

**IMAGINARIOS Y PRÁCTICAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES  
DE COLEGIOS DISTRITALES DE LA UPZ 71 DE LA LOCALIDAD DE SUBA, Y  
LA INFLUENCIA SEGUN LAS CONDICIONES SOCIOECONÓMICAS.**

**JAVIER ALEXANDER RAMOS VARELA**

**Trabajo de grado para optar al título de  
Magíster en Actividad Física y Salud**

**Universidad del Rosario**

**Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud**

**Maestría en Actividad Física y Salud**

**Bogotá, 2016**

**IMAGINARIOS Y PRÁCTICAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN ESTUDIANTES  
DE COLEGIOS DISTRITALES DE LA UPZ 71 DE LA LOCALIDAD DE SUBA, Y  
LA INFLUENCIA SEGÚN LAS CONDICIONES SOCIOECONÓMICAS.**

**Javier Alexander Ramos Varela**

**Tutor:**

**Diana Camargo Rojas**

**Magister en Fisioterapia Universidad del Rosario**

**Trabajo de grado para optar al título de  
Magíster en Actividad Física y Salud**

**Universidad del Rosario**

**Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud**

**Maestría en Actividad Física y Salud**

**Bogotá, 2016**

**Agradecimientos.**

A las instituciones educativas, que nos colaboraron y facilitaron los espacios para llevar a cabo la investigación, a los docentes de la Universidad del Rosario que nos guiaron y apoyaron, en especial a la docente Diana Camargo que siempre estuvo atenta y presente para el desarrollo de todas las actividades.

### **Resumen.**

La condición socioeconómica (CSE) de las comunidades tiene relación con las prácticas de actividad física (AF) e influencia en la construcción de imaginarios de los sujetos, teniendo en cuenta la realidad social de estos mismos, por tal razón, el propósito de la siguiente investigación es escuchar desde las voces de los actores, los imaginarios y prácticas que se tienen de la actividad física un grupo social específico. Este estudio utilizó un enfoque cualitativo de orden interpretativo, con diseño narrativo, donde se busca comprender los imaginarios de actividad física y prácticas de los estudiantes de dos colegios distritales de la localidad de Suba, Bogotá Colombia y examinar cómo pueden explicarse esos asuntos, por medio de grupos focales y un análisis de contenido. Los resultados de la presente investigación evidencian imaginarios que giran en torno a conceptos que van desde lo biológico, lo estético y lo social, generando diversas percepciones en cuanto los fines y objetivos de la realización de la AF, analizando cómo el sujeto aborda la práctica en los diversos contextos donde se desarrolla. Otros resultados evidenciaron que la AF que se realiza es discriminatoria en cuanto al género, ya que según la percepción de las estudiantes, los programas y actividades están más estructurados para el género masculino que para el femenino, se encontró gran influencia de la parte estética, de la imagen corporal y de los medios tecnológicos como un factor que distorsiona los fines de la AF y permite la aceptación social de los sujetos. Igualmente, se observó la influencia de las condiciones socio-económicas en la práctica de la actividad física, la falta de recursos para acceder a centros deportivos y escuelas de formación están sujetos a los ingresos económicos familiares, estos mismos grupos cuentan con muchas necesidades a nivel de inversión social, como la construcción de parques y centros deportivos, entre otros;

además, la influencia en cuanto a la inseguridad que afronta la comunidad, afecta el diario vivir de los estudiantes y es la principal causa para no practicar actividad física, sumado a las condiciones ambientales y el consumo de sustancias psico activas a las que están expuestos los sujetos, en escenarios deportivos cercanos a sus residencias, adicionalmente, la problemática por falta de interacción en los programas institucionales y la no participación de la población en la elaboración estos mismos, genera una desarticulación de los procesos beneficiosos para la práctica deportiva y la AF.

**Palabras clave:** Actividad física, condición socio económica, imaginario social, determinación social.

### **Abstract.**

The socioeconomic level (SEL) of the communities has relation to the practices of the physical activity (PA) and the influence of the construction of imaginaries in the individuals, having in mind their social reality, for this reason the purpose of the following research is to listen to the actors' voices, the relation which is generated in terms of the imaginary and the practices about the physical activity and the SEL of a specific social group. Using a qualitative approach in interpretative order which seeks to relate the study's categories (AF and SEL) with the practices e imaginaries of the students of two public schools in Suba neighborhood, in Bogotá, Colombia and examine how they can explain these issues through a content analysis. The results of the present research show imaginaries that are found around the biological, aesthetic and social concepts, which generate different perceptions about the aims and objectives of the PA practice and how the individual deals with it in various contexts where it is developed. Other results suggested that the PA is practiced by gender. That is, because the perception of the female students, the programs and activities are more structured for masculine gender than for feminine gender. Besides this, it was found a great influence of the aesthetics, social integration of subjects, body image and influence of technological media as a factor that distorts the purpose of PA. Similarly, the influence of socio-economic conditions in the practice of physical activity was observed: lack of resources to access sports centers and training schools are related to the family income, the same groups have many needs at the level of social investment, such as building parks and sports centers, among others ; additionally , the influence of insecurity affects the daily lives of the students and is the main cause for not practicing physical activities, also the environmental conditions and consumption of psychoactive substances which the subjects are exposed to, in addition , the lack of

interaction in institutional programs and non-participation of the population in developing these programs.

Keywords: physical activity, socioeconomic status, social imaginary, social determination.

## Contenido.

<b>Resumen.....</b>	<b>6</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>7</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>11</b>
<b>Planteamiento del problema.....</b>	<b>15</b>
-Delimitación del problema.....	9
<b>Justificación.....</b>	<b>20</b>
<b>Objetivo general.....</b>	<b>22</b>
-Objetivos específicos.....	22
<b>Marco teórico.....</b>	<b>23</b>
- Actividad física.....	26
- Educación física.....	29
- Condición social.....	30
- Inequidad social.....	31
-Condición socioeconómica.....	32
- Determinantes y determinación social.....	35
- Imaginarios sociales.....	38
<b>Materiales y métodos.....</b>	<b>40</b>
- Diseño del estudio.....	40
- Población.....	41
- Características de la población.....	41
- Recolección de la información.....	42
- Grupos focales.....	44
- Procedimiento.....	45

- Consideraciones éticas.....	49
<b>Resultados.....</b>	<b>49</b>
- Imaginarios de la actividad física .....	51
- Beneficios de las prácticas de actividad física.....	55
- Educación física.....	58
- Practicas relacionadas con la actividad física.....	61
- Facilitadores para la práctica de actividad física .....	64
- Barreras para la práctica de actividad física .....	68
- Influencia de las condiciones socio económicas en la actividad física .....	73
<b>Discusión .....</b>	<b>77</b>
<b>Conclusiones.....</b>	<b>84</b>
<b>Recomendaciones.....</b>	<b>86</b>
<b>Bibliografía.....</b>	<b>88</b>
<b>Anexo 1. Asentimiento informado.....</b>	<b>93</b>
<b>Anexo 2. Consentimiento informado.....</b>	<b>95</b>
<b>Anexo 3. Grupos focales.....</b>	<b>98</b>

## **Introducción.**

La actividad física es considerada una experiencia personal y una práctica sociocultural (Samaniego, 2004), que tiene diversas perspectivas entre las cuales están, la social, la deportiva y la biológica; esta última más ligada a la concepción de salud y bienestar de las sociedades y a la influencias de factores sociales, económicos y culturales, que tienen afectación en el desarrollo de prácticas relacionadas con la actividad física, como indica la ONU (2011) en su informe sobre las enfermedades crónicas no transmisibles “a menor nivel educativo y socioeconómico, menor práctica de AF”. Diversas investigaciones han estudiado la relación de las condiciones socioeconómicas con la práctica de actividad física (AF) demostrando que la influencia y la afectación son notables; según la Preventive medicine reports: “La actividad física de los niños se ve afectada por el nivel socioeconómico y el medio ambiente”. Los niños no son totalmente autónomos en sus decisiones; Por tanto, las decisiones de los padres afectan la manera cómo los niños utilizan sus ambientes para la práctica de la actividad física (Eyre. E, 2014).

Es por tal razón que la presente investigación busca generar espacios de discusión para comprender los imaginarios sociales y prácticas de la población estudiantil relacionadas con la actividad física, ya que son muy pocos los estudios que se han realizado a cerca de este tema. Estos imaginarios según Castoriadis (1993) “son la construcción activa, una creación del sujeto, donde el interés no está en el descubrimiento sino en la construcción de nuevas formas de entender y explicar las realidades”, teniendo en cuenta la práctica al interior de las de las instituciones educativas y en otros espacios extra escolares donde los sujetos desarrollan su tiempo libre. Además busca encontrar que grado de

relación existe entre las condiciones sociales y económicas de los sujetos con la práctica de actividad física y como estos mismos abordan la construcción de los imaginarios y el aporte que se hace desde la determinación social que según Breilh “es el actuar frente a aspectos relevantes de la sociedad y que forman parte de la interpretación del concepto y la praxis” (Breilh, 2013) en donde se presenten posibles soluciones o puntos de vista a problemáticas de la práctica de actividad física y la salud.

Esta investigación se llevó a cabo en la localidad de Suba , la cual es una comunidad, que presenta ciertas características, como son, estratos económicos bajos , en un 75% de su población, según, el diagnóstico de la localidad de Suba, realizado por el sector hábitat (2011), los hogares se encuentran estratificados en los niveles 2 y 3, es decir un nivel medio bajo, teniendo en cuenta las características de acceso, calidad de servicios, educación, capital humano, tamaño y composición del hogar y calidad de la vivienda; esta condición sumada a los resultados de estudios que demuestran un alto índice de sedentarismo (Secretaría de la Cultura, 2010), y los porcentajes desfavorables, hace que esta comunidad sea objeto de estudio para revisar los aspectos que la están afectando, y generar intervenciones, que produzcan cambios favorables para esta localidad.

