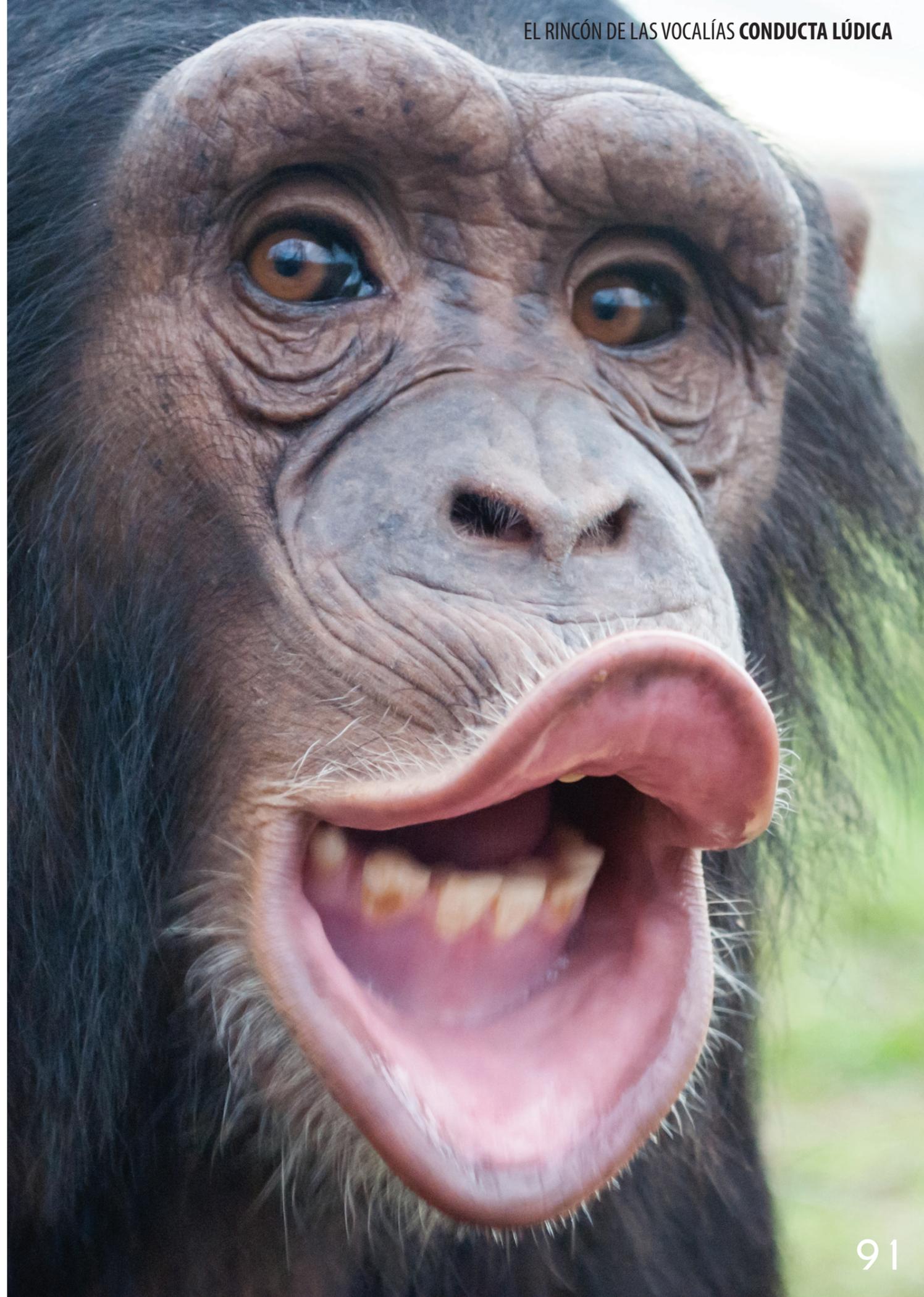


¿POR QUÉ A LOS MONOS Y A LOS NIÑOS LES GUSTA JUGAR?

