

DOI: <https://doi.org/10.46296/rc.v8i15.0355>

## Beneficios cognitivos, emocionales y sociales del juego en la edad preescolar

### Cognitive, emotional, and social benefits of play in preschool

Carrera-Ledezma María Fernanda

Universidad Estatal de Bolívar, Dirección de Posgrado y Educación Continua,  
Maestría en Educación Inicial. Guaranda, Ecuador.  
Correo: maria.carrera@ueb.edu.ec  
ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0007-8795-8527>

Lliguisupa-Pastor Dora Marcela

Universidad Estatal de Bolívar, Facultad de Ciencias de la Educación,  
Sociales, Filosóficas y Humanísticas. Guaranda, Ecuador.  
Correo: dlliguisupa@ueb.edu.ec  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5808-6490>

### RESUMEN

El juego sensorial representa una herramienta fundamental para el desarrollo emocional integral de los niños en edad preescolar, permitiéndoles explorar y comprender el mundo mediante experiencias multisensoriales. A pesar de la evidencia sobre sus beneficios, persisten brechas significativas en su implementación dentro de contextos educativos y familiares. Este estudio surge ante la necesidad de analizar teóricamente y contextualmente el impacto del juego sensorial en la evolución emocional infantil, considerando que muchos entornos aún priorizan enfoques academicistas por encima del desarrollo socioemocional. Metodológicamente, se desarrolló una revisión de literatura con enfoque cualitativo y descriptivo-analítico, basada en la consulta de fuentes científicas actualizadas (2018–2024) obtenidas en bases de datos como Scopus, SciELO, Redalyc y Google Scholar. Se aplicaron técnicas de análisis como la lectura crítica y la codificación temática, priorizando estudios centrados en la relación entre juego sensorial y emociones en niños de 3 a 6 años. Entre los resultados más relevantes se identificó que el juego sensorial favorece la autorregulación emocional, el reconocimiento y expresión de sentimientos, el desarrollo de la empatía y la socialización. Asimismo, se evidenció que los niños que participan en actividades sensoriales guiadas tienden a calmarse con mayor facilidad, mejorar su autoestima y establecer vínculos afectivos más sólidos. También se destacó la importancia de la participación activa de la familia y los docentes en la promoción de estos espacios. En conclusión, se reafirma que el juego sensorial no solo estimula la plasticidad cerebral, sino que también actúa como un puente para la construcción de una autoimagen positiva y el bienestar emocional infantil. Por tanto, se hace un llamado urgente a fortalecer su inclusión en las prácticas educativas, reconociendo al juego como una estrategia pedagógica vital en la primera infancia.

**Palabras claves:** Juego sensorial, desarrollo emocional, edad preescolar, resolución de conflictos, libertad de expresión, libertad de sentimientos.

### ABSTRACT

Sensory play represents a fundamental tool for the comprehensive emotional development of preschool-aged children, allowing them to explore and understand the world through multisensory experiences. Despite evidence of its benefits, significant gaps persist in its implementation within educational and family contexts. This study arises from the need to theoretically and contextually analyze the impact of sensory play on children's emotional development, considering that many environments still prioritize academic approaches over socio-emotional development. Methodologically, a literature review was conducted with a qualitative and descriptive-analytical

#### Información del manuscrito:

**Fecha de recepción:** 21 de octubre de 2024.

**Fecha de aceptación:** 27 de diciembre de 2024.

**Fecha de publicación:** 10 de enero de 2025.



approach, based on updated scientific sources (2018–2024) obtained from databases such as Scopus, SciELO, Redalyc, and Google Scholar. Analytical techniques such as critical reading and thematic coding were applied, prioritizing studies focused on the relationship between sensory play and emotions in children aged 3 to 6 years. Among the most relevant results, it was identified that sensory play promotes emotional self-regulation, the recognition and expression of feelings, the development of empathy, and socialization. It was also evident that children who participate in guided sensory activities tend to calm down more easily, improve their self-esteem, and establish stronger emotional bonds. The importance of active family and teacher participation in promoting these spaces was also highlighted. In conclusion, it is reaffirmed that sensory play not only stimulates brain plasticity but also acts as a bridge to building a positive self-image and children's emotional well-being. Therefore, there is an urgent call to strengthen its inclusion in educational practices, recognizing play as a vital pedagogical strategy in early childhood.

