

Una verdadera inclusión de los niños con Síndrome de Down a través de la danza integradora: Revisión sistemática

A true inclusion of children with Down Syndrome through integrative dance: Systematic review

<https://doi.org/10.5281/zenodo.17274172>

AUTORES: Carlos Santiago Idrobo Torres^{1*}

Filomena Estefanía Quiña Toapanta²

Gloria Mirella Zhicay Manotoa³

Luis Fernando Núñez Sotomayor⁴

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: carlos_idrobo2376@hotmail.com

Fecha de recepción: 09 / 06 / 2025

Fecha de aceptación: 22 / 09 / 2025

RESUMEN

La danza se ha convertido en un recurso fundamental dentro de los contenidos educativos, ya que pone como base la creatividad y la innovación en la transformación del estímulo exterior de los niños con Síndrome de Down (SD) lo que permite su participación, integración, recreación e interpretación del mundo facilitando de esa manera su formación musical y corporal. El objetivo de este estudio fue realizar una revisión bibliográfica y sistemática para proporcionar una visión actualizada sobre información de la danza y sus beneficios en niños/as con Síndrome de Down. La metodología utilizada fue una revisión sistemática la cual condujo a una búsqueda exhaustiva en el periodo de 2019-2025 en bases

1 <https://orcid.org/0000-0002-9386-2851>, Universidad Central del Ecuador, csidrobo@uce.edu.ec

2 <https://orcid.org/0000-0002-4037-8732>, Unidad Educativa Corazón de María, fequina@uce.edu.ec

3 <https://orcid.org/0009-0001-1669-3150>, Universidad Indoamérica, gloriazhicay@uti.edu.ec

4 <https://orcid.org/0000-0002-8944-012X>, Universidad Central del Ecuador, lfmunezs@uce.edu.ec

de datos como Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex y Science Direct, asimismo los motores de búsqueda como Google académico y Semantic Scholar, además en repositorios institucionales. Se incluyeron únicamente artículos publicados en los últimos 5 años en idioma español. Los términos de búsqueda utilizados fueron: Síndrome de Down, danza integradora, niños, beneficios, calidad de vida. Se determinaron que la danza es un pilar fundamental en la educación para niños con SD, ya que promueve su integración y desarrollo físico y musical. Además, la danza influye positivamente en la vida y el desarrollo integral de los niños con SD.

Palabras claves: *Danza integradora, Síndrome de Down, inclusión, niños, beneficios.*

SUMMARY

Dance has become a fundamental resource within educational content, as it bases creativity and innovation on transforming external stimuli for children with Down Syndrome (DS), allowing their participation, integration, recreation, and interpretation of the world, thus facilitating their musical and bodily formation. The aim of this study was to conduct a bibliographic and systematic review to provide an updated view of information on dance and its benefits for children with Down Syndrome. The methodology used was a systematic review which led to an exhaustive search from 2019 to 2025 in databases such as Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex, and Science Direct, as well as search engines like Google Scholar and Semantic Scholar, along with institutional repositories. Only articles published in Spanish during the last five years were included. The search terms used were: Down Syndrome, integrative dance, children, benefits, quality of life. It was determined that dance is a fundamental pillar in the education of children with DS, as it promotes their integration and physical and musical development. Additionally, dance positively influences the life and overall development of children with DS.

Keywords: *Integrative dance, Down syndrome, inclusion, children, benefits.*

INTRODUCCIÓN

La educación actual presenta una serie de desafíos y cambios debido al uso de nuevos métodos y modelos inclusivos de aprendizaje, pero sobre todo ante la necesidad de ofrecer

una respuesta educativa de calidad en la cual los/as estudiantes sean los principales protagonistas, mientras que los docentes pasen a convertirse en guías de dicho proceso (Idrobo, 2023). Ante esto, la danza se ha convertido en un recurso fundamental dentro de los contenidos educativos, ya que pone como base la creatividad y la innovación en la transformación del estímulo exterior de los niños con SD lo que permite su participación, integración, recreación e interpretación del mundo facilitando de esa manera su formación musical y corporal (Idrobo et al., 2025).

La danza debería desarrollarse en el ámbito académico como un ejercicio espontáneo para permitir el desarrollo de las habilidades comunicativas verbales y no verbales, así como para generar sentimientos positivos y de gestión de emociones en los estudiantes (Pagola, 2016). El baile es una acción innata en las diferentes etapas educativas; su práctica potencia al sujeto de forma integral en las áreas física, social y emocional porque trabaja su cuerpo, expresa lo que siente y se pone en contacto con el mundo, favoreciendo su desarrollo integral (Abellán-Roselló, 2021). Además, es fundamental exteriorizar corporalmente las sensaciones, las emociones y los sentimientos, así como promover los valores, las normas y los contenidos conceptuales, procedimentales y actitudinales. Del mismo modo, permite promover la socialización y la aceptación de la diversidad (Barnet-López et al., 2015; Idrobo-Torres et al., 2025).

Por lo tanto, la danza es vista como una forma (contenido) de trabajar y promover la inclusión en las aulas. De igual manera, es una herramienta que podría ser inclusiva porque permite la participación plena y activa de todos los participantes en la práctica, sin importar su condición física, sensorial o intelectual (Blanco-Vega et al., 2022). Además, los programas basados en el movimiento a través de la danza pueden beneficiar a las personas con SD porque pueden mejorar su calidad de vida diaria y mejorar sus niveles sensoriomotores porque el movimiento estimula las conexiones sensoriomotoras del cuerpo (Albin, 2016).

Esta actividad física recreativa actúa como estímulo influyente en la vida del ser humano es un proceso, terapia e inspiración para quienes interpretan emociones o sensaciones utilizando su cuerpo a través de movimientos, además este recurso didáctico apasiona e invita a comprometerse con el ejercicio, pero sobre a acoger la similitud y diferencia de la

interpretación personal y formativa de cada niño/a (Sáenz y Vargas, 2019). Además, este arte resulta ser un camino de construcción en niños/as con síndrome de Down, ya que les permite crear, auto-conocerse, enamorarse, crecer fortaleciendo y contribuyendo a una sociedad digitalizada llena de retos, desafíos y cosas por descubrir, es decir, formas que posibiliten su desarrollo desde su perspectiva.

