3. Juego. El aprendiz es un ser humano que merece lo mejor que se le puede ofrecer, priorizando siempre su seguridad y bienestar integral. Las necesidades básicas de sentirse seguro guían todas las decisiones pedagógicas.



La enseñanza en tempranas edades a través de cuentos, aventuras, canciones y juegos al nivel de entendimiento de la persona, garantizan el descubrimiento de la competencia acuática en entornos familiares y la comprensión de mantenerse alejados de entornos no conocidos.

Jugar fuera de la lección formal es ideal para ayudar a desarrollar confianza y enseñar a los niños a respetar el agua. Los niños necesitan explorar una variedad de entornos como la playa, el arroyo y la piscina pública con agua a diferentes temperaturas. Todos estos entornos tienen diferentes peligros y cosas a considerar. Cuanta más exposición tengan los niños a esta diversidad, mejor comprensión desarrollará. También puede descubrir que los niños se sentirán muy seguros nadando en el entorno familiar donde reciben sus lecciones de natación, pero se sentirán menos seguros e incluso temerosos en entornos desconocidos. Esto debe ser respetado, pues puede ayudar a que el niño comprenda el peligro del agua, pudiendo, en futuras situaciones arriesgadas tener mayor capacidad de respuesta. Con la exposición a estas experiencias positivas es muy probable que la confianza crezca, pero nunca con la garantía plena de que no se ahogará.

4. Competencia profesional. Las decisiones y prácticas metodológicas deberían estar basadas en principios pedagógicos y psicológicos científicamente comprobados para beneficiar al aprendiz y su familia. El propósito del educador acuático es servir a los intereses del aprendiz y crear un entorno de aprendizaje positivo y efectivo. Actuar con honestidad, coherencia y responsabilidad en el ejercicio de la enseñanza acuática. Cumplir con los deberes y obligaciones éticas propias de la profesión docente en el medio acuático.

5. Escucha activa. Valorar profundamente los sentimientos y pensamientos de cada persona que participa en un programa de educación acuática. Escuchar sin interrumpir ni juzgar es fundamental, ya que la comunicación del otro revela sus necesidades y también refleja mi propia sensibilidad.

Un educador empático es capaz de entender perfectamente las necesidades y preocupaciones de sus alumnos valorando sus sentimientos; lo que implica ser sensible a sus pensamientos que provoquen miedos y limitaciones, sabiendo cómo apoyarlos de manera adecuada. La empatía fomenta la confianza entre el educador y el alumno, lo cual facilita el proceso de aprendizaje.

6. Confianza. Ser una figura de confianza para el aprendiz y su familia en todo lo relacionado con el proceso de aprendizaje y el medio acuático. Esta relación de confianza es determinante para fomentar un ambiente propicio para el aprendizaje. Fomentar la capacidad para tomar decisiones informadas sobre su participación en las actividades acuáticas. Respetar su libertad para expresar sus miedos, preferencias y limitaciones.

Cultivar una relación de confianza, un enlace efectivo en el cual el afecto con los alumnos es prácticamente inevitable. Los educadores deben ser accesibles y mostrar interés por el bienestar de sus alumnos. La confianza



facilita la comunicación abierta y el aprendizaje. Los alumnos se sienten seguros y apoyados, lo que mejora su rendimiento y disfrute en las clases.

7. Equidad. Considerar a cada uno de los alumnos como un ser único, con necesidades y ritmos propios. Todos tienen derecho a desarrollar su competencia acuática, sin importar su edad, diversidad funcional, religión, condición socio-económica raza o etnia. Reconocer y respetar los derechos de los aprendices, independientemente de sus habilidades o condiciones. Promover un trato justo y sin discriminación en el entorno acuático. Garantizar la equidad y la igualdad de oportunidades en el acceso a las actividades acuáticas. Aplicar criterios justos y transparentes en la evaluación y calificación de los aprendices.

8. Competencia personal. Reconocer la riqueza de la individualidad de cada profesional y sus experiencias. Compartir estas experiencias de manera equilibrada con el bienestar del otro enriquece el proceso de enseñanza-aprendizaje y contribuye al desarrollo integral del ser humano a través del agua.

La paciencia es clave para permitir que los alumnos aprendan a su propio ritmo, ayuda a crear un entorno de aprendizaje positivo y reduce el estrés y la ansiedad de los alumnos, de querer aprender rápidamente. Un buen docente debe ser capaz de repetir instrucciones y ofrecer apoyo constante sin mostrar frustración. El uso apropiado del lenguaje que permita comunicarse de manera clara y adecuada al nivel de comprensión de los alumnos es esencial. Los términos y el enfoque deben variarse para que sean comprensibles y motivadores para cada grupo de edad. Invariablemente, la comprensión efectiva mejora el aprendizaje y la retención de habilidades.

