

Motricidad humana, ecomotricidad y buen vivir: bases para la salud planetaria

Human motricity, ecomotricity and Good Living: foundations for a planetary health

Motricidade humana, ecomotricidade e Vida Boa: bases para a saúde planetária

<https://doi.org/10.15332/21459169.10279>

Artículo

Sergio Toro Arévalo¹
Javiera Rodríguez Vergara²
Benjamín Antiman Antiman³
Nadine Álvarez Guajardo⁴
Javiera Urrejola Fernández⁵

Recibido: 13/11/2024

Aprobado: 13/12/2024

Citar como:

Toro Arévalo, S., Rodríguez Vergara, J., Antiman Antiman, B. Álvarez Guajardo, N., & Urrejola Fernández, J. (2024). Motricidad humana, ecomotricidad y buen vivir: bases para la salud planetaria. *Análisis*, 56(105), 148-173. <https://doi.org/10.15332/21459169.10279>



Resumen

Este trabajo abre una discusión epistémica sobre los fundamentos de la llamada Educación Física, buscando reorientarla desde la motricidad humana hacia una construcción que le otorgue una identidad disciplinar propia. A partir del análisis de diferentes autores y tendencias teóricas, se explora el concepto de buen vivir o *Küme Monge*, poniendo en tela de juicio la concepción occidental de la salud y su tendencia a la fragmentación del ser humano. Se critican los enfoques actuales dualistas de cuerpo y mente. En su lugar, se propone una visión más holística del organismo, sistémica y alineada con la corriente enactiva. Finalmente, se presenta una propuesta que unifica lo global y lo territorial, promoviendo una reconfiguración de la Educación Física hacia un modelo apoyado en una ontología sistémica y compleja, que propicia un tratamiento diferente de las actuales demandas ecológicas, políticas y sociales que abordan la crisis de salud personal, comunitaria y planetaria.

Palabras clave: motricidad humana, educación física, salud planetaria, buen vivir.

¹ Docente de la Universidad de Chile, Chile. Correo: seatoro@gmail.com; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4559-3351>

² Docente en formación Pontificia Universidad Católica de Chile. Correo: javiera.urrejola@uc.cl; ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-2820-3335>

³ Docente en formación Pontificia Universidad Católica de Chile. Correo: benjamin.antiman@uc.cl; ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-3242-6385>

⁴ Docente en formación Pontificia Universidad Católica de Chile. Correo: nadine.aylen@uc.cl; ORCID: [0009-0003-4933-4124](https://orcid.org/0009-0003-4933-4124)

⁵ Docente en formación Pontificia Universidad Católica de Chile. Correo: jrodriguez@uc.cl; ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-9195-5892>

Abstract

This paper opens an epistemic discussion on the foundations of the so-called “Physical Education,” seeking to reorient it from human motricity towards a construction that gives it a disciplinary identity of its own. From the analysis of different authors and theoretical trends, the concept of Good Living or *Küme Monge* is explored, questioning the western conception of health and its tendency to fragmentation of the human being. The current dualistic approaches of body and mind are criticized, proposing instead a more holistic vision for the organism, systemic and aligned with the enactive current. Finally, a proposal is presented that unifies the global and the territorial, promoting a reconfiguration of “Physical Education” towards a model, from a systemic and complex ontology, which propitiates a different approach to the current ecological, political and social demands that address the personal, community and planetary health crisis.

Keywords: human motricity, physical education, planetary health, good living.

Resumo

Este artigo abre uma discussão epistêmica sobre os fundamentos da chamada “Educação Física”, buscando reorientá-la a motricidade humana para uma construção que lhe dê sua própria identidade disciplinar. Com base na análise de diferentes autores e tendências teóricas, explora-se o conceito de *Buen Vivir* ou *Küme Monge*, questionando a concepção ocidental de saúde e sua tendência a fragmentar o ser humano. As atuais abordagens dualistas de corpo e mente são criticadas, propondo-se uma visão mais holística do organismo, sistêmica e alinhada com a corrente enativa. Por fim, é apresentada uma proposta que unifica o global e o territorial, promovendo uma reconfiguração da “Educação Física” em direção a um modelo, a partir de uma ontologia sistêmica e complexa, que favoreça uma abordagem diferente para as atuais demandas ecológicas, políticas e sociais que abordam a crise de saúde pessoal, comunitária e planetária.

Palavras-chave: motricidade humana, educação física, saúde planetária, bom viver.

Introducción

Este texto intenta iniciar una discusión epistémica que permita avanzar en el esclarecimiento del sentido y perspectiva del ejercicio profesional de la llamada Educación Física, en virtud de un contexto histórico, epistémico y planetario muy diferente a aquel en el que dicha disciplina tuvo su nacimiento y desarrollo. No hay duda de que dicho esclarecimiento es un enorme desafío, pero no por eso inmovilizador, pues precisamente se trata de proponer una base que organice y dé cuenta de los diversos ámbitos de desenvolvimiento de quienes desempeñan esta profesión, así como también una reflexión que permita alcanzar un núcleo ontológico y epistémico consecuente con las trayectorias curriculares propias, la articulación con la política pública y, finalmente, se constituya en un tipo de proceder e identidad que aporte sustantivamente a los fenómenos educativos y sociales de cada localidad, región y país.

Sobre este predicamento, horizonte e inspiración, este artículo se adentra en las categorías de motricidad humana y de movimiento, entendidas como dos de los términos más

usados y desarrollados en el contexto de la disciplina de la Educación Física. Al discutir y establecer el sentido de uno y de otro término, podemos aclarar cuáles son los alcances y usos que ambos presentan. De igual forma, podemos ubicarnos en el ejercicio específico de la especialidad como proceso educativo.

Operativamente, este trabajo se ha hecho a partir del estudio y análisis de diferentes autores y tendencias, en función de sus propios planteamientos, con el fin de ir ubicando los componentes y características distintivas de cada uno de ellos. En este devenir, se ha ido construyendo un núcleo de sentido del término Motricidad, para concluir con una propuesta auténtica que logre dar cuenta de las diferentes dimensiones del desarrollo docente, pero que, sobre todo, nos permita adentrarnos en el desafío de una disciplina que asume una visión sistémica, compleja y planetaria de su desarrollo.

Con esta finalidad se han revisado a Kurt Meinel y Gunter Schnabel (2004), Robert Rígal (1987-2006), David Gallahue (1989-2005), Jünger Baur, Klaus Bös & Roland Singer (1994), Vigostky (1974) y Luria (1987), Valsiner (2000), Pastor Pradillo (2007), Livingstone (en Varela & Haywart, 1997), Merleau-Ponty (2000), Varela (2016); Gallagher (2020, 2023), entre otros. Dichos autores han se destacan por sus aportes al tema que nos interesa estudiar, así como también porque responden tanto a programas específicos dentro de la especialidad como a otros campos de conocimiento que confluyen con los ámbitos de desarrollo e investigación en que nos encontramos.

En primer lugar, el movimiento, para Meinel y Schnabel (2004), comprendido como movimiento humano y a menudo como específicamente deportivo, es el componente externo, ambiental, de la actividad humana, el cual se expresa en los cambios de posición del cuerpo humano o de sus partes, así como en la interacción de fuerzas mecánicas entre el organismo y el medio ambiente. Específicamente, para estos autores la motricidad:

comprendida aquí como la motricidad humana, abarca, por el contrario, la totalidad de los procesos y funciones del organismo y la regulación psíquica (psicomotricidad) que tienen por consecuencia el movimiento humano. Un acto motor (acción) representa en su unidad:

Un componente de una actividad o forma de conducta regulada, planeada conscientemente, cuyo resultado (objetivo) se prevé mentalmente.

Un proceso conducido y regulado sobre la base de sistemas regulativos sensorio motrices.

Un complejo de procesos fisiológicos y bioquímicos (procesos energéticos) que provocan el movimiento (“externo”) por medio de contracciones y relajaciones musculares.

Cambios de lugar del Leib (encarnación) y/o sus partes, o sea, movimiento desde el punto de vista de la mecánica. (Meinel y Schnabel, 2004. p23).

