

## BIO-OCIO: LINEAMIENTOS PEDAGÓGICOS COMO RESISTENCIA A LA MERCANTILIZACIÓN DE LA EDUCACIÓN Y SU IMPACTO EN LA SALUD MENTAL POSITIVA DE LOS ADOLESCENTES

Jonathan David Ojeda Castaño<sup>1</sup>

Universidad de Antioquia  
Medellín, Antioquia, Colombia

**RESUMEN:** Este artículo examina cómo las políticas educativas en América Latina, centradas en el crecimiento económico y la productividad desde el siglo XX, han afectado negativamente la salud mental positiva (SMP) de los adolescentes. A través de una etnografía en una escuela pública de Medellín, Colombia, se muestra que la racionalidad instrumental y la pedagogía del control, con prácticas educativas basadas en la estandarización y calidad, impactan el bienestar emocional y social de los estudiantes, tratándolos como recursos del sistema. Este enfoque ha intensificado la crisis de salud mental, con altos niveles de ansiedad y agotamiento psicológico en los adolescentes. Como alternativa, se plantea el bio-ocio, una pedagogía que desafía el control y enfatiza el ocio y la participación estudiantil para fortalecer la SMP. Con lineamientos como adecuación curricular, educación emocional, participación política, ludicidad, educación física y deporte, el bio-ocio busca hacer de la escuela un espacio de resistencia y conexión sociocultural. Esta propuesta destaca la necesidad de una educación que atienda las necesidades vitales de los estudiantes, promoviendo un ambiente escolar que favorezca su bienestar emocional y una experiencia educativa más humana y contextualizada.

**Palabras-clave:** bio-ocio; salud mental positiva; mercantilización de la educación; bienestar.

## BIO-LEISURE: PEDAGOGICAL GUIDELINES AS RESISTANCE TO THE MARKETIZATION OF EDUCATION AND ITS IMPACT ON ADOLESCENTS' POSITIVE MENTAL HEALTH

**ABSTRACT:** This article examines how educational policies in Latin America, driven by economic growth and productivity imperatives since the 20th century, have adversely impacted adolescents' positive mental health (PMH). Through an ethnographic study conducted in a public school in Medellín, Colombia, it is evident that instrumental rationality and control-oriented pedagogy, along with standardized, quality-focused educational practices, negatively affect students' emotional and social well-being, reducing them to mere resources of the system. This approach has exacerbated the mental health crisis, leading to high levels of anxiety and psychological exhaustion among adolescents. As an alternative, bio-leisure is proposed—a pedagogy that challenges control-based practices and emphasizes leisure and student participation to bolster PMH. With guidelines that encompass curricular adaptation, emotional education, political participation, playfulness, physical education, and sports, bio-leisure aims to transform the school into a space of resistance and sociocultural connection. This proposal underscores the need for an education that addresses the essential needs of students, fostering a school environment that enhances their emotional well-being and a more humane, contextually relevant educational experience.

**Keywords:** bio-leisure; positive mental health; commodification of education; well-being.

---

<sup>1</sup> Mg. Motricidad- Desarrollo Humano de la Universidad de Antioquia. Integrante del grupo de investigación: Ocio, expresiones motrices y sociedad. (GOCEMOS). Docente de planta de la secretaría de educación distrital de Medellín, Colombia. Email: [Jonathan.ojedacastano@udea.edu.co](mailto:Jonathan.ojedacastano@udea.edu.co)

## BIO-LAZER: DIRETRIZES PEDAGÓGICAS COMO RESISTÊNCIA À MERCANTILIZAÇÃO DA EDUCAÇÃO E SEU IMPACTO NA SAÚDE MENTAL POSITIVA DOS ADOLESCENTES

**RESUMO:** Este artigo analisa como as políticas educacionais na América Latina, impulsionadas pela lógica de crescimento econômico e produtividade desde o século XX, têm impactado negativamente a saúde mental positiva (SMP) dos adolescentes. Através de um estudo etnográfico realizado em uma escola pública de Medellín, Colômbia, observa-se que a racionalidade instrumental e a pedagogia do controle, aliadas a práticas educacionais padronizadas e orientadas para a qualidade, afetam o bem-estar emocional e social dos estudantes, tratando-os como meros recursos do sistema. Essa abordagem intensificou a crise de saúde mental, com altos níveis de ansiedade e esgotamento psicológico entre os adolescentes. Como alternativa, propõe-se o bio-lazer - uma pedagogia que desafia práticas de controle e enfatiza o lazer e a participação dos estudantes para fortalecer a SMP. Com diretrizes que incluem adaptação curricular, educação emocional, participação política, ludicidade, educação física e esportes, o bio-lazer busca transformar a escola em um espaço de resistência e conexão sociocultural. Esta proposta destaca a necessidade de uma educação que atenda às necessidades vitais dos estudantes, promovendo um ambiente escolar que favoreça seu bem-estar emocional e uma experiência educativa mais humana e contextualizada.