9. Humildad. Reconocer el privilegio y la responsabilidad que implica ser parte del proceso de aprendizaje de alguien. Honrar la confianza que depositan en el educador y comprometerse a trabajar desde un lugar de humildad y dedicación. Promover valores como la seguridad, la cooperación, el cuidado del medio ambiente y el respeto mutuo en el entorno acuático. Fomentar el desarrollo de una conciencia ética y de principios morales en los participantes.



Un educador humilde entiende que cada alumno avanza a su propio ritmo. No se deben establecer expectativas



poco realistas y se debe valorar cada pequeño progreso, de esta se puede llegar a la frustración y de ahí al fracaso. La presión excesiva puede causar ansiedad y desmotivación. Apreciar el progreso individual ayuda a mantener una actitud positiva hacia el aprendizaje.

10. Comunidad. Fomentar un espíritu de colaboración y apoyo mutuo, donde se compartan experiencias y se fortalezca el sentido de comunidad entre todos los involucrados en el proceso de aprendizaje acuático y sus cuidados.

Un buen educador debe estar involucrado y capacitado en sensibilización cultural para poder promover la educación acuática dentro de sus comunidades, promoviendo mejor salud física y mental, seguridad (reduciendo las tasas de ahogamiento), cohesión y comprensión comunitaria (fomentando la cohesión social y comprensión mutua entre los diversos grupos al crear espacios donde todos pueden participar).

Figura 5. Infografía de las bases para una educación acuática respetuosa en la infancia.



A young boy with wet hair is smiling and resting his chin on his hands in a swimming pool. The background is a blurred blue pool. The word "Conclusiones" is written in white, bold, sans-serif font across the lower part of the image. There are several blue circles of varying sizes on the left side, and blue geometric shapes in the corners.

Conclusiones



Conclusiones

A pesar de la importancia de **garantizar la seguridad en entornos acuáticos**, es fundamental reconocer el papel esencial que desempeña la niñez en su desarrollo integral. Para que esta contribución se dé de manera óptima, es imperativo proporcionar entornos cuidadosos y estimulantes, que impliquen un grado adecuado de riesgo, pero nunca que comprometan el bienestar físico, psicológico, emocional o social de los niños.

Para concluir este documento sobre **educación acuática respetuosa en la infancia**, se pueden destacar las siguientes aportaciones:

- La educación acuática respetuosa en la infancia es fundamental para el desarrollo integral de los niños. Proporciona oportunidades para el físico, cognitivo, psicológico, emocional y social en un entorno seguro y estimulante como es el medio acuático. **y seguro crecimiento único y estimulante**
- Es esencial promover prácticas educativas que fomenten la seguridad en el agua de manera gradual y respetuosa, garantizando que los niños adquieran habilidades y competencias acuáticas de manera placentera y con confianza.
- La educación acuática respetuosa también implica inculcar el respeto por el medio ambiente acuático, promoviendo la conservación y preservación de los cuerpos de agua y fomentando una conexión positiva con la naturaleza desde la infancia.
- Es importante reconocer la diversidad en el aprendizaje y garantizar la inclusión de todos los niños, independientemente de su nivel de habilidad o experiencia previa en el agua, en programas y actividades educativas en el medio acuático.





- La colaboración entre padres, cuidadores, educadores, autoridades y la comunidad en general es fundamental para promover una educación acuática respetuosa que garantice que los niños puedan disfrutar del agua de manera positiva y beneficiosa.
- Se debe abogar por políticas públicas que apoyen la implementación de prácticas educativas acuáticas respetuosas, así como por recursos adecuados para garantizar que todos los niños tengan acceso a oportunidades de recibir una educación acuática de calidad.

En resumen, la educación acuática respetuosa en la infancia es fundamental para el bienestar y desarrollo de los niños, así como para promover actitudes positivas hacia el agua y el medio ambiente. Al seguir principios de respeto, seguridad e inclusión, podemos garantizar que los niños puedan disfrutar del agua de manera más segura y beneficiosa a lo largo de sus vidas.

