

**Cartilla sobre el derecho de niñas,
niños y adolescentes al descanso,
el esparcimiento, el juego,
las actividades recreativas,
la vida cultural y las artes**



**COMISIÓN ESTATAL DE
DERECHOS HUMANOS
NUEVO LEÓN**



El presente documento tiene el objetivo de poner a la disposición de la población en general, los estándares internacionales de los derechos humanos.

En esta cartilla se incluye, de manera simplificada y parcial, contenido de la Observación general núm. 17 del Comité de los Derechos del Niño. Para consultar el documento original, visite la base de datos de los órganos de tratados de las Naciones Unidas en: <https://bit.ly/2UtDAu1>

Se alienta la distribución pública de la presente, siempre y cuando no sea usada con fines comerciales y sea gratuita.

Introducción



El artículo 31 de la Convención sobre los Derechos del Niño declara que los Estados reconocen el derecho de la niñez al descanso, al esparcimiento, al juego, a las actividades recreativas propias de su edad y a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

Sin embargo, aún prevalece un escaso reconocimiento de la importancia de estos derechos y, en consecuencia, son pocos los esfuerzos para contar con disposiciones adecuadas y legislación protectora. Resultan evidentes y preocupantes las dificultades que enfrenta en el ejercicio de los derechos reconocidos en la Convención, la niñez en situación de pobreza, con discapacidad, indígena y la que pertenece a minorías.

Por tanto, el Comité de los Derechos del Niño aprobó la Observación general núm. 17, que tiene por objeto aumentar la comprensión de la importancia del artículo 31 de la Convención, para el bienestar y el desarrollo de niñas, niños y adolescentes; y asegurar el respeto y la aplicación de los derechos consagrados en ese artículo, así como de otros que se reconocen en dicho instrumento internacional.

¿Cuáles son los derechos reconocidos en el artículo 31 de la Convención?



- Derecho al descanso y el esparcimiento.
- Derecho al juego y a las actividades recreativas propias de la edad.
- Derecho a participar libremente en la vida cultural y en las artes.

Su aplicación es fundamental para la calidad de la niñez, el derecho a un desarrollo óptimo, el fomento de la capacidad de resistencia y recuperación, y el ejercicio de otros derechos humanos.



Importancia del juego y la recreación

- Son esenciales para la salud y el bienestar de niñas, niños y adolescentes.
- Promueven el desarrollo de la creatividad, la imaginación y la confianza.
- Desarrollan la capacidad, la fuerza y las aptitudes físicas, sociales, cognitivas y emocionales.



- Contribuyen a todos los aspectos del aprendizaje.
- Son una forma de participar en la vida cotidiana.
- Son indispensables para el desarrollo del cerebro.
- A través de ellos, se aprende a construir una posición social en el mundo.

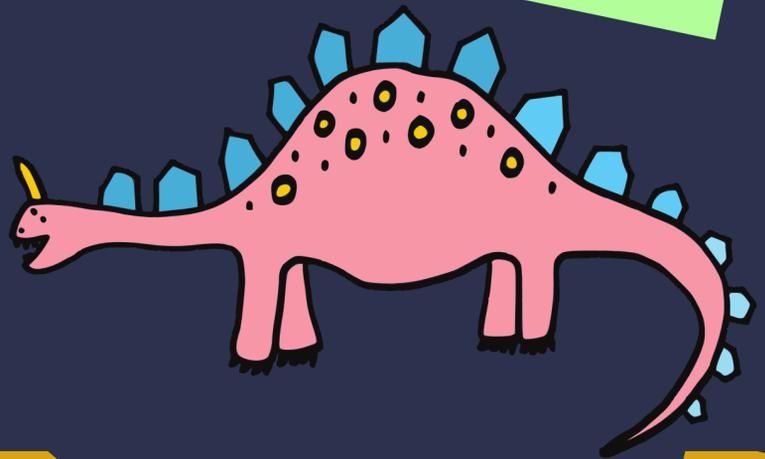


Importancia del descanso y el esparcimiento



El derecho a descansar significa tener un respiro suficiente en el trabajo, la educación o cualquier otro tipo de esfuerzo, para gozar de salud y bienestar óptimos. También implica la oportunidad de dormir lo suficiente.