**Palavras-chave:** bio-lazer; saúde mental positiva; mercantilização da educação; bem-estar emocional.

### Introducción

A partir de mediados del siglo XX, las políticas educativas de los países latinoamericanos se construyeron bajo un discurso de desarrollo orientado hacia el crecimiento económico ilimitado. Dichos modelos dieron origen a “un proceso de escolarización masiva de la población, ligado y en correspondencia con un proyecto de sociedad que priorizó el factor económico sobre el cultural”(Martínez Boom, 2003, p. 5). El presente siglo, marcado por la innovación tecnológica, y el poco desarrollo de pensamiento crítico, también ha repercutido en la alineación de la educación orientada hacia la globalización imperialista, fenómeno que mantiene la lógica de rendimiento asociada la hegemonía neoliberal (Vázquez, 2015).

La presente investigación realizada en una escuela pública de Medellín, Colombia, bajo una metodología etnográfico reflexiva se intencionó por comprender la crisis de salud mental manifestada por los adolescentes, evidenciando que la racionalidad instrumental de la escuela en donde predominan discursos y prácticas hegemónicas centradas en la calidad educativa, la internacionalización y la evaluación estandarizada reducen la complejidad de los procesos educativos a la reproducción de currículos abstractos, desvinculados de la cultura y los territorios, por consiguiente ignoran las necesidades emocionales, sociales y culturales de los estudiantes, quienes son tratados como recursos del sistema y acrecentando las problemáticas de salud mental de los adolescentes (Ojeda, 2024).

Las crisis de salud mental que enfrentan los adolescentes y jóvenes son significativas, con altos niveles de ansiedad, depresión y crisis psicológicas, como el síndrome de *burnout*, generados por el sistema capitalista (Exposto Emiliano, 2024). Por lo tanto se propuso fijar las reflexiones alrededor de la SMP entendida como una perspectiva crítica de la salud mental que reconoce los determinantes sociales que impactan en el bienestar de los individuos, y cuyo objetivo es contribuir desde un enfoque preventivo a la creación de estrategias que permitan potenciar la salud mental de las personas (Lluch, 1999).

En este contexto, es urgente construir formas de interacción en las escuelas que permitan una reconciliación con el tiempo acelerado del neoliberalismo, logrando una conexión genuina con el territorio y con las cotidianidades de quienes habitan estos espacios, en consecuencia, este artículo presenta una propuesta basada en el bio-ocio como alternativa pedagógica de resistencia, estructurada a partir de lineamientos de intervención que buscan revitalizar los discursos y prácticas escolares con el fin de potenciar la SMP de los adolescentes (Ojeda, 2024).

En adelante se amplía la perspectiva de la SMP y su relevancia como mirada para acercarnos a las escuelas públicas desde una perspectiva de prevención, por otro lado se presentan algunos de los discursos y prácticas escolares identificadas en la investigación como inhibidores de la salud mental de los adolescentes, y finalmente se presenta el Bio-ocio como teoría y los lineamientos de intervención práctica que pueden contribuir a las reflexiones de los maestros y directivos de escuelas públicas en el territorio latinoamericano.

## Salud Mental Positiva

A lo largo de la historia, la salud mental se ha abordado desde dos enfoques científicos, el primero es el biomédico, donde se comprende la enfermedad como una afectación fisiológica y orgánica; y el segundo, el comportamental, que se enfoca en los factores de riesgo y cómo los sujetos se exponen a estos (Muñoz *et al.*, 2022). Esta investigación se aborda desde una perspectiva de salud más compleja, que tiene en cuenta el carácter social, cultural y económico centrado en una lógica devastadora del ambiente que tiene impacto en la determinación de la salud mental de las personas, desde una perspectiva de la salud colectiva o también denominada la salud de los pueblos (Breilh, 2013).

Si bien los determinantes sociales de la salud han sido ampliamente explorados por la epidemiología crítica, reconociendo el papel fundamentalmente incidente de la sociedad y la cultura en este fenómeno, la perspectiva de la SMP basa su propuesta desde la prevención y la

promoción encaminada al bienestar emocional, la principal pregunta es: ¿Cómo es un sujeto que no está enfermo? Para ello, se ha propuesto una escala de valoración de la salud mental a partir de seis dimensiones: Actitudes hacia sí mismo, crecimiento y autoactualización, integración, autonomía, percepción de la realidad y dominio del entorno (Lluch, 1999).

Estas dimensiones fueron consideradas en la presente investigación como coordenadas que orientaron el análisis y acercamiento a la realidad de los adolescentes escolares lo que permitió identificar discursos y prácticas que inhibían las relaciones genuinas e interacciones en el ambiente escolar, en esta perspectiva se consideró que la escuela es determinante para el bienestar emocional, psicológico y social de los adolescentes. Se evidenció una relación directamente proporcional entre la prevalencia de inhibidores institucionales y el impacto en la SMP, cuando estos predominan, afectan negativamente todas las dimensiones.