Se entiende al SD como una alteración genética resultante de la trisomía del cromosoma 21, en el cual suelen presentar limitaciones relacionadas con el funcionamiento intelectual, rasgos faciales característicos, hiperlaxitud, hipotonía y alteraciones cardíacas, del lenguaje, auditivas y de la conducta adaptativa, generalmente tienen déficit en el desarrollo motor grueso, vinculado a un bajo tono muscular, laxitud ligamentosa y patrones secundarios característicos de alineación y movimiento. Este tipo de personas presentan alteraciones cardíacas y la disfunción de órganos internos. En el mismo sentido, es la causante de discapacidad intelectual más común en la actualidad, con incidencia de 1 de cada 700 a 1200 nacimientos en todo el mundo (Bittles et al., 2007). Por otro lado, se ven limitados en el desarrollo de la motricidad causando un retraso en el aprendizaje de patrones motrices y atípicos, ya que esto influye directamente en la psicomotricidad en los estudiantes con SD (Gámez-Calvo et al., 2023).

Por tal motivo, para este tipo de personas no existen directrices específicas con respecto a la práctica de actividades físicas recreacionales, intermitentes y variadas teniendo en cuenta sus características propias, que pueden influir sobre el desarrollo motor. Por ello, es recomendable diseñar actividades físico-deportivas, adaptadas a las capacidades personales, explicaciones verbales, confianza y motivación (Fernández-Morales, 2017). Además, en su mayor parte tienen dificultades en la parte social haciendo difícil mantener relaciones interpersonales lo que causa en problemas de aislamiento por tal motivo dan como resultado en la falta de participación activa dentro de las actividades físicas-recreativas. Ante esto, en la búsqueda de mejorar la calidad de vida en los/as estudiantes con SD se podrían llevar a cabo programas basados en la práctica de actividades físicas-recreativas. En síntesis, con lo mencionado se pretende producir mejoras en los patrones de movimiento y de marcha, así como ayudar a la estimulación a nivel sensorial y motriz de las personas con SD (Silva-Ortiz et al., 2020).

Por ende, el objetivo de este estudio fue realizar una revisión bibliográfica y sistemática para proporcionar una visión actualizada sobre información de la danza y sus beneficios en niños/as con Síndrome de Down. Se efectuado a través de: a) conocer el porcentaje de artículos relacionados con la danza y niños con Síndrome de Down desde las primeras publicaciones de esta temática en 2019 hasta 2025; b) analizar los documentos con el fin de extraer la información más importante; c) redactar y sintetizar los aportes más relevantes sobre los factores asociados con la danza y el Síndrome de Down.

METODOLOGÍA

La metodología que se utilizó fue la revisión sistemática con rigor académico aplicando el método PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) (Hutton *et al.*, 2016), en la cual se consultaron en las bases de datos Scopus, WOS, Dialnet, Science Direct, Apunts, Google Scholar y Redalyc. Además, para un mejor proceso de adquisición de la información, se emplearon diferentes operadores booleanos (AND, OR, NOT y ONLY).

Para la realización de esta investigación, se consideró lo propuesto por Sánchez-Meca y Botella (2017), referente a las revisiones que permitirán una búsqueda de información siguiendo un criterio de selección del material elegido con las palabras claves. A continuación, éstas se clasificaron en diferentes fuentes bibliográficas como artículos científicos y libros. Se revisarán fuentes bibliográficas publicadas fundamentalmente en el periodo 2019 al 2025, que cumplirán los requisitos de inclusión, para que permitan su preselección.

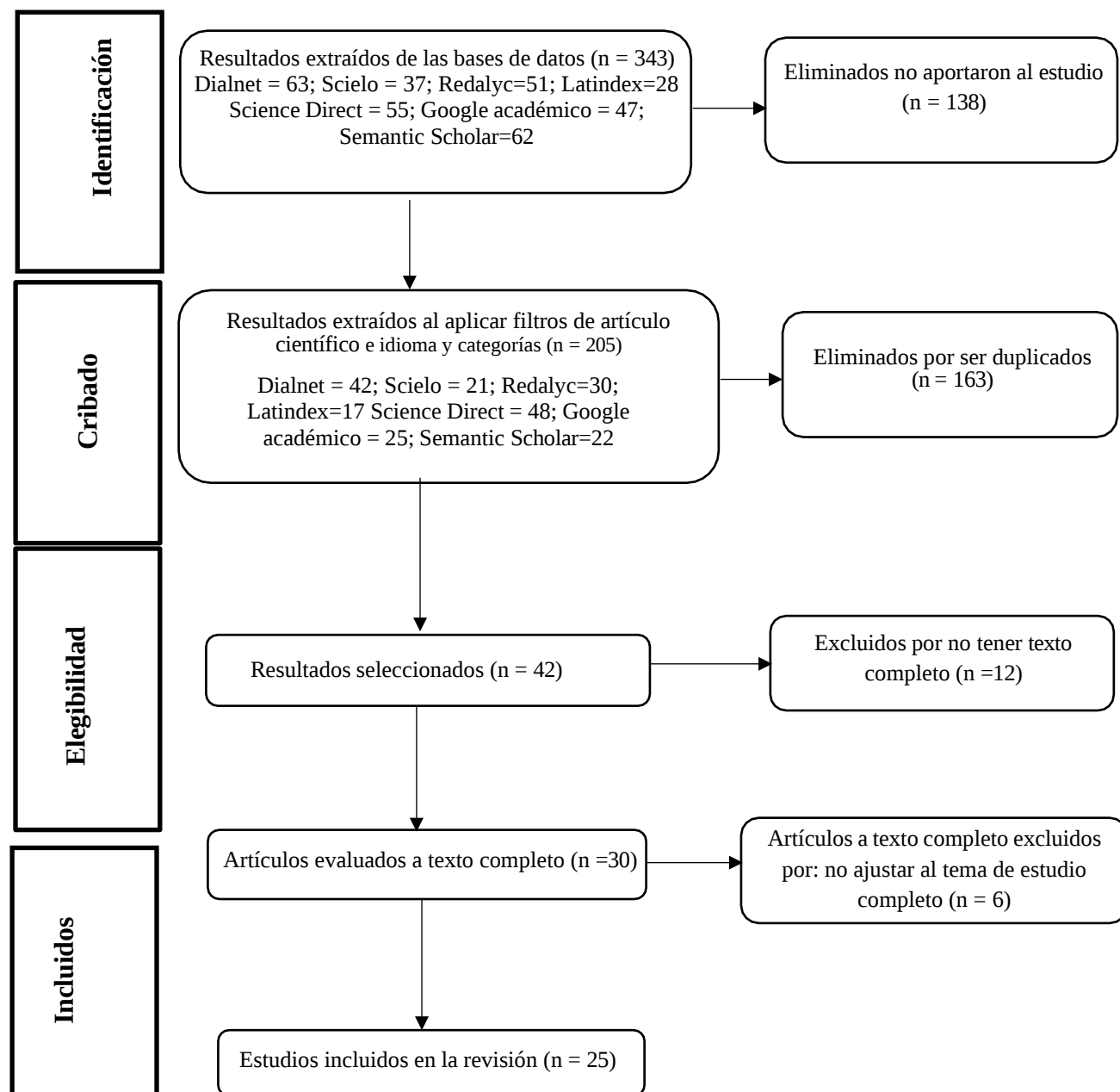
Criterios para la selección de los estudios

Para realizar la búsqueda y selección de documentos, se emplearon las palabras clave: “dance”, “integrative dance”, “benefits”, “Down Syndrome” y “physical activity”. Además, los documentos seleccionados para formar parte de la muestra cumplieron una serie de criterios de inclusión (Tabla 1).