El presente estudio, es de orden cualitativo, utilizando un enfoque interpretativo, lo cual generará conclusiones a cerca de la práctica de AF, mediante la utilización de grupos focales, que aportaran todos los insumos para un posterior análisis, utilizando el programa Atlas Ti, que permitirá la organización de las categorías y subcategorías que posibilitaran una comparación literaria, con base a los imaginarios que tienen los estudiantes de la AF, la influencia de las condiciones sociales y económicas, desde las experiencias vividas por los

sujetos, esperando que los alcances de este mismo se enfoquen hacia una nueva interpretación del concepto de la actividad física que se tiene en la escuela, a una nueva práctica o desarrollo de los conceptos que se tienen aprendidos y hacia un mejoramiento de los aspectos que están influenciando en los altos índices de sedentarismo y la calidad de vida que tiene la comunidad, haciendo que la escuela, las instituciones del deporte y la recreación distrital (IDRD), la Secretaria de educación de Bogotá (SED) y el gobierno distrital y local sean parte integral de la comunidad ante las expectativas que tiene la población.

### **Planteamiento del problema.**

La condición socioeconómica está relacionada con el estilo de vida que llevan las sociedades, cada individuo se acomoda a las características propias de su contexto, a su cultura, a la familia y en general a todo el entorno que lo rodea y hace parte de su cotidianidad (Iñiguez, 2008); estas condiciones socioeconómicas segmentan a la población de acuerdo a sus ingresos, vivienda y a su poder adquisitivo, que determina no solo el lugar donde vive sino que también a las costumbres y prácticas que pueden o no ser desarrolladas bajo condiciones que el ambiente determina. Además puede estar afectando las posibilidades de ingresar a la educación y a un medio laboral, que proporcione una estabilidad económica y a un cubrimiento de sus necesidades (Romo., 2009)

Sin embargo, cada individuo percibe de manera diferente su entorno, es por esto que no se podría asegurar que poblaciones con ciertas características realicen actividades propias de su ambiente, no se puede afirmar que las personas que crecen en ambientes

rodeados de violencia, lleguen a adquirir comportamientos iguales a los contextos donde creció o se desarrolló y que por su poder adquisitivo pueda comportarse de cierta manera, pero tampoco se puede concluir que no lo hagan y que su contexto no influya en sus acciones; al investigar personas estamos expuestos a la subjetividad, a la percepción y al pensamiento de estos actores, es por esto que las posibilidades que el medio ofrece puede estar influenciando la calidad de vida, la salud, el aprovechamiento del tiempo libre y la actividad física que practican.

En cuanto a los imaginarios y práctica de actividad física es importante explorar la influencia de la escuela; según Pintos (2001) los imaginarios se construyen socialmente a partir de las estructuras que dinamizan los puntos marcados de la realidad, el imaginario es la construcción social que los actores utilizan para la adquisición de conceptos en una realidad con respecto a la cotidianidad, si bien estos imaginarios forman parte fundamental en el día a día del sujeto, las prácticas deportivas y la actividad física no se pueden alejar de esta construcción social; y es ahí donde la escuela como ente facilitador de estos imaginarios, utiliza una herramienta como lo es la clase de educación física, estructurando esos saberes que los individuos van a compartir con su entorno social, integrando aprendizajes de los docentes y ante todo las posibilidades que desde el núcleo familiar se le están brindando, ya que toda conducta se ve reforzada no solo por el conocimiento sino también por la cultura familiar y por el contexto. Este contexto es fundamental para indagar a cerca de la influencia de las condiciones sociales en los imaginarios y prácticas de actividad física.

Diversas investigaciones han estudiado la relación de las condiciones socioeconómicas con la práctica de actividad física (AF) demostrando que la influencia y la afectación son notables; según la Preventive medicine reports: “La actividad física de los niños se ve afectada por el nivel socioeconómico y el medio ambiente”. Los niños no son totalmente autónomos en sus decisiones; Por tanto, las decisiones de los padres afectan la manera cómo los niños utilizan sus ambientes para la práctica de la actividad física (Eyre. E, 2014). De esta manera, se puede afirmar que las condiciones que brinda el medio ambiente y el contexto, son parte fundamental para la práctica de la actividad física, proporcionando factores favorables o desfavorables para la ejecución de AF.

Estos contextos, pueden establecer ciertas condiciones de seguridad, que permiten que los padres o familiares dejen desarrollar libremente al niño sus actividades, y esta huella deportiva, que el niño crea a edad temprana más adelante le beneficiara en su edad adulta como lo demuestra un estudio realizado por la universidad del Rosario, que indica que la actividad física realizada en la primera infancia es la estrategia que los padres pueden emplear para que los niños tengan hábitos y estilos de vida saludable; con el fin de garantizar una buena salud el resto de su vida (Ramírez, 2012). Estas percepciones en su juventud van a estar determinando sus conductas frente a ésta, limitando o ampliando las posibilidades de adaptarse al contexto donde se están desarrollando.

### **Delimitación del problema.**

Los jóvenes perciben el ambiente de desarrollo en actividad física según los lugares donde sienten la seguridad del ambiente. En la investigación realizada en la provincia de

Cuenca, España, en el año 2014, se habla acerca de “La percepción del entorno para la práctica de actividad física en escolares”, donde busca relacionar la percepción del contexto urbanístico, donde viven y donde realizan la actividad física, este estudio indica que los escolares perciben que residir en urbanizaciones cerradas o en ámbitos rurales facilita la práctica de esta misma, mientras residir en zonas poco accesibles, la sensación de inseguridad por el tráfico, desplazarse en coche y la sensación de no pertenencia al barrio, fueron percibidos como barreras para ser activos (Zorzona, 2014). Lo anterior es un claro ejemplo de la influencia de las condiciones socio económicas, en este caso la estructura urbanística de la sociedad y la percepción de seguridad que se tiene para la práctica de actividad física.

A nivel nacional son pocas las investigaciones con respecto al tema, sin embargo se han realizado estudios a nivel latinoamericano como mundial, en donde las clases sociales determinan la cantidad de actividad física realizada por los sujetos. En un estudio realizado a nivel nacional donde se mide los “niveles de actividad física de la población colombiana: Desigualdades por sexo y condición social” se concluyó que las personas con menor nivel socioeconómico y baja escolaridad son las que presentan bajas prevalencias en el cumplimiento de las recomendaciones sobre actividad física y son las comunidades que requieren programas y políticas públicas para su promoción (González. S, 2014).

En Bogotá la Secretaría de la cultura, recreación y deporte en el 2010, en un estudio acerca de “actividad física y sedentarismo” concluye que la capital colombiana tiene altos niveles de sedentarismo e identifica a la localidad de Suba, como una de las poblaciones con alto nivel de sedentarismo en un 64.87%, relacionando el nivel socioeconómico y la

educación como factores determinantes para la realización de actividades físicas (Secretaría de la Cultura, 2010). Es por tal razón que se desea intervenir en esta comunidad para escuchar desde las voces de los actores la influencia que tiene el medio, para la construcción de imaginarios sociales y la práctica de la AF; al identificar desde los diversos puntos de vista del sujeto las barreras y los facilitadores que desde el diario vivir se percibe y cómo desde estos limitantes se pueden proponer estrategias que sean los insumos para la intervención de políticas distritales como productoras de medios generadores de cultura y actividad física.

Hay dos características que presenta esta comunidad que son de gran importancia para la investigación, una de ellas, es la estratificación y los resultados anteriormente dichos que se sustentan en las interacciones entre las condiciones sociales y económicas, y la actividad física, ya que los índices más preocupantes están en las comunidades que tienen estratos económicos bajos y la segunda característica es, la falta de espacios de discusión para replantear estrategias que permitan un mejor desarrollo en cuanto a la práctica de actividad física. El diagnóstico de la localidad de Suba, realizado por el sector hábitat (2011), identifica que el 75% de los hogares de la localidad de Suba se encuentran en los estratos 2 y 3, es decir un nivel medio bajo, teniendo en cuenta las características de acceso, calidad de servicios, educación, capital humano, tamaño y composición del hogar y calidad de la vivienda; con base a lo anterior las condiciones sociales particulares que caracterizan la localidad de Suba como el bajo nivel socioeconómico puede estar influenciando la práctica y los imaginarios de actividad física en la población.

Otra de las investigaciones que refuerza el presente estudio es el realizado por diversas universidades colombianas acerca de “Imaginario del joven colombiano ante la clase de Educación Física” determina que estos hablan a cerca de la construcción que se hace en la escuela, que permean en las múltiples mediaciones de la familia, barrio y medios de comunicación. Ese mundo simbólico adulto-céntrico que vive la gente joven desde las experiencias cotidianas en la clase de educación física, es un mediador en la construcción de sus imaginarios, y la empuja a considerarlo como escenario de tradición cultural, toda vez que los jóvenes se encuentran cotidianamente con métodos convencionales de transmisión de conocimiento, con procesos de medición y con contenidos que imprimen su pasividad y desconocimiento sistemático, internalizando algunas categorías de dependencia, incapacidad, aceptación y pasividad motriz en su imaginario sobre la clase, posiciones extremas que, al amparo del desarrollo de una supuesta autonomía, generan una actitud hacia el dejar hacer y hacia el deporte libre. Los sujetos aceptan la instrucción o el dejar hacer, la monotonía y la forma arbitraria de la evaluación, en una especie de dependencia que expresa cierta pasividad en las jóvenes y los jóvenes escolares. (Peña, 2005)

De acuerdo a lo anterior y apoyándonos en la importancia para la planeación y desarrollo de estrategias tomamos una investigación acerca la unificación de los criterios que se tienen a cerca del concepto y el objetivo de la actividad física; un estudio realizado en la ciudad de Bogotá, a cerca de las *Concepciones de actores institucionales alrededor de la actividad física en ámbitos educativos* concluye que “No existe una concepción unificada alrededor del concepto de actividad física, pues existen concepciones desde lo biológico, así como otras que le imprimen un componente social. Las acciones que se están desarrollando para promocionar la actividad física responden a iniciativas de un sector en

particular, no existe trabajo intersectorial, ni tampoco articulación a una política específica, son más iniciativas puntuales que muchas veces no apuntan a un objetivo o meta particular en el largo plazo; Tampoco estrategias intersectoriales para su promoción. Adicionalmente, se identificaron acciones desarticuladas, lo que genera que los esfuerzos realizados no tengan el impacto que se lograría si se promovieran estrategias intersectoriales” (Ocampo & Correa, 2009). Es decir que si las instituciones encargadas no tienen criterios unificados, resulta difícil que las políticas tengan un objetivo definido y siendo este, uno de los entes encargados en brindar y posibilitar las soluciones a la problemática social de la AF, podría estar afectando la construcción de la realidad social (imaginario) de los sujetos en cuanto al entendimiento de la actividad física, desde lo deportivo, lo biológico o lo socio-cultural.