Sin suficiente descanso, niñas, niños y adolescentes carecen de energía, motivación y capacidad física y mental para una participación o un aprendizaje provechoso.



También necesitan tiempo y espacio de entretenimiento o estímulos, en donde puedan comportarse de manera tan activa o inactiva como deseen, es decir, momentos de esparcimiento libres de obligaciones.

Importancia de participar en la vida cultural

La participación en la vida cultural de la comunidad es un elemento importante del sentido de pertenencia de niñas, niños y adolescentes.

A través de la experiencia cultural y artística, descubren y forjan su propio sentido de identidad y, a su vez, contribuyen al estímulo y la sostenibilidad de la vida cultural y las artes tradicionales.

La participación de la niñez le permite comprender la propia cultura y la de otras personas, al ampliar los horizontes y aprender de otras tradiciones culturales y artísticas, contribuyendo así a la comprensión mutua y a la valoración de la diversidad.



Principios generales de los derechos de la niñez

Todas las decisiones que se tomen en favor de los derechos al juego y recreación, al descanso y esparcimiento, y a la participación en la vida cultural, deberán orientarse por estos cuatro principios generales:

No discriminación

Niñas, niños y adolescentes deben ejercer estos derechos, sin distinción alguna, independientemente de raza, sexo, idioma, religión, condición de discapacidad, opinión política, origen étnico, posición económica o cualquier otra condición.



Interés superior de la niñez

Implica que todas las medidas relacionadas con estos derechos, busquen la mayor satisfacción de todas las necesidades de niñas, niños y adolescentes. Su aplicación exige adoptar un enfoque basado en derechos que permita garantizar el respeto y protección de su dignidad e integridad física, psicológica, moral y espiritual.





Derecho a ser escuchadas y escuchados

Niñas, niños y adolescentes tienen derecho a expresar sus opiniones en todos los asuntos que les afectan y deben tenerse en cuenta, en función de su edad y madurez. Cuando sea necesario deben recibir apoyo para expresarse.



Vida, supervivencia y desarrollo

Se debe promover la toma de conciencia de las personas cuidadoras, sobre la importancia central del juego para el desarrollo y la evolución de las capacidades de la niñez.



¿Qué factores determinan un entorno óptimo para el pleno ejercicio de estos derechos?

Es preciso asegurar ciertas condiciones para que niñas, niños y adolescentes disfruten sus derechos. Por ejemplo:

- Estar libres de estrés.
- Estar libres de discriminación.
- Tener un entorno de protección por cualquier daño o violencia social.
- Disfrutar de un descanso adecuado a su edad y su desarrollo.
- Disponer de tiempo libre, sin actividades impuestas de ningún tipo.
- Tener oportunidades de experimentar e interactuar con entornos naturales y con el mundo animal.
- Tener oportunidades de explorar y comprender el patrimonio cultural y artístico de su comunidad, y de participar en él, crearlo y plasmarlo.
- Contar con el reconocimiento del valor y la legitimidad de los derechos al juego y la recreación, el descanso y el esparcimiento, y la participación en la vida cultural.



Problemas a superar para llevar a la práctica estos derechos

Falta de reconocimiento de la importancia del juego y la recreación

En muchas partes del mundo, el juego se percibe como un tiempo "perdido", dedicado a actividades frívolas o improductivas que carecen de valor.



Exigencias de éxito académico

La importancia del éxito académico formal genera que niñas, niños y adolescentes se vean privados del juego y la recreación, el descanso y el esparcimiento, y la participación en la vida cultural.



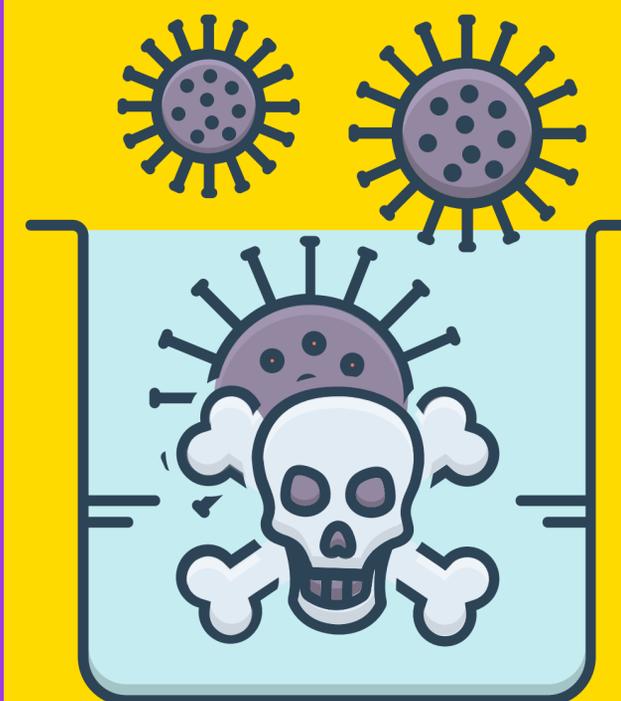
Horarios excesivamente estructurados y programados