La Salud Mental Positiva (SMP) propone un enfoque más complejo y contextualizado de la salud mental. Este enfoque critica algunas prácticas tradicionales, como el uso excesivo de medicamentos psiquiátricos, la tendencia a tratar los problemas mentales como asuntos individuales y la costumbre de clasificar los malestares como enfermedades psicológicas. En lugar de ver las crisis emocionales únicamente desde el ámbito psicológico, la SMP reconoce que estas pueden estar relacionadas con factores sociales, económicos y culturales.

Además, la SMP destaca la importancia de crear condiciones sociales que permitan a las personas expresar y manejar sus dificultades de manera saludable. La escuela juega un papel fundamental en este enfoque, ya que puede ser un espacio donde se fomente el bienestar emocional de todos los miembros de la comunidad educativa, contribuyendo así a promover la salud mental positiva y en concordancia con su contexto social y cultural.

### **Discursos y prácticas institucionales inhibidoras de la SMP**

A partir de la investigación en el entorno escolar se identificaron varios discursos y prácticas institucionales que generan en los adolescentes inhibición de su salud mental, los principales discursos y prácticas asociados fueron la calidad educativa, el currículo academicista e internacional, la pedagogía del control y la negación del ocio.

La calidad educativa de la institución es considerada uno de los pilares de la organización institucional, pues desde la perspectiva de los directivos contribuye a reforzar y mantener el estatus e impulsa el mercadeo institucional. Para cumplir con estos estándares, la institución cuenta con un sistema de gestión de la calidad orientado por la normativa ISO 21001 de 2019, que regula en términos de productividad el funcionamiento de las instituciones

educativas. Santos (1999) detalla estos objetivos como: “el cumplimiento de órdenes, selección de clientela, obtención de recursos, enfoque en metas, mantenimiento del orden, supervisión del cumplimiento y exclusión de quienes no alcanzan los objetivos propuestos” (p. 79).

El principal discurso que la calidad educativa promueve es la excelencia académica en función de las demandas del mercado, “el discurso y el dispositivo de la excelencia, se instalan en la lógica del sometimiento voluntario del sujeto a los ideales de la calidad, estableciendo todo un engranaje de mecanismos, estímulos, incentivos, indicadores, para el logro de la excelencia” (Plata, 2018, p. 448). Por lo tanto se coartan formas de ser desde la libertad y la diferencia y se tiende a homogenizar bajo una estructura delimitada por las necesidades del sistema económico global.

En esta línea de reflexión, los adolescentes argumentaron que la implementación de este modelo centra la intervención pedagógica mayoritariamente en el estatus institucional y en menor medida en las demandas y necesidades emocionales de ellos, “solo les importa que tengamos buenos desempeños en las pruebas para que el estatus del colegio aumente, pero no se fijan mucho en lo que a uno le gusta. Se fijan más en la nota, en el número.” (Estudiante 19, p. 168). Por lo que los adolescentes se perciben a sí mismos como simples recursos, lo que afecta la percepción de su realidad frente a las posibilidades de generar transformaciones y las actitudes hacia sí mismo que impiden explorar de manera individual sus propias habilidades e intereses.

Al respecto varios teóricos han mencionado cómo la racionalidad instrumental que se apodera del campo de la educación, entraña en sí misma un régimen de objetivos que desaloja la naturaleza, y en general la vida, de su propio ser, para conducir a una reproducción sistemática de conocimientos que siguen la lógica del capitalismo cognitivo (Restrepo; Hernández, 2015). Por su parte, Mejía (2011) refuerza esta idea de la escuela, “reconociendo en ella también los intereses de los grupos de poder que la jalonan, la construcción de una nueva forma del capitalismo y su proyecto de control fundado en lo cognitivo” (p. 59).

En consecuencia, el currículo da prioridad a la actividad académica de corte tradicional que enfatiza en la teoría y el cognitismo, además de construir el conocimiento desde el racionalismo, dejando de lado las historias locales, la construcción de saberes enraizados en el territorio y el reconocimiento de la cultura como base para un proceso educativo más pertinente. En palabras de una adolescente: “acá ven al estudiante como si fuera una máquina, les interesa es que haga este taller y ya” (Acudiente - 5, p. 187).

Además, la imposición de un currículo internacional que no logra adaptarse a este contexto, debido a su implementación desarticulada y fragmentada, genera una sobrecarga

académica y saturación de los adolescentes. Un adolescente refiere: “la carga académica satura al estudiante porque el estudiante también tiene otros aspectos, por ejemplo, el ser feliz, el estudiante no solo se hace feliz estudiando” (Estudiante 1, p. 119). En este sentido, la escuela, siguiendo esta lógica neoliberal, contribuye a acentuar la crisis planetaria impulsada por el capitalismo y el hiperpositivismo, lo que conduce a las sociedades al cansancio y al agotamiento (Chul Han, 2022).