No obstante, es necesario realizar una distinción clara entre ambos términos que de pronto se usan como sinónimos o equivalentes:

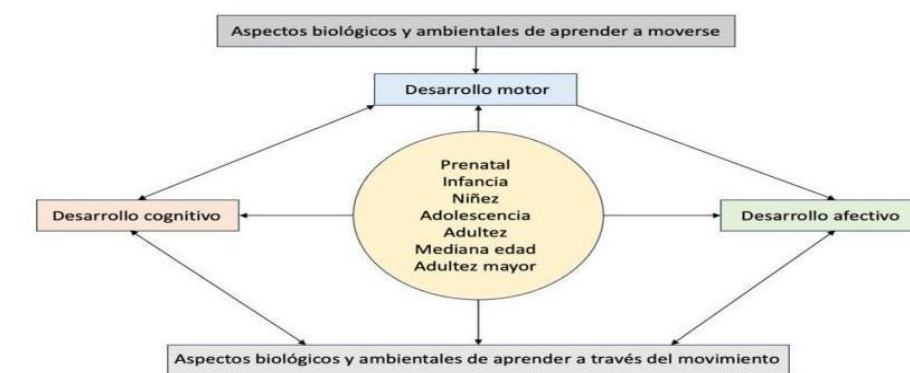
“Las palabras movimiento y motricidad del ser humano contienen, por consiguiente, dos aspectos del mismo fenómeno en el marco de la actividad humana. En cierta forma, se puede hablar del aspecto externo y de su aspecto interno. Sin embargo, tal como se puede apreciar en la definición del concepto de motricidad, es muy difícil trazar un límite claro: el movimiento (“externo”) pertenece al motor como su representación visible” (2004, p. 23).

Así mismo, en un contexto diferente, los autores canadienses Rigal, Paoletti y Portmann (1979) entienden que la motricidad o acto motor intencional representa la forma más elevada, la más fecunda, pero también la más compleja del comportamiento, que caracteriza la conducta adaptativa, creativa y autónoma. En consecuencia, su estudio debe tener en cuenta los aspectos que se detallan a continuación:

- Los procesos de elaboración de las informaciones sensoriales que conducen a la apreciación de las relaciones espacio-temporales de la situación.
- La interacción de las estructuras nerviosas decisionales y reguladoras y de las estructuras musculares efectoras.
- El grado de evolución de los procesos internos de maduración nerviosa y de las modificaciones anatomo-fisiológicas que se producen a lo largo del crecimiento.
- La riqueza de situaciones motrices que han sido experimentadas en momentos particulares de la vida.

Otra escuela norteamericana, sin duda la que más ha tenido influencia en la comprensión de la motricidad en un sentido general, es la de los patrones motores o desarrollista, cuya influencia llegó a Chile desde Brasil en la segunda mitad de la década de los ochenta. Su representante más influyente es David Gallahue (1989). El caso de este autor es muy interesante, dada la evolución que fue desarrollando, desde una posición marcadamente fragmentaria y específica en los *movimientos fundamentales* hacia una que reconoce lo sociocultural y situado de los *patrones de movimiento*. De hecho, sus últimos libros resaltan significativamente dicha influencia, así como también se abren hacia posibilidades diferenciadoras de acuerdo con la tradición y el contexto simbólico de las comunidades o poblaciones que se pretende acompañar. La siguiente figura resume lo fundamental de su teoría:

Figura 1
Aspectos biológicos y ambientales



La naturaleza interrelacionada del estudio del desarrollo motor. Gallahue, (1989).

Fuente: Gallahue, (1989)

Se puede observar que, si bien este modelo reconoce una multidimensionalidad del proceso de desarrollo, donde se articulan los procesos filo y ontogenéticos, tras él subyace una mirada fragmentada en el momento de la operacionalización de la propuesta, dado su énfasis en los aspectos relacionados con los patrones de movimiento. Lo fundamental, en cuanto aporte de este modelo, es que permite establecer un mecanismo para detectar patrones de acción de acuerdo con los deportes o manifestaciones performáticas abiertas y cerradas, como juegos y deportes que requieren habilidades fundamentales, ya sea de forma general o específica y combinada. Sin embargo, no opera de igual forma con manifestaciones de carácter rítmico-expresivas o de representación, como la danza, el teatro, entre otras.

Desde la perspectiva de Baur, Bös y Singer (1994), la motricidad y su desarrollo implican asumir que cada movimiento del ser humano está impregnado y es conducido en una dinámica donde confluyen diversos factores, tanto estructurales como relacionales, es decir, desde lo biológico a lo simbólico, desde lo involuntario (no por eso no consciente) a lo deliberado. Esto es muy relevante, pues permite entender que si bien es cierto que podemos apreciar el *movimiento* humano como algo que se despliega y tiene sus mensurables y constatables, de igual forma los procesos internos son la organización y la dinámica que permiten lo visible. Por tanto, es fundamental poner atención a la clausura operacional y organizacional que da lugar al movimiento, tanto en la educación como en la performatividad (Maturana y Varela, 1984; Maturana y Dávila, 2019; Mpodosi, 2022). De lo contrario, la acción educativa no será posible, dado que la actividad humana se genera en un proceso desde lo propio o la mismidad de quien la ejecuta o realiza, de ahí que sea esencial entender la autonomía, como condición de lo vivo, no solo como un objetivo de realización, sino como característica ontológica de lo vivo (Varela, 1979), aún más en los procesos humanos, pues requiere que quien ejecuta una acción desde su autonomía entienda o comprenda lo que está

aprendiendo, es decir, contemple un sentido o valor de lo que se hace (De Jaeger & Di Paolo, 2007)

En esta perspectiva es relevante la importancia que se le asigna al desarrollo de la motricidad como proceso situado e histórico, particularizado de acuerdo con las condiciones biológicas y culturales de las personas y comunidades que se pretenda investigar, potenciar o educar. La motricidad comprende los procesos de modificación, de acuerdo con la edad y la cultura, de igual modo los procesos de conducción y función del comportamiento y del movimiento. En palabras técnicas y operativas, se trata de ocuparse del proceso de ontogénesis y filogénesis situadas, embebidas y ecológicas de las comunidades. En su clásico texto *Handbuch Motorische Entwicklung* (1994), Jürgen Baur, Klaus Bös y Roland Singer, plantean y fundamentan una opción ecológica y dialéctica sobre el desarrollo de la motricidad. Este aspecto resultará relevante un poco más adelante en este artículo, cuando revisemos planteamientos actuales y de frontera. Lo fundamental es que hace mas de treinta años ya se desplegaban abordajes sistemicos y dinámicos en Alemania y europa central en ámbitos del deporte, la educación y la cultura.

Hasta aquí hemos revisado los planteamientos propios de la visión occidental de la cultura tanto europea como norteamericana, con sus correspondientes acepciones más reconocidas e influyentes dentro de la disciplina. Pero si observamos algunos representantes de la cultura eslava, podemos encontrar propuestas que se podrían considerar fuera de la cultura europea propiamente tal y que se acercan más a lo oriental⁶. El desarrollo de sus orientaciones y perspectivas fueron recogidas por la Alemania oriental, Cuba (en Latinoamérica) y determinados grupos de científicos dentro del mundo occidental.

En este contexto, se destacan dos grandes autores, por una parte, Vygotsky (2018[1974]) y, por otra, Alexander Luria (1974), uno de sus discípulos más reconocidos. Estos pensadores no usan el concepto de motricidad, sino el de acción, entendida como cualquier movimiento orientado hacia un fin. Cabe señalar que ese fin, no necesariamente es deliberado, sino que es generado desde la condición afectora de un ser vivo, es decir, lo que afecta y cómo se afecta genera irrenunciablemente en el ser vivo una referencia o efecto. Por tanto, la unidad o articulación de procesos de afecto (aferencias) y efectos (eferencias) es constitutiva de la acción humana (Luria, 1974). Por ello, en términos cerebrales y del sistema nervioso en general, se producen procesos consecutivos y paralelos que permiten y favorecen la emergencia situada de una o varias acciones, de acuerdo con una determinada situación en la que el actor o actriz se despliega. De acuerdo con Luria:

⁶ Entendiendo que el límite cultural entre Occidente y Oriente se define como la ciudad húngara de Budapest, específicamente en el río Danubio.

se puede concluir que los lóbulos frontales del cerebro se cuentan entre las estructuras vitales responsables de la orientación de la conducta activa de un animal, no solo en el presente, sino también en el futuro y que, por tanto, son responsables de las más complejas formas de conducta activa. (1974, p. 89)

La acción, por tanto, incluye o es posible desde los procesos que organizan y sintetizan un comportamiento que tiene una doble condición: por una parte, el agente siente lo que ocurre en sí mismo, porque actúa en un contexto que depende del tipo y carácter de la acción que se emprende. Pero esta empresa, dirían Vygotsky (2018 [1974]) y Luria (1974), yace, en cuanto que fuente de intención y dirección, en la historia social a la que pertenece un ser humano o humana: “es esa actividad laboriosa en sociedad [la] que marca el origen de la historia de la humanidad y la comunicación entre niño y adulto que fue la base ontogénica del movimiento voluntario de la acción intencionada” (Luria, 1974, p. 244). En este sentido, la acción o motricidad (movimiento intencional) se convierte en un proceso relacional y dialéctico, que nos hace atender a las formas de relación y sus procesos de construcción como un fenómeno abierto a situaciones de contingencia, pero sobre todo a cómo se sienten quienes se encuentran en el diálogo, relación o situación co-activa (juego, deporte, danza, conversación, trabajo, entre otras actividades). De acuerdo con lo anterior, Bernstein (2020 [1926]) (otro autor soviético) pone acento en la incontabilidad intrínseca de las acciones desde estímulos externos. En lugar de ello, propone la idea de que las estructuras complejas de aferencia o afectos organizan el sentir de quien está en la acción.