Tabla 1.*Criterios para la inclusión y exclusión de documentos.*

<i>Nº</i>	<i>Criterios de inclusión</i>
1	Artículos de los últimos 5 años (2021-2025).
2	Artículos solo en español.
3	Artículos que sean gratuitos.
4	Artículos que contengan texto completo.
5	Artículos que guarden relación con las palabras claves.
<i>Nº</i>	<i>Criterios de exclusión</i>
1	Artículos que estén fuera del rango de publicación.
2	Artículos en idioma diferente al español.
3	Artículos que no sean de acceso gratuito.
4	Artículos que solo tienen resumen y repetidos.
5	Artículos que no sean de fuentes confiables.

Nota. Elaborado por los investigadores.

Figura 1.*Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica.**Nota.* Elaborado por los investigadores.

Durante la búsqueda de los artículos y utilizando los operadores booleanos en primer momento arrojó una totalidad de 343, de los cuales Dialnet (63 artículos en español),

Redalyc (51 artículos en español), Latindex (28 artículos en español), Science Direct (55 artículos en español), Google académico (47 artículos en español) y Semantic Scholar (62 artículos en español), del mismo modo se eliminaron artículos que no aportan al estudio (n=138), aplicando los filtros (idioma y categorías) quedó una totalidad de n=205; sin embargo se eliminaron artículos por ser duplicados (n=163); además con la aplicación de los criterios de elegibilidad se determinó de los artículos seleccionados (n=42), de ellos fueron excluidos por no tener texto completo (n =12) para quedar artículos que fueron evaluados a texto completo (n=30), además fueron excluidos por no ajustarse al tema de estudio completo (n=6), finalmente 25 artículos cumplieron con los parámetros de inclusión con los cuales se utilizarán para realizar el estudio de revisión sistemática.

Codificación de las variables

Los documentos seleccionados se clasificaron atendiendo a los siguientes criterios: autor/es, título, año, palabras claves, base de datos, resumen, tipo de estudio, muestra y beneficios de la danza (Tabla 2).

Tabla 2.

Características de las variables del estudio de revisión sistemática.

Variable	Descripción
Autor/es	Nombre científico de cada autor de la referencia seleccionada.
Título	Título del artículo seleccionado.
País	Lugar de procedencia del artículo.
Muestra	Población de la aplicación.
Tipo de estudio	Procedimiento utilizado.
Resultados	Los resultados obtenidos del estudio.
Conclusiones	Principales anotaciones relacionadas con la danza y su influencia en personas con SD.

Nota. Elaborado por los investigadores.

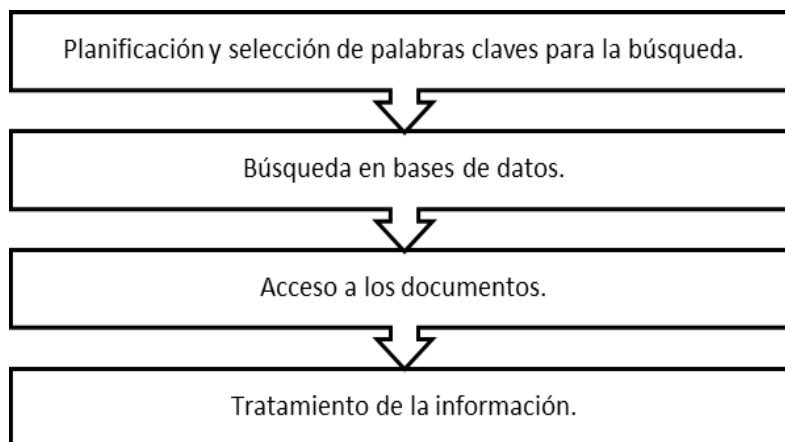
Procedimiento de registro para los estudios y análisis de datos

El procedimiento utilizado en este trabajo es similar a los existentes en la literatura científica. Además, se ha tenido en cuenta para desarrollar una búsqueda sistemática, donde

se ha tener una adecuada planificación, puesto que favorece su éxito y permite extraer conclusiones relevantes. Todos los documentos seleccionados para el estudio cumplían con los criterios de inclusión establecidos. En la Figura 1, se expone el proceso de búsqueda llevado a cabo para el desarrollo de este trabajo.

Figura 1.

Esquema representativo del proceso de la revisión sistemática.



Nota. Elaborado por los investigadores.

Fase 1. Planificación y selección de palabras clave para la búsqueda. Para seleccionar las palabras clave, se consideraron los objetivos de la revisión sistemática relacionada con los beneficios de la danza como instrumento de inclusión para personas con SD. Para localizar la mayor cantidad de artículos científicos relacionados, se realizó la búsqueda de palabras clave en lengua inglesa, utilizando “Dance”, “Integrative Dance”, “Benefits”, “Down Syndrome” y “Physical Activity”. En las bases de datos consultadas, se emplearon las mismas palabras clave.

Fase 2. Búsqueda en bases de datos. Se realizaron cinco búsquedas bibliográficas y sistemáticas en las bases de datos informatizadas Dialnet, Scielo, Redalyc, Latindex y Science Direct. Se empleó el mismo procedimiento booleano (AND, OR, NOT, ONLY) de búsqueda en las diferentes bases de datos, con el propósito de encontrar la mayor cantidad de documentos relacionados. La frase de búsqueda final fue: “Dance”, “Integrative Dance”, “Benefits”, “Down Syndrome” y “Physical Activity”. La estructura de búsqueda de documentos en las distintas bases de datos se muestra en la Figura 2. Además, según se

iban añadiendo las palabras clave en el buscador, los resultados disminuían considerablemente. Además, se tuvieron en cuenta los criterios de inclusión. Para ello, los títulos de los artículos seleccionados se revisaron para determinar su relevancia. Se eliminaron los títulos que no estaban relacionados con la danza integradora y SD. Posteriormente, los artículos completos restantes se revisaron teniéndose en cuenta los criterios enumerados, para determinar su elegibilidad inicial para la revisión. Por último, se revisó el texto completo de todos los manuscritos que se consideraron que cumplían con los requisitos mínimos. Durante esta revisión exhaustiva, los documentos se eliminaron si los criterios de inclusión no se cumplían. Por tanto, los artículos de revistas científicas especializadas son seguramente la fuente de información más utilizada, ya que permiten una mayor actualización, así como la correcta selección de las palabras y una frase de búsqueda bien redactada, que permite localizar artículos que documenten estudios previos sobre nuestro tema de interés.