Otra práctica inhibidora fue la pedagogía del control basada en la estricta vigilancia y coacción de los estudiantes, con técnicas de control como el grito, la imposición y la limitación de la participación estudiantil. Frente a esto la teoría social menciona que “la escuela, aunque procura generar una cultura de bienestar, presenta prácticas académicas y de comportamiento que niegan dicho propósito, y que reproducen, por el contrario, conductas generadoras de violencia” (Molina; Blandón; Vergara, 2005, p. 122). Una de las adolescentes describe de la siguiente manera la situación que experimenta:

Acá los papás llegan y ven este colegio y dicen: “Ah, vea qué maravilla”, pero después esos sueños se convierten en una pesadilla, (...) te das cuenta de que te tienen más encarcelado y configurado que el mismísimo gobierno o la iglesia (Estudiante 13, p.155).

Finalmente, otro de los discursos y prácticas identificadas, fue la subvaloración del ocio, al parecer a la escuela no le interesa educar en la libertad, dentro de este tipo de modelos parece imposible que exista formación dentro de los espacios no controlados por los docentes y directivos. Al respecto se mencionó: “muchas de las cosas que en un colegio normal se hacen, acá no, por ejemplo hacer *jean day* poner música, actividades recreativas y culturales” (Estudiante 18, p. 103). Por lo anterior, se estigmatizan los espacios de esparcimiento y de interacción libre porque se consideran un tiempo perdido, lo que conduce a los maestros y directivos evitar reflexiones alrededor del potencial pedagógico del ocio y por el contrario reproducir imaginarios sociales de subvaloración de este campo.

En síntesis, este enfoque mercantilista, centrado en la competencia, el control y el rendimiento; contrasta con el potencial transformador del bio-ocio. La investigación sugiere que integrar el ocio como parte esencial del currículo escolar puede reducir significativamente los niveles de sufrimiento, fomentando una experiencia escolar más equilibrada y saludable.

## El Bio-ocio

El bio-ocio surgió como una propuesta educativa construida de manera participativa a partir de la etnografía reflexiva desarrollada en la escuela pública Juan Maria Céspedes de Medellín, Colombia. A partir de sus sentires, ideas y percepciones los adolescentes contribuyeron a la construcción de unos lineamientos y reflexiones que dieron origen a esta propuesta pedagógica como una alternativa de resistencia a los mecanismos de poder educativos reproductores de una escuela mercantilizada.

Este enfoque busca ser alternativa de solución frente a las crisis que enfrenta la escuela contemporánea, relacionadas con la alta deserción, la perdida académica y la desmotivación del estudiantado por ingresar a las instituciones educativas, crisis que dan cuenta de la incapacidad de la escuela para adaptarse a los desafíos de la sociedad actual (Barbero, 2009). A partir de ello se construyó un aparato conceptual crítico como sustento teórico del bio-ocio, constituido a partir de elementos epistémicos que le dan relevancia y sentido.

El primer elemento epistémico constitutivo del bio-ocio es la propuesta de los saberes bio; encaminada a integrar los saberes vitales de los territorios con las prácticas pedagógicas escolares, y con las teorías sociales eco-pedagógicas en una suerte de transversalización de los currículos que contribuye a la revitalización de los entornos educativos (Plata Santos, 2019).

El segundo elemento epistémico, es la antítesis al modelo extractivista colonial que reconfiguro no solo el territorio si no las relaciones sociales y las subjetividades orientadas por la necropolítica, las cuales han justificado el extractivismo epistémico y el papel homogenizador de las escuelas (Cortés; Zapata, 2022). Al respecto se menciona:

En la necropolítica, o política de la muerte, el poder y sus armas se despliegan con el propósito de destruir por completo a las personas y de crear mundos de muerte, formas singulares y nuevas de existencia social en las que una gran cantidad de poblaciones están sometidas a condiciones de existencia que les otorgan el estatus de muertos vivientes (Mbembe, 2011, p. 75).

Como tercer elemento epistémico, el bio-ocio reconoce en las prácticas lúdicas, populares y tradicionales mediadores sociales y políticos que están profundamente arraigados en la territorialidad y la cotidianidad de los adolescentes (Tabares, 2020). En este sentido, se presenta como un espacio de resistencia frente a las dinámicas mercantiles de la industria del ocio que imperan en la sociedad y se perpetúan sin ningún tipo de reflexión en las escuelas, develando cómo estos modelos atienden a diseños globales que se desligan de la cotidianidad de los sujetos y de sus historias locales (Escobar, 2017).



Siguiendo esta línea argumentativa, se destaca el ocio vital para las comunidades, en cuanto práctica social contextualizada y reconocida como una dimensión histórica de la cultura articulado con el territorio y en íntimo dialogo con el contexto de los adolescentes, potenciador de la identidad, la cultura y las interacciones sociales, mediado por la libertad y basado en la diferencia como fuente de saberes (Gomes, 2014).