El nexo que podemos establecer en la comprensión de este enfoque es que constantemente quien se enfrenta a un desafío o aprendizaje se halla en una situación de base entre lo realizado y la futura acción a llevar a cabo o aprender, cuya diferencia sería lo que Vigostky (2018 [1974]) definió como zona de desarrollo próximo y que, por su parte, Bernstein (2020 [1926]) denominó la tarea futura (*soll-Wert*), pero que parte o se inicia desde lo vivido en la situación e historia personal y social (*ist-Wert*). El proceso de cobertura de las distancias entre uno y otro aspecto se desarrolló en la organización de los intentos o acciones en un determinado y definido espacio-tiempo, en la integridad de la aferencia o afecto de lo que se está haciendo y, por último, en la regulación constante del tono muscular en la tarea o intentos desarrollados atenuados desde y en el control motor. En tiempos actuales, llamaríamos propiocepción a la unión de estos tres aspectos. (Clark, 2016), que se traduce en la dinámica que el conocer, opera desde las dimensiones y componentes periféricos de nuestra condición encarnada, desde la piel, las articulaciones, la tonicidad y tensión muscular, las viscerales y los sistemas digestivos que operan como una totalidad en despliegue (Castellanos, 2022)

Autores recientes, como Jaan Valsiner (2000), han avanzado y contextualizado esta visión desde la psicología cultural, enfatizando la importancia de los patrones de acción. Estos son entendidos como cadenas de acciones que se estabilizan, desde la recurrencia y

recursividad, en dispositivos particulares de una determinada forma de vivir y comprender el mundo circundante. Es decir, estos patrones pueden ser vistos como hábitos que permiten la construcción de identidades colectivas y culturales, visibles en los distintos despliegues de las acciones dentro de un colectivo, validando algunas y excluyendo otras. Por ejemplo, la vestimenta, los hábitos de comida y cocina, los ritmos de descanso, trabajo y ritualidad, así como también la construcción y uso de las tecnologías que le son propias a cada cultura.

Según Livingston (cit. en Varela & , 1997), la motricidad refiere esencialmente a la capacidad de contracción y relajación de la musculatura. Pero dicho proceso es más que un acto mecánico y discreto, pues en su realización están implicados todos los subsistemas de un organismo complejo que tenga musculatura y esqueleto, así como también aquellos que lo nutren y sostienen. Livingston sostiene que esta capacidad-condición tiene tres categorías: la primera tiene que ver con las vísceras, la secreción, la contracción y la relajación de las entrañas, el hígado, la sexualidad, las glándulas sudoríparas, entre otras. La segunda refiere a la expresión, que posibilita dar cuenta de los estados de ánimo, las emociones y los sentimientos de una persona que decantan en su conjunto en una actitud personal, de acuerdo con la situación que se vive. Por último, la tercera categoría constituye la efectuación del mundo social y circundante (Von Üxküll, 2014) o, mejor dicho, lo que la persona u organismo constituye como mundo en lo que literalmente lo circunda, a través de su manipulación, la locomoción e impresión-expresión con seres semejantes o posibilidades que le permitan satisfacer sus necesidades y dar curso a sus capacidades y posibilidades en su contexto específico.

Todos los seres vivos hacen algo, en especial los humanos, cuya propia actividad se ha diversificado y especificado en grados cada vez más complejos y multidiversos, que transitan desde lo esencial o básico (como masticar, observar, respirar o digerir) hasta lo simbólico y metafórico (como la música, la poesía, el deporte, el arte, la ciencia y la espiritualidad). De manera que la motricidad en general se convierte en una propiedad constitutiva y constituyente de cada especie, a partir de las relaciones que puede constituir, dadas su organización y estructura.

Figura 2

Fragmentación ontológica y epistémica



Fuente: Elaboración propia

Un eje central de esta perspectiva es la superación ontológica del dualismo cartesiano (figura 2), que consecuentemente deriva en formas de actuación tanto educativa como investigativa, marcadas por un tratamiento sistémico y global de la condición de lo propio del vivir, así como de lo humano en acoplamiento estructural con el entorno. Pero, en términos pedagógicos, ¿qué implica en concreto una actuación profesional desde esta opción epistémica y ontológica? Según Pastor Pradillo (2007), cualquier intervención, preferimos la palabra acompañamiento, de un proceso educativo que en este marco de conocimiento debiera considerar los siguientes aspectos:

- Tener en cuenta el desarrollo psicológico como consecuencia de la intervención activa del individuo en el mundo mediante el conocimiento y el control de su propio cuerpo y de la acción consciente.
- El desarrollo implica una identidad, como proceso único, de funciones neuromotrices y psíquicas.
- Las capacidades mentales complejas (análisis, síntesis y simbolización) se fundamentan en el grado de elaboración del esquema corporal.
- Lo corporal es la dimensión básica, el medio indispensable para establecer la relación con el mundo.
- El movimiento es el recurso relacional necesario del comportamiento. (Pastor Pradillo, 2007, p.17).

Como se puede apreciar, en esta propuesta subyace, a pesar del esfuerzo de Pastor Pradillo (Ob. cit.), una mirada fragmentaria, dado que sobre valoriza aspectos relacionados con lo cognitivo, como si ese fuera el propósito final de lo encarnado. No obstante, se puede apreciar que la intervención o acompañamiento implica una mirada o explicitación de aspectos que tradicionalmente la Educación Física no ha considerado como parte de sus contenidos o elementos constitutivos centrales. Al mismo tiempo, se puede inferir que cualquier propósito morfofuncional, o de lo que se define como actividad física, implica un compromiso y concurrencia de dimensiones que no son consideradas *físicas*. De manera que una acción puede entenderse desde una suerte de emergencia multidimensional, en la cual concurren tantas dimensiones como distinciones se quieran realizar, pero que, en definitiva, ninguna de ellas puede comprenderse por sí y para sí misma, sino como parte de una dinámica compleja e indivisible.

Desde la biología del conocer (Maturana y Varela, 1984), se especifica la motricidad, o, como Maturana y Varela dirían, la condición estructural de cualquier ser vivo mamífero como la base de sus posibilidades y alcances de su acción. Por lo mismo, no es posible diferenciar, en la experiencia y proceso mismo, a no ser desde una patología, los procesos particulares de cada identidad que conforman la red o sistema vivo; por ejemplo, su sentir y su actuar como dos procesos diferentes, sino más bien como uno solo. Esto se puede comprender mejor a partir de lo siguiente:

- El sistema nervioso (SN), como sistema distintivo de los animales, está constituido por componentes, procesos, interacciones y resultados de su propia operación, que ocurren dentro del mismo sistema, es decir, se trata de un sistema cerrado operacionalmente, que tiene como proceso y producto la condición interna del sistema y su acoplamiento con el entorno. Maturana y Varela, en sus libros *Máquinas y seres vivos* (1972) y *El árbol del conocimiento* (1984), lo expresaron de este modo: organismo y nicho se encuentran en dominios disjuntos. Entendemos por disjuntos aquellos dominios de realización diferentes, que se pueden distinguir, que existe una separación en cuanto identidades, un límite que permite señalarlos, que corren por caminos que nunca se encuentra el uno con el otro. La consecuencia es que el organismo vivo, con o sin SN, está en el dominio molecular, celular, de procesos sistémicos en sí mismo, y que todo lo que hace está en el dominio de la conducta. Entenderlo de este modo, tiene varias consecuencias.