**Keywords:** Sensory play, emotional development, preschool age, conflict resolution, freedom of expression, freedom of feelings.

## 1. INTRODUCCIÓN

Los niños asimilan el mundo a través de los órganos de los sentidos, al respecto el desarrollo del juego sensorial es una actividad fundamental para su evolución en el ámbito emocional, tal como lo exponen Elbeltagui et al. (2023) jugar es una tarea física o mental placentera que mejora las habilidades del niño, que incluyen la capacidad de negociación, la resolución de problemas, la destreza manual, la capacidad de compartir y la toma de decisiones. El juego es una actividad física o mental placentera, intrínsecamente motivadora, orientada a procesos, elegida libremente, en la que el niño participa activamente de forma espontánea, principalmente en un entorno seguro, es por ello que los niños deben divertirse, o no se considera jugar. De acuerdo con Kars y Aki (2023) los niños desde el período neonatal hasta la adolescencia pasan entre el 3 % y el 20 % del día jugando. Jugar es una actividad diaria fundamental que permite a los niños aprender y dominar diversas habilidades que involucran habilidades de negociación, resolución de problemas, inteligencia emocional, mejora de su destreza manual, intercambio, toma de decisiones y trabajo en grupo. Además, ayuda a los niños a descubrir sus intereses. Mediante estas actividades se promueve la integración del desarrollo mental con la vida social. Además, cuando se realiza de forma no estructurada permite a los niños hacer más ejercicio, gastar más calorías, evitar los efectos de la vida sedentaria y mantenerse saludables. Los niños no necesitan aprender a jugar; lo adquieren de forma

natural. De igual forma es relevante para el desarrollo de la niñez (Kuhaneck et al. (2023).

En consecuencia, el juego representa el lenguaje del niño y los juguetes sus palabras, constituye un medio para prevenir o resolver dificultades sociales y psicológicas a las que el niño puede verse expuesto. Los adultos suelen subestimar las capacidades de los niños, especialmente cuando se trata de estas actividades. Mientras realizan estas actividades, los adultos suelen guiar a los niños con una agenda que les parece vital sin permitirles jugar de acuerdo con lo que quieren o necesitan. Se presentan menos oportunidades para que los niños jueguen sin directivas, reglas, condiciones y/o agenda. Los adultos suelen cambiar o arruinar la estructura y el flujo del juego del niño (Elbeltagi et al., (2023). Por otro lado, el juego podría ser defendido en sistemas educativos, médicos, de salud mental o entornos comunitarios. Esta actividad se convirtió en una opción cuando llegó toda la seriedad; pasó a ser una recompensa a pesar de ser prioritario y se integró en el desarrollo saludable del niño; ayudó a empatizar y compenetrarse con el lenguaje del niño para poder entrar en su mundo, que a menudo se queda en silencio. Se asume que, el juego es el lenguaje del niño cuando se comienza a escucharlo (Jaraba, 2024).

Sim embargo, no todos los niños experimentan las mismas vivencias con relación al juego, ni tampoco se benefician de la riqueza creativa, cognitiva y social que se desarrolla a partir de esta actividad lúdica (Nandy et al., 2020). Existe una brecha entre esta realidad y lo que se observa en algunos centros de educación inicial donde muchos niños presentan desfases en su desarrollo emocional de acuerdo con lo esperado para su nivel educativo y edad cronológica, aunque participen activamente en el juego. Fijadas las ideas anteriores, se plantea realizar un estudio para profundizar en el conocimiento del juego infantil y la forma como interviene en el área emocional de los infantes, se presenta a continuación la formulación del problema a investigar: ¿Cuál es el impacto del juego sensorial en el desarrollo emocional de los niños en edad preescolar? A partir de esta interrogante surge el objetivo que orientó el desarrollo de este estudio: Analizar el impacto del juego sensorial en el desarrollo emocional de los niños en edad preescolar.