Es por esto, que la presente investigación busca reconocer los imaginarios y las prácticas relacionadas con la actividad física como factor influyente para el beneficio de la salud basándonos en los determinantes (Marmot, 2000) ,que son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud; estas mismas forman parte de las condiciones socioeconómicas por establecer características que determinan el poder adquisitivo y las posibilidades de vivienda, educación, entre otras; y fundamentándose en la determinación social de la salud, Jaime Breilh (2013) situando al individuo en el campo de cómo actuar frente a estas condiciones que los afectan a nivel social y que permiten mejorar las condiciones de vida cotidianas, equidad desde el principio y entornos saludables para una población sana. Además el acercamiento a la relación entre el concepto y la praxis (Carr, 1986), sobre cómo se actúa frente a las construcciones individuales y como la práctica de estos conceptos tiene afectación en la sociedad, considerando el contexto y las características que rodean a la población de estudio, en este

caso los estudiantes de dos colegios distritales de la localidad de Suba, sector, Tibabuyes, en Bogotá, Colombia.

Estas características de la localidad, permite cuestionar:

¿Cuáles son los imaginarios y prácticas de la actividad física que construyen los estudiantes de ciclo V de los colegios de la UPZ 71 de la localidad de Suba, quienes presentan características socioeconómicas y condiciones sociales propias del contexto?

### **Justificación.**

La población de Suba es una comunidad que se encuentra en estado de vulnerabilidad, ya que tiene altos índices de violencia de tipo intrafamiliar, hurtos, robos y una alta contaminación ambiental y visual según estudios de la localidad de Suba realizada por el sector hábitat en el 2011, esta condición sumada a los resultados de estudios que demuestran un alto índice de sedentarismo, en un 64,87% de la población mayor de 13 años (Secretaría de Cultura, 2010), hace que la localidad de Suba sea objeto de estudio no solo para revisar los aspectos que la están afectando sino que también se busca producir bases teóricas para una intervención o para una política pública, que produzcan cambios favorables para esta comunidad.

Así mismo, el presente estudio busca brindar espacios de discusión donde se comparten los diversos imaginarios que se tienen a cerca de la AF, identificando las posibilidades y limitaciones que se puedan presentar, además de plantear soluciones a las problemáticas encontradas y que están influyendo en los sujetos, según, las condiciones sociales, económicas y culturales y la manera de como las instituciones están contribuyendo a la construcción de dichos imaginarios, en donde se revise cuál es el impacto de la familia y el contexto social de cada individuo, así como en el tiempo que los estudiantes dedican para la actividad física, la práctica deportiva y los espacios que tienen de ocio o tiempo libre.

Lo que se espera en este estudio, es llevar a cabo la interpretación del entorno y de los imaginarios de los jóvenes de la localidad de Suba, realizada por medio de grupos

focales con los estudiantes de los colegios de la UPZ 71, cubriendo así las expectativas que permitan mejorar su calidad de vida, pero ante todo se espera que la población que interviene en la investigación se manifieste para replantear temáticas y aspectos a mejorar por parte de las instituciones educativas, deportivas y de desarrollo comunitario a nivel local y distrital, que permitan entender más a fondo el concepto y la práctica de la actividad física diferenciándola entre lo deportivo, lo recreativo y el aprovechamiento del tiempo libre.

Los alcances de este estudio se enfocan hacia una nueva interpretación del imaginario de actividad física que se tiene en la escuela, hacia una nueva práctica o desarrollo de los conceptos que se tienen aprendidos y hacia un mejoramiento de los aspectos que están influenciando en los altos índices de sedentarismo y la baja calidad de vida que tiene la comunidad, haciendo que la escuela, las instituciones del deporte y la recreación distrital (IDRD), la Secretaria de educación de Bogotá (SED) y el gobierno distrital y local sean parte integral de la comunidad ante las expectativas que tiene la población.

## **Objetivo general**

Comprender los imaginarios y prácticas de la actividad física de los estudiantes de los colegios distritales de la UPZ 71 de localidad de Suba, teniendo en cuenta las características socioeconómicas de la población y las condiciones sociales del contexto.

## **Objetivos específicos**

- Conocer los imaginarios y prácticas de los estudiantes relacionados con la actividad física.
- Identificar las condiciones socioeconómicas de los estudiantes de los colegios distritales de la UPZ 71, Tibabuyes.
- Identificar las problemáticas sociales y la manera como los sujetos abordan estas mismas.

### **Marco teórico.**

El presente apartado problematiza las categorías que estructuran el trabajo. De la misma manera clarifica las perspectivas de análisis desde las que cobra sentido y se fundamenta la tesis. El estudio se basa sobre documentos e investigaciones de imaginarios sociales de la actividad física en escolares, en la importancia de las condiciones socioeconómicas en la influencia de la práctica de actividad física, y la construcción de la determinación social de aspectos ligados a la actividad física escolar y las probables determinantes de la inactividad física en jóvenes.

Para iniciar se describirán los planteamientos generales de la temática que se aborda en el estudio para luego explicar cada uno de los conceptos y categorías propias de la presente investigación.

Para dar inicio, con relación a la categoría Actividad Física, Majem (2006), en el texto “actividad física y salud” “plantea que en relación con los conceptos que los actores tienen a cerca de la actividad física, el deporte y la educación física, la actividad física se define como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que tiene como resultado un gasto energético que se añade al gasto metabólico basal. Además se habla de ejercicio físico cuando la actividad física es planificada, estructurada y repetitiva, y tiene por objeto la mejora o el mantenimiento de uno o más componentes de la forma física; y el deporte es una actividad física reglamentada y competitiva, aun así, todas las actividades de acondicionamiento físico y la mayoría de deportes se consideran ejercicio físico” (Majem, 2006). La forma física es un conjunto de características que poseen o

alcanzan los individuos en relación a la capacidad de realizar actividad física: se puede definir como la capacidad de desarrollar las actividades diarias con vigor y diligencia, sin fatiga y con la energía suficiente para disfrutar de las actividades de tiempo libre y afrontar las emergencias eventuales.

Cada día existe una mayor evidencia epidemiológica de que la inactividad física y la falta de ejercicio están relacionadas con diversos trastornos y son causa importante de mortalidad e incapacidad en países desarrollados. Incluso en estudios longitudinales efectuados en Latinoamérica como el realizado en Ciudad de México en el 2007, “Obesidad, actividad e inactividad física en adolescentes de Morelos, México” (Caballero, 2007). Se ha observado que un alto nivel de forma física disminuye la mortalidad general ajustada por edad, es decir, que la buena forma física podría retrasar la mortalidad por todas las causas, disminuyendo especialmente las tasas de mortalidad por enfermedades cardiovasculares y cáncer. (American Society of Clinical Oncology, 2016)

Por otro lado, los autores Drobnic y Galilea (2006), resaltan que es importante hacer notar que las características de la juventud cambian con la sociedad. La evidencia indica que en la actualidad los estudiantes son más altos y más pesados, en cierto modo más grandes que en generaciones pasadas. Pero contrariamente a lo que parecía hace unos años, en una sociedad de bienestar como la nuestra, los niveles de condición física son inferiores a medida que pasa el tiempo. En un seguimiento de las pruebas realizadas en diversas escuelas se puede observar una disminución general de los índices de diversos parámetros de condición física. Su gasto calórico semanal y su capacidad de esfuerzo es menor cuando se realiza un seguimiento durante diversos años con respecto al pasado. Y en cuanto a la

condición física, o sea, el estado de salud de la juventud, es mejor que hace unos años, debido a la alimentación, la higiene, la salud pública, etc., existe el problema de que los jóvenes son menos activos físicamente (Drobnic & Galilea, 2006).

Tanto los niños, como los mayores, practican ejercicio por diversas razones, la más importante sin duda es la de divertirse, sin embargo hay ciertos aspectos que potencian este objetivo primario, y es el mejorar la autoconfianza y autoimagen de uno mismo, el sentimiento de bienestar en relación con el grupo, socializarse, combatir el aburrimiento, y como no, aprender a establecer objetivos de corto y medio plazo. Como es obvio, y a diferencia de los adultos, los niños no hacen ejercicio para disminuir la morbimortalidad debida a patologías asociadas al sedentarismo, salvo en los casos que presentan enfermedades crónicas; los niños realizan ejercicio para divertirse. (Drobnic & Galilea, 2006)

La educación física tiene como objeto el movimiento del ser humano y su reciprocidad a través del ejercicio físico, en cuanto se relaciona con la educación, con la socialización y con la cultura (P. G. Madrona, 2005). Si esta se estructura como proceso pedagógico y permanente se pueden cimentar bases sólidas que le permitan la integración y socialización que garanticen continuidad para el desarrollo y especialización deportiva en su vida futura, los niños y jóvenes aprenden ejecutan y crean nuevas formas de movimiento (Bañuelos, 1997). La escuela tiene diversas formas de crear o plantear su currículo, que muchas veces se ve opacado por la falta de educadores físicos en la básica primaria, en donde los educadores encargados de dirigir la clase son de otras áreas de conocimiento, dejando un vacío en la enseñanza y aún más en los objetivos de esta área, que como bien lo

decía el autor, tiene repercusión en la vida adulta, en cuanto a la práctica de actividades físicas.