Además, rechaza el uso de estrategias de enseñanza que toleren el llanto o la ingestión descontrolada de agua con el fin de lograr una habilidad de flotación y desplazamiento independiente, mientras se espera la ayuda de un adulto cuidador. Este adulto debería estar cuidando atentamente la interacción del niño con el medio acuático o asegurándose de que el entorno no sea accesible para el niño.

Es importante dejar en claro que, basándonos en las argumentaciones presentadas a lo largo de este documento, la Asociación Iberoamericana de Educación Acuática, Especial e Hidroterapia (AIDEA) desaconseja la participación en programas acuáticos que promuevan la supervivencia o el auto-rescate infantil a través de prácticas coercitivas.



Referencias



Referencias

Australian Childhood Foundation (2011). *Discussion Paper 18: Polyvagal Theory and its Implications for Traumatized Students*. Retrieved 28 Mayo 2024, from <https://professionals.childhood.org.au/app/uploads/2018/08/SMART-Discussion-Paper-18.pdf>

Denny, S. A., Quan, L., Gilchrist, J., et al. (2021). AAP Council on Injury, Violence, and Poison Prevention. Prevention of Drowning. *Pediatrics*, 148(2). <https://doi.org/10.1542/peds.2021-052227>

Banker, J., Witting, A. B., & Jensen, J. (2019). Hormone and childhood trauma: Links between the physical and psychological. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 27, 300-308.

Benoit, D. (2004). Infant-parent attachment: Definition, types, antecedents, measurement and outcome. *Paediatrics & Child Health*, 9(8), 541-545. <https://doi.org/10.1093/pch/9.8.541>

Bugeja, L., & Franklin, R. C. (2012). An analysis of stratagems to reduce drowning deaths of young children in private swimming pools and spas in Victoria, Australia. *International Journal of Injury Control and Safety Promotion*, 3, 282-294.

Center on the Developing Child at Harvard University (2016). *Applying the Science of Child Development in Child Welfare Systems*. Available at: <https://developingchild.harvard.edu/resources/child-welfare-systems/>

Cicchetti, D., & Toth, S. L. (1995). A developmental psychopathology perspective on child abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 34(5), 541-565. <https://doi.org/10.1097/00004583-199505000-00008>

Courchesne, E., Chisum, H., & Townsend, J. (1994). Neural activity-dependent brain changes in development : Implications for psychopathology. *Development and Psycho-pathology*, 6, 697-722.

Dawson, K. (2018). *Undercurrents of power: Aquatic culture in the African diaspora*. University of Pennsylvania Press.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer Science & Business Media. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7>

Díez, E. M., & Sousa, R. G. (2008). El valor de la responsabilidad en los niños de educación infantil y su implicación en el desarrollo del comportamiento prosocial. *Revista Iberoamericana de Educación*, 47(2). <https://doi.org/10.35362/rie4722381>

Escámez, J., & Gil, R. (2001). *La educación en la responsabilidad*. Paidós.

Friend, J. (2012). Mitigating intergenerational trauma within the parent-child attachment. *The Australian and New Zealand Journal of Family Therapy*, 33, 114-127. <http://doi.org/10.1017/aft.2012.14>

Fonseca-Pinto, R., & Moreno-Murcia, J. A. (2023). Towards a Globalised Vision of Aquatic Competence. *International Journal of Aquatic Research and Education*, 14(1), Article 11. <https://doi.org/10.25035/ijare.14.01.11>

Giller, E. (1999). *What is Psychological Trauma?* In the Annual Conference of the Maryland Mental Hygiene Administration "Passages to Prevention: Prevention across Life's Spectrum". <https://konselingindonesia.com/read/296/what-is-psychological-trauma.html>

Glaser, D. (2000). Child abuse and neglect and the brain. A review. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*, 41(1), 97-116. <https://doi.org/10.1111/1469-7610.00551>

Hoffman, K., Gooper, G., & Powell, B. (2019). *La intervención del círculo de seguridad*. Editorial Eletheria.

