



¿Qué es Generation Wild?

Generation Wild es un movimiento que inició con Great Outdoors Colorado (GOCO, por sus siglas en inglés) y es apoyado por cientos de colaboradores por todo el estado. Lanzado en el año 2017, el propósito de la campaña es reconectar a niños con la naturaleza al aumentar la cantidad de tiempo que pasan al aire libre en actividades no estructuradas (los tipos de actividades que antes eran mucho más comunes).

El programa es un esfuerzo integrado estatal que incluye proveerles a padres y cuidadores inspiración para lograr que los niños pasen tiempo al aire libre. La campaña se basa en una lista llamada “100 Cosas que Uno Debe Hacer antes de Cumplir 12 Años”, el cual incluye diversos tipos de actividades incluyendo rodar por una colina cuesta abajo, tirar piedras en un río, jugar con lodo y visitar un glaciar. El [sitio web de Generation Wild](#) indica los beneficios de jugar al aire libre y ofrece estrategias y consejos para motivar a los niños a alejarse de la televisión, computadora u otras pantallas de una manera divertida y participativa.

La iniciativa está centrada en la noción que los “niños crecen mejor al aire libre” y ha resonado con las madres por todo el estado. De hecho, más de un 73.8% de las madres de Colorado encuestadas después de dos temporadas de campañas habían escuchado de Generation Wild. De esas madres, un 65.9% reportaron que tenían o que habían utilizado la lista de 100 Cosas que Uno Debe Hacer y un 60% indicó que su hijo había participado en más de 31 actividades de la lista.

Generation Wild recibe apoyo de organizaciones colaboradoras privadas, públicas y sin fines de lucro por todo el estado, las que incluyen Colorado Parks and Wildlife, las Bibliotecas Estatales de Colorado y el Club de Niños de Colorado. Además, es una iniciativa en sitio desarrollada por 15 coaliciones basadas localmente en comunidades de Generation Wild que están trabajando para crear nuevos lugares dónde jugar, programas al aire libre y caminos hacia oportunidades de liderazgo al aire libre.



En general, las madres que conocen la campaña reportaron una mayor conexión con la naturaleza.

Las personas que no conocían la campaña reportaron una menor conexión con la naturaleza.

¿Por qué Generation Wild?

Los datos son asombrosos. En promedio, los niños pasan solamente entre cuatro y siete minutos por día al aire libre en juegos no estructurados, solo cuatro a siete minutos. Este cambio hacia un estilo de vida sedentario es una contribución principal a la declinación de la salud infantil.

El caso es que la actividad física al aire libre no es solamente un descanso divertido de servicios digitales y rutinas diarias estructuradas. Los niños son más felices y saludables cuando pasan tiempo al aire libre, ya que fortalece sus sistemas inmunes y disminuye el nivel de estrés. También puede aumentar los niveles de vitamina D, lo que puede proveer protección contra problemas cardíacos, diabetes y osteoporosis.

Diversos estudios indican que los niños que juegan al aire libre son más inteligentes, más felices, más atentos y menos ansiosos que los niños que pasan más tiempo en ambientes cerrados. Se ha

demostrado que los juegos sociales al aire libre o en entornos naturales asisten con el desarrollo cognitivo y disminuye los síntomas del Trastorno de Déficit de Atención con Hiperactividad. El solo hecho de observar espacios verdes puede reducir significativamente el nivel de estrés de los niños.

Significativamente, los niños que experimentan entornos naturales diversos son más activos físicamente, más conscientes de la nutrición, más respetuosos entre sí y más creativos. Además, jugar al aire libre desarrolla la auto confianza, promueve la creatividad y la imaginación, les enseña responsabilidad, provee diferentes tipos de estimulación, además de reducir el estrés y la fatiga.

Jugar libremente sin estructuras va más allá del estado físico del niño. Afecta su desarrollo social y emocional.



¿Cómo aprendo más?

Puede encontrar más información sobre Generation Wild en GenerationWild.com o en [Facebook](#) o [Instagram](#).