### **Actividad física.**

Se considera actividad física cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía. (OMS, Actividad física, 2010). Según Pérez y Devis (2004) “la actividad física se considera fundamentalmente una experiencia personal y una práctica sociocultural, enfatizándose en el potencial beneficio de la práctica de actividad física en el bienestar de las personas, las comunidades y el medio ambiente”. (Samaniego, 2004)

Desde una óptica funcional, la actividad física consiste en el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento del gasto energético, así mismo casi siempre es un practica social, ya que es un medio para interactuar con otras personas y a su vez, es una experiencia y vivencia personal que nos permite conocernos a nosotros mismos y aceptar nuestras limitaciones; valorar la actividad física como medio para conseguir diversas consecuencias socialmente consideradas como saludables, aceptar nuestro propio cuerpo y el de los demás, asociado con el disfrute del medio ambiente, serian algunas de las sensaciones saludables vinculadas al proceso de la práctica de la actividad física. (Samaniego, 2003)

Son innumerables los trabajos que le dan atribuciones positivas a la actividad física relacionada con la salud; Samaniego (2004) y Sánchez (1997) indican que la participación

regular en la actividad física promueve la buena salud y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y recomienda 30 minutos diarios como mínimo durante todos los días y que desde la construcción de los imaginarios tiene diversas concepciones propuesta intencionada en la formación de un cuerpo productivo, dócil y disciplinado.

Según la Organización Mundial de la Salud (2010) “La actividad física se compone de todos los movimientos de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas, va más allá del deporte y sobretodo del deporte competitivo”. Según Domizio, la actividad física es entendida como la energía que se consume por el movimiento del cuerpo de las personas en aquellas acciones que éstas realizan en diferentes esferas de su vida diaria. (Domizio, 2011)

La promoción de la actividad física considera especialmente las formas utilitaria y recreativa. La actividad física utilitaria comprende las actividades que se realizan en las diferentes esferas de la vida para cumplir con las obligaciones diarias e implican movimiento en las tareas del hogar, en el trabajo, la escuela, otros. En cambio, la actividad física recreativa se realiza en el tiempo libre con fines de distracción y placer (caminar, bailar, jugar, correr, patinar, etc.). Por último, la actividad física deportiva se realiza a través de diferentes disciplinas deportivas y está regida por normas cuyo fin es la competición. (Domizio, 2011) Los diversos planteamientos de AF son imaginarios constituidos por los diferentes contextos donde se desenvuelve el sujeto que no sólo se recrean en la vida cotidiana de la escuela, sino que se permean en la ecología de múltiples mediaciones (familia, barrio y medios de comunicación). (Peña, 2005) Estas mediaciones reconstruyen a diario los imaginarios que los sujetos tienen a cerca de la actividad física, no

solo como sujetos individuales sino como sujetos sociales, y es en la escuela, específicamente en la clase de educación física, donde las estructuras pedagógicas y metodológicas le dan la diversidad para entender las diferentes perspectivas en las que el sujeto se puede orientar.

### **Educación física.**

La educación física forma parte importante para el proceso de enseñanza aprendizaje en los estudiantes y en la formación integral del individuo, que hace parte de una comunidad. Es el espacio donde los sujetos estructuran los conceptos e imaginarios de actividad física, salud y deporte, y los integran a su cotidianidad fortaleciendo las bases para el desarrollo de las prácticas.

El concepto de la educación física, es tan amplio como el concepto de educación moral o ética, sin embargo, siempre ha sido relegado a un tercer puesto dentro de la educación del alumnado, contrario totalmente a lo que se pregunta a la gente y dice que su principal preocupación es su salud, por encima del dinero. La educación física es la educación de la salud, del cuerpo y la mente. Se debe enseñar los valores para que el alumno tenga los conocimientos mínimos que le permitan cuidar su cuerpo y mantener su salud (Bañuelos, 1997). Es aquí donde el profesor de Educación física se convierte en un experto observador de las conductas motrices de sus alumnos, y una vez catalogadas y sistematizadas, trata de sugerir o plantear las situaciones motrices que provocan la optimización de las conductas observadas en función de un determinado proyecto pedagógico y de aquello que sea de mayor interés para la persona. (Lagardera, 2003)

La educación física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas, con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando (Ramos, 2009).

Esta disciplina puede contemplarse como un concepto amplio que trata de desarrollo y la formación de una dimensión básica del ser humano, el cuerpo y su motricidad. Dimensión que no se puede desligar de los otros aspectos de su desarrollo, evolución-involución. Por lo tanto, no se debe considerar que la educación física está vinculada exclusivamente a unas edades determinadas ni tampoco a la enseñanza formal de una materia en el sistema educativo, sino que representa la acción formativa sobre unos aspectos concretos a través de la vida del individuo, es decir, constituye un elemento importante del concepto de educación física continua de la persona (Bañuelos, 1997). Esa representación de cotidianidad, involucra al individuo en un ser social, que nos permite establecer la relación de los aprendizajes que tiene el sujeto con las condiciones sociales de su contexto.

### **Condición social.**

Las condiciones sociales forman parte importante en el bienestar de una sociedad y están determinadas por los ambientes que rodean al sujeto, siendo una característica especial desde el nacimiento hasta la herencia familiar, según la OMS (2012) estas condiciones en las que las personas nacen, crecen, trabajan y envejecen determinan la buena o mala salud; lo anterior ligado a “la combinación nefasta de circunstancias

económicas injustas y políticas sociales pobres, que están matando a la gente a gran escala” (Marmot, 2000), es por estas mismas, a las que está expuesto el sujeto en su diario vivir que lo va formando según el contexto donde se desarrolla; estas condiciones de vida, determinan las posibilidades para ingresar a una buena educación, adquisición de vivienda, salud y mejores salarios, este último, es un factor importante para la distribución de clase social, en donde las expectativas de vida varían según su condición, como lo plantea la OMS en un informe publicado en el 2008, donde pone en manifiesto que “la esperanza de vida varia radicalmente entre los países ricos y los más pobres, y dentro de cada país viven menos los más desfavorecidos” (OMS, 2008). Es por esta razón que se hace necesaria la observación de estas características adversas que rodean a los sujetos, y como estas mismas están afectando la práctica de AF, en ambientes donde se cuenta con una problemática social, inequidad y falta de intervención del estado, en cuanto a programas que mejoren las condiciones de vida para los sujetos.

### **Inequidad social.**

La inequidad social, es una problemática que surge con la globalización, el mercadeo y la industrialización. La amplia brecha entre las oportunidades que tiene una población puede variar según los recursos y las posibilidades de acceso a contextos que son adecuados para un buen desarrollo de la persona, esta inequidad social conlleva al sujeto a una situación de desigualdad, la cual genera injusticia, por lo tanto la falta oportunidades para acceder a bienes como vivienda, educación y salud puede desencadenar una serie de necesidades de las cuales el sujeto se va a enfocar con el fin de cubrirlas.

La falta de acciones del Estado desestimula a la población para buscar mejores horizontes que le permitan un mejor desarrollo. Si bien se puede establecer una asociación entre las posibilidades de países desarrollados y los que están en proceso de desarrollo, donde los gobiernos que tienen menos recursos, son los que más padecen la inequidad, se tiene en cuenta las posibilidades en el mejoramiento de calidad de vida y los oportunidades de orden laboral que los gobiernos pueden dar a su población, según Rosanvallon (1997), con el progreso del conocimiento de las desigualdades entre los hombres, es necesario replantear aquella sociedad de iguales donde las diferencias estaban dadas en función del azar.

Hoy se sabe que las desigualdades entre los hombres están determinadas por la naturaleza o por el medio social donde su vida transcurre. Estas desigualdades naturales o sociales solo constituyen objeto de acción si se adopta el principio de “igualdad de oportunidades” y se implementan acciones de compensación para lograr una equidad en los resultados (Rosanvallon, 1997). Y son estas circunstancias las que le permiten al individuo el acceso al bienestar y la salud; en un sentido de igualdad o desigualdad social, lo cual puede estar ligado a las condiciones socioeconómicas y la práctica de actividad física (ONU, 2011).

### **Condición socio-económica.**

La condición socioeconómica de una población, se basa en las experiencias sociales, económicas y las realidades que ayudan a moldear la personalidad, las actitudes y la forma de vida; teniendo en cuenta lo anterior la investigación gira entorno a la afectación de las

condiciones socioeconómicas en la actividad física realizada, por esta razón se aborda el concepto de Heriberto López Romo en su investigación de “condiciones socioeconómicas y la distribución del gasto” realizada en Ciudad de México donde define que el nivel socioeconómico es la segmentación social y mercadológica más usada para discriminar los comportamientos sociales y prácticas de consumo. Esta segmentación clasifica los hogares, y por lo tanto a todos sus integrantes, de acuerdo con su bienestar económico y social con su nivel de satisfacción de necesidades de espacio, salud e higiene, comodidad y practicidad, conectividad, entretenimiento dentro del hogar y planeación del futuro. El nivel socioeconómico intenta representar, más que el nivel de ingreso, el nivel de vida de los integrantes del hogar (Romo., 2009).

Por otro lado, el ingreso del hogar se define como la suma de los ingresos de todos sus miembros y los que se captan de manera conjunta, tanto en efectivo como en especie. En este marco, los dos principales conceptos de ingreso familiar son el ingreso total del hogar y el ingreso disponible del hogar. Los sueldos y salarios deben incluir todos los pagos que los empleados reciben por su trabajo. (Robles, 1999).