Fase 3. Acceso a documentos. Se seleccionaron sólo los artículos que tenían acceso al texto completo, se empleó la búsqueda en las distintas plataformas y buscadores web de contacto con los autores. La muestra quedó reducida a 10 artículos, que fueron revisados en profundidad. El número de documentos elegidos no debe ser muy numeroso, puesto que el tratamiento de la información podría ser contaminado por el investigador.

Fase 4. Tratamiento de la información. En cada trabajo, se analizó el Título, Autor/es, Año, Muestra, País, Tipo de estudio, Resultados y Conclusiones. Por esto, es importante la organización y categorización de toda la información obtenida por año de publicación. Se realizó una síntesis de cada documento, mediante la elaboración de una tabla con toda información que permitiera su revisión de manera óptima y eficaz. Por último, en la Figura 2, se muestra el análisis descriptivo de las palabras clave presentes en los diferentes artículos, con el fin de conocer su vinculación con la temática del estudio.

RESULTADOS

Con la finalidad de facilitar la lectura, los resultados se muestran en el mismo orden en el que se desarrolló la revisión sistemática. En la Tabla 3, aparecen los distintos artículos seleccionados, así como las principales características entorno a los beneficios de la danza

como herramienta de inclusión para personas con SD, siguiendo los criterios definidos en el método.

Tabla 3.

Principales investigaciones y características en torno a los beneficios de la danza en personas con SD.

Autor/año	Título	País	Muestra	Tipo de estudio	Resultados	Conclusiones
(Atencio, 2020)	Beneficios de la musicoterapia para estudiantes con Síndrome de Down en el instituto panameño de habilitación especial (iphe) de Veraguas, año 2020.	Panamá	N=23 personas Niños=10 Niñas=13 Edad=10-12 años (± 2.3)	No experimental, con un enfoque cuantitativo, descriptivo, transversal.	La musicoterapia es una terapia efectiva que favorece el desarrollo emocional y educativo en estudiantes con síndrome de Down. El 86% de docentes la consideran beneficiosa para mejorar habilidades como el lenguaje, la socialización y el aprendizaje.	La musicoterapia incentiva la interacción social y mejora la motricidad gruesa, proporciona relajación, genera cambios positivos en el comportamiento y favorece el desarrollo emocional y educativo en estudiantes con SD.
(Ávila, 2019)	La Expresión Corporal y las danzas como recurso de enseñanza-aprendizaje: beneficios en el alumnado más tímido e introvertido.	Ecuador	N=1200 personas Niños=893 Niñas=307 Edad=4-5 años (± 1.4)	Experimental, con un enfoque cuantitativo y explicativo.	La expresión corporal y las danzas favorecen a estudiantes tímidos e introvertidos al facilitar la socialización, mejorar la motricidad gruesa, estimular la	La musicoterapia en niños con síndrome de Down mejora la comunicación, habilidades cognitivas y motrices, reduce la ansiedad, eleva la autoestima y favorece el desarrollo emocional y

					creatividad y fortalecer la confianza, contribuyendo así a un desarrollo integral emocional y educativo.	social, contribuyendo a una mejor calidad de vida y autonomía.
(Beltrán, 2019)	Beneficios de la actividad física acuática en un joven con síndrome de Down para el mejoramiento de la capacidad motriz coordinativa en miembros superiores.	Colombia	N=1 persona Niño=1 Edad=28 años	Experimental, con un enfoque cuantitativo y explicativo.	La intervención con ejercicios acuáticos en un joven de 28 años en Palmira mejoró sus capacidades motrices coordinativas, reflejándose positivamente en su práctica de natación y en actividades diarias, documentado mediante mediciones y registros visuales.	La intervención con ejercicios acuáticos mejoró significativamente las capacidades motrices coordinativas y la funcionalidad diaria de un joven, evidenciado mediante mediciones antropométricas, registros visuales y diarios de campo, beneficiando su natación y vida cotidiana.
(Eshiev et al., 2024)	Correction of motor stereotypes using dance exercises in children with Down syndrome.	Rusia	N=24 personas Niños=24 Edad=11-13 años	Experimental, con un enfoque cuantitativo y explicativo.	El método mejoró coordinación, tono muscular y estabilización espinal en niños con síndrome de Down, superando a la rehabilitación tradicional. Se observaron mayores resultados en fuerza, equilibrio,	Las técnicas de danza aplicadas para corregir estereotipos motores en niños con síndrome de Down demostraron ser efectivas y pueden integrarse en programas de rehabilitación, mejorando la coordinación y el control motor.

motricidad fina
y calidad de
vida en el
grupo
experimental.

(Lip y Rodríguez, 2023)	Impacto de la ejercitación física sistemática en el índice de masa corporal y razón cintura – cadera, de personas con síndrome de Down (Impact of systematic physical exercise on body mass index and waist-hip ratio in people with Down syndrome)	Perú	N=193 personas Hombres=140 Mujeres=53 Edad=12-36 años (± 24.1)	No experimental, cuantitativo, descriptivo – comparativo, de corte transversal y correlacional.	Se encontró que a medida que aumentan las horas de entrenamiento semanal el índice de masa corporal disminuye y, en cuanto a la razón cintura – cadera, no se evidenciaron diferencias significativas.	La ejercitación motriz sistematizada disminuye el índice de masa corporal en personas con síndrome de Down, reduciendo tejido graso, pero no modifica la relación cintura-cadera; es relevante para prevenir enfermedades relacionadas con sobrepeso y obesidad.
(Lei et al., 2025)	Effect of structured exercise program on fundamental motor skills in children with Down syndrome: A randomized controlled trial.	China	N=30 personas niños=22 niñas=8 Edad=10-12 años (± 2.1)	No experimental, cuantitativo, descriptivo – comparativo, de corte transversal y correlacional.	Tras la intervención de tres meses, se mejoraron indicadores físicos y educativos en jóvenes con síndrome de Down, destacando avances en equilibrio estático, fuerza funcional y movilidad, validando la aplicabilidad y efectividad del	Los hallazgos del estudio resaltan que un programa estructurado de ejercicio enfocado en las habilidades motrices funcionales (FMS) puede ser aplicado en entornos educativos y clínicos para mejorar estas habilidades en niños con síndrome de Down.