DR. MIQUEL LLORENTE | PRESIDENTE DE LA APE

Jugar es divertido! Tan solo debemos observar cómo los pequeños de la casa pasan su tiempo rodeados de muñecos, muñecas, piezas de construcción, puzles o simplemente con una pelota. Pero no somos la única especie que juega. Para otros animales no humanos el juego resulta una pieza fundamental durante el desarrollo en la primera infancia. ¡A los monos les gusta jugar!



El juego es uno de los comportamientos más destacados en el repertorio de los jóvenes primates humanos y no humanos. Para los pequeños *Homo sapiens* jugar es —o al menos así debería de ser— una de las actividades más importantes de sus vidas. Jugar les divierte y les hace disfrutar. Jugar entretiene y enriquece la mente y el cuerpo de los más pequeños. Sin esta necesidad biológica por jugar no podríamos entender el éxito de las ludotecas, de deportes como el fútbol o el baloncesto, o de los fantásticos momentos durante el recreo en el patio de las escuelas y en los parques de nuestras ciudades. Los niños viven para jugar y juegan para vivir mejor.

Sin embargo, no somos únicos. Es un comportamiento que también está presente en otras especies de mamíferos como los carnívoros o los roedores o incluso en algunas aves como los loros o los cuervos. De manera especial, los primates somos las especies animales que más jugamos y que durante más tiempo de nuestra vida lo hacemos. Una de las explicaciones está en nuestro cerebro. Algunos autores han determinado que este comportamiento está esencialmente relacionado con el desarrollo neuronal. En este sentido, se ha observado que los momentos de juego —especialmente relevantes durante la infancia y la juventud de monos y niños— coinciden con las etapas de mayor desarrollo encefálico y de formación de las conexiones neuronales (sinaptogénesis). Es decir, tanto en humanos como en aquellos otros animales donde la conducta lúdica está presente, el juego fomenta la creación de nuevas conexiones neuronales.

Pero ¿cuál es realmente la función biológica del juego? ¿Para qué sirve? Antes de hablar de los aspectos positivos del juego conviene resaltar que jugar también tiene un coste biológico. Es un comportamiento con un enorme gasto energético y que tan solo se desarrollará cuando otras necesidades básicas estén cubiertas. Igualmente, los episodios de juego ocurrirán mayormente en ausencia de estresores físicos y sociales. Las situaciones de estrés dificultan el juego, pero a su vez el juego ayuda a reducir la tensión y el estrés. El juego es terapéutico y jugando somos capaces de sustituir la ansiedad y la angustia por felicidad

y alegría. Para muchos animales —además— jugar puede ser peligroso. Mientras jugamos nuestra atención está en otra parte, bajamos la guardia y somos más vulnerables a los predadores. El resultado es claro: muchos animales pierden su vida mientras juegan. Pero a pesar de este enorme coste sus los beneficios evolutivos han sido enormes. Por ello, es un comportamiento que se ha ido moldeando y manteniendo a lo largo de la evolución de diversas especies.