Finalmente, el ocio abigarrado como elemento constitutivo del bio-ocio, reconoce la dualidad epistemológica que orienta las prácticas de ocio en la actualidad en donde se contraponen “trabajo y tiempo libre e individuo y colectivo, con una supremacía del primero” (Tabares, 2020, p. 8). En síntesis el bio-ocio se centra en la importancia de desaprender lo que la escuela durante años ha considerado que es lo correcto, es un acto de deconstrucción, donde todos sus actores, discursos y prácticas están llamados a interrogatorio para identificar las formas en que la ideología se halla inscrita en aquellas formas de discurso educacional mediante la cual las experiencias y prácticas escolares se ordenan y constituyen.

### **Lineamientos del Bio-Ocio**

Los lineamientos que se construyeron a partir de la participación de los adolescentes en el marco de la investigación en cuestión son determinantes para el ámbito educativo, se buscó sistematizar las sensaciones y percepciones de los adolescentes frente a la escuela actual y las necesidades de transformación que los mismos desean del entorno escolar para que sea más afín a sus intereses y sobre todo a su cotidianidad.

Es importante mencionar que los lineamientos fueron contruidos a partir de una experiencia particular en la institución educativa en mención, no es pretensión de la investigación formular leyes o principios aplicables en todas las Instituciones públicas latinoamericanas, pero si contribuir a la reflexión pedagógica que permita establecer estrategias desde el bio-ocio para potenciar la salud mental positiva de los estudiantes y en general de los actores educativos involucrados en el proceso, porque se entiende que una escuela sana es el reflejo de una sociedad saludable. A continuación se describen los principales lineamientos de intervención educativa.

### **Línea de Adecuación Curricular**

Para este lineamiento, los estudiantes expresaron el interés que la escuela se adapte más a sus intereses y cotidianidad, resaltando sobre todo las necesidades socioemocionales que



son de alta prioridad en la sociedad contemporánea debido al cansancio y la desesperanza que genera sufrimientos psicológicos demasiado acuciantes (Chul Han, 2023), un adolescente mencionó: “Deberían incorporar acciones curriculares que permitan un equilibrio entre el trabajo académico y las actividades recreativas” (Estudiante 11, p. 159). Este lineamiento denominado adecuación curricular, sugiere enfocarse en implementar transformaciones significativas, de carácter epistemológico y estructural. Es urgente realizar cambios de fondo, para acercarnos a una escuela diferente.

Una idea que se propone es superar esa lógica biologicista a partir de la cual se ha organizado la división de los grupos al interior de la escuela, la separación de los estudiantes por edades, género y capacidades refuerza esas dinámicas de exclusión.

La reestructuración curricular debe considerar el equilibrio entre actividades de ocio y actividades académicas, por lo que teniendo en cuenta que el bilingüismo es un programa fundamental de esta institución, se sugiere articularlo a proyectos culturales y lúdicos que permitan aumentar el interés de los adolescentes y reducir el estrés académico que inhibe su salud mental.

Para contrarrestar la sobrecarga académica causada por la fragmentación excesiva de los espacios académicos, conocida como asignaturismo, se propone la articulación de los campos del saber a partir del trabajo por nodos. Estos nodos deben ser discutidos y contruidos de manera participativa por todos los actores educativos y deben responder a las principales necesidades de los territorios que habitan estos adolescentes.

### **Línea de Participación Política**

Esta línea de bio-ocio, reconoció que los adolescentes sienten poca posibilidad para la transformación de su escuela, pues consideran que no tienen posibilidad de participar en las decisiones que afectan su vida escolar. Una estudiante mencionó “por más que uno quiera que cambie, (...) podría tomarme diez días diciendo cada una de las cosas, pero simplemente eso ¿de qué sirve? El colegio no va a cambiar” (Estudiante 13, p. 209). Sobre esto se puede mencionar que la participación es considerada vital para los adolescentes pues no solo refuerza su sentido de pertenencia, sino que también promueve un entorno educativo más democrático y menos jerárquico.

Los estudiantes pocas veces tienen capacidad de decisión porque se termina manipulando su ingenuidad, el poder estudiantil se controla como cualquier situación que se presente en la escuela y en este punto no existe, se anula la participación estudiantil. Los

estudiantes no conocen las herramientas, no hacen uso de ellas, no existe una formación política en la práctica porque nunca deciden sobre algo, no deciden sobre el currículo, sobre los contenidos, no deciden sobre los tiempos, simplemente hacen parte de un diseño totalizante que escapa a sus ritmos.

A partir de esta reflexión se proponen cátedras sobre la participación política, contemplar espacios para el debate estudiantil libre, incentivar por medio de estrategias para educar en el disenso y la libertad, para esto es necesario orientar a los estudiantes a la construcción de espacios de asamblea estudiantil, actas de reunión, debates, acuerdos, consensos y representatividad. Pues se percibe con preocupación un temor generalizado de los adolescentes para establecer una postura crítica que defienda sus intereses y necesidades frente a la realidad escolar, los adolescentes no se articulan por medio de un movimiento estudiantil.