## **2. METODOLOGÍA**

Este estudio corresponde a un artículo de revisión de literatura con enfoque cualitativo y de tipo descriptivo-analítico, cuyo objetivo fue sistematizar conocimientos actuales sobre el impacto del juego sensorial en el desarrollo emocional de los niños en edad preescolar. La revisión se llevó a cabo mediante una estrategia documental que implicó la búsqueda, selección y análisis de fuentes científicas indexadas en bases de datos reconocidas como Scopus, SciELO, Redalyc, Google Scholar y repositorios académicos de universidades. Se emplearon como técnicas de análisis la lectura crítica, la codificación de categorías temáticas emergentes y la triangulación de teorías. Los criterios de inclusión consideraron investigaciones publicadas entre los años 2018 y 2024, en español e inglés, con acceso completo, que abordaran específicamente el juego sensorial y su relación con el desarrollo emocional en niños de 3 a 6 años. Se excluyeron estudios duplicados, artículos de opinión no sustentados en evidencia empírica, y trabajos centrados exclusivamente en etapas escolares posteriores. Esta metodología permitió establecer conexiones entre los hallazgos teóricos y empíricos, tanto a nivel nacional como internacional, generando una base conceptual robusta para comprender la relevancia del juego sensorial en el contexto educativo inicial, así como las implicaciones pedagógicas que conlleva su aplicación.

## **3. RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

El juego tiene diversidad de perspectivas para ser tratado, desde el marco pedagógico se encuentran experiencias a nivel mundial, en una investigación realizada por el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF] (2021) ha publicado los beneficios que se obtiene en el juego en seis estudios en los cuales evaluaron intervenciones en aulas de educación inicial en países de Sudáfrica, Perú, Kenia y México, donde se evidenció que el enfoque centrado en los niños tuvo mejores resultados ya que proporciona oportunidades de exploración y juego lo que genera que los niños manifiesten liderazgo en el salón de clases, participación activa y autodeterminación. Además, se presentan datos relacionados al juego, en una encuesta realizada por Children's Worlds, respecto

al bienestar preguntaron las actividades que realizan los niños, para reconocer qué actividades se asociaban con la sensación de bienestar y como indicador de felicidad; se encontró fuertes vínculos entre la felicidad y la frecuencia con la que juegan al aire libre, con esto se determina que se puede relacionar las actividades que realizan los niños con sus experiencias subjetivas (UNICEF, 2020).

Asimismo, la Organización Mundial de la Salud (2017) indica que los niños y adolescentes entre los 5 y 17 años deben disminuir el tiempo de sedentarismo participando en juegos, recreación, educación física, juego planificado en los ámbitos de la escuela, la familia y su comunidad, por lo que las escuelas deberían dar un tiempo y espacio para estas actividades y animar a las familias que se involucren, siendo la familia la principal motivadora para el juego. De igual manera, en el contexto del Ecuador, según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos [INEC] (2022) ha reportado en el informe sobre desnutrición infantil, que se aplicó el Cuestionario de Indicadores de Cuidado Familiar FCI; como resultado se encontró que los niños de menos de once años representan al 33.4 % de los niños que realizan alguna actividad recreativa relacionado al juego.

Al respecto, es importante detallar que, la Constitución del Ecuador (2008) en el artículo 24, señala que, “las personas tienen derecho a la recreación y al esparcimiento, a la práctica del deporte y al tiempo libre” (p. 34). También como parte de los derechos de los niños, niñas y adolescentes lo expresa el Código de la Niñez y la Adolescencia (2022) en su artículo 26, expresa que: Derecho a una vida digna de los niños, niñas y adolescentes ... incluye aquellas prestaciones que aseguren una alimentación nutritiva, equilibrada y suficiente, recreación y juego...” (p. 27).