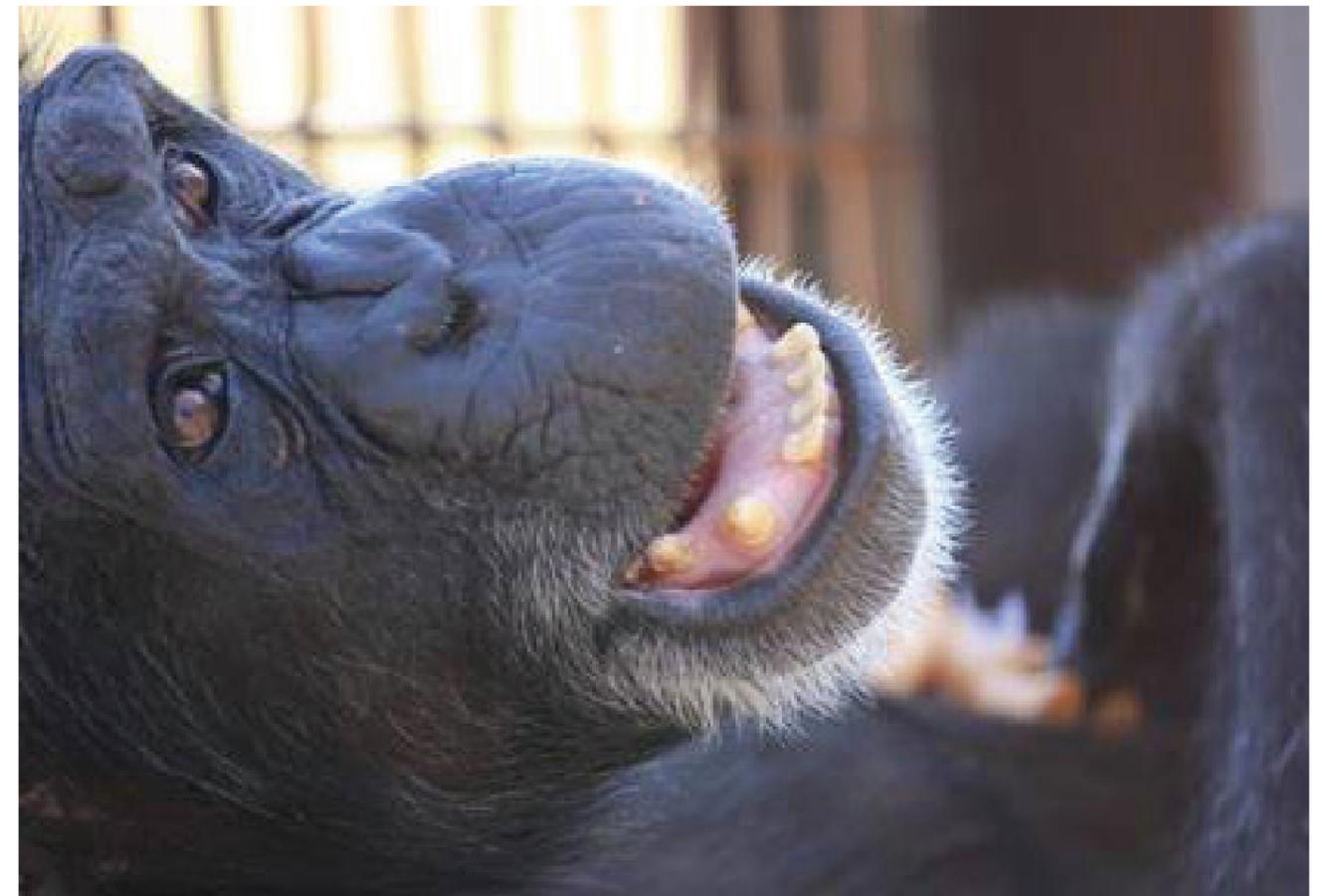
Una de las principales funciones biológicas del juego reside en la adquisición de habilidades y experiencias necesarias para la vida adulta. Es un potentísimo mecanismo de aprendizaje. Jugando no solo se puede aprender, sino que para aprender hay que jugar. El juego permite a los individuos comprometerse y vincularse con su propio entorno y con la naturaleza que les rodea. Aprendemos a interactuar con el medio en el que vivimos, a reconocer objetos y a comprender para qué sirven. Mediante el juego experimentamos que hay cosas que a veces están escondidas detrás de otras, que aparecen y desaparecen, que caen y vuelan, que se rompen o que son irrompibles. Jugando con otros descubrimos qué se puede y qué no se puede hacer, a quién puedo engañar y quién puede mentirme, quién es más fuerte y quién corre más. Mientras los niños y los monos juegan se transforman en físicos, matemáticos, filósofos, psicólogos o acróbatas.