Parte fundamental en la que los colombianos asocian las posibilidades laborales y la relacionan con los ingresos, es el nivel educativo, este se define como cada una de las etapas que forman la educación de un individuo tomando como base un promedio de edad determinada. El cual al finalizar se le otorga un certificado de acreditación del nivel en cuestión. Según la Secretaria de Educación Distrital es una secuencia regular con pautas curriculares progresivas cuyo objetivo principal es el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas. En la educación colombiana se distinguen cuatro niveles:

Preescolar, básica completa y media. La básica completa, es el nombre con el cual se conoce a los nueve grados obligatorios es decir, la básica primaria y básica secundaria. Compuesto por el ciclo educativo que es el conjunto de condiciones y programas de intenciones y estrategias de recursos, acciones pedagógicas y administrativas, integradas y articuladas entre sí, para desarrollar varios grados en una unidad de tiempo, dentro de la cual los estudiantes pueden promoverse con más flexibilidad hasta alcanzar los objetivos programados para cada ciclo. (Alcaldía Mayor de Bogotá, 2013)

En Colombia según el Consejo Nacional de Política Económica y Social, las condiciones socioeconómicas se distribuyen según la calidad de la vivienda, el acceso a los servicios básicos, los ingresos, nivel educativo, salud y bienestar de la población, que caracteriza la población en estratos y de acuerdo a estas características la distribución del gasto público según sus necesidades (CONPES, 2005). Aspectos importantes en la población y que evidencian la inequidad social. Esta última surge como una categoría emergente frente a los diversos factores que influyen en la distribución de bienes y las posibilidades que la población tiene para una mejor calidad de vida, acceso a la realización de actividades lúdicas y recreativas, bien sea por la disponibilidad de recursos y programas de actividad física o entornos adecuados y seguros para la práctica de esta misma.

En el espíritu de la justicia social, la Organización Mundial de la Salud (OMS) puso en marcha en 2005 la Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud, con el fin de recabar datos científicos sobre posibles medidas e intervenciones en favor de la equidad sanitaria y promover un movimiento internacional para alcanzar ese objetivo. La Comisión hace un llamamiento a la OMS y a todos los gobiernos para que tomen la iniciativa en la

acción mundial sobre los determinantes sociales de la salud, con el fin de alcanzar la equidad sanitaria. Es esencial que los gobiernos, la sociedad civil, la OMS y otras organizaciones internacionales se unan para adoptar medidas encaminadas a mejorar la vida de los ciudadanos del mundo. Alcanzar la equidad sanitaria en el lapso de una generación es posible; es lo que hay que hacer y éste es el momento adecuado para hacerlo (OMS, 2012). Según el planteamiento de la OMS las determinantes que giran en torno a una sociedad son las circunstancias ambientales, culturales y sociales con las que nacen los individuos (Marmot, 2000), y son estas circunstancias las que le permiten al individuo el acceso al bienestar y la salud; en un sentido de igualdad o desigualdad social, lo cual puede estar ligado a las condiciones socioeconómicas y la práctica de actividad física (ONU, 2011).

### **Determinantes y determinación social de la salud.**

Según la OMS *los determinantes sociales de la salud* son las circunstancias en que las personas nacen, crecen, viven, trabajan y envejecen, incluido el sistema de salud (Marmot, 2000), esas circunstancias son el resultado de la distribución del dinero, el poder y los recursos a nivel mundial, nacional y local, que depende a su vez de las políticas adoptadas. Los determinantes sociales de la salud explican la mayor parte de las inequidades sanitarias, esto es, de las diferencias injustas y evitables observadas en y entre los países en lo que respecta a la situación sanitaria. En respuesta a la creciente preocupación suscitada por esas inequidades persistentes y cada vez mayores, la Organización Mundial de la Salud estableció en 2005 la Comisión sobre Determinantes Sociales de la Salud, e hizo énfasis en tres aspectos, como son: mejorar las condiciones de

vida cotidianas, equidad desde el principio, entornos saludables para una población sana. A escala mundial, no menos de 200 millones de niños no se desarrollan plenamente. Ello tiene enormes consecuencias para su salud y para la sociedad en su conjunto. Invertir en los primeros años de vida es una de las medidas que con más probabilidad permitiría reducir las inequidades sanitarias (OMS, 2012).

Lo anterior hace parte fundamental para entender que las desigualdades sociales, en especial la económica ejerce cierto poder para la realización de ciertas actividades de promoción de la salud, entre ellas el desarrollo de la actividad física, sin embargo y basándonos sobre *la determinación social de la salud* del doctor Jaime Breilh, el sujeto puede ser afectado por los determinantes, en especial su condición socioeconómica y su contexto social, pero debe entender que el actuar frente a estos aspectos forma parte importante de la interpretación del concepto y la praxis; por tal razón el doctor Breilh conceptualiza la determinación social como es una de las tres categorías centrales de la propuesta para una epidemiología crítica, enunciada desde mediados de la década del 70 y luego desarrollada y complementada por otros autores especialmente de la corriente latinoamericana junto con las categorías *reproducción social* y *metabolismo sociedad-naturaleza* han conformado el eje teórico de una propuesta de ruptura con el paradigma dominante de la salud pública. (Breilh, 2013)

La epidemiología es un terreno de lucha de ideas, de disputa sobre cómo enunciar la salud y cómo actuar, y esa disputa obedece a intereses sociales encontrados. En esa medida la disciplina comparte con todas las demás, la característica consustancial de toda ciencia de ser una operación simbólica, y por lo tanto es “... una expresión transformada,

subordinada, transfigurada, y algunas veces irreconocible de las relaciones de poder de una sociedad”, y en nuestro caso, dichas relaciones implican la imposición de un sistema de explotación social y de la naturaleza, que reproduce sociedades no sustentables, inequitativas y malsanas. Al asumir una tarea de reformulación disciplinar es inevitable situarse en una perspectiva teórico-política, es decir, mirar desde un ángulo específico de dichas relaciones de poder, o desde lo que suele denominarse un punto de vista social, de clase; perspectiva que imprime una huella profunda en la construcción del conocimiento, aun de sus expresiones más técnicas. Dada la conexión e interdependencia de objeto-sujeto-campo, la categoría determinación social (DS) aplica a los tres: hay una DS del objeto; una DS de la construcción de los conceptos y una DS de la práctica. En cada período histórico los cambios y movimientos de la salud como objeto, se interrelacionan con las innovaciones conceptuales y las transformaciones de la práctica. (Breilh, 2013)

La sociedad civil puede desempeñar un importante papel en las intervenciones sobre los determinantes sociales de la salud. Estas mismas, se refieren a los siguientes aspectos: participación en las políticas, la planificación y los programas; y evaluación y seguimiento del desempeño, que se refieren al aspecto siguiente: generar conocimiento sobre los determinantes sociales de la salud y difundirlos. (OMS, 2012) Por otro lado, el sujeto debe ser participe en la reconstrucción de los conocimientos y de la ejecución de estrategias que le permitan disminuir la brecha entre las condiciones sociales que rodean a una población. Es por tal razón que la presente investigación se fundamenta bajo la base teórica de la determinación social de Jaime Breilh, por enfocarse en la participación de los sujetos en la construcción de imaginarios, en la comprensión de fenómenos, tales como la práctica de actividad física y en el análisis de contextos sociales en los cuales habitan los sujetos. En

este caso se estudiará como los estudiantes perciben su entorno como sujetos que desarrollan actividad física y como estas condiciones que los rodean están afectando las prácticas y la construcción de la realidad social (Castoriadis, 1993).

### **Imaginarios sociales.**

En cuanto a los imaginarios sociales que forman parte importante para la conceptualización y contextualización en la investigación, según Castoriadis “ el imaginario es una construcción activa, una creación del sujeto, donde el interés no está en el descubrimiento sino en la construcción de nuevas formas de entender y explicar las realidades”, concepto que sirve como base para la ejecución de este estudio, ya que lo que se busca es, que el sujeto evidencie su realidad y relate sus imaginarios de acuerdo a sus vivencias. Por otro lado el autor Pintos (2001), dice que “los imaginarios se construyen socialmente a partir de las estructuras que dinamizan los puntos marcados de la realidad”, realidad que muchas veces está sujeta a las expectativas individuales más que a las sociales. Los imaginarios están sujetos a ciertas características y categorías que van desde la percepción de la escuela, la familia, los pares y los medios de comunicación. En la escuela se tiene la influencia del docente y de las temáticas, aun así es difícil salir del sistema autoritario del adulto y del profesor, ya que este sistema educativo está proyectado para la vida en edad adulta, regida por la repetición de conceptos, más de tipo deportivo que de relación social.

Así, las condiciones de dominación de una clase social dependen de lo imaginario. Los imaginarios pueden definirse como “los conjuntos de ideas imágenes que sirven de

apoyo a las otras formas ideológicas de las sociedades tales como los mitos políticos fundadores de las instituciones de poder” (Agudelo., 2011). De acuerdo con esto, el concepto de imaginario es fundamental por cuanto se convierte en una herramienta primordial para la investigación social.

## **Materiales y métodos.**

### **Diseño del estudio.**

El presente estudio tiene un enfoque cualitativo que corresponde a interpretar la realidad que se construye social e históricamente y tiene un cambio constante, donde se aceptan diversas verdades basadas en la construcción de la realidad. Por lo tanto este es el tipo de investigación que más se adapta para el análisis en cuanto a la percepción de los actores en su cotidianidad, identificando los facilitadores y barreras que se tienen para la práctica de la actividad física. El paradigma del proyecto de investigación es interpretativo, ya que “aspira simplemente a explicitar los significados subjetivos asignados por los actores sociales a sus acciones, así, como a descubrir el conjunto de reglas sociales sometidas a escrutinio” (Monteagudo., 2000). Trata de comprender contextos.

El diseño de la investigación es narrativo toda vez que este estudio consiste en escuchar las voces de los actores, acerca de un tema específico, como lo es la práctica de actividad física; según Salgado un diseño narrativo es una revisión Analítica donde el investigador recolecta datos sobre las historias de vida y experiencias de determinadas personas para describirlas y analizarlas, estas son de interés para las personas en sí mismas y su entorno. (Salgado, 2007)

**Población.**

Las unidades de análisis se constituyeron por 60 estudiantes de grado undécimo de los colegios Tibabuyes Universal y Gerardo Molina de la UPZ 71 (Sabana de Tibabuyes) de la localidad 11 de Suba en Bogotá. Colombia. Por medio de un muestreo por conveniencia, ya que los sujetos que participan en la investigación hacen parte de la comunidad educativa donde labora el investigador y es el ciclo V donde se puede encontrar los sujetos con un mayor grado de conceptualización.