### **Caracterización del juego en la niñez**

Se entiende que, el juego por consiguiente además de ser prioridad en el sistema legislativo que apoya el desarrollo integral de la niñez, es parte fundamental como estrategia que apoya al desarrollo desde edades tempranas y al ser un concepto de tan amplia magnitud es importante describirlo en su definición,

fundamentación teórica y tipología, para lo cual se debe recordar el ámbito desde el cual se va a enfocar su ámbito de estudio para poder analizarlo y consensuar un criterio que permita entender su integralidad. Cuando se aborda el concepto de juego es importante retornar a teorías propuestas por autores importantes en el campo de la educación y psicología, quienes han manifestado teorías de la derivación por ficción, sociocultural, de enculturación y la de interpretación en el desarrollo de la estructura del pensamiento tal como lo plantean la Teoría Psicogenética de Piaget y la Teoría Histórico Cultural Vygotsky. Es así, que, se reconoce que el juego es fundamental y debe estar presente como soporte del ciclo de crecimiento de los niños (Vindrola et al., 2023)

Por lo tanto, el juego se define como un fenómeno complejo que se manifiesta con un sinnúmero de características, inherente al ser humano respecto a su naturaleza de conocer el entorno, por la necesidad de explorar, analizar, reconocer y descubrir lo que le rodea, cuya función va a estar dirigida en la activación de diferentes habilidades en el ámbito cognitivo y emocional como es el desarrollo del pensamiento y la creatividad (Pinto, 2024). También, es relevante explicar, que las actividades lúdicas pueden presentarse en diversas realidades como la virtual, la física e imaginaria dependiendo del uso que se le dé por parte del individuo y se puede mostrar de manera interactiva según como se exprese en la práctica; desde la perspectiva de la psicología ecológica el juego es la alternativa que tiene un sujeto para accionar en su medio partiendo de sus características propias y aprendidas (González, 2021).

Con relación, a la clasificación del juego Ascona y Meza (2023) detalla que el juego se organiza en: juego motor, que está relacionado al movimiento; el juego simbólico, cuando el niño a través del uso de la imaginación realiza representaciones; el juego tradicional, en el que se emplea objetos no sofisticados; juegos de construcción, que tienen que ver con la creación que ha partido de la imaginación y juego sensorial, que se realiza con activación de todos los sentidos. También puede clasificarse en función de las cualidades que va a desarrollar o de acuerdo a otros criterios: tipo, edad, intensidad, características, nivel educativo o madurez del infante (García, 2021).

En este sentido, se destaca el juego sensorial que tiene como propósito, estimular y activar los 5 sentidos en el niño, de manera que se despliegue el desarrollo de la imaginación, atención y memoria, ya que, el objeto con el que va a interactuar el niño viene estructurado con diferentes experiencias multisensoriales integradas. Este proceso que se realiza en la etapa de la educación inicial, manifiesta a nivel cerebral la activación de funciones que contribuyen con el proceso evolutivo del infante, considerando su impacto directo a la plasticidad cerebral (Lopez et al., 2024). Se entiende, que la corteza cerebral y las funciones cognitivas durante la niñez se encuentran en su mayor y pleno potencial de desarrollo, es en este momento, cuando el juego toma protagonismo como una actividad que promueve la revelación de habilidades cognitivas, emocionales y sociales asociadas al control de la atención, flexibilidad de pensamiento, procesamiento de información, autorregulación emocional, adaptabilidad, empatía, interacción. En definitiva, la experiencia que proporciona el juego es determinante en todas las áreas del desarrollo, especialmente interviene en las emociones y sentimientos del niño e influye en la construcción de las nociones sociales, motivacionales, actitudinales y de liderazgo (Rhenals, 2022).

#### **4. CONCLUSIONES**

La ausencia de prácticas sensoriales o su limitada implementación tanto en el contexto familiar como educativo nos revela que aún existe una mirada tradicional sobre el desarrollo infantil, solamente centrada en aprendizajes académicos y con poca atención al desarrollo emocional de los niños que hoy en día debería contar como una prioridad. Se evidencia claramente que los niños no cuentan con espacios adecuados los cuales le permitan, manipular, explorar, expresar y sobre todo liberar sus emociones y ser felices.

El presente estudio permitió ahondar más en la importancia del juego sensorial en la edad preescolar, comprender que este es un medio fundamental en el desarrollo emocional de los niños, destacando que la estimulación multisensorial facilita la expresión de emociones, el fortalecimiento del vínculo afectivo con otras personas y la construcción de una autoimagen positiva. A través del juego

sensorial los niños logran conectar con sus emociones de manera espontánea, lo que contribuye a su estabilidad emocional.