En síntesis, esta línea de participación política realiza una crítica a la falta de participación, con propuestas para crear espacios democráticos liderados por adolescentes, como asambleas, medios de comunicación estudiantiles y días culturales. La idea es empoderar a los estudiantes en la toma de decisiones y fomentar la cultura democrática en la escuela.

### **Línea de Educación Emocional**

La escuela pocas veces orienta su trabajo a la atención de problemas asociados con las necesidades socioemocionales de sus estudiantes y en general de los actores sociales involucrados en el contexto, algunas de ellas son necesidades relacionadas con la imagen corporal y la autoestima, el matoneo escolar, la violencia escolar, el control de las emociones, la necesidad de expresión, entre muchos otros identificados en la investigación.

Por consiguiente se propone espacios para hablar sobre estas necesidades y reflexionar con los estudiantes de manera crítica que permitan la concientización de las diferencias en las interacciones entre personas, así mismo se propone incluir prácticas como la meditación, la contemplación, la lúdica y la reflexión, con el fin de ayudar a los estudiantes a gestionar sus emociones, a expresarse de manera libre por medio del arte, el cuerpo y la cultura.

Específicamente se insta a las instituciones a aprovechar fortalecer el programa de apoyo psicológico de los adolescentes, implementando estrategias como lo que en su momento se conoció como "el escuchadero"<sup>2</sup> un espacio para contar las causas de los sufrimientos de los

---

<sup>2</sup> Los Escuchaderos son una estrategia de la Alcaldía de Medellín, a través de la cual se brinda atención y orientación psicológica de forma gratuita para atender la salud mental de los habitantes de las diferentes comunas

diferentes actores educativos y encontrar soluciones de manera mancomunada.

### **Línea de Educación Física y Deporte**

La propuesta desde la educación física y el deporte busca enriquecer la jornada escolar mediante el incremento de una hora adicional de educación física a la semana, teniendo en cuenta que la institución tiene un modelo de jornada extendida, se debería garantizar a los estudiantes un tiempo de actividad física más amplio. Esta hora extra se dedicará a generar un espacio de esparcimiento lúdico libre, para la elección de manifestaciones de ocio como la meditación, contemplación, reflexión y socialización, permitiendo a los estudiantes disfrutar de una actividad física menos estructurada y más relajante. El contenido debe estudiarse por los maestros y demás actores educativos encargados.

Así mismo se propone la articulación interinstitucional con instituciones externas como el INDER (Instituto de Deportes y Recreación) para implementar programas de recreación y deporte basado en retos y desafíos grupales vitales. Dada la carencia de equipamiento institucional para la educación física y el deporte, la colaboración con el INDER puede proporcionar los recursos necesarios para llevar a cabo estas actividades, así mismo con diferentes instituciones de la ciudad como el Jardín botánico, el planetario de Medellín y el parque Explora.

### **Línea de Ludicidad**

La Línea de Ludicidad propone transformar la institución educativa en un espacio donde el juego y la creatividad sean elementos centrales para el proceso de apertura al mundo por parte de los adolescentes. Una de las iniciativas principales es establecer días regulares de bio-ocio, dedicados a la implementación de actividades lúdicas, artísticas y recreativas, que fomenten el bienestar emocional, social y cognitivo de los estudiantes.

Durante los días de bio-ocio, la institución se llenará de vida y color con juegos de pared y piso, diseñados para promover la interacción social y la actividad física. Estos juegos estarán ubicados en puntos estratégicos del campus, invitando a los adolescentes a participar en actividades lúdicas y recreativas, en donde la música, el baile, el canto, el teatro, entre otras mediaciones culturales puedan ser los ejes participativos. Además, se propone habilitar espacios

---

de la ciudad. Este modelo se intentó imitar como estrategia al interior de la institución educativa en mención, alcanzando grandes beneficios para los estudiantes.

dedicados a la expresión artística, donde los estudiantes podrán participar en la creación de murales colectivos

### **Línea de Educación Ambiental**

La línea ambiental propone una serie de acciones para integrar prácticas sostenibles y ecológicamente responsables dentro de la comunidad educativa. Muchos de los problemas de la sociedad contemporánea radican en una perspectiva de desarrollo humano antropocéntrica que ha puesto toda la naturaleza al servicio de nuestros intereses como seres humanos (Krenak, 2019). Es crucial analizar el impacto que estas posturas han tenido en la naturaleza, de la cual somos parte.

En este contexto, la sede dos de la institución en mención cuenta con un espacio natural que puede ser utilizado para realizar proyectos ecológicos. Se propone desarrollar actividades como la creación de huertas, compostaje y siembra de plantas. Estas acciones no solo embellecen el entorno escolar, sino que también ofrecen a los adolescentes la oportunidad de aprender mediante el hacer, sobre agricultura sostenible, ciclos naturales y la importancia de la biodiversidad. Este enfoque educativo puede fomentar una conexión más profunda con la naturaleza y una comprensión práctica de los principios ecológicos.