(Palacios et al., 2024)	Efecto del programa nutricional “Tusuy” en la composición corporal y bienestar emocional en personas con síndrome de Down.	Perú	N=25 personas Jóvenes=25 hombres Edad=24,64 años (± 8.17)	Experimental, con un enfoque cuantitativo y explicativo.	sistema educativo de actividad física. Antes de la intervención, el 36% tenía riesgo muy alto con perímetro abdominal promedio 91,17 cm y 64% bienestar psicológico; tras la intervención, 20% riesgo, perímetro 89,18 cm y bienestar psicológico 98%, con $p < 0,05$.	El programa nutricional “Tusuy”, que duró ocho semanas de intervención, mejoró la composición corporal y el bienestar emocional en personas con síndrome de Down.
(Pari, 2024)	Danza infantil y desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa Inicial Barcia Boniffati de Juliaca 2024.	Perú	N=125 personas Niños=95 Niñas=30 Edad=5-6 años (± 1.1)	Experimental, con un enfoque cuantitativo y explicativo.	Mostraron mejoras notables en la psicomotricidad gruesa, coordinación viso manual, memoria y precisión.	Muestran que la danza infantil tiene una influencia significativa en el desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los niños y niñas de la institución educativa Barcia Boniffati de Juliaca en 2024.
(Pagán et al., 2024)	Experiencia de entrenadores deportivos y padres en el proceso de inclusión de niños y jóvenes con síndrome de Down en Puerto Rico Experiencia de entrenadores deportivos y padres en el proceso de inclusión de	Puerto Rico	N=6 personas Niños=3 Adultos=3 Edad=10-12 años.	No experimental, cuantitativo, descriptivo – comparativo, de corte transversal.	Se identificaron diversas barreras y facilitadores para la inclusión deportiva, destacando a entrenadores y fisioterapeutas como claves, por su rol en promover salud, desarrollo y actividad física,	Existe una ventana de oportunidad para crear programas deportivos inclusivos, destacando la importancia de que fisioterapeutas promuevan la inclusión y eduquen a padres de niños con síndrome de Down para

niños y jóvenes
con síndrome
de Down en
Puerto Rico.

facilitando la
participación de
personas con
discapacidad.

fomentar su
actividad física.

(Sanabria et al., 2021)	Metamorfosis educativa de la actividad física para personas con síndrome de Down (Educational metamorphosis of physical activity for people with Down syndrome).	Colombia	N=21 jóvenes Hombres=21 Edad=16-36 años (±33)	No experimental, cuantitativo, descriptivo – comparativo, de corte transversal.	l diagnóstico de la situación actual de la condición física tiene valores deficientes. El sistema educativo de actividad física se crea como alternativa de solución a las deficiencias encontradas.	Se desarrolló un sistema educativo de actividad física basado en teoría educativa para jóvenes con síndrome de Down, que tras tres meses de aplicación mejoró indicadores físicos y educativos, validando su factibilidad, aplicabilidad y potencial práctico.
-------------------------------	--	----------	---	---	---	--

Nota. Elaborado por los investigadores.

Danza Integradora

La danza integradora juega un papel muy importante en la educación ya que su valor es verdadero porque despierta en el/la estudiante su propio atractivo y lo demuestra al bailar, además de emplear el cuerpo con movimientos lentos al ritmo de una pieza musical. En la práctica, la danza como expresión artística debe tener en cuenta un aspecto crucial, ya que no puede mantenerse alejada ni separada de otra de las manifestaciones que a la par, también han aparecido desde sus orígenes y han permanecido unidas hasta la fecha (Pira, 2016).

La danza ofrece a los estudiantes una oportunidad educativa única porque mejora su bienestar físico y les enseña una serie de habilidades sociales y personales esenciales. Además, permite a los estudiantes trabajar en grupo para crear y exhibir una obra de arte,

que requiere investigación, análisis, planificación y producción de una pieza final; la danza también facilita un aprendizaje cinestésico profundo (Domínguez & Castillo, 2017).

Por lo tanto, ayuda al estudiante a abrir su mente, explorar nuevos entornos y trabajar con su propio cuerpo, es decir, las emociones y situaciones que antes no habían experimentado. La danza es una estrategia muy importante para desarrollar en el niño muchas habilidades dentro de las dimensiones que requiere este grado de enseñanza-aprendizaje, se tiene la expresión corporal por ende hay que mejor basarse en la danza para así pueda ser desarrolla con éxito, sin descartar todas las emociones que se manifiestan en el arte del baile. Además, la danza es la expresión corporal y la combinación de movimientos armoniosos; la gimnasia se realiza en el tiempo y en el espacio. Uno de los objetivos de la danza es hacer un buen uso del espacio que nos rodea, ya sea al movernos o permanecer quietos (Ochoa & Lanchero, 2016).

Beneficios de la danza en niños

- *Aumenta la concentración:* El baile ayuda a mantener la concentración, ya que deben estar atentos a los pasos a seguir y a la técnica utilizada.
- *Conocen el cuerpo humano:* La danza les permitirá comprender mejor cómo funciona su cuerpo. De esta manera, serán conscientes de sus limitaciones y habilidades al bailar o participar en otras actividades físicas.
- *La responsabilidad es valorada:* Por ejemplo, la práctica en equipo fomenta el trabajo en equipo y el esfuerzo.
- *Beneficia la salud mental:* Las clases de baile se convierten en un pasatiempo divertido que puede aliviar el estrés o la ansiedad.
- *Fortalece las relaciones sociales:* Los niños y niñas aprenden a conocer gente nueva y nuevas formas de relacionarse al bailar en grupo.
- *Mejora el crecimiento físico:* El baile fomenta el sentido rítmico y la psicomotricidad. Todo el cuerpo se emplea y se trabajan habilidades como la fuerza y la flexibilidad (Aldeas Infantiles SOS, 2024).

Aprendizaje Motor

Es una subdisciplina del comportamiento motor que estudia el desarrollo de las habilidades motoras en los seres humanos. Además, la práctica o la experiencia produce un cambio relativamente permanente en la capacidad de ejecutar una habilidad motora conocida como aprendizaje motor. Esto es diferente al desempeño, ya que es el acto de utilizar una habilidad motora que produce un cambio temporal en lugar de permanente (Angulo *et al.*, 2018).

El desarrollo de la habilidad para tomar acciones hábiles se conoce como aprendizaje motor. La necesidad de un proceso para inducir un cambio en la capacidad de actuar hábilmente es la primera característica del aprendizaje motor. En el contexto de la adquisición de una habilidad, un proceso es un conjunto de eventos o sucesos que cambian el estado o producto final. El objetivo de los ejercicios deportivos es mejorar la capacidad para desempeñarse hábilmente. Por ejemplo, los malabares en el fútbol son una técnica (proceso) utilizada por los jugadores de fútbol para mejorar su control del balón.