Hughes, K., Bellis, M. A., Haddscastle, K. A., et al. (2017). The effect of multiple adverse childhood experiences on health: a



- systematic review and meta-analysis. *Lancet Public Health*, 2(8), e356-e366. [https://doi.org/10.1016/S2468-2667\(17\)30118-4](https://doi.org/10.1016/S2468-2667(17)30118-4)
- Kessler, R. C., McLaughlin, K. A., Green, J. G., et al. (2010). Childhood adversities and adult psychopathology in the WHO World Mental Health Surveys. *British Journal of Psychiatry*, 197(5):378-85. <https://doi.org/10.1192/bjp.bp.110.080499>
- Levy, T. M., & Orlans, M. (1998). *Attachment, trauma, and healing: Understanding and treating attachment disorder in children and families*. Child Welfare League of America Press.
- McEwen, B. S. (2013). The Brain on Stress: Toward an Integrative Approach to Brain, Body and Behavior. *Perspectives on Psychological Science*, 1, 8(6), 673-675. <http://doi.org/10.1177/1745691613506907>
- Mead, M. (1972). *Educación y cultura*. Paidós.
- Meyer, D., Wood, S., & Stanley, B. (2013). Nurture is nature: Integrating brain development, systems theory, and attachment theory. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 21, 162-169. <http://doi.org/10.1177/1066480712466808>
- Miller, R., & Pedro, J. (2006). Creating Respectful Classroom Environments. *Early Childhood Education Journal*, 33(5). <http://doi.org/10.1007/s10643-006-0091-1>
- Myrick, A. C., Green, E. J., & Crenshaw, D. (2014). The influence of divergent parental attachment styles on adolescent maturation: Implications for family counseling practitioners. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 22, 35-42. <http://doi.org/10.1177/1066480713491217>
- Nelson, A., & Bloom, E. (1997). Child development and neuroscience. *Child Development*, 68, 970-987.
- Oenning da Silva, R. (2015). La educación de sí mismo y la producción del niño indígena en el noroeste amazónico de Brasil. *Anthropologica del Departamento de Ciencias Sociales*, XXII(35), 15-40.
- Organización Mundial de la Salud (2014). *Informe mundial de prevención de ahogamientos*. World Health Organization.
- Peden, A., & Frnaklin, R. (2020). Learning to swim: An exploration of negative prior aquatic experiences among children. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17, 3557. <http://doi.org/10.3390/ijerph17103557>
- Porges, S. W. (2009). The polyvagal theory: new insights into adaptive reactions of the autonomic nervous system. *Cleveland Clinic Journal of Medicine*, 76, Supplement 2.
- Porges, S. W. (2022). Polyvagal Theory: A science of safety. *Frontier Integrative Neuroscience*. <https://doi.org/10.3389/fnint.2022.871227>
- Rahman, F., Bose, S., Linnan, M., Rahman, A., Mashreky, S., Haaland, B., & Finkelstein, E. (2012). Cost-Effectiveness of an Injury and Drowning Prevention Program in Bangladesh. *Pediatrics*, 130, e1621-e1628.
- Ramsey, J. (2021). *Force and Trauma in Aquatic Lessons*. White Paper.
- Rossi S., & Madormo, R. (2020). Movimiento libre de trauma. *Apunte Didáctico*, 17. <https://rednadi.wordpress.com/2020/08/24/apunte-didactico-n17-movimiento-libre-de-trauma/>
- Santos, C., Burnay, C., Button, C., & Cordovil, R. (2023). Effects of Exposure to Formal Aquatic Activities on Babies Younger Than 36 Months: A Systematic Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(8), 5610. <http://doi.org/10.3390/ijerph20085610>
- Scaer, R. C. (2001). The neurophysiology of dissociation and chronic disease. *Applied Psychophysiology and Biofeedback*, 26(1), 73-91.
- Scales, T. L., & Scales, A. T. (2016). After Trauma: Family Relationships and the Road to Healing. *Journal of the North American Association of Christians in Social Work*, 43(1), 26-39.
- Shaver, P. R., & Mikulincer, M. (2009). An overview of adult attachment theory. In J. H. Obeji & E. Berant (Eds.), *Attachment*



theory and research in clinical work with adults (pp. 17–40). Guilford Press.

Shonkoff, J. P., & Garner, A. S. (2012). The lifelong effects of early childhood adversity and toxic stress. *Pediatrics*, 129(1), e232–e246. <https://doi.org/10.1542/peds.2011-2663>

Singer, W. (2008). ¿Qué puede aprender un ser humano, cuándo? <https://medicosescolares.com.ar/inicio.php?s=69>

Stinehart, M. A., Scott, D. A., & Barfield, H. G. (2012). Reactive attachment disorder in adopted and foster care children: Implications for mental health professionals. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 20, 355–360. <http://doi.org/10.1177/1066480712451229>

Substance Abuse and Mental Health Services Administration (2014). SAMHSA's *Concept of Trauma and Guidance for a Trauma-Informed Approach*. <https://calio.dspace.direct.org/handle/11212/1971>

Taylor, D., Franklin, R. C., & Peden, A. E. (2020). Aquatic competencies and drowning prevention in children 2–4 years: A systematic review. *Safety*, 6(2), 31. <https://doi.org/10.3390/safety602003>

Thomas, L. (2019). *What is Trauma?* Australian Childhood Foundation.

