

Juego Semillas Azules: hábitos para un envejecimiento activo y saludable

INTRODUCCIÓN



Las "zonas azules" (Nicoya entre ellas) son regiones con alta concentración de personas centenarias.



El juego educativo se propone como recurso para promover hábitos de longevidad y combatir el edadismo, favoreciendo la intergeneracionalidad.



Objetivo: sistematizar el diseño y validación del juego de mesa "Semillas Azules".

DESARROLLO DE LA EXPERIENCIA

01

Sistematización de experiencia con 4 etapas: revisión bibliográfica, diseño/prototipado, validación intergeneracional, ajustes finales.

02

Validación con 52 personas: 40 personas estudiantes de secundaria (13-14 años), 4 personas docentes y 8 personas adultas mayores.

03

Matriz de valoración del juego (escala 1 a 5) sobre reglas, interacción, jugabilidad, diseño y pertinencia educativa.

DISCUSIÓN DE RESULTADOS

Valoración global: 4.62/5.0 ("muy bueno"), con mejores puntajes en interacción entre jugadores (4.88) y diseño (4.75).

El grupo de personas adultos mayores dio la valoración más alta (4.78); destacaron interacción y pertinencia educativa (5.0).

El juego usa mecánica de draft (selección de cartas) en 3 rondas, con 6 componentes (Comunidad, Alimento, Economía, Ecología, Espíritu, Artes) inspirados en la Península de Nicoya.

Testimonios positivos: favoreció el diálogo intergeneracional y el reconocimiento del saber de las personas adultas mayores.

Dayana Camacho Céspedes
Gustavo Godínez Vargas
Maricruz Miranda Rojas

DOI: <https://doi.org/10.22458/ie.v28i45.6594>



CONCLUSIONES

El juego es un recurso pertinente para educar sobre envejecimiento activo y saludable, con alto potencial de réplica en contextos comunitarios y educativos.

Contribuye a reducir estereotipos edadistas al posicionar a las personas adultas mayores como portadoras de saberes valiosos.

Se proponen líneas futuras: integración curricular (Educación Cívica, Estudios Sociales), uso en centros diurnos y versiones adaptadas a otras zonas azules.