Motricidad

La habilidad motora es la capacidad de moverse correctamente los músculos con la intención de realizar un acto específico. La mayoría de los movimientos con propósito requieren la capacidad de sentir las acciones de los músculos. Los problemas motrices ocurren cuando un individuo carece de la capacidad de moverse de la manera en que planeó inicialmente. Esto puede tener un impacto significativo en cómo realiza sus actividades diarias (García-Marín & Fernández-López, 2020).

Características de las habilidades motoras

Existe una amplia gama de métodos disponibles para organizar y clasificar una variedad de habilidades motoras con el fin de identificar las características comunes de cada una de las habilidades. Las taxonomías de las habilidades de movimiento generalmente se derivan de la interpretación del autor del cuerpo de conocimiento relevante y están diseñadas para aplicaciones particulares. La clasificación de las habilidades de movimiento puede ser bastante limitada o bastante amplia. La mayoría de los esquemas se basan en experiencias y descripciones, y algunos son más completos. Sin embargo, todos los esquemas no pueden

capturar completamente la amplitud, la profundidad y el alcance del movimiento humano (Corrales & Suarez, 2016).

Discapacidad Intelectual

Es un mal funcionamiento intelectual de manera significativamente por debajo del promedio, ya que las personas con discapacidad intelectual tienen algunas limitaciones para funcionar en su vida diaria, por lo que es más difícil aprender habilidades sociales e intelectuales para actuar en diferentes situaciones y el Síndrome de Down es la causa más común de discapacidad intelectual y alteración genética humana. El retraso mental es una discapacidad caracterizada por limitaciones significativas en el funcionamiento intelectual y en la conducta adaptativa, que se manifiesta en habilidades adaptativas conceptuales, sociales y prácticas. Antes de los 18 años, comienza esta discapacidad (Luckasson *et al.*, 2002).

Clasificación de la Discapacidad Intelectual

Síndrome de Down

Es una característica humana causada por una modificación genética que implica la inclusión de un cromosoma adicional en el par 21 de células del cuerpo. Esta modificación altera el funcionamiento normal del cuerpo y puede provocar una discapacidad intelectual. Es importante destacar que el SD es la causa más común de discapacidad mental congénita. Representa el 25 % de todos los casos de retraso mental. Según el modelo clásico, se trata de un síndrome genético en lugar de una enfermedad, y aunque puede estar relacionado con algunas enfermedades, la expresión fenotípica final varía mucho de una persona a otra. Su fisonomía particular, una hipotonía muscular generalizada, un grado variable de retraso mental y retardo en el crecimiento son rasgos comunes.

Los perfiles faciales y occipitales son planos, con braquicefalia (predominio del diámetro transversal de la cabeza), hendiduras palpebrales oblicuas, diástasis de rectos (laxitud de la musculatura abdominal), raíz nasal deprimida, pliegues epicánticos (pliegue de piel en el canto interno de los ojos), cuello corto y ancho con exceso de pliegue epidérmico nuchal, microfónica, paladar ojival, clinodactilia del quinto dedo de las manos (crecimiento

recurvado hacia el dedo anular), pliegue palmar único, además, separación entre el primer y segundo dedo del pie.

Calidad de Vida y Síndrome de Down en la Niñez

La calidad de vida se define como la percepción que tiene una persona de su lugar en la existencia en relación con sus objetivos, expectativas, normas y preocupaciones, así como con la cultura y el sistema de valores en el que vive. Se trata de una idea que está influenciada por la salud física, el estado psicológico, el nivel de independencia, las relaciones sociales y el entorno.

Es el nivel percibido de bienestar de una persona que se deriva de la evaluación que realiza de elementos objetivos y subjetivos en diferentes dimensiones de su vida. La importancia del tema de la calidad de vida radica en su impacto en los diversos transcurso de la vida. La definición enfatiza tanto la interacción de la persona con su entorno como sus sentimientos de satisfacción y bienestar.

El estatus funcional, el funcionamiento psicológico y el funcionamiento social son las principales dimensiones de la calidad de vida en la infancia que consideran los profesionales de la salud e investigadores. El estatus funcional, que está íntimamente relacionado con los síntomas físicos, se refiere a la habilidad del niño para realizar actividades diarias apropiadas a su edad. La evaluación del estado afectivo del paciente es parte del funcionamiento psicológico, y finalmente, el funcionamiento social se relaciona con la capacidad del niño para mantener relaciones íntimas con sus amigos y familiares (Parra & Valdebenito, 2020).

DISCUSIÓN

La inclusión verdadera de los niños con síndrome de Down a través de la danza integradora representa una estrategia innovadora y efectiva para fomentar su desarrollo integral y su participación social activa. La literatura científica destaca que la danza no solo mejora aspectos físicos como la motricidad, equilibrio y coordinación, sino que también impacta positivamente en el desarrollo emocional, cognitivo y social de estos niños. La danza integradora se convierte en un puente que facilita la comunicación y expresión de

emociones, fortaleciendo la autoestima y el sentido de pertenencia dentro de grupos diversos (Martínez & Antón, 2024).

Además, la práctica de la danza en contextos educativos y comunitarios promueve la sensibilización y aceptación de la diversidad, contribuyendo a la construcción de sociedades más inclusivas. Los proyectos de intervención basados en la danza muestran resultados significativos en la mejora de las habilidades sociales y en la reducción de conductas agresivas, favoreciendo la convivencia armoniosa tanto en ámbitos escolares como familiares. Asimismo, la danza crea espacios seguros donde los niños con síndrome de Down pueden experimentar autonomía y creatividad, elementos fundamentales para su desarrollo personal (Adeeb et al., 2024).

La investigación también subraya la importancia de una metodología participativa y adaptativa, que permita a los niños integrarse efectivamente mientras se respetan sus particularidades. Los beneficios de la danza integradora resaltan la necesidad de incorporar esta práctica en programas educativos inclusivos como una herramienta terapéutica y pedagógica. Se recomienda continuar con estudios que profundicen en esta temática para ampliar la evidencia y promover políticas educativas que incluyan el arte dancístico como un recurso esencial para la inclusión real y efectiva de los niños con síndrome de Down en la sociedad. De este modo, la danza no solo actúa como una actividad recreativa, sino como un agente transformador de vidas y comunidades (Sydoruk et al., 2021).

CONCLUSIONES

La danza se ha convertido en un recurso fundamental en la educación actual, especialmente en la inclusión de niños con Síndrome de Down (SD), ya que promueve la participación, integración, recreación e interpretación del mundo, facilitando su formación musical y corporal.