Thompson, R. A. (2014). Stress and child development. *The Future of Children*, 24(1), 41–59.

Toof, J., Wong, J. & Devlin, J. M. (2020). Childhood Trauma and Attachment. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 1–5. <http://doi.org/10.1177/1066480720902106>

Turner, A., & Greenough, W. (1985). Differential rearing effects on rat visual cortex synapses. I. Synaptic and neuronal density and synapses per neuron. *Brain Research*, 329, 195– 203. [https://doi.org/10.1016/0006-8993\(85\)90525-6](https://doi.org/10.1016/0006-8993(85)90525-6)

UN General Assembly resolution 44/25 (1989). *Convention on the Rights of the Child*. United Nations Children's Fund. Retrieved from: <https://www.unicef.org/child-rights-convention/convention-text>

UNICEF (2019). *Convenção dos Direitos da Criança*. UNICEF. https://www.unicef.pt/media/2766/unicef_convenc-a-o_dos_direitos_da_crianca.pdf

Walker, P. (2013). *Complex PTSD: From Surviving to Thriving* (1st ed.). Createspace Independent Publishing Platform.

Wessler, S. L. (2003). Rebuilding classroom relationships – It's hard to learn when you're scared. *Educational Leadership*, 61(1).

World Health Organization (2017). *Preventing Drowning: An Implementation Guide*. World Health Organization.

Young, M. A. (2008). Attachment theory's focus in EFT: An interview with Susan Johnson. *The Family Journal: Counseling and Therapy for Couples and Families*, 16, 264–270. <http://doi.org/10.1177/1066480708317673>

Zeanah, C. H., & Humphreys, K. L. (2018). Child abuse and neglect. *Journal of the American Academy of Child & Adolescent Psychiatry*, 57(9), 637–644. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2018.06.007>



En "**Bases para una educación acuática respetuosa en la infancia**", se aborda la importancia de proporcionar un entorno seguro y respetuoso para los niños en el ámbito de las actividades acuáticas. Este documento ofrece una guía completa para centros, educadores, padres y profesionales interesados en promover el desarrollo infantil a través del juego y la exploración en el agua, respetando siempre los derechos y necesidades de los más pequeños.

A lo largo de sus páginas, se exploran diversos **temas fundamentales**:

- **Presentación:** una introducción a la importancia de una educación acuática respetuosa y sus beneficios a largo plazo.
- **Objetivos de las actividades acuáticas en la infancia:** definición y análisis de los objetivos clave que deben guiar cualquier actividad acuática dirigida a niños.
- **Desarrollo infantil y los derechos en la infancia:** un repaso sobre cómo el desarrollo infantil debe ser siempre considerado dentro del marco de los derechos fundamentales de los niños.
- **Abuso o negligencia infantil:** identificación y prevención de situaciones de abuso o negligencia en el contexto de las actividades acuáticas.
- **La importancia de la vinculación:** la relevancia de construir vínculos afectivos sólidos y seguros a través del juego en el agua.
- **La teoría polivagal:** una explicación de esta teoría y su aplicación en el entorno acuático para fomentar la seguridad y el bienestar de los niños.
- **Derecho a aprender jugando:** la defensa del juego como un derecho fundamental y su papel en el aprendizaje y el desarrollo infantil.
- **Efectos del estrés en la infancia:** cómo el estrés puede afectar a los niños y la importancia de crear ambientes acuáticos que minimicen estas experiencias negativas.
- **¿Qué es el trauma y cómo ocurre (riesgo de trauma)?:** una mirada a los riesgos de trauma en la infancia y cómo las prácticas acuáticas respetuosas pueden prevenirlo.
- **Prácticas acuáticas respetuosas:** propuestas y estrategias para implementar prácticas que respeten y promuevan el bienestar integral de los niños en el agua.
- **Premisas esenciales para una educación acuática respetuosa:** principios y valores fundamentales que deben guiar toda actividad acuática dirigida a niños.
- **Conclusiones:** reflexiones finales y un llamado a la acción para promover una educación acuática respetuosa y consciente.

Esta es una herramienta indispensable para todos aquellos que buscan fomentar un ambiente acuático saludable y enriquecedor para los niños, garantizando su **desarrollo integral y bienestar**.