**Características de la población**

Estudiantes matriculados y que se encuentren cursando el grado undécimo en la IED Gerardo Molina Ramírez y la IED Tibabuyes Universal sede A de la jornada de la mañana, que hayan permanecido en la institución educativa distrital desde grado sexto o que vivan desde hace seis (6) años o más en la localidad de Suba, sector Sabana de Tibabuyes, que se encuentren en edades de 15 a 18 años de edad. Además se elige esta población por la disposición de las instituciones y el interés en la construcción de procesos pedagógicos que buscan resolver necesidades de los estudiantes en su cotidianidad, siendo los estudiantes de último grado de secundaria, los que tienen mayor desarrollo conceptual con respecto a los demás estudiantes.

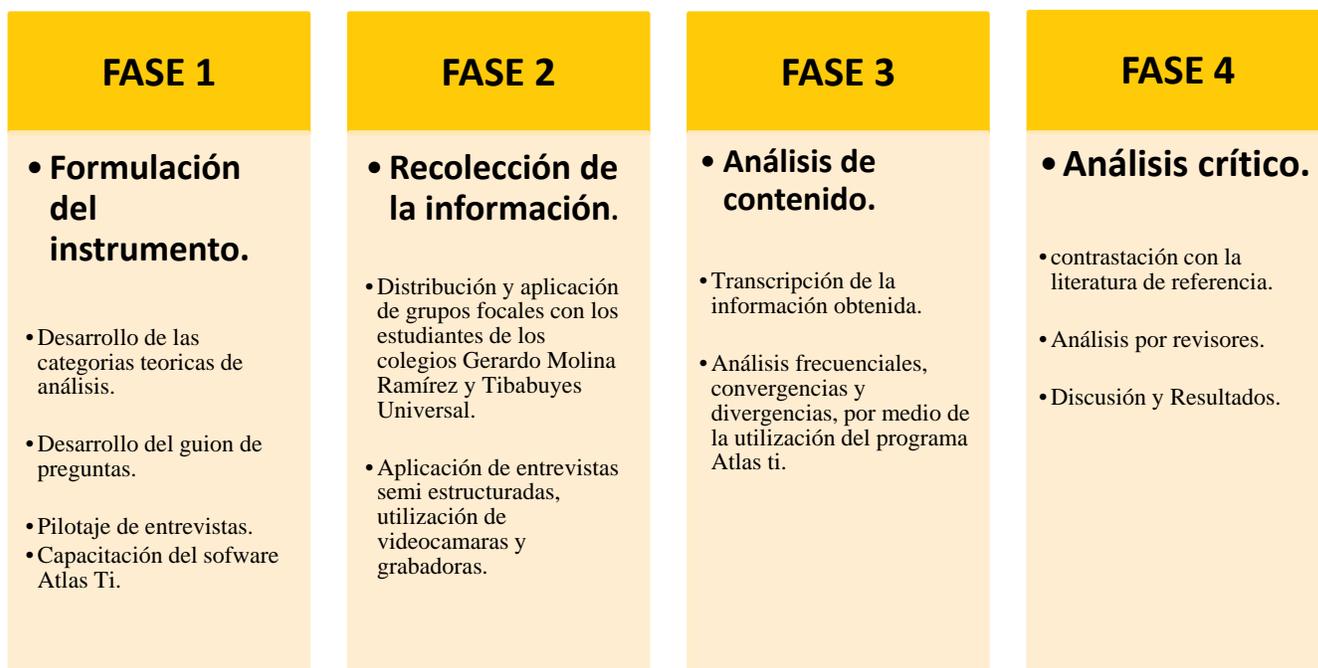
No participaron en el estudio, estudiantes de grado undécimo grado de las IED que sean matriculados posteriormente al inicio del presente estudio para el grado undécimo.

Estudiantes que iniciaron su grado sexto en estas instituciones, se hayan alejado de la localidad por más de un año lectivo y hayan regresado a cualquiera de las dos instituciones en las cuales se está realizando el estudio.

### **Recolección de la información.**

Los diferentes datos se recolectaron a través de grupos focales, entrevistas y grabaciones de audio y video, que se refieren a la historia de vida relatadas por los estudiantes sujetos del estudio, en donde el investigador debe analizar diversas cuestiones o acontecimientos en la cual vivió la persona o grupo de individuos o sucedieron los hechos; posteriormente narra los hechos desde su propia óptica y describe sobre la evidencia e identifica categorías y temas emergentes en los datos narrativos. (Salgado, 2007)

Finalmente, en el presente estudio se llevó a cabo un análisis de contenido, el cual representa en la investigación cualitativa un elemento de des-ocultación, revelación de la expresión, donde interesa indagar sobre lo desconocido, lo no aparente, lo potencial, lo inédito (no dicho). (Bonilla, 1995)



**Graf. 1 Fases del estudio.**

Con los actores de esta investigación se llevó a cabo una encuesta sociodemográfica, para determinar los grupos focales, por nivel socioeconómico y posteriormente establecer relaciones entre las opiniones de los estudiantes. La encuesta aplicada, fue la STEPS (pasos) encuesta de factores de riesgos, de la organización mundial de la salud, OMS.

VARIABLES DE LA ENCUESTA	DATOS SOCIODEMOGRAFICOS.
INFORMACIÓN DE LA ENCUESTA.	Lugar y fecha de la encuesta, consentimiento informado.
DATOS PERSONALES DEL ENTREVISTADO	Sexo, fecha y lugar de nacimiento, edad.
GRADO DE ESCOLARIDAD	Ultimo grado de escolaridad, grupo étnico, estado civil.
INGRESOS FAMILIARES	Composición familiar, ingresos mensuales familiares.
ESTRATO SOCIO-ECONÓMICO	Tipo de vivienda, estrato socio económico.

Cuadro 1. Variables de la encuesta sociodemográfica STEPS.

Posteriormente, se relacionaron los sujetos de acuerdo a la concordancia según el estrato socio económico teniendo en cuenta los resultados de la encuesta y se distribuyeron por grupos de 12 estudiantes para la realización de los grupos focales, donde se indagó la relación de los imaginarios y las prácticas de actividad física que realizan los estudiantes de colegios distritales en la localidad de Suba, sector Tibabuyes, en Bogotá.

### **Grupos focales.**

La técnica de grupos focales es un espacio de opinión para captar el sentir, pensar y vivir de los individuos, provocando auto explicaciones para obtener datos cualitativos. Kitzinger (1995) lo define como una forma de entrevista grupal que utiliza la comunicación entre el investigador y los participantes, con el propósito de obtener información. Para Martínez-Miguel (2004) el grupo focal “es un método de investigación colectivista, más que individualista, y se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio relativamente corto”. La técnica es particularmente útil para explorar los conocimientos y experiencias de las personas en un ambiente de interacción, que permite examinar lo que otra persona piensa, cómo piensa y por qué piensa de esa manera. El trabajar en grupo facilita la discusión y activa a los participantes a comentar y opinar aún en aquellos temas que se consideran como tabú, lo que permite generar una gran riqueza de testimonios. (Hamui-Sutton, 2012)

### **Procedimiento.**

Esta investigación se llevó a cabo en dos colegios de orden distrital, con estudiantes del grado once que tuviesen una permanencia igual o mayor a seis años en esta comunidad. El primer paso para la realización, fue la solicitud de participación a los rectores de estas instituciones, posteriormente los consentimientos y asentimientos informados para padres y estudiantes menores de 17 años, con quienes se realizó, un pilotaje mediante entrevistas semi estructuradas que pusieron a prueba las categorías teóricas elegidas inicialmente para el abordaje de la investigación. Posteriormente, se revisó y ajustó el diseño de las categorías, preguntas y estrategias empleadas, para luego determinar los informantes en el estudio; a partir de estos resultados, se escogió la muestra de 60 estudiantes que mostraron interés por participar en la investigación; se eligieron los grupos focales, mediante el diligenciamiento de una encuesta sociodemográfica, en este caso la encuesta STEPS de la OMS, 2010. Estos mismos grupos conformados por 12 estudiantes se reunieron en un aula adecuada del IED Gerardo Molina, donde con permisos de los actores y sus representantes legales, donde se les grabara en audio y video, escuchando su percepción en cuanto a contexto socioeconómico y el manejo de las prácticas de actividad física escolar en la UPZ 71. Estas evidencias sirvieron como insumo para la investigación, donde por medio del programa Atlas ti, se analizaron las transcripciones y se hizo un análisis de contenido, de allí surgieron categorías principales y emergentes, con tendencias específicas y en común que posteriormente se contrastaron con la literatura. Según Piñuel (2002), los análisis de contenidos cualitativos, buscan regularidades y diferencias en el texto y el tratamiento de contenido de la comunicación concluyendo con una caracterización común de la población.

