

Influencia del ajedrez en el desarrollo cognitivo, psicomotor y afectivo

Influence of chess on cognitive, psychomotor and affective development

Estrella Susana Aguilar Torres ¹ * <https://orcid.org/0000-0002-5555-5631>

¹Facultad de Ciencias Médicas “Mariana Grajales Coello”. Universidad de Ciencias Médicas de Holguín, Cuba.

***Autor para la correspondencia. Correo electrónico:** artllese2000@gmail.com

Recibido: 03/10/2022.

Aprobado: 05/02/2023.

El ajedrez constituye un juego lúdico de múltiples bondades en el desarrollo cognitivo, psicomotor y afectivo del individuo desde la infancia, hasta llegar al nivel macro, a través de su contribución en la solución de problemas relacionados con las áreas prioritarias de un país. Resulta un instrumento multidisciplinario que favorece el pensamiento, juicio, planificación, imaginación, anticipación, paciencia, autocontrol, toma de decisiones, coraje, creatividad e inteligencia. ^(1,2)

Su origen se remonta 1500 años atrás, el cuál evolucionó hasta llegar a la forma actual. Se conjetura que nació en un país cercano a la India, de allí pasó a los persas y posteriormente a los musulmanes, quienes lo incorporaron a España. El ajedrez moderno fue creado en España hace poco más de 500 años, al añadirse la dama. ⁽¹⁾

Su influencia a nivel intelectual se refleja en la atención, concentración, análisis y síntesis. Constituye una de las habilidades que más rápido se desarrolla porque se debe estar atento a cada movimiento, además de analizar las posibles combinaciones de jugadas y sintetizar cuál es la que cumple los requisitos para mejorar en el juego.⁽¹⁾

Durante la partida de ajedrez, cada movimiento está asociado con un acto de reflexión que precede a la elección del mismo. Este proceso de reflexión requiere atención (aplicación voluntaria del pensamiento a la actividad que se desarrolla) y concentración (la capacidad de aislarse voluntariamente del mundo exterior y centrarse exclusivamente en la acción que se desarrolla).⁽²⁾

En diversos estudios se evidencia incremento del pensamiento lógico-matemático y cálculo mental, con la mejora en estas habilidades a través de jugadas, estrategias e intercambio de piezas. La creatividad, imaginación, adaptabilidad y flexibilidad se logran al idear diferentes posiciones que aseguren el triunfo, sin embargo, a medida que transcurre la partida se presentan situaciones en las que hay que adaptar las estrategias.⁽¹⁾

Las funciones ejecutivas tienen un importante rol en la práctica del ajedrez, ya que estas habilidades mentales permiten al ser humano: organizar, planear, monitorear, comprobar su actividad cognitiva y conductual. Son ocho las funciones ejecutivas que han sido descritas de manera frecuente en la literatura: planificación, control inhibitorio, monitorización, regulación emocional, organización de materiales, flexibilidad cognitiva, memoria de trabajo e iniciativa.⁽³⁾

A nivel emocional, se refleja desarrollo mediante el control emocional de la frustración por la derrota, no dejarse llevar por la ira evita dar pistas al oponente, además del sentido de responsabilidad y autoestima al asumir las consecuencias de sus propios actos. El juego ciencia aumenta la autoconfianza y la empatía; contribuye a la resolución de problemas al comprender la perspectiva del contrario para adelantarse a sus movimientos y tomar decisiones ante las dificultades que se presenten.⁽¹⁾

A nivel social desarrolla la aceptación de normas y resultados, debido a que no es un juego de azar, se promueve la honestidad e integridad. La aceptación de ideas y el trabajo en equipo por medio de la colaboración, el rendimiento individual influye en el resultado global del grupo. Esta estimulación se genera porque el ajedrez se define como una serie de movimientos, personifica la vida, el intelecto, así como las relaciones humanas e incluso al gobierno mismo.^(1,3)

El ajedrez es un antídoto contra el Alzheimer, si es practicado desde la niñez puede evitar este padecimiento, aseveración apoyada por estudios realizados en el instituto Albert Einstein de Nueva York. En el tratamiento del Trastorno por Déficit de Atención e Hiperactividad-TDAH se concluyó que tiene un importante efecto en la disminución de la severidad, al sustituirse por los fármacos recetados o su disminución considerable en casos más severos.⁽¹⁾

Existe un estudio de niños con síndrome de Down y el síndrome de Asperger, siendo para este último muy beneficioso, ya que son individuos que pueden comunicar su creatividad, su expresividad, sin necesidad de tocar ni hablar con nadie. Un estudio en Venezuela con la participación de 4000 estudiantes, que obtuvo un aumento significativo del coeficiente intelectual después de solo 4,5 meses de entrenamiento sistemático de ajedrez. Otros estudios reportan un 17% de mejoría en los resultados académicos.^(1,3)

En virtud de sus beneficios, es aconsejable fomentar la práctica de este juego desde las edades tempranas, es decir, entre los 3 y los 5 años de edad, ya que la retención es mayor, sin contar con las bondades que brinda a las interrelaciones en esa edad. Minimiza considerablemente problemáticas delincuenciales y conductas hostiles. En general, proporciona una salida social positiva, una actividad recreativa sana que se puede fácilmente aprender y disfrutar a cualquier edad.⁽¹⁾

La práctica de este deporte potencia las habilidades que favorecen un mejor rendimiento académico, facilita la comprensión y asimilación de otros contenidos. Es algo más que un juego trivial, es un forjador del carácter, pues como en ningún otro juego está provisto de constancia, flexibilidad, audacia intelectual, tenacidad y creatividad.^(2,3)

Referencias bibliográficas

1. Avalos Parrales BC, Morales Mora IN, Jimenez Jaramillo WP, Vaca Fajardo K. Influencia del ajedrez en el desarrollo integral del hombre. Rev Multidisciplinaria .2019 [citado 04/4/2023];2(2). Disponible en:

<https://uctunexpo.autanabooks.com/index.php/uct/article/view/226>

2. Mestre Más I, Martínez Castillo VI, Núñez González A, Vargas Geliga E. Juegos pequeños con nociones de ajedrez para el desarrollo de las habilidade msotrices básicas en la Educación Física. Rev Podium.2023 [citado 25/04/2023];18(1).Disponible en:

http://scieloprueba.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522023000100005&lng=es

3. Sandoval Tipán L, Ramos Galarza C. Efectos del ajedrez en el funcionamiento neuropsicológico infantil de la memoria de trabajo y la planificación. Rev Ecuat Neurol. 2020 [citado 03/08/2022];29(2):46-51. Disponible en:

http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2631-25812020000200046&lng=es. <https://doi.org/10.46997/revecuatneurol29200046>

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe conflicto de intereses

Financiación

Los autores no recibieron financiación

Contribución de autoría

Se redactó el presente artículo a petición del Comité Editorial de la Revista Estudiantil HolCien