Figura 3

Acoplamiento estructural (en el caso humano bio-simbólico) con el entorno



Fuente: Elaboración propia

Desde los supuestos señalados se pueden distinguir las siguientes consecuencias:

- El organismo, incluso lo humano y todo lo que pasa en el sistema molecular, celular, tanto en su organización y su estructura, opera en los términos mecánicos y, así mismo, todo el sistema es cerrado en su operar con el mundo, o sea, lo que le pasa al organismo en cuanto organización tiene que ver con sus propias reglas sistémicas y estructurales, y no con las perturbaciones del medio.
- En consecuencia, la conducta es el resultado que puede constatar un *observador* de la operación cerrada del organismo. En otros términos, la conducta es lo que dice *otro* respecto de lo que hace el ser vivo. En el caso de lo humano, su acoplamiento es esencialmente social, intersubjetivo y relacional con otros seres de su especie y de otras, y en ese devenir surge la coordinación de acciones o sentidos compartidos colectivos. De modo que la forma de coordinarse con semejantes en su vivir le permite la individuación desde la condición comunitaria.

De manera que el ámbito del comportamiento es lo que el ser vivo hace, y, por cierto, lo que lleva a cabo tiene consecuencias en el mismo organismo, es decir, la acción-percepción es un bucle (Valdés-Zorrilla et ál., 2023), puesto que todo ser vivo impacta al *mundo*, lo altera y, de vuelta, ese mundo cambia al ser vivo. Ese bucle (ciclo) de acción-percepción regular y recursivo es lo que definimos como conocer. En el marco de dicho hacer, de tal modo de desplegarse un organismo en el acoplamiento descrito aquí, van surgiendo los diferentes tipos de *objetos* que tratamos en el lenguaje como *cosas que están ahí*. De modo que, operando en el mundo de las *etiquetas*, lo hacemos en el mundo de las palabras y realizamos abstracciones de abstracciones, de abstracciones, hasta donde queramos.

Dicho lo anterior, el lenguaje no es un componente del sistema interno, ya que el organismo, en su operar, posibilita al lenguaje, este ocurre en el dominio de la conducta. Visto así, podemos inferir, entonces, que la mente (metáfora para distinguir el proceso de pensamiento) no está en el cerebro, dado que las neuronas no piensan. Antes bien, lo que distinguimos como la mente es una recursión en el lenguaje.

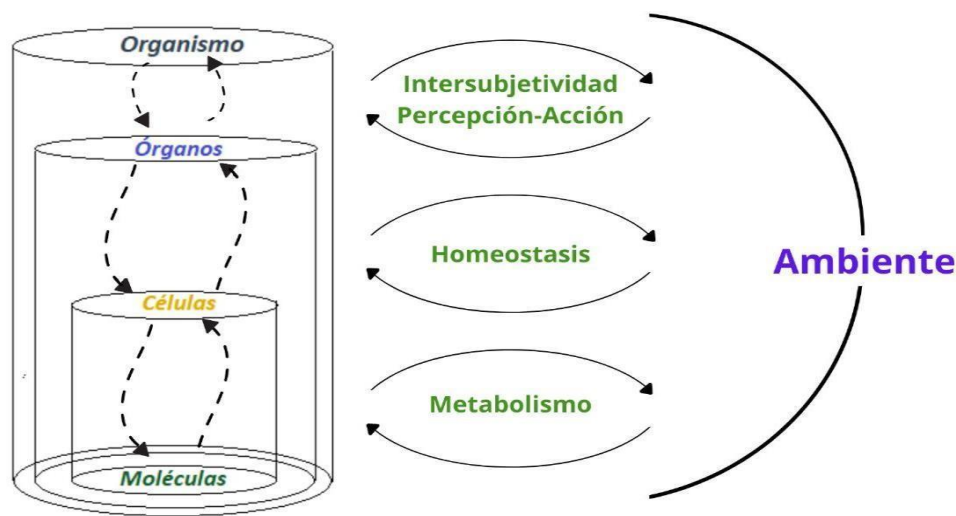
En la percepción-acción, como confluencia de todos los medios perceptivos (se incluye obviamente la propiocepción), esta diferencia operacional de dominios es la condición de posibilidad de lo que pasa afuera. De acuerdo con este punto de vista, el bucle percepción-acción opera siempre desde la historia y la condición que el ser vivo o ser humano se encuentra. Por lo tanto, la percepción está profundamente ligada a la memoria y al contexto donde se actúa.

En consecuencia, la propiedad de sentir-actuar de los seres vivos, de acuerdo con las características estructurales que se tengan, definen su comportamiento y condición de vida en estrecha e indisoluble acoplamiento con su entorno. En el caso de lo humano, además está mediado y co-definido por el entendimiento que, en cuanto que un ser emocional, se resuelve como ser de acuerdo con la resonancia afectiva que genere con otros seres de su especie, como de otras y lo otro. La familia, la comunidad y el lugar, permiten el surgimiento del yo en los flujos relacionales que se establezcan.

Lo que se puede apreciar de este planteamiento es que, en términos de comprensión y estudio, es muy profundo y transversal. De manera que la motricidad humana se convierte en un eje central de la condición y expresión biológica-cultural de lo humano (así como también de las otras especies, de acuerdo con su propia motricidad). Desde estas ideas han surgido corrientes y programas de investigación que se han denominado enfoque y perspectiva enactiva del conocer humano (Varela y Hayward 1997; Gallagher, 2020, 2023; Fuchs, 2018, entre otros). Podemos sistematizar sus planteamientos en función del sentido de este escrito observando la figura 4.

Figura 4

Niveles y ciclos invariantes del vivir



Nota: adaptado de Fuchs (2018).

De acuerdo con lo anterior, diversos autores (Thompson y Varela, 2001; Thompson y Cosmelli, 2011; Maturana y Dávila, 2019; Fuchs, 2018; Gallagher, 2020, 2023) coinciden en afirmar que hay tres ciclos invariantes en la cognición (entendida como un hacer recurrente y recursivo) de los mamíferos, en especial de los seres humanos. Al considerar dichos ciclos desde la educación y, específicamente, desde la motricidad como manifestación y operatividad de lo humano, podemos agregar una cuarta dimensión que proviene desde la antropología cultural (Tomasello, 2019):

1. Ciclos de regulación orgánica-encarnada (homeostasis-metabólico).
2. Ciclos de acoplamiento sensoriomotor (ASM)-organismo y entorno (modos de actuación patronizados de acuerdo con la cultura y territorio).
3. Ciclos de interacción y regulación intersubjetiva. Incluye el reconocimiento de la intención de las acciones y la comunicación lingüística.
4. Ciclos de flujos relacionales desde las intencionalidades compartidas y asumidas.

Tal visión implica un salto ontológico, epistémico y lingüístico en función del entendimiento sistémico y ecológico del vivir y, por cierto, del vivir humano. Poniendo énfasis en la motricidad humana (como una categoría que reúne la condición multidimensional y de ensamblaje de diferentes niveles y densidades energéticas (químicas, físicas y biológicas), que se configuran en una dinámica que permite el surgimiento y la emergencia de lo viviente y de su propiedad consecuente como organismo o ser), vale decir la acción, o intencionalidad operante según Merleau-Ponty (2000).

Figura 5

La existencia como una red de identidades que se co-definen y co-sostienen (Ecomotricidad)



Fuente: Elaboración propia

De manera que la materialidad de los seres vivos no es un suma casual de elementos, sino más bien una organización que se origina a sí misma en un ambiente posibilitante, es decir, una organización autopoietica acoplada a su entorno (Maturana y Varela, 1984; Maturana y Dávila, 2019; Váldez-Zorrila et ál., 2023), cuyo resultado es una materialidad sintiente que en su devenir enactúa su condición de afectarse y afectar, reconociendo su autonomía en un continuo proceso de construcción del mundo y de una propia identidad (Varela, 2016; Varela et ál., 2016; Gallagher, 2021). Esta comprensión es muy relevante, pues permite considerar que todo lo que hacemos en cualquier momento es de suyo importante y sus efectos nos interpelan en diferentes planos, con distintos niveles de impactos, pero insoslayables. Cuando comemos, por ejemplo, no es solo por la energía que necesitamos, sino también por las estructuras que digerimos, las cuales afectarán nuestro sentir y, por ende, nuestros significados desde lo personal a lo social.