Estudios demuestran que el contacto directo con la naturaleza mejora el bienestar emocional, reduce el estrés en los adolescentes y actúa como recurso terapéutico (Ursa; URSA, 2019). Además, la agricultura urbana y los huertos escolares han sido exitosamente implementados en diversas instituciones alrededor del mundo, promoviendo la educación ambiental y la autosuficiencia alimentaria (Barrón; Muñoz, 2015).

### **Línea Cultural y Artística**

A partir de la investigación, es evidente la separación que se establece entre lo cultural y lo académico, donde las actividades culturales son menospreciadas y relegadas en comparación con las que fomentan el trabajo académico. Esto trae consecuencias negativas para la formación de los adolescentes pues parte de su dimensión formativa radica en las relaciones que se generan al interior de un grupo cultural que se organiza de manera autónoma y libre y establece formas de expresión particulares mediadas por la cultura, al respecto:

Otra dimensión fundamental para entender el universo de los jóvenes contemporáneos son las llamadas culturas juveniles. Estas surgen como expresiones simbólicas de la condición juvenil, manifestándose y cobrando visibilidad a través de una amplia gama de estilos, adhesiones estéticas y artísticas, que encuentran sus marcas distintivas en el cuerpo, el lenguaje, la vestimenta y lo visual (Dayrell, 2016, p. 259).

A partir de esto se propone la línea de la cultura y arte con una intención definida de dar mayor relevancia a los eventos culturales dentro de la comunidad educativa, fomentando la participación de los adolescentes. Se sugiere la implementación de días lúdicos en los que se realicen presentaciones artísticas, invitando a emisoras y grupos que ofrezcan propuestas de conciertos y actividades afines a los intereses juveniles. Estas actividades servirán como plataforma para desarrollar campañas sobre el uso y consumo de sustancias psicoactivas y educación sexual, aprovechando el interés y la receptividad de los estudiantes en un entorno más relajado.

Asimismo, se plantea la promoción de actividades extracurriculares mediadas por la música, el teatro y la danza, que permitan la formación de grupos juveniles. Estas actividades pueden abrir las puertas de la escuela a la creación de movimientos juveniles, brindando a los estudiantes la oportunidad de explorar y desarrollar sus habilidades artísticas. Para llevar a cabo estas propuestas, se pueden buscar colaboraciones con instituciones privadas y públicas, como el INDER y la Secretaría de Cultura, asegurando recursos y apoyo logístico.

### **Línea de Apoyo al Maestro**

El maestro como orientador del proceso educativo sufre de bastantes presiones sistemáticas, la investigación demostró que el maestro al encontrarse en un punto tan complejo entre políticas públicas, la autoridad de los directivos, las relaciones entre compañeros de trabajo, pero además la presión de los adolescentes se generan malestares que inhiben su salud mental positiva y ello tiene gran incidencia en su labor pedagógica.

Por lo anterior, específicamente para la institución se propuso aliviar la carga administrativa de los docentes para que puedan enfocarse en su labor pedagógica, disponer de los recursos necesarios para que sus propuestas didácticas puedan ser impactantes, pues se evidencia que la institución poco cuenta con recursos destinados a la intervención pedagógica. También se recomienda promover actividades de esparcimiento para los maestros, gestionar salidas pedagógicas que mejoren su salud mental y promover la atención de especialistas en psicología, trabajo social y gestión humana en aras de promover estrategias para este fin.

## Consideraciones Finales

El bio-ocio se presenta como una alternativa pedagógica de resistencia frente a los discursos y prácticas educativas mercantiles que prevalecen en las escuelas públicas latinoamericanas. Al proponer un espacio donde los estudiantes pueden reconectar con su cotidianidad y sus intereses vitales, el bio-ocio desafía las pedagogías del control, la violencia escolar, la calidad educativa orientada por la competencia y el rendimiento que caracterizan al sistema educativo actual.

La investigación participativa desarrollada en Medellín ha mostrado que los adolescentes no solo reconocen el valor del ocio para su bienestar, sino que también desean un entorno escolar más flexible, inclusivo y humano. Los lineamientos del bio-ocio, co-creados con los estudiantes, ofrecen una orientación para transformar las escuelas en espacios de resistencia, donde la salud mental y el bienestar emocional de los adolescentes se sitúan en el centro del proceso educativo. El bio-ocio, por tanto, no es solo una propuesta educativa, sino una forma de resistir las estructuras de poder que generan sufrimiento en las escuelas contemporáneas.

## REFERÊNCIAS

BARBERO, M. Cuando la Tecnología deja de ser una ayuda didáctica para convertirse en mediación cultural. **Revista Electrónica Teoría de la Educación**, v. 10, n. 1, p. 19–31, 2009.