En muchos casos, la posibilidad de ejercer estos derechos se ve limitada por la imposición de actividades que deciden personas adultas, como deportes obligatorios y trabajos domésticos.



Entornos insalubres y peligrosos

Por su falta de madurez física y mental, la niñez es especialmente sensible a las características del entorno, que pueden ser tanto de protección o de riesgo para su salud, desarrollo y seguridad.



Resistencia al uso de los espacios públicos por la niñez

La intolerancia a la niñez y la creciente comercialización de los espacios públicos, limitan el acceso a niñas, niños y adolescentes a espacios para el juego, la recreación y las actividades culturales.



Equilibrio entre el riesgo y la seguridad

Los temores por los riesgos físicos y humanos a los que se ve expuesta la niñez en sus entornos locales están conduciendo a niveles crecientes de supervisión y vigilancia, restringiendo la libertad de jugar y las oportunidades de recreación.



Falta de acceso a la naturaleza

En un mundo cada vez más urbanizado y privatizado, el acceso a parques, jardines, bosques, playas y otras áreas naturales se va reduciendo. La niñez en zonas urbanas de bajos ingresos es la que tiene menos probabilidades de un acceso adecuado a espacios verdes.



Olvido de estos derechos en los programas de desarrollo

La atención en la primera infancia suele centrarse exclusivamente en las cuestiones relacionadas con la supervivencia y el personal carece de capacitación para apoyar en las habilidades para el juego, la recreación, la cultura y las artes, como aspectos del desarrollo.



Falta de oportunidades culturales y artísticas para la niñez

El acceso a actividades culturales y artísticas se ve restringido, en muchos casos, por una serie de factores que incluyen la falta de apoyo de padres y madres; el costo del acceso; la falta de transporte; el hecho de que numerosas exposiciones, juegos y actividades se centren en las personas adultas; y la falta de participación de la niñez en la definición del contenido, el diseño, el lugar y la forma de las actividades.



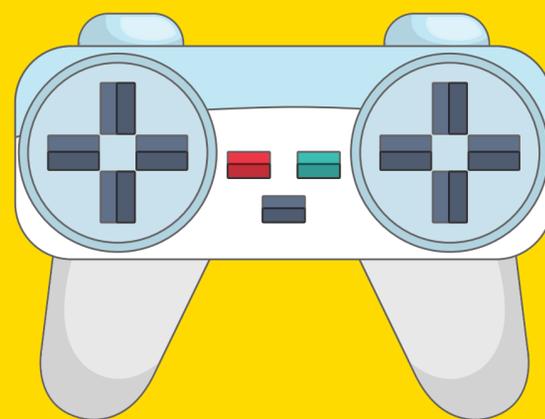
El papel creciente de los medios electrónicos

Sin la vigilancia adecuada, representan un riesgo considerable para la niñez, pues les expone al ciberacoso, la pornografía y la manipulación psicológica, a juegos violentos y a la dependencia a las actividades en pantalla, que genera poca actividad física, alteraciones del sueño, y problemas de obesidad.



Promoción y comercialización del juego

Niñas, niños y adolescentes se exponen, en medida creciente, a una comercialización y promoción comercial no regulada por parte de fabricantes de juguetes y juegos. Las personas cuidadoras son inducidas a comprar un número cada vez mayor de productos que pueden ser dañinos para el desarrollo de la niñez.



Grupos que requieren atención particular en el ejercicio de estos derechos

Niñas

En general, tienen una participación menor en las actividades físicas y los juegos organizados, debido a la falta de disposiciones adecuadas que suelen generar exclusión, que puede ser extrema y cultural o autoimpuesta.