En la realización de la acción de caminar, correr, surfear una ola, nadar, saltar, andar en bicicleta, o algo tan cotidiano como conversar, confluyen todos los niveles descritos en la figura 3 y que se pueden apreciar en su manifestación de la experiencia humana en la figura 4, así como en cualquier acción que un humano pueda desplegar. Por lo tanto, cualquier reduccionismo o fragmentación nos aleja del propósito central de la educación en general. Nos referimos, a la base que permite considerar y educar lo humano como un ser en su totalidad, que permita a quienes aprenden experimentarse y reconocerse a sí mismos como una integridad sistémica, donde los mecanismos y procesos bioquímicos, fisiológicos, psicológicos, sociales, culturales y ambientales aportan sustantivamente en dicho reconocimiento para su mejora y buen vivir. Dicha tarea implica observarse en términos disciplinares, desde un enfoque fundamentalmente relacional y multidimensional, lo que conlleva asumir la acción humana (motricidad) como anclada y sostenida en la continuidad orgánico-cultural, cuyo despliegue es situado, contextual, embebido y emergente desde lo afectivo. El encuentro con el ambiente-

entorno y la noción de sí mismo surge desde la condición afectiva o emocional en los animales, especialmente en los mamíferos (Maturana y Dávila, 2019), lo cual permite la construcción de sentido tanto de sí mismo como del mundo que se constituye como resultado de la misma acción.

Sin embargo, en la misma figura 4, aparece un fenómeno que poco ponemos en la discusión. Nos referimos a la construcción de intencionalidades colectivas y compartidas. Tomasello (2020) sostiene que la particularidad de la especie humana ha sido la construcción de intencionalidades colectivas compartidas o, dicho en términos sociológicos, la especie ha sido capaz de construir, desde la resonancia emocional, acciones no solo conjuntas, sino con organización de sentido y significado compartido (Rosa, 2020). Con ello, la especie humana ha potenciado un sentido de sí articulado con todo lo que la rodea, una fuerza sentida-significante que le otorga un arraigo existencial, más allá de la contingencia o espiritualidad (Boff, 2003). Es decir, lo espiritual, como energía posibilitante e inspiradora del vivir, se construye en la relación con los demás y lo demás. Es, pues, la configuración vital, visible e invisible que nos permite sentir y hacer vida. Desde este predicamento, la motricidad humana en cuanto que acción requiere incluir, por tanto, la construcción de sentido como un factor diferenciador y constitutivo de su existir, pues ella permite entender que cualquier esfuerzo por educar en un determinado proyecto social respetuoso de los procesos bio-culturales implica un compartir sentidos desde la emergencia y la ocurrencia de la acción.

Esta perspectiva es recogida en la figura 6, como una flor o mándala que se entiende como un todo constitutivo, cuyas distinciones en propiedad o segmentos son solo analíticas, no sustancias en sí.

Figura 6

Dimensiones de la Motricidad Humana desde una perspectiva sistémica, compleja y enactiva



Fuente: Toro-Arévalo, et ál. (2021)

Para efectos de este artículo, lo que es relevante es la superación de la fragmentación y la presentación de una propuesta que implique una perspectiva sistémica desde su comprensión de la motricidad, pero también de la salud tanto personal como comunitaria y planetaria.

Según la Organización Mundial de la Salud (en adelante, OMS) (2006), “la salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades” (p. 1). Sin embargo, desde la cultura occidental hay falta de reconocimiento de la alienación de estos componentes. A continuación, abordaremos dicha división reduccionista que se genera en la salud, a partir de la llamada salud física, luego la salud mental y finalizando con la salud social. Para esto, hablaremos sobre las definiciones más ampliamente aceptadas o utilizadas tanto por organismos mundiales como por autores de alto alcance, y luego se pondrán en tensión con la propuesta de este trabajo.

La salud física, en los últimos años, se ha basado en estándares de composición corporal, alimentación restringida o sumamente vigilada, con lo cual se ha alejado de lo orgánico y puesto énfasis en la actividad física mínima u obligatoria, como un medio para subsanar el conjunto de acciones que han perturbado a las problemáticas de salud. Para una mayor claridad en lo que respecta a la salud física, es relevante tener en consideración ciertos parámetros que la van a constituir, por ejemplo, el desarrollo infantil según la edad, el riesgo cardiovascular por diversas razones como índices elevados de colesterol, el consumo de sustancias (tabaco, alcohol, drogas en general), las enfermedades de base, la presión arterial, el índice glicémico, etc. Estos parámetros son evaluados por diversos medios: encuestas, pruebas de esfuerzo, recopilación de información de los centros de salud, con lo cual se establecen porcentajes e índices estadísticos para clasificar a la población en indicadores de salud física.

Cuando nos referimos a lo *físico* y cómo esto puede afectar los parámetros mencionados, no solo consideramos lo que se denomina *cuerpo*, sino también el ambiente que se relaciona con el organismo, la zona en que se vive, el clima, el ambiente y la composición geográfica construida por los agentes que conviven y constituyen el espacio, los medios de transporte, los métodos de recreación, etc.

La salud mental por su parte, de acuerdo con la OMS (2012) y la American Psychological Association (APA, 2015) de la cual la OMS toma mayor parte de su definición, es comprendida como un estado de bienestar emocional que implica tener una capacidad adaptativa a la sociedad, poseer una conducta apropiada y poder sobrellevar o sortear de forma exitosa los problemas y adversidades de nuestros contextos o la vida como tal. Una buena salud mental supone y compromete la libertad relativa de ansiedad y de presencia de síntomas incapacitantes (APA, 2015) y se define dentro de factores que la pueden afectar negativa o positivamente, como los aspectos individuales, culturales/sociales y del entorno. Así, en primera instancia, la salud mental no es algo que vivimos (o se está viviendo), sino algo que las personas tienen.

La OMS también señala que la mayoría de las personas poseen resiliencia para evitar problemas de salud mental. En contraste, quienes enfrentan situaciones desfavorables en cuanto a lo social, económico u otros factores son más propensos a desarrollar estos problemas o trastornos mentales. El *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales quinta versión* es un documento realizado por la APA con un enfoque de uso global en psiquiatría. Respecto de la salud mental, en este manual se habla de la capacidad de mantener un equilibrio emocional que sea homeostático y lineal ante factores internos y externos (APA, 2015). Este criterio es entendido como un discriminador clave a la hora de señalar si alguien posee un trastorno mental o no, junto con señales o sintomatología que se aparten de lo definido por estos mismos documentos como normal, es decir, tener capacidad productiva. En la sección II de dicho manual, se detallan diversas afecciones psiquiátricas, como el trastorno de ansiedad, depresión, disociativos, neurocognitivos, entre otros. En suma, se pueden distinguir indicadores y cualidades

que estos trastornos comparten, los cuales nos permiten definir en términos generales lo que significa salud mental. Si bien el manual indica que hay diferencias entre las culturas al momento de hablar de trastornos, acepta, de todas maneras, un común denominador que busca globalizar los parámetros que se mencionan a continuación.

Los indicadores más repetidos que se pueden extraer de APA (2015), necesarios para tener salud mental, son:

- Tener equilibrio emocional, poder de adaptación a diferentes escenarios; la capacidad de crear, tener y mantener relaciones sociales de buena calidad; una conducta esperada, normal o apropiada. Así mismo, carecer de una presencia aguda y duradera de emociones, como la tristeza o la ansiedad, alteraciones de sueño, dificultades para concentrarse y la interferencia de síntomas tipo en la cotidianeidad, es decir, qué tanto podemos lograr productivamente en comparación con otros. Estos indicadores pueden resumirse a una sola pregunta: ¿soy capaz de producir y funcionar de manera exitosa en el sistema socioeconómico occidental?

En cuanto a la salud social, la OMS plantea que existen algunas determinantes, tales como el impacto del contexto en el que se desarrolla el bienestar de un individuo. Entre algunos de los determinantes sociales se encuentran: lugar de origen, raza, edad, nivel socioeconómico, posición social, vivienda, nivel educativo, acceso a atención sanitaria, tiempo libre, entorno rural o urbano, gobernanza y política del territorio, entre otros.