La danza no solo es una actividad física recreativa, sino también un estímulo influyente en la vida humana, un proceso terapéutico e inspirador que permite a los niños con SD ya que permite crear, auto-conocerse, enamorarse y crecer, contribuyendo así a una sociedad más inclusiva y llena de desafíos por descubrir.

La práctica de la danza en niños con SD puede mejorar su calidad de vida diaria y sus niveles sensoriomotores, ya que el movimiento estimula las conexiones sensoriomotoras del cuerpo, además de promover la socialización y la aceptación de la diversidad.

La danza integradora en la educación ofrece a los estudiantes la oportunidad de mejorar su bienestar físico, desarrollar habilidades sociales y personales esenciales, trabajar en grupo para crear y exhibir una obra de arte, y facilitar un aprendizaje cinestésico profundo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Abellán-Roselló, L. (2021). Beneficios de la danza académica en el desarrollo psicomotriz en Educación Infantil. *Pulso*, (44), 39-49.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8175329>

Albin, C. (2016) The benefit of movement: Dance/ movement therapy and Down syndrome, *Journal of Dance Education*, 16(2), 58-61,

<https://doi.org/10.1080/15290824.2015.1061196>

Aldeas Infantiles SOS. (2024). *Los beneficios de la danza para las niñas y niños, ¿bailamos?* [Blog personal]. <https://www.aldeasinfantiles.es/blog/beneficios-danza-ninos>

Adeeb, N., Farooqui, SI, Meher Hasan, Z., Khan, A. y Rizvi, J. (2024). Ejercicios para los músculos del pie: Un enfoque novedoso para mejorar las funciones motoras en niños con síndrome de Down y pie plano: un ensayo controlado aleatorizado. *Neurorrehabilitación del Desarrollo*, 27 (3-4), 145-153. <https://doi.org.ecups.idm.oclc.org/10.1080/17518423.2024.2365798>

Angulo, D., Veliz, S., Limones, J., Ruales, A., Lozada, J., & Nivela, C. (2018). Educación Física, habilidades motrices básicas y estrategia didáctica: una experiencia con estudiantes del subnivel básico elemental. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(242), 43-58.

<https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/734/240>

Atencio Pinzón, G. del C. (2020). *Beneficios de la musicoterapia para estudiantes con síndrome de Down en el instituto panameño de habilitación especial (iphe) de Veraguas, año 2020* [Tesis de grado, Repositorio de la Universidad Especializada de las Américas]. Universidad Especializada de las Américas. <https://repositorio2.udelas.ac.pa/server/api/core/bitstreams/64d889b6-6e84-4cf8-900c-55f18c793c4e/content>

Ávila Paucar, B. M. (2019). *La musicoterapia en niños con síndrome de Down mejora la comunicación, habilidades cognitivas y motrices, reduce la ansiedad, eleva la autoestima y favorece el desarrollo emocional y social, contribuyendo a una mejor calidad de vida y autonomía* [Tesis de grado, Repositorio de la Universidad Politécnica Salesiana]. Universidad Politécnica Salesiana. <https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/17800/1/UPS-CT008422.pdf>

Barnet-López, S., Pérez-Testor, S., Arbonés-García, M., y Guerra-Balic, M. (2015). La danza en personas con discapacidad intelectual: Revisión sistemática e identificación de los elementos necesarios para evaluar cambios de movimiento. *AusArt Journal for Research in Art*, 3(1), 213-227. <https://doi.org/10.1387/ausart.14398>

Beltrán Ortiz, D. M. (2019). *Beneficios de la actividad física acuática en un joven con Síndrome de down para el mejoramiento de la capacidad motriz coordinativa en miembros superiores* [Tesis de grado, Repositorio de la Universidad del Valle]. Universidad del Valle. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/94150f54-946c-47df-9c2c-e5bffe548e80/content>

Bittles, A. H., Bower, C., Hussain, R., y Glasson, E. J. (2007). The four ages of Down syndrome. *European Journal of Public Health*, 17(2), 221-225. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckl103>

- Blanco-Vega, M., León-Suárez, J. P., y Calderón, D. I. (2022). Danza Inclusiva con personas sordas: un estado de la cuestión. *Revista Colombiana de Educación*, (85), 143-166. <https://doi.org/10.17227/rce.num85-11366>
- Corrales Ruiz, H., & Suarez Contreras, M. (2016). *La importancia de los juegos predeportivos en el mejoramiento de las habilidades motoras básicas requeridas en el aprendizaje del atletismo* [Tesis Doctoral, Repositorio de la Universidad del Valle]. Universidad del Valle. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/9762a797-fc89-4630-8f89-b547e152fe54/content>
- Domínguez, C., & Castillo, E. (2017). Relación entre la danza libre-creativa y autoestima en la etapa de educación primaria. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 73-80. https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232017000100009
- Eshiev, A., Martirosova, T., Metalnikov, A., Anarbaeva, G., Kazymov, M., Gradinarova, N., Osipov, A., Guryanov, M., Kun, Y., Usenok, S., Udalykh, A., Shirokova, M., & Romanova, S. (2024). Correction of motor stereotypes using dance exercises in children with Down syndrome. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 24 (11), 1927-1935. <https://www.efsupit.ro/images/stories/november2024/Art%20289.pdf>
- Fernández-Morales, A. D. (2017). Síndrome de Down y la actividad física. *Revista Internacional de Apoyo a la Inclusión, Logopedia, Sociedad y Multiculturalidad*, 3(1), 1-11. <https://doi.org/10.17561/riai.v4.n1.10>
- Gámez-Calvo, L., Hernández-Beltrán, V., Bautista-Peraza, E., Espada, M. C., Castelli-Correia de Campos., y Gamonales, J. M. (2023). Análisis de la danza como herramienta educativa para el alumnado con Síndrome de Down: revisión narrativa. *Pensar en Movimiento: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 21(2), e55048. <https://doi.org/10.15517/pensarmov.v21i2.55048>