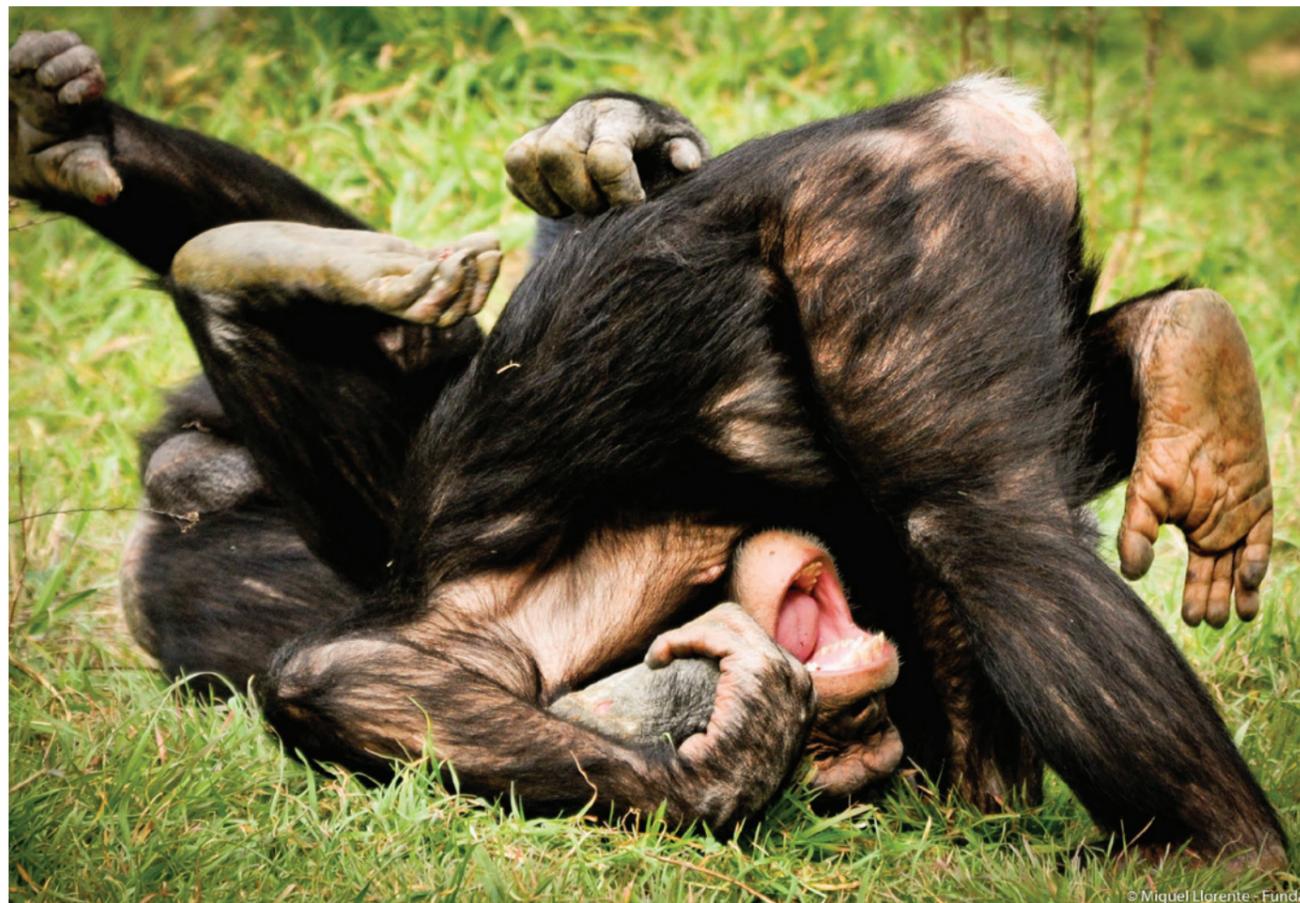
Los gibones de Hainan (*Nomascus hainanus*), por ejemplo, seleccionan palos y ramas que posteriormente lanzan y recogen de manera repetitiva. Este «juego de malabares» ha sido considerado por los investigadores que lo han descubierto como un comportamiento que podría ayudar a los gibones a mejorar sus habilidades para el cálculo de distancias y en la intensidad del agarre a objetos. Es decir, podría facilitarles unas competencias óptimas para el salto y agarre durante la braquiación y el desplazamiento entre los árboles. En algunas comunidades de chimpancés los jóvenes dedican su tiempo a transportar y «cuidar» piedras y palos que simulan «muñecas», mientras que en otras prefieren dedicarse a la «lucha libre» y a fastidiar a todo aquel que puedan. Además de ayudar a liberar la energía sobrante también es un comportamiento autosatisfactorio por sí mismo: es divertido y fomenta el desarrollo

de estados emocionales positivos y de placer. ¡El juego «engancha» y estimula nuestro circuito del placer!