Por determinantes sociales de la salud se entienden los determinantes estructurales y las condiciones de vida que son causa de buena parte de las inequidades sanitarias entre los países y dentro de cada país. Se trata en particular de: la distribución del poder, los ingresos y los bienes y servicios; las circunstancias que rodean la vida de las personas, tales como su acceso a la atención sanitaria, la escolarización y la educación, sus condiciones de trabajo y ocio, y el estado de su vivienda y entorno físico. (OMS, 2009, p. 1)

Existe una gran diferencia entre países de menores y mayores ingresos respecto de lo que se considera una buena salud. Ello se observa, por ejemplo, en indicadores como la expectativa de vida, de acuerdo con la cual países con menor desarrollo económico pueden llegar a tener más de 20 años menos de expectativa de vida frente a las potencias mundiales. También se observa en el acceso a servicios, cómo los centros asistenciales de salud discriminan a las personas racializadas por su tono de piel o su forma de hablar recibiendo tratos despectivos e incluso viéndose privadas del servicio (OMS, 2009).

Si se tienen en consideración estas definiciones, nace la siguiente pregunta ¿por qué son problemáticas estas visiones de la salud? Desde un enfoque ecosistémico, lo que consideramos salud se ha ido fragmentando cada vez más por la negación de su composición compleja y

sistémica. Entender a los seres humanos como un conjunto de organismos que se relacionan, conviven y dependen de otros es un punto de vista que reconoce y ayuda al entendimiento del concepto de salud que se propone en este artículo. Si bien existe una hegemonía biomédica de lo que consideramos salud como tal, desde la contraposición al concepto y las malas praxis con relación al organismo, “resulta insostenible explicar a la enfermedad como el simple efecto de la actuación de un agente” (Laurell, 1986, p. 3), entendiendo la enfermedad como una perturbación del equilibrio que se debe sostener para considerarse como saludable desde la motricidad y el buen vivir del organismo.

A partir de esta perspectiva, es paradójico culpabilizar al agente por el efecto o percepción que posee de su salud, sin entender su ambiente y cómo se posiciona en él. Esto es algo similar a una situación en donde a un infante que sufre de obesidad desde la escuela lo invitan a realizar mayor *actividad física* y comer de forma saludable, pero sin tener en consideración su realidad familiar, económica, socioafectiva, etc., o bien el caso de una bailarina de ballet inmersa en un ambiente estereotipado de estándares de belleza a seguir, los cuales no solo dañan su salud, sino que atentan contra su organismo para encajar en lo que se le señala como saludable.

Por su parte, la salud mental, desde los organismos ya mencionados, se asume de inmediato como *buena o deseable*, con lo cual se eliminan matices y ello, por lo tanto, implicaría que una persona tendría salud mental o un trastorno, en vez de, por ejemplo, experimentar buena, regular o mala salud mental. Esta construcción de la definición se torna polar e incluso violenta en su expresión, pues no entrega muchas opciones de graduación o progresión en el estado de las personas. Algo similar ocurre cuando se menciona que un niño *tiene temperatura*, para referirse a que tiene una temperatura *más alta de lo esperado*. En otras palabras, incluso cuando se generan definiciones, se hacen suposiciones, debido a un lenguaje que asume o se utiliza de forma imprecisa. Tampoco tiene sentido hablar de bienestar emocional como definición de *salud mental*, cuando no se implementa un entendimiento integral de estas expresiones. En palabras de Maturana (2001), desde la corriente enactiva, “lo que connotamos cuando hablamos de emociones son disposiciones corporales dinámicas que definen los distintos dominios de acción en que nos movemos” (p. 7). En esta línea, el bienestar emocional implicaría entonces que, de manera fluida y diversa, la emoción exista en su contexto relacionándose con la vivencia presente, aceptando todas las emociones y que los agentes se permitan sentir las, es decir, conectar con ellas. El concepto de disociación, por ejemplo, no es más que un estado en el que un individuo prioriza emociones que no se alinean con su actuar o experiencia, pues se tiende a creer, de manera errónea, que es posible omitir las emociones, como se puede llegar a malinterpretar la capacidad de resiliencia que menciona la definición de salud mental de la OMS.

La salud mental se considera como un objeto, un *algo* que se tiene, en lugar de ser entendida en términos de una situación que se vive de manera transversal junto con otros procesos del organismo. No se puede hablar de salud de la mente, pues ¿dónde se encuentra esta?

Dicho concepto tan solo hace referencia al relato interno que generamos las personas. Es incluso posible mapear la vivencia de las emociones espacialmente en todo el organismo (Nummenmaa et ál., 2018) y esto hace incomprensible la reducción que aquellas sufren por parte de diversas definiciones. Según lo anterior, se generan dicotomías en el discurso de muchas personas con creencias arraigadas, por ejemplo, de que una emoción negativa está completamente en la cabeza de una persona y, por lo tanto, puede controlarla. Esto choca con los entendimientos del organismo cuando, de manera ampliamente consensual, se acepta que algunos órganos pueden enfermarse por estrés u otros padecimientos *mentales*.

Los determinantes sociales también sufren por la implementación de una idea individualista de la salud, que refleja la visión occidental/colonial de estar sano, en la cual cada uno debe velar por su acceso a la alimentación, la vivienda, la educación, entre otros bienes. Esta forma de pensar fomenta las desigualdades y la fragmentación social, dado que el bienestar personal puede construirse a costa de otros seres, sobre todo si son considerados inferiores o se omite su existencia y, por lo tanto, su importancia. Dicho fenómeno se evidencia y potencia en la actual sociedad capitalista de consumo, en la cual constantemente se inventan necesidades con la promesa de que mejorarán la calidad de vida de una minoría adinerada, por ejemplo, tener un dispositivo *smartphone* de último modelo. Que estas necesidades sean producidas y adquiridas conlleva un alto costo ecosistémico, el cual es sostenido por un sistema que sobreexplota a las personas y los seres con menos privilegios o menos valorados.

La mirada enactivista (Varela et ál., 2016; Di Paolo et ál., 2018; Gallagher, 2023), contrario al enfoque que vengo comentando, considera los modos de relación que tiene el agente con su entorno y viceversa. Es decir, desde esta perspectiva es importante ver cómo el agente es apreciado y percibido por los demás y cómo aquel siente su realidad. Así, para generar un buen vivir, es necesario entendernos como parte de un todo, es decir, como un cosmos vivo.

En primera instancia, cada organismo juega un papel en la salud del otro, por lo que es fundamental sopesar los modos relacionales desde los cuales nos posicionamos en el mundo. No es suficiente tener acceso a la educación si en ella se desvalorizan tus creencias o te discriminan. Así pues, hay que considerar el contexto y la cultura a la cual se le imponen las normativas de lo saludable, para no caer en el sometimiento de los pueblos y ecosistemas en función de una hegemonía dominante y mucho más atractiva en el contexto del consumismo (Estados Unidos y Europa). Por el contrario, hay que construir identidad, políticas y mecanismos que puedan situarse en el territorio y que, a su vez, articulen con los otros de forma simbiótica, en dinámicas de cuidado y reciprocidad.

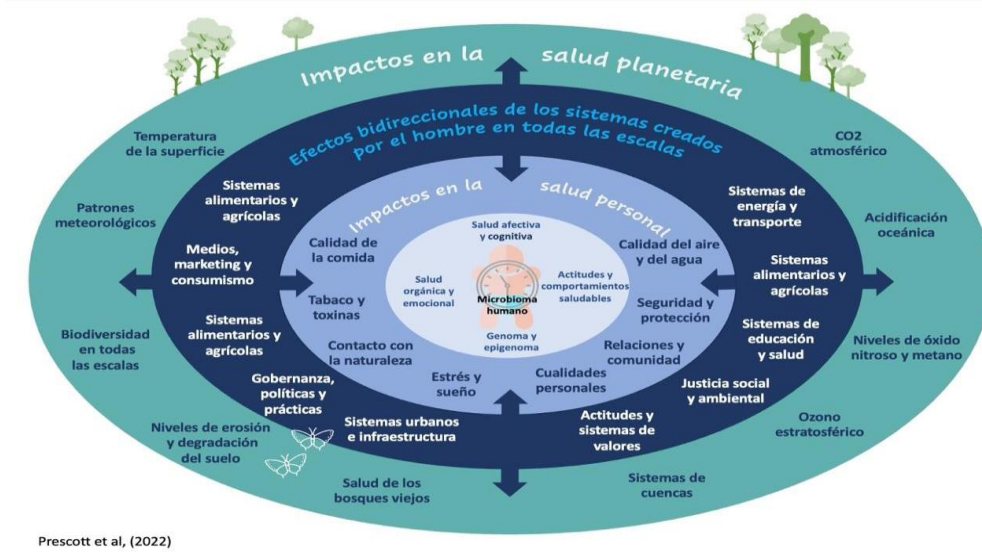
Desde la cosmovisión del pueblo mapuche nace el concepto *küme monge* (buen vivir), que es equivalente a “un modelo de vida que propone vivir en armonía y reciprocidad en la sociedad y con la naturaleza, sin mentiras ni violencias, sin explotación de los seres humanos ni

explotación de la diversidad de la Madre Tierra” (Loncon, 2023, p. 62). A partir de esto, se considera, a su vez, la espiritualidad del *che* (el individuo u organismo), el *itro fill monge* (biodiversidad) y el *kütran* (enfermedad o desequilibrio espiritual entre el organismo y su ambiente). La vida funciona desde una base rítmica, en la confluencia de las relaciones que configuran una armonía sistémica y posibilitadora, a partir de la cual se alinean y complementan los elementos y se genera vida.