- García-Marín, P., & Fernández-López, N. (2020). Asociación de la competencia en las habilidades motrices básicas con las actividades físico-deportivas extracurriculares y el índice de masa corporal en preescolares. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 38, 33-39. <https://recyt.fecyt.es/index.php/retos/article/view/71896>
- Hutton, B., Catalá-López, F., & Moher, D. (2016). La extensión de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas que incorporan metaanálisis en red: PRISMA-NMA. *Med. Clin. (Barc)*, 1-5. <http://dx.doi.org/10.1016/j.medcli.2016.02.025>
- Idrobo Torres, C. S. (2023). La gamificación como recurso didáctico para la enseñanza-aprendizaje de educación física en el subnivel básica. *Dominio De Las Ciencias*, 9(3), 1784–1810. <https://doi.org/10.23857/dc.v9i3.3661>
- Idrobo Torres, C. S., Gallo Guerrero, E. P., Suquilanda Zaruma, M. J., & Ortiz Tinoco, C. A. (2025). La inteligencia artificial y la educación física: revisión bibliográfica. *Dominio De Las Ciencias*, 11(3), 465–477. <https://doi.org/10.23857/dc.v11i3.4471>
- Idrobo-Torres, C.I., Razo-Yugcha, A. A., German-Campos, C. D., & Rodríguez-Alvear, J. C. (2025). La gamificación ¿Una herramienta innovadora para la Educación Física?. *Polo del Conocimiento*, 10(6), 463-490. <https://doi.org/10.23857/pc.v10i6.9656>
- Lei, Z., Yuan, K., Xu, J., Miao, Y., Dai, Y., Wang, J., & Chang, J. (2025). Efectos del ejercicio físico en el equilibrio en niños con síndrome de Down: una revisión sistemática y un metaanálisis. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 17(1), 1-11. <https://link.springer.com/article/10.1186/s13102-025-01222-2>
- Lip Licham, C. A., & Rodríguez Velásquez, J. R. (2023). Impacto de la ejercitación física sistemática en el índice de masa corporal y razón cintura – cadera, de personas con síndrome de Down. *Retos*, 50, 1054-1063. <https://doi.org/10.47197/retos.v50.99764>
- Luckasson, R., Borthwick-Duffy, S., Buntinx, W. H. E., Coulter, D. L., Craig, E. M. (P.), Reeve, A., Schalock, R. L., Snell, M. E., Spitalnik, D. M., Spreat, S., Tassé, M. J.,

- & The AAMR AD HOC Committee on Terminology and Classification. (2002). *Ental retardation: Definition, classification, and systems of supports* (10th ed.). American Association on Mental Retardation.
- Martínez, V., & Antón, A. (2024). Effects of a psychomotor intervention programme in preadolescents with Down syndrome / Efectos de un programa de intervención psicomotriz en preadolescentes con síndrome de Down. *Revista de Estudio de Educación y Desarrollo: Infancia y Aprendizaje*, 41(1). <https://doi.org/10.1080/02103702.2017.1401301>
- Ochoa Varela, D. A., & Lancho Rodriguez, F. O. (2016). *La danza como estrategia pedagógica para el fortalecimiento del esquema corporal en niños y niñas de cinco a seis años de edad, del Colegio Diego Fallon Lasallano géneros* [Tesis de grado, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. Repositorio de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/4918/1/T.EFIS_OchoaVarelaDari_o_2016.pdf
- Pagán Otero, A. M., Rivera Vélez, L. M., De Llovio Del Río, B. M., & Vélez Jiménez, L. M. (2024). Experiencia de entrenadores deportivos y padres en el proceso de inclusión de niños y jóvenes con síndrome de Down en Puerto Rico Experiencia de entrenadores deportivos y padres en el proceso de inclusión de niños y jóvenes con síndrome de Down en Puerto Rico. *Fisioterapia*, 46(1). <https://doi.org.ecups.idm.oclc.org/10.1016/j.ft.2021.01.012>
- Pagola, H. (2016). La danza. ¿Comprensión y comunicación a través del cuerpo en movimiento? *Brocar. Cuadernos de Investigación Histórica*, (40), 269-293. <https://doi.org/10.18172/brocar.3251>
- Palacios Tello, M. K., Yapias Mendoza, G. A., Palomino Quispe, L. P., & Vega González, P. M. del P. (2024). Efecto del programa nutricional “Tusuy” en la composición corporal y bienestar emocional en personas con síndrome de Down.

Nutrición Clínica y Dietética Hospitalaria, 44(2), 145-150.
<https://doi.org/10.12873/442palacios>

Parra Fernández, C. Z. M., & Valdebenito Gómez, M. N. (2020). *Calidad de vida de niños, niñas y jóvenes con síndrome de Down de la ciudad de Los Ángeles* [Tesis de grado, Repositorio de la Universidad de Concepción]. Universidad de Concepción.
<http://repositorio.udec.cl/jspui/bitstream/11594/4110/1/Calidad%20de%20vida%20de%20ni%C3%b1os%2c%20ni%C3%b1as%20y%20j%C3%b3venes%20con%20s%C3%adndrome%20de%20Down%20de%20la%20ciudad%20de%20Los%20c%81ngeles.pdf>

Parri Calli, L. M. (2024). *Danza infantil y desarrollo de la psicomotricidad gruesa en los niños y niñas de 5 años de la Institución Educativa Inicial Barcia Boniffati de Juliaca 2024* [Tesis de grado, Repositorio de la Universidad de Perú].
<https://repositorio.uancv.edu.pe/items/2f61c960-db74-49ce-b92a-2e4b445a8b2f>

Pira Castillo, J. F. (2016). *La danza folclórica como estrategia pedagógica para contribuir en el trabajo en equipo entre géneros* [Tesis de grado, Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia]. Repositorio de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia.
<https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/handle/001/1942/TGT-466.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Saénz-Chacín, S., y Vargas-Torres, K. (2019). *Música y danza en el desarrollo integral de niños y niñas con síndrome de down: Una aproximación conceptual*. Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. V Congreso de Internacional de Investigación y Pedagogía. <https://doi.org/10.31910/rudca.v22.n1.2019.1187>

Sanabria Navarro, J. R., Pérez, Y. S., Pereira, L. G., Ballesteros Saltos, F. G., Barrios Palacio, Y. D., & Vilchez Pirela, R. (2021). *Metamorfosis educativa de la actividad física para personas con síndrome de Down* (Educational metamorphosis of physical

activity for people with Down syndrome). *Retos*, 41, 19-26.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.83315>

Sánchez-Meca, J., y Botella, J. (2017). Revisiones sistemáticas y meta-análisis: Herramientas para la práctica profesional. Systematic reviews and meta-analysis: Tools for professional practice. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 7–17.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3150797>

Silva-Ortiz, A. M., Gamonales, J. M., Gámez-Calvo, L., y Muñoz-Jiménez, J. (2020). Benefits of inclusive physical activity for people with Down Syndrome: systematic review. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 9(2), 81-94.
<https://doi.org/10.6018/sportk.454201>

Sydoruk, I., Grygus, I., Podolianchuk, I., Ostrowska, M., Napierała, M., Hagner-Derengowska, M., Kałużny, K., Muszkieta, R., Zukow, W., Smoleńska, O., Skalski, D. (2021). Adaptive physical education for children with the Down syndrome. *Journal of Physical Education and Sport (JPES)*, 21(5), 2790 – 2795.
<https://efsupit.ro/images/stories/octombrie2021/Art%20371.pdf>