El juego también facilita la adquisición de ciertas capacidades cognitivas y de resolución de problemas. Jugar nos hace flexibles cognitivamente, nos prepara para afrontar los cambios del entorno, nos convierte en seres más inteligentes. La conducta lúdica, podría ser además —según algunos autores— la base para comportamientos sociales más complejos como la cooperación e incluso la semilla para capacidades como la moralidad y la empatía. En diversas especies de primates el juego podría fomentar la aparición de conductas innovadoras y creativas, facilitando así el surgimiento de comportamientos y tradiciones de tipo cultural. Por ejemplo, los macacos japoneses pasan sus horas manipulando, golpeando o transportando piedras como si de un juguete Lego se tratase. La presencia de este comportamiento va más allá de los macacos de la comunidad original de Arashiyama, y actualmente se encuentra

Chimpancé realizando *playface*
Crédito: Creative Commons License





Chimpanc
Credito Miquel Llorente

presente en las seis estaciones de investigación de campo japonesas: Shodoshima, Taksakiyama, Koshima, Inuyama (Japan Monkey Centre y Primate Research Institute) y Arashiyama. Hasta la actualidad se han documentado un total de 45 patrones diferentes de manipulación de piedras, a través del proyecto liderado por Jean Baptiste Leca de la Universidad de Lethbridge en Canadá.

La conducta lúdica recuerda en muchas ocasiones a la conducta «real», pero careciendo de sus consecuencias biológicas. Los jóvenes juegan a luchar o a atrapar una presa, aunque resulta «obvio» que el individuo está jugando. Nos peleamos, pero realmente no nos estamos agrediendo. Esto nos haría preguntarnos: ¿de qué manera sabe mi «adversario» que lo que quiero es jugar y no agredir? Durante los episodios lúdicos resulta fundamental poder «transmitir» información relativa a que lo que está pasando, informar al otro de nuestra intención de jugar, comunicarnos de una manera



adecuada. Una de las señales más comunes, universales y utilizadas en primates y humanos es la cara de juego (play face)]. La relaxed open-mouth face no es únicamente compartida entre los primates sino también con otras especies de mamíferos como los carnívoros o los roedores. En chimpancés, la cara de juego suele ir acompañada de una serie de vocalizaciones que se aproximan, aunque con algunas diferencias, a la risa humana. Como señal metacomunicativa la cara de juego es crucial en interacciones «pseudo-agresivas» donde informa a los implicados —fundamentalmente al inicio del episodio— de que las amenazas, golpes, agresiones o mordiscos que se puedan suceder a partir de aquel momento, se engloban dentro de un episodio lúdico.

Tanto en monos como en humanos es un comportamiento que comienza a desarrollarse durante la infancia y que alcanza su cénit durante la etapa juvenil. Durante la pubertad y adolescencia puede reducirse, aunque existen especies chimpancés, bonobos y humanos donde el juego perdura hasta la etapa adulta. ¿Por qué juegan los adultos? Tal como hemos comentado anteriormente, el juego se ha considerado como uno de los andamiajes necesarios para el crecimiento y el desarrollo normal de los individuos de diversas especies de animales. Algunos han asumido que el juego adulto se trata de un epifenómeno del desarrollo que no tiene más utilidad que su mero valor hedonístico. No obstante, el juego, tanto en adultos como en juveniles, es un potenciador de emociones positivas, y además —en el caso de los adultos— puede servir para continuar estableciendo y construyendo lazos sociales y emocionales con otros.

Por cierto, ¿cómo juegan nuestros hijos? ¿Estamos fomentando y promoviendo un tipo de juego y de juguetes coherente con lo que necesitamos desde un punto de vista biológico y psicológico? No cabe duda de que los monos de la selva saben jugar mejor que nosotros. Deberíamos plantearnos por qué.