Sin embargo, cuando estas relaciones se contraponen y no generan armonía, se desencadena una serie de sucesos críticos, lo que genera desorden, enfermedad, estancamiento, desbalance, acumulación, negación de relaciones, envidia, estrés, angustia, opresión o guerra. Desde esta perspectiva, el buen vivir no es solo un elemento de satisfacción de necesidades humanas, sino un modo de entender que todas las formas de vida están en unidad y son codependientes y que, para lograr esta anhelada armonía, se debe establecer un vínculo recíproco y una relación proporcional entre los seres (Freire & Shor 2014). En otras palabras, siguiendo el ejemplo del infante con obesidad, su situación debiera ser revisada en diversas agencias o comunidades a las cuales pertenece, concretamente, desde la escuela, su ambiente familiar, social y recreativo, debieran situarse alrededor del objetivo de superar la condición de salud, considerando el vivir concreto y cotidiano, buscando establecer y fortalecer modos de actuar sostenibles y saludables, favoreciendo su felicidad, confianza y autoestima. Se debe reconocer, entonces, desde un análisis ecológico, como su organismo en relación constante con los factores que influyen en su vida y que por cierto él también afecta o condiciona a su entorno.

Esta concepción del buen vivir tiene en cuenta la relación enactiva de los componentes que conviven con el organismo y su ambiente, lo que impide la fragmentación e individualización de estos, teniendo una visión global de lo que constituye la motricidad humana en despliegue. El reconocimiento del vivir como una red, como un entramado de relaciones de reciprocidad permanente, en todos los niveles de la experiencia y de existencia, implica visualizar permanentemente las relaciones (figura7).

Figura 7
Salud planetaria



Fuente: Prescott et al, (2022)

Hemos presentado un enfoque que supera la fragmentación, pero, al mismo tiempo, se descentra de lo humano (Haraway, 2019) y nos lleva a mirarnos como uno más, salir de un egocentrismo de especie. A nuestro modo de entender, este enfoque también permite ir al encuentro de otras especies y a tener en cuenta el aporte de todos seres vivos, desde lo diminutos a los mayores, entendiendo que nos volvemos ecosistemas de los demás seres. Los griegos definían *oikos* (eco) como hogar, desde allí surgió la economía como el manejo o administración del hogar (Raworth, 2018), pero lo que hemos omitido es que no somos meros administradores, sino co-habitantes, es decir, entidades que se desenvuelven, en cuanto seres, desde y en las condiciones que se manifiestan en lo que llamamos planeta.

El estado actual de la situación respecto de la enfermedad o el colapso climático (Hathaway y Boff, 2014; Baquedano, 2019) no nos deja opción de revisar que cada enfermedad es más que una determinada pérdida del equilibrio, tal como lo postula la OMS, sino un modo de vivir y, en consecuencia, de comprender (abordar) el problema del colapso climatológico, que en se enraíza en un modo de sentir o afectarse ante lo que acontece, un estado emocional que emerge y tiene lugar desde nuestra percepción-acción en el ambiente-entorno.

De ahí el vínculo que hacemos y presentamos de la ecomotricidad, como la acción comprometida y ejercida desde el cuidado del hogar-piel que habitamos. La atmósfera, como creación de todos los seres vivos (Margulis, 2002; Haraway, 2019), además de darnos el oxígeno, produce un rango de temperatura, de visibilidad y protección de los rayos ultravioleta, del calor o del exceso de frío. La humedad de los bosques de la Amazonía, que nutre con agua el hemisferio norte, afectando el desplazamiento de las cortezas terrestres, entre muchos otros fenómenos que

no hemos considerado lo suficiente como especie en su impacto sistémico, sino solo como grupos de poder que se benefician del estado actual del planeta y que lo consideran como una fuente de recursos inagotables. Es aquí donde aparece el buen vivir como principio y testimonio de los primeros pueblos (Schavelzon, 2015), como una relación propositiva y potenciadora de la endosimbiosis (Margulis, 2002) que permite la vida en el planeta. El buen vivir, desde sus diversas manifestaciones y lenguas de cada pueblo, es precisamente situarse como un co-habitante y como responsable de esa cohabitación, desde los aspectos cotidianos hasta los cosmogónicos, políticos y económicos (Raworth, 2018).

Esto implica mirar la disciplina de la Educación Física profundamente. Por eso, denominamos ecomotricidad a una perspectiva de este fenómeno desde un esfuerzo con sentido de cuidado personal-planetario (Rodrigues, 2018; Pazos et ál., 2021; Toro-Arévalo et ál., 2023). Este enfoque entiende las relaciones de reciprocidad entre los diferentes componentes y modos de vida planetaria, pero al mismo tiempo revela la condición de la persona y la comunidad humana como un sujeto-componente más del sistema, pero con una doble responsabilidad, en el sentido de darse cuenta de esa posición y de tener la capacidad de alterar las relaciones en una dirección u otra, dependiendo de su sentido ético y espiritual (Hathaway y Boff, 2014). Dicha propuesta se articula perfectamente, nuestro entender, con el buen vivir de los primeros pueblos y naciones originarias del continente que, precisamente, han vivido miles de años en estos territorios sin provocar las alteraciones que hoy observamos. La necesidad de un cambio de paradigma sobre la salud personal, comunitaria y planetaria es urgente (Martens, 2024), lo que incluye por cierto a la Educación Física.

Conclusiones

Esta perspectiva que proponemos es un giro en el entendimiento de lo que consideramos el vivir, el conocimiento y la salud. Nos adentramos así en una discusión profunda, tanto ontológica, epistémica y disciplinar, como política y ética. Obviamente, queda en suspenso la discusión económica que, por cierto, es relevante, oportuna y necesaria. Hemos querido proponer y discutir que nuestra comprensión disciplinaria también es parte del problema y de la solución, lo que revela otros modos de conocer y comprender lo humano, pues los actuales si bien han proporcionado una serie de avances en lo tecnológico, no es menos cierto que nos han arrastrado al borde de un colapso planetario, social y político. Está en nosotros, en cuanto culturas y cultores de conocimiento, construir nuevas comprensiones que permitan y fortalezcan el vivir en todas sus formas desde la armonía y reciprocidad (figura 8).