## Categorías de análisis

Categoría	Definición	Subcategoría	Definición	Eje de indagación
Actividad Física	la actividad física consiste en el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento del gasto energético, así mismo casi siempre es un practica social, ya que es un medio para interactuar con otras personas y su vez es una experiencia y vivencia personal que nos permite conocernos a nosotros mismos y aceptar nuestras limitaciones; valorar la actividad física como medio para conseguir diversas consecuencias socialmente consideradas como saludables, aceptar nuestro propio cuerpo y el de los demás, asociado con el disfrute del medio ambiente, serian algunas de las sensaciones saludables vinculadas al proceso de la práctica de la actividad física. (Samaniego, 2003)	Conceptos	<p>Pérez y Devis (2003) “la actividad física se considera fundamentalmente una experiencia personal y una práctica sociocultural, enfatizándose en el beneficio y en el bienestar de las personas, las comunidades y el medio ambiente.</p> <p>(Ruíz, 1996) Plantea “La sensación de bienestar que puede desarrollarse a partir de la práctica del ejercicio físico es uno de los factores vinculados con la salud psicológica que pueden incluirse dentro de los planteamientos de una actividad física orientada hacia la salud”.</p> <p>Según (Mella, 2004). La actividad física consiste en interactuar con nuestro entorno utilizando el movimiento corporal. Desde una óptica funcional, la actividad física consiste en el movimiento corporal de cualquier tipo producido por la contracción muscular y que conduce a un incremento del gasto energético... asimismo casi siempre es un practica social, ya que es un medio para interactuar con otras personas y su vez es una experiencia y vivencia personal que nos permite conocernos a nosotros mismos y aceptar nuestras limitaciones</p>	<p>-Cuál es su concepto de actividad física.</p> <p>-Para que, sirve la actividad físicas según su propia, experiencia.</p> <p>- Que lugares reconoce seguros para realizar actividades físicas</p>
		Objetivos de la actividad física	Valorar la actividad física como medio para conseguir diversas consecuencias socialmente consideradas como saludables, aceptar su propio cuerpo y el de los demás y el disfrute del medio ambiente serían algunas sensaciones saludables vinculadas al proceso de práctica de actividad física. (Samaniego, 2004)	<p>Qué objetivos conoce de la actividad física.</p> <p>-¿Cómo relaciona la actividad física con la condición de salud?</p>
		Beneficios de la	Son innumerables los trabajos que le dan	¿Qué beneficios reconoce

		actividad física	atribuciones positivas a la actividad física relacionada con la salud, Samaniego (2003), Sánchez Bañuelos (1997), Pérez y Devis (2003) la participación regular en la actividad física promueve la buena salud y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares y recomienda 60 minutos diarios como mínimo durante todos los días (OMS, 2010)	en la práctica de actividades físicas? Según su propio concepto, ¿Qué es salud? ¿Considera que la actividad física trae beneficios para la salud y el desarrollo integral de las personas? ¿Qué relación existe entre la actividad física y la salud de las personas?
		Imaginario de la actividad física	Propuesta intencionada de formación de un cuerpo productivo, dócil y disciplinado. Imaginarios que no sólo se recrean en la vida cotidiana de la escuela, sino que se permean en la ecología de múltiples mediaciones (familia, barrio y medios de comunicación) imaginarios del joven Colombiano. (Peña, 2005)	¿Qué tipos de actividad física conoce?, defínalas según su propio concepto. ¿Qué actividades, conoce como propias de AF?
		Prácticas de actividad física	La promoción de la actividad física considera especialmente las formas utilitaria y recreativa. La actividad física utilitaria comprende las actividades que se realizan en las diferentes esferas de la vida para cumplir con las obligaciones diarias e implican movimiento en las tareas del hogar, en el trabajo, la escuela, otros. En cambio, la actividad física recreativa se realiza en el tiempo libre con fines de distracción y placer (caminar, bailar, jugar, correr, patinar, etc.). Por último, la actividad física deportiva se realiza a través de diferentes disciplinas deportivas y está regida por normas cuyo fin es la competición. (Domizio, 2011)	¿Qué prácticas de actividad física realiza a diario. En qué lugar o lugares del barrio realiza sus prácticas diarias. Con que persona o personas realiza las actividades diarias ¿Cuáles son las prácticas de AF regulares en su comunidad?
		Experiencias en actividad física.	La actividad física se compone de todos los movimientos de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas, va más allá del deporte y sobretodo del deporte competitivo", así lo ha señalado la Organización Mundial de la Salud. Para efectos de los planes y programas analizados, se entiende por actividad física la energía que se consume por el movimiento del cuerpo de las personas en aquellas acciones que éstas	¿Cuáles son las barreras y oportunidades, para la práctica de AF, en su localidad?  ¿Considera apropiados los lugares que frecuenta para realizar AF, por qué?  ¿Cuál sería el lugar ideal para la práctica de AF?

			realizan en diferentes esferas de su vida diaria. (Domizio, 2011)	
--	--	--	---	--

Cuadro 2. Categorías de Actividad Física

Categoría	Definición	Subcategoría	Definición.	Ejes de indagación
Condición Socioeconómica.	Definición más cercana a las teorías del conflicto - de base marxista - en donde la desigualdad socioeconómica es producto de la organización social. Arellano G	Estrato social	La estratificación socioeconómica es el mecanismo que permite clasificar la población en distintos estratos o grupos de personas que tienen características sociales y económicas similares, a través del examen de las características físicas de sus viviendas, el entorno inmediato y el contexto urbanístico o rural de las mismas". (CONPES, 2005)	De acuerdo a los servicios domésticos de su vivienda, en que estrato se encuentra ubicada su residencia.
		Ingreso mensual	En general, el ingreso del hogar se define como la suma de los ingresos de todos sus miembros y los que se captan de manera conjunta, tanto en efectivo como en especie. En este marco, los dos principales conceptos de ingreso familiar son el ingreso total del hogar y el ingreso disponible del hogar. El ingreso total del hogar es igual a la suma de los ingresos formados por: Marco conceptual para la medición del empleo... (a) los sueldos y salarios en dinero y especie, las contribuciones de los empleadores a la seguridad social y a planes similares (cajas de pensiones, seguros de enfermedad, etc.), y la renta empresarial bruta de sociedades no incorporadas, (b) la renta de la propiedad (constituida por la renta imputada de los ocupantes de sus propias viviendas, intereses, dividendos, rentas, regalías, patentes, derechos de autor, y otros similares), y (c) las transferencias corrientes y otros beneficios recibidos (que incluyen los ingresos de beneficios de la seguridad social, pensiones y beneficios de seguros de vida y otras transferencias corrientes. (Robles, 1999)	A cuanto equivalen los ingresos mensuales de los miembros de la familia en especies y en efectivo disponible para los gastos del hogar.
		Acceso a la vivienda.	Existen toda otra serie de indicadores sociales que nos señalan que en esos extensos barrios marginados de América Latina más del 50% de la población vive en malas condiciones habitacionales y de salubridad con elevada tasa de propietarios, que poco nos dice sobre las realidades habitacionales. (Clavijo. S, 2004)	La vivienda donde habita actualmente usted es propia, alquilada o familiar?

Cuadro 3. Categorías de Condición Socioeconómica

**Consideraciones éticas.**

Este estudio da cumplimiento a lo establecido en la resolución 8430 de 1993 en su artículo 11, el cual establece que es una investigación sin riesgo, al emplear entrevistas por medio de grupos focales a los sujetos de investigación, lo que no representa un riesgo para los participantes, de igual forma esta investigación de tipo cualitativo fue aprobada por los comités de ética de la Universidad Santo Tomas y la Universidad el Rosario respectivamente; se les solicitó permiso a las 2 instituciones educativas participantes y sus respectivos rectores, y a los estudiantes de grado once participantes quienes firmaron previamente el consentimiento y asentimiento informado.

## Resultados.

De acuerdo al análisis de contenidos de los grupos focales, la información recolectada se contrastó con la literatura referenciada y posteriormente organizada mediante el software Atlas ti, donde se clasificó la información según el número de citas relacionadas con las categorías principales y las categorías emergentes, que son el resultado de los elementos transcritos, lo cual sirvió como insumo para identificar las tendencias en común, como lo podemos observar en el siguiente gráfico.

<b>CODIGO</b>	<b>CATEGORIA</b>	<b>RELACIÓN</b>
<b>AF</b>	ACTIVIDAD FÍSICA	58
<b>CLT</b>	CULTURA CIUDADANA	6
<b>CSE</b>	CONDICION SOCIOECONOMICA	9
<b>CV</b>	CALIDAD DE VIDA	24
<b>PR_DP</b>	PRACTICA DEPORTIVA	50
<b>PR_EF</b>	PRACTICA EDUCACIÓN FÍSICA	25
<b>CSE_EST</b>	CONDICION SOCIOECONOMICA ESTRATO	29
<b>SL</b>	SALUD	20
<b>IMG_BL</b>	IMAGINARIO BIOLÓGICO	27
<b>IMG_DP</b>	IMAGINARIO DEPORTIVO	27
<b>IMG_EST</b>	IMAGINARIO ESTÉTICO	14
<b>IMG_IM</b>	IMAGINARIO INGRESO MENSUAL	8
<b>LD</b>	LÚDICA	7
<b>IMG_PR</b>	IMAGINARIOS PRACTICAS DEPORTIVAS	37
<b>IMG_SG</b>	IMAGINARIO SEGURIDAD	28
<b>CSE_VV</b>	CONDICIÓN SOCIO ECONÓMICA	24

	VIVIENDA			
CSE_IF	CONDICIÓN	SOCIO	ECONÓMICA	4
	INGRESOS FAMILIARES			

Tabla 1. Codificación por categorías.

Este análisis de las categorías y subcategorías, evidenciaron los imaginarios que los sujetos tienen a cerca de la práctica de AF y giran en torno a los conceptos de lo biológico, lo lúdico y lo social, pero principalmente en lo deportivo, donde la mayoría de los estudiantes ubicaron a la actividad física; sin embargo en la asociación que se hizo a cerca de los objetivos y fines de esta misma, apuntó hacia lo estético, donde el imaginario común fue el “tener buen cuerpo” como medio de aceptación social, para hacer ejercicio, seguido del concepto de salud y bienestar. De este mismo análisis surgieron categorías emergentes como el de seguridad, donde la mayoría de la población la ubicó como barrera para no practicar deporte ni hacer AF, seguido por la poca cultura ciudadana que se tiene en la comunidad y el uso inadecuado de los medios de comunicación. Otra categoría que surgió en la investigación fue la clase de educación física como facilitador para la práctica, los programas de la secretaria de educación por medio del proyecto 40X40 y el contexto familiar donde se desarrollaban los sujetos. A continuación revisaremos cada uno de esos aspectos de relevancia para la investigación.