Niñez en situación de pobreza

La falta de acceso a los servicios e instalaciones, la imposibilidad de asumir gastos, los vecindarios peligrosos y desatendidos, la necesidad de trabajar y un sentimiento de impotencia y marginación excluyen a niñas, niños y adolescentes en situación de pobreza, del disfrute del juego, la recreación, el arte y la cultura.



Niñez institucionalizada

Niñas, niños y adolescentes pueden pasar parte de su niñez en instituciones tales como hogares e internados, hospitales, centros de reclusión, establecimientos de detención preventiva y centros de refugiados, en donde las oportunidades para jugar, desarrollar actividades recreativas y participar en la vida cultural y artística son limitadas o inexistentes.



Niñez con discapacidad

La inaccesibilidad, la exclusión y los estereotipos privan a la niñez con discapacidad del disfrute de sus derechos. Se necesitan medidas creativas para eliminar los obstáculos a fin de que niñas, niños y adolescentes con discapacidad puedan acceder, disponer y participar de todas las actividades.



Niñez en situación de conflicto o de desastre natural y humanitario

En estas situaciones, las oportunidades para el juego, la recreación y la actividad cultural pueden tener una importante función terapéutica y de rehabilitación, y ayudar a niñas, niños y adolescentes a recuperar la sensación de normalidad y la alegría después de sus experiencias de pérdida, desplazamiento y trauma.



Niñez de comunidades indígenas o minoritarias

Se tiene la obligación de prohibir y erradicar la discriminación; y reconocer, proteger y respetar el derecho de los grupos indígenas o minoritarios a participar en la vida cultural de la sociedad y desarrollar su propia cultura.



¿Cuáles son las obligaciones de las autoridades?

La obligación de respetar



Exige que las autoridades se abstengan de interferir, directa o indirectamente, en el disfrute de los derechos al juego y la recreación, el descanso y el esparcimiento, y la participación en la vida cultural. Incluye la adopción de medidas concretas para lograr que se respete el derecho individual o colectivo de niñas, niños y adolescentes. Esas medidas comprenden:

- El apoyo a las personas cuidadoras
- La promoción de la toma de conciencia

La obligación de proteger



Exige que las autoridades adopten medidas para impedir que otros actores interfieran en el ejercicio de los derechos. En consecuencia, los Estados están obligados a garantizar:

- La no discriminación
- La regulación de agentes no estatales
- La protección de la niñez contra todo daño
- La seguridad en internet
- La seguridad después de un conflicto
- La regulación del comercio de juegos y juguetes
- La erradicación de medios de comunicación que promuevan la violencia
- Los mecanismos de denuncia

La obligación de cumplir

La obligación de cumplir exige que se adopten las medidas legislativas, administrativas, judiciales, presupuestarias, de promoción y de otra índole, adecuadas para facilitar el pleno disfrute de los derechos de la niñez.



En particular, debe prestarse atención a lo siguiente:

- La legislación y planificación
- La reunión de datos y la investigación
- La colaboración en los gobiernos nacionales y las administraciones municipales
- Los presupuestos
- El diseño universal
- La planificación municipal
- La organización y planificación escolar
- La formación y capacitación de personas profesionales de la niñez

Referencias

Naciones Unidas. (2013). Comité de los Derechos del Niño. Observación general núm. 17 sobre el derecho del niño al descanso, el esparcimiento, el juego, las actividades recreativas, la vida cultural y las artes, CRC/C/GC/17.



COMISIÓN ESTATAL DE DERECHOS HUMANOS DE NUEVO LEÓN

Cuauhtémoc No. 335 Norte, Col. Centro, Monterrey, Nuevo León,
entre Manuel María de Llano y Albino Espinosa.

Teléfonos:

(81) 8345-8644

(81) 8345-8645

(81) 8342-4260

(81) 8344-9199

E-mail: cedhnl@cedhnl.org.mx

Sitio web: www.cedhnl.org.mx

MÓDULO DE ATENCIÓN - PABELLÓN CIUDADANO

Washington No. 2000, Col. Obrera, Monterrey, Nuevo León.

OFICINA REGIONAL - ZONA SUR

Juárez No. 517, Col. Centro, Linares, Nuevo León.

Tel: (821) 110-0372