Figura 8

Relaciones de reciprocidad y salud personal, comunitaria y planetaria



Fuente: Elaboración propia

Referencias

- APA. (2014). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales (DSM-5)*, 5a Ed. Asociación Americana de Psicología. <https://www.federaciocatalanadtah.org/wp-content/uploads/2018/12/dsm5-manualdiagnosticoyestadisticodelostrastornosmentales-161006005112.pdf>
- Baquedano, M. (2019). *Colapso. Cuando el clima lo cambia todo*. Santiago de Chile: Cuarto Propio.
- Baur, J., Bös, K. y Singer, R. (1994). *Motorische Entwicklung. Ein Handbuch*. Verlag Hofmann Schorndorf.
- Bernstein, N. (2020). *Biomechanics for instructors*. Charn: Springer Nature.
- Boff, L. (2003). *Ecología: grito da terra, grito dos pobres*. Sextante.
- Clark, A. (2016). *Surfing the uncertainty. Prediction, action and the embodied mind*. New York: Oxford University Press.
- Castellenos, N. (2022). *Neurociencia del cuerpo. Cómo el organismo esculpe el cerebro*. Barcelona: Kairos.
- De Jaeger, H. y Di Paolo, E. (2007). Participatory sense-making: An enactive approach to social cognition. *Phenomenology and the Cognitive Sciences*, 6(4), 485-507. <https://doi.org/10.1007/s11097-007-9076-9>
- Di Paolo, E., Cuffari, E. y De Jaeger, H. (2018). *The linguistic body: the continuity between life and language*. MIT Press. <https://doi.org/10.7551/mitpress/11244.001.0001>
- Freire, P. & Shor, I. (2014). *Miedo y osadía. La cotidianidad del docente que se arriesga a practicar una pedagogía transformadora*. Buenos Aires: Siglo XXI.
- Fuchs, T. (2020). *Ecology of the Brain. The Phenomenology and Biology of the Embodied Mind*. Oxford: Oxford University Press.
- Gallagher, S. (2020). *Action and interaction*. Oxford University Press.
- Gallagher, S. (2023). *Embodied and enactive approach to cognition*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781009209793>

- Gallahue, D. (1989). *Understanding motor development. Infants, children, adolescents*. Michigan: Benchmarck Press.
- Gallahue, D. (2005). *Comprendeendo o desenvolvimento motor. Bebés, crianças, adolescentes e adultos*. São Paulo: Phorte Editora
- Haraway, D. (2019). *Seguir con el problema. Generando parentesco con el chtuloceno*. Ed. Consonni.
- Hathaway, M. y Boff, L. (2014). *El tao de la liberación. Una ecología de la transformación*. Trotta.
- Laurell, A. C. (1986). El estudio social del proceso salud-enfermedad en América Latina. *Cuadernos Médicos Sociales*, (37), 1-10.
https://www.trabajosocial.unlp.edu.ar/uploads/docs/el_estudio_social_del_proceso_salud_enfermedad_en_america_latina_autora_asa_crsitina_laurell.pdf
- Loncon, E. (2023). *Azmapu. Aportes de la filosofía mapuche para el cuidado del lof y de la madre tierra*. Buenos Aires: Planeta.
- Luria, A. (1974). *El cerebro en acción*. Editorial Fontanella.
- Margulis, L. (2002). *Planeta simbiótico*. Debate.
- Maturana, H. (2001). *Emociones y lenguaje en educación y política*. Ediciones Pedagógicas Chilenas. https://des-juj.infod.edu.ar/sitio/upload/Maturana_Romesin_H_-_Emociones_Y_Lenguaje_En_Educacion_Y_Politica.pdf
- Maturana, H. & Dávila, X. (2019). *Historias de nuestro vivir cotidiano*. Paidós.
- Maturana, H. & Varela, F. (1972). *De máquinas a seres vivos. Una teoría sobre la organización biológica*. Santiago de Chile: Editorial Universitaria.
- Maturana, H. & Varela, F. (1984). *El árbol del conocimiento. Bases biológicas del entendimiento humano*. Editorial Universitaria.
- Martens, P. (2024). Planetary health: The need for a paradigm shift. *BioScience*, 74, 128-129.
<https://doi.org/10.1093/biosci/biad107>
- Meinel, K. y Schnabel, G. (2004). *Teoría del movimiento. Motricidad deportiva*. Stadium.
- Merleau-Ponty, M. (2000). *Fenomenología de la percepción*. Barcelona: Península.
- Mpodozis J. (2022) Natural drift: A minimal theory with maximal consequences. *Constructivist Foundations*, 18(1), 94-101. <https://constructivist.info/18/1/094>
- Nummenmaa, L., Hari, R., Hietanen, J. K. y Glerean, E. (2018). Maps of subjective feelings. *Proceedings Of the National Academy of Sciences*, 115(37), 9198-9203. <https://doi.org/10.1073/pnas.1807390115>
- OMS (2006). *Constitución de la organización mundial de la salud*.
<https://apps.who.int/gb/bd/PDF/bd47/SP/constitucion-sp.pdf?ua=1>
- OMS. (2009). *Comisión sobre las determinantes sociales de la salud. Informe de secretaría*. [Microsoft Word - A62_9-sp.doc \(who.int\)](#)
- OMS (2012). *Risks to mental health: An overview of vulnerabilities and risk factors*. Organización Mundial de la Salud. https://cdn.who.int/media/docs/default-source/mental-health/risks_to_mental_health_en_27_08_12.pdf?sfvrsn=44f5907d_10&download=true
- Pastor Pradillo, L. (2007). *Motricidad, ámbitos y técnicas de intervención*. Universidad de Alcalá Publicaciones.
- Pazos Couto, J., Toro Arevalo, S., Luhrs Middleton, O. & Hidalgo Kawada, F. (2021). Eco-motricity: An epistemic turn to re-thinking physical education in Chile. *Journal of Human Sport and Exercise*, 16(1): 97-111.

<https://doi.org/10.14198/jhse.2021.161.09>

- Prescott SL, Logan AC, Bristow J, Rozzi R, Moodie R, Redvers N, Haahtela T, Warber S, Poland B, Hancock T, Berman B. Exiting the Anthropocene: Achieving personal and planetary health in the 21st century. *Allergy*. 2022 Dec;77(12):3498-3512. doi: 10.1111/all.15419. Epub 2022 Jul 6. PMID: 35748742; PMCID: PMC10083953.
- Raworth, K. (2018). *Economía rosquilla. Siete maneras de pensar la economía del siglo XXI*. Paidós
- Rigal, R.; Paoletti, R.; Portmann, M. (1979). *Motricidad: Aproximación psicofisiológica*. Editorial Pila Teleña.
- Rigal, R. (1987). *Motricidad Humana. Fundamentos y aplicaciones pedagógicas*. Editorial Pila Teleña.
- Rigal, R. (2006). *Motricidad educativa y psicomotricidad*. Barcelona: INDE.
- Rosa, H. (2020). *Resonancia. Una sociología de la relación con el mundo*. Buenos Aires: Katz.
- Schavelzon, S. (2014). *Plurinacionalidad y vivir bien/buen vivir. Dos conceptos leídos desde Bolivia y Ecuador post-constituyentes*. Ediciones Abya Yala.
- Rodrigues, C. (2018). MovementScapes as ecomotricity in ecopedagogy. *The Journal of Enviromental Education*, 49:2, 88-102: <https://doi.org/10.1080/00958964.2017.1417222>
- Thompson, E. & Cosmelli, D. (2011). Brain in a Vat or Body in a World? Brainbound versus Enactive Views of Experience. *Philosophical Topics* 39 (1):163-180
- Thompson, E. y Varela, F. (2001). Radical embodiment: neural dynamics and consciousness. *Trends in Cognitive Science*, 5(10), 418-425. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1364661300017502>
- Tomasello, M. (2020). *On becoming human*. MIT Press.
- Toro-Arévalo, S., Castiblanco-Rodríguez, E., Vargas Polania, E. y Bolaños-Iles, A. (2021). Motricidades originarias, la relacionalidad como principio y condición del existir. *Motricidades*, 5(3), 329-340. <http://dx.doi.org/10.29181/2594-6463-2021-v5-n3-p329-340>
- Toro-Arévalo, S., Luhrs Midleton, O., Rósaes-Ojeda, J., Moreno-Doña, A. y Peña-Troncoso, S. (2023). Ecomotricidad, aprendiendo a construir conciencia relacional. *Estudios Pedagógicos*, XLVIX, 189-206. DOI: 10.4067/S0718-07052023000300189.
- Valdés-Zorrilla, A., Letelier, J. -C. y Soto-Andrade, J. (2023). Methaphorising and Bayesian inference according to biology of cognition and enaction. *IOP Conf. Ser: Mater. Sci.*1292 012012 <https://iopscience.iop.org/article/10.1088/1757-899X/1292/1/012012>
- Valsiner, J. (2000). *Culture and human development. An introduction*. Sage.
- Varela, F. (1979). *Principles of biological autonomy*. North-Holland.
- Varela, F. y Hayward, J. (1997). *Un Puente para dos miradas. Conversaciones con el Dalai Lama sobre ciencias de la mente*. Ed. Dolmen.
- Varela, F. (2016). *El fenómeno de la vida*. J.C. Sáez Ediciones
- Varela, F., Thompson, E. y Rosch, E. (2016). *The embodied mind: Cognitive sciences and human experience*. MIT Press.
- Vygotsky, L. (2018 [1974]). *Pensamiento y lenguaje*. Buenos Aires: Paidós
- Von Üxküll, J. (2014). *Cartas biológicas a una dama*. Buenos Aires: Cactus.