Una de las principales contribuciones del artículo fue evidenciar como el juego sensorial favorece a la autorregulación emocional, la empatía y la expresión de sentimientos, convirtiéndose así en un recurso educativo con impacto directo en las competencias socioemocionales. Los niños que participan en actividades sensoriales guiadas logran calmarse más fácilmente, liberan más energía, comparten y colaboran, fortalecen su autoestima y todo esto a través de la exploración libre y significativa que lo conseguimos mediante el juego.

## REFERENCIAS

- Ascona Bautista, Z. I., & Meza Chanca, Y. M. (12 de Junio de 2023). Juegos sensoriales en los procesos cognitivos básicos en niños de 5 años de una Institución Educativa de Chilca – Huancayo. Universidad Peruana Los Andes: <https://repositorio.upla.edu.pe/handle/20.500.12848/7279>
- Berdejo Zevallos, D. E., Oviedo Córdova, L., & Palacios Casachagua, N. C. (Junio de 2024). CONTRIBUCIÓN DEL JUEGO LIBRE EN LA REGULACIÓN DE LAS EMOCIONES EN NIÑOS EN ETAPA PREESCOLAR. *Innova Teaching School*: <https://repositorio.its.edu.pe/handle/20.500.14360/105>
- Código de la Niñez y Adolescencia. (2022, enero 17). <https://www.registrocivil.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/este-es-06-C%C3%93DIGO-DE-LA-NI%C3%91EZ-Y-ADOLESCENCIA-Leyes-conexas.pdf>
- Constitución del Ecuador. (2008). Constitución de la república del Ecuador. [https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/TRANSP-NORMAS\\_CONSTITUCIONALES.pdf](https://educacion.gob.ec/wp-content/uploads/downloads/2014/01/TRANSP-NORMAS_CONSTITUCIONALES.pdf)
- Elbeltagi, R., Al-Beltagi, M., Saeed, N., & Alhawamdeh, R. (2023). Terapia de juego en niños con autismo: su papel, implicaciones y limitaciones. *Revista Mundial de Pediatría Clínica*, 12(1), 1-22. <https://doi.org/10.5409/wjcp.v12.i1.1>
- Elbeltagi, R., Al-Beltagi, M., Saeed, N., & Alhawamdeh, R. (2023). Terapia de juego en niños con autismo: su papel, implicaciones y limitaciones. *Revista Mundial de Pediatría Clínica*, 1–22. <https://doi.org/10.5409/wjcp.v12.i1.1>

- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2021). Crecer y aprender a través del juego. <https://www.unicef.org/lac/historias/crecer-y-aprender-traves-del-juego>
- Gallardo López, J. A., & Gallardo Vázquez, P. (2018). Teorías sobre el juego y su importancia como recurso educativo para el desarrollo integral infantil. *Revista Educativa Hekademos*, 24, 41-51. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6542602>
- García, F. (2 de enero de 2021). Juego, Plasticidad cerebral y habilidades cognitivas. *Revista Salud y Bienestar Colectivo*, 5(1), 90-104. <https://revistasaludybienestarcolectivo.com/index.php/resbic/article/view/124/131>
- González, X. (2021). El juego en la educación: una vía para el desarrollo del bienestar socioemocional en contextos de violencia. *RLEE NUEVA ÉPOCA*, 2, 233-270. <https://doi.org/https://doi.org/10.48102/rlee.2021.51.2.375>
- Instituto Nacional de Estadística y Censo. (2022). Ecuador en Cifras. Instituto Nacional de Estadística y Censo: <https://www.ecuadorencifras.gob.ec/institucional/inec-revela-datos-sobre-oportunidades-de-juego-lenguaje-y-bienestar-de-la-primera-infancia/>
- Jaraba, A. P. (2024). El juego como estrategia pedagógica para potenciar el desarrollo socioemocional en niños de preescolar en el Jardín Infantil Arcoíris de Sueños Sabanas de San Ángel Magdalena 2024. *Universidad Nacional Abierta y a Distancias*: <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/64722>
- Kars, S., & Aki, E. (2023). Relationship between play skills and sensory processing in children with autism. *Appl Neuropsychol Child*, 9, 1-11. <https://doi.org/10.1080/21622965.2023.2266539>
- Kuhaneck, H., Watling, R., & Glennon, T. (2023). Ayres Sensory Integration® for Addressing Play in Autistic Children: A Multiple-Baseline Examination. *Am J Occup Ther*, 1-12. <https://doi.org/10.5014/ajot.2023.050169>
- Lopez, S. C., Avalos, R., & Avila, L. G. (2024). Plasticidad cerebral como herramienta para favorecer habilidades cognitivas en alumnos con dificultades de aprendizaje. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(4), 2644-2655. [https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v8i4.12512](https://doi.org/https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i4.12512)
- Mendelsohn, A. L., Brockmeyer Cates, C., Weisleder, A., Berkule Johnso, S., Seery, A. M., Canfield, C., Huberman, H., & Dreyer, B. P. (2018). Reading Aloud, Play, and Social-Emotional Development. *American Academy of Pediatrics*, 141(5), 1-11. <https://doi.org/doi:10.1542/peds.2017-3393>