BARRÓN, Á.; MUÑOZ, J. M. Los huertos escolares comunitarios: fraguando espacios socioeducativos en y para la sostenibilidad. **Foro de Educación**, v. 13, n. 19, p. 213–239, jul. 2015.

BREILH, J. La determinación social de la salud como herramienta de transformación hacia una nueva salud pública (salud colectiva). **Rev. Fac. Nac. Salud Pública**, n. 31, p. 13–27, 2013.

CHUL HAN, B. **La sociedad del cansancio**. [s.l.] Herder, Argentina, 2022. v. 3.

CHUL HAN, B. **Vida Contemplativa. Elogio de la inactividad**. 1. ed. Bogotá: Taurus, 2023.

CORTÉS, R.; ZAPATA, E. Racionalidad extractivista y necropolítica de la expropiación patriarcal: un acercamiento al estudio de las masculinidades para re/pensar el poder del extractivismo. **Revista CS**, n. 36, p. 51–84, 30 mar. 2022.

DAYRELL, J. **Por uma pedagogia das juventudes: experiências educativas do Observatório da Juventude da UFMG**. Belo Horizonte: Mazza Edições, 2016.

ESCOBAR, A. **Autonomía y diseño. La realización de lo comunal**, 1st. ed. Buenos Aires: Tinta Limón, 2017.

EXPOSTO EMILIANO. Teoría crítica de la “salud mental”: hacia una política de los sintomáticos. **Crítica y Resistencias. Revista de conflictos sociales latinoamericanos**, n. 18, p. 128–148, jun. 2024.

GOMES, C. El ocio y la recreación en las sociedades latinoamericanas actuales. **Polis Revista Latinoamericana**, v. 37, p. 363–384, 7 maio 2014.

KRENAK, A. **Ideias para adiar o fim do mundo**. 1. ed. São Paulo: Companhia das Letras, 2019.

LLUCH, M. **Construcción de una escala para evaluar la salud mental positiva**. Tesis - Barcelona: Universidad de Barcelona, 1999.

MARTÍNEZ BOOM, A. La educación en América Latina: de políticas expansivas a estrategias competitivas. **Revista Colombiana de Educación**, n. 44, p. 1–33, 2003.

MBEMBE, A. **Necropolítica**. España: Melusina, 2011.

MEJÍA, M. **Pensar la Educación y la Pedagogía en el siglo XXI**. 1. ed. Tuja: UPTC: Seminario Permanente de Pedagogía, 2011. v. 1

MOLINA, V.; BLANDÓN, M.; VERGARA, E. DE J. Los estilos directivos y la violencia escolar. Las prácticas de la educación física. **Revista Iberoamericana de Educación. Violencia en la escuela II**, n. 38, p. 109–125, mayo 2005.

MUÑOZ, A. C. O. *et al.* Salud mental positiva: entre el bienestar y el desarrollo de capacidades. **Revista CES Psicología**, v. 15, n. 2, p. 151–168, 20 mayo 2022.

OJEDA, J. **Salud mental positiva en adolescentes escolares del municipio de Medellín. ocio y practicas institucionales educativos**. Tesis de maestría - Medellín: Universidad de Antioquia, 15 ago. 2024.

PLATA, M. Contextos de emergencia de la Excelencia Educativa, renovado proyecto de control. **Rastros Rostros**, v. 20, n. 37, p. 1–14, 2018.

PLATA SANTOS, M. E. Prácticas vitales y saberes bio: claves para pensar resistencias en lo educativo. **Revista Colombiana de Ciencias Sociales**, v. 10, n. 2, p. 446–466, 1 jul. 2019.

RESTREPO, C.; HERNÁNDEZ, E. **Manifiesto. Por la Universidad Nómada**. Colección Asoprudea ed. Medellín: Editorial Save, 2015.

SANTOS, M. Las Trampas de la Calidad. **Acción pedagógica**, v. 8, n. 2, 1999.

TABARES, F. El ocio abigarrado: una propuesta para la lectura del campo desde la diferencia. **Motrivivência**, v. 32, n. 63, p. 01–16, 21 ago. 2020.

URSA, A.; URSA, M. El contacto con la naturaleza como medida preventiva de enfermedades y recurso terapéutico. **Medicina Naturista**, v. 13, p. 1576–3080, 2019.

VÁZQUEZ, G. La calidad de la educación. Reformas educativas y control social en América Latina. **Latinoamérica** 60, n. 1, p. 93–124, 2015.



## NOTA DEL AUTOR

### **Declaración de conflicto de intereses**

El presente estudio no posee conflicto de intereses.

### **Dirección para correspondencia**

Universidad de Antioquia. UdeA.

Instituto de Educación Física y Deporte

CL 87 Sur N 55 – 695 Apartamento 1914. Club Familiar Sendero del Bosque. La Estrella, Sector La Aldea.

[Jonathan.ojedacastano@udea.edu.co](mailto:Jonathan.ojedacastano@udea.edu.co)

**Submissão:** 08/06/2024

**Aceite:** 04/08/2024