- Nandy, A., Nixon, E., & Quigley, J. (2020, agosto). Parental toy play and toddlers' socio-emotional development: The moderating role of coparenting dynamics. *Infant Behav*, 60, 1-7. <https://doi.org/doi:10.1016/j.infbeh.2020.101465>. Epub 2020 Jul 15. PMID: 32682123.
- Organización Mundial de la Salud. (19 de noviembre de 2019). Un nuevo estudio dirigido por la OMS indica que la mayoría de los adolescentes del mundo no realizan suficiente actividad física, y que eso pone en peligro su salud actual y futura. Organización Mundial de la Salud: <https://www.who.int/es/news/item/22-11-2019-new-who-led-study-says-majority-of-adolescents-worldwide-are-not-sufficiently-physically-active-putting-their-current-and-future-health-at-risk>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Sedentarismo: Niños y adolescentes abusan de tiempo frente a una pantalla. <https://efesalud.com/sedentarismo-ninos-adolescentes-abusan-tiempo-frente-pantalla/>
- Pinto, D. (2024). *Talleres y Rincones de Juegos* (2da ed.). Málaga, España: (Interconsulting Bureau S.L.
- Rhenals, J. C. (2022). EL JUEGO COMO ELEMENTO NEUROEDUCATIVO. UN ANÁLISIS DESDE LA REFLEXIÓN Y EL DESARROLLO DE HABILIDADES. *Lúdica pedagógica*, 35(1), 54-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8091410>
- Rogers, S., & Evans, J. (2019). Playing the game? Exploring role play from children's perspectives. *European Early Childhood Education Research Journal*, 43-55.
- Sarah, B., Parson, J., Renshaw, K., & Stagnitti, K. (2021). Can children's play themes be assessed to inform play therapy practice? *Clin Child Psychol Psychiatry*, 26(1), 257-267. <https://doi.org/10.1177/1359104520964510>.
- UNICEF. (11 de Abril de 2021). Getting into the Game: Understanding the evidence for childfocused Sport for Development, Summary Report. UNICEF Office of Research-Innocenti: <https://www.unicef.org/innocenti/media/5461/file/UNICEF-Getting-Into-The%20Game-2021.pdf>
- UNICEF. (2020, septiembre 4). ¿Cuáles son los determinantes del bienestar infantil en los países ricos? unicef Office of Research-Innocenti: <https://www.unicef.org/innocenti/media/1831/file/UNICEF-Report-Card-16-Worlds-of-Influence-ES.pdf>
- Vindrola, S., Ghawi, G., Baghdasaryan, B., Lata, D., Loza, S., & Nugroho, D. (2023). What Works in Pre-Primary Education Provision. Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF):

<https://www.unicef.org/innocenti/media/2671/file/UNICEF-Digital-ECE-What-Works-2023.pdf>

Ximena, J., & Mills, M. (2022). What does SEA-PLM 2019 tell us. United Nations Children's Fund (UNICEF):  
<https://www.unicef.org/innocenti/media/4361/file/UNICEF-Child-Well-Being-Learning-SE-Asia-2022.pdf>