## **Imaginarios de la actividad física.**

El imaginario es la construcción activa que hace el individuo de toda su realidad y forma parte importante para entender todo lo que sucede a su alrededor, desde su propia vivencia y relación con los demás sujetos. Los imaginarios de los estudiantes en colegios distritales de la localidad de Suba giran en torno a lo biológico, lo deportivo y lo social, lo cual indica que el objetivo de la realización de prácticas tiene muchas variables para cada uno de ellos; en el ámbito de entender la actividad física desde lo biológico la OMS considera la actividad física como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía”. Para los estudiantes este aspecto lo asocian con **la salud y el bienestar**, siendo estas las categorías que emergen en sus discursos, como por ejemplo:

*“Yo creo que actividad física no solo es el deporte que se realiza, el ejercicio que se realiza, sino, que es, más que todo el diario vivir, pues entonces nosotros practicamos actividad física en la medida en la que no somos sedentarios, si no, que digamos, el subir unas escaleras, entonces ahí, ya se está practicando un cierto rango de actividad física; que tuvo que correr para coger el bus entonces ya es otro rango de actividad física y cosas así entre el diario vivir.” P 4: Grupo focal 6.docx - 4:2*

*“Para mí la actividad física es un proceso mediante el cual se pone en funcionamiento el cuerpo, un funcionamiento elevado para que queme las calorías, para que no se vuelvan grasa y todo ese cuento.” P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:6*

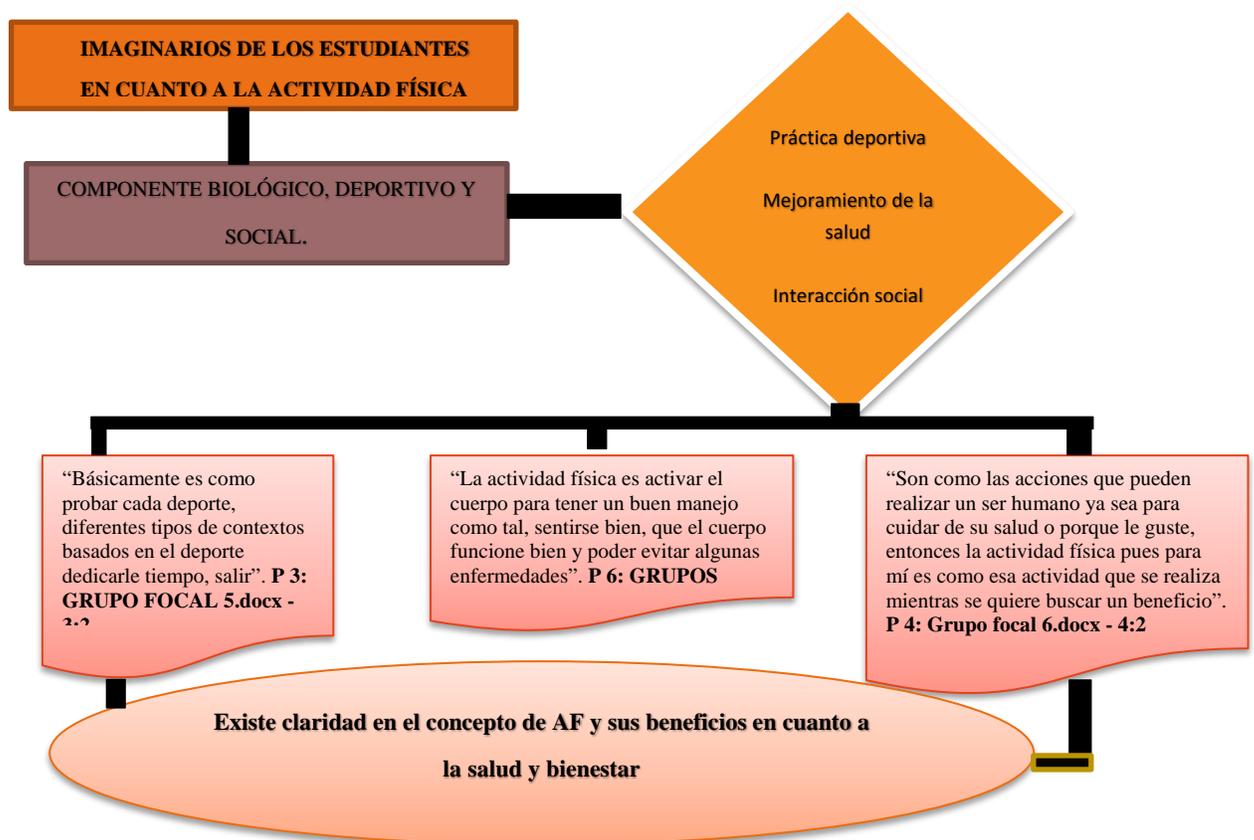
En cuanto a los imaginarios de **actividad física como deporte**, los estudiantes relacionan la práctica con el gasto energético y expresan que no desarrollar ningún deporte grupal o individual convierte a las personas en sedentarias, apartándose del concepto biológico y

centrándose únicamente en la ejecución deportiva. Además entienden que la actividad física deportiva se realiza a través de diferentes disciplinas deportivas y está regida por normas cuyo fin es la competición.

*“El trotar, saltar, patinar, ciclismo, ir a un gimnasio, voleibol, fútbol, baloncesto, la natación, el tenis, todos los deportes, eso para mí es actividad física” P 2: GRUPO*

*FOCAL 3.docx - 2:4*

*Fig. 1. Imaginarios de los estudiantes a cerca de la AF.*



*En la Fig. 2. Se evidencian que los imaginarios giran en torno a lo biológico, lo deportivo y lo social. Los estudiantes entienden los beneficios de la AF, siendo la salud y bienestar ejes fundamentales para mejorar la calidad de vida.*

La actividad física entendida como *medio de interacción social*, se fundamentan en la diversión, en la lúdica y en compartir actividades con amigos y familiares, lo cual genera una integración y una mejor adherencia para practicar cualquier tipo de actividad, siempre y cuando esté presente el goce y la sana convivencia, “la actividad física se compone de todos los movimientos de la vida diaria, incluyendo el trabajo, la recreación, el ejercicio y las actividades deportivas, va más allá del deporte y sobretodo del deporte competitivo” (Domizio, 2011) y así lo entienden muchos de los participantes en la investigación:

*“A mí me motiva el hecho de ver a mis compañeros divirtiéndose y riéndose, entonces uno como que quiere estar igual. Me gusta pasarla con mi familia y pasarla chévere”.* **P 6:**

**GRUPOS FOCALES.docx - 6:27**

Parte importante para los estudiantes, en cuanto a los conceptos de actividad física, es la diversión y la convivencia, algunos enfoques giran en torno a lo deportivo o a lo social, pero en general la asociación que ellos tienen de estos mismos, son los beneficios que conlleva el realizar cualquier actividad física que mejore su bienestar y calidad de vida. La sensación de bienestar forma parte muy importante para la mayoría de ellos, los imaginarios tienden a ser más fundamentados por la propia vivencia y al desarrollo dentro de su contexto, el temor a padecer alguna enfermedad o disminuir el riesgo y no a los aprendizajes de la escuela.

*“para mí la actividad física es un beneficio para el cuerpo, y pienso que también para nuestra mentalidad, para esforzarnos... para inspirarnos”.* **P 6: GRUPOS**

**FOCALES.docx - 6:2**

El divertirse durante la práctica de la actividad física forma una parte esencial para ellos, además señalan que de los pocos espacios que tienen para sentirse bien, este es uno de gran importancia, el compartir con los compañeros, la familia y los amigos, hace que olviden sus problemáticas y los fortalece mentalmente.

*“me parece que sirve como integración de la familia, por ejemplo tengo hermanos pequeños y a ellos les gusta que los lleven al parque, e incluso a un hermano pequeño le gustan los campeonatos de futbol, y disfruto mucho acompañarlos”.* **P 6: GRUPOS**

**FOCALES .docx - 6:27**

Lo anterior permite resaltar que los imaginarios de los estudiantes que participaron en la investigación giran en torno a la interacción que cada uno tiene con su contexto - la escuela y las sensaciones que pueden representar de una u otra forma, las diferentes formas de expresión del ser humano cuando realiza cualquier actividad consciente o inconscientemente.

*“Las nuevas generaciones, por ejemplo, los adolescentes están pendientes del fitness, de estar bien, por ejemplo, uno en la televisión ve eso, entonces como que uno lo quiere hacer, también los adultos mayores hacen deporte, entonces uno como que le dan ganas de hacer*

*deporte. Los adolescentes ahorita se preocupan mucho por la moda, algunos se preocupan más que todo por montar cicla, pero hay muchos que les gusta el futbol y todo eso, entonces son muy pocos los que se preocupan por tener una vida sana, activa” P 6:*

**GRUPOS FOCALES.docx - 6:51.**

### **Beneficios de la práctica de actividad física.**

Con relación a los beneficios que se obtienen en la práctica de actividad física, se relaciona principalmente al mejoramiento de la salud, disminución en el riesgo de padecer enfermedades, el desarrollo integral de la persona, el mejoramiento y fortalecimiento corporal desde la parte estética, controlar el sobrepeso y la obesidad, la buena nutrición, el aumento del autoestima, la disminución del estrés y ante todo una autoconfianza para la interacción con los demás.

*“Tener una buena salud y un buen estado físico, una vida sana, sentirse uno bien”. P*

**1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:42**

*“Lo mantiene a uno saludable, lo mantiene a uno estable, tiene uno más posibilidades de tener una vida sana, segura me refiero a que no estar en ese miedo de padecer una enfermedad o de que algún momento le dé un ataque cardiaco a la persona por mantenerse en muy mal estado físico”. P 1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:78*

Para los estudiantes uno de los beneficios de practicar actividad física es el **componente estético**, siendo esta la categoría que emerge en la mayoría de los discursos de

las mujeres; el verse bien y sentirse bien consigo mismo, proporciona una estabilidad emocional y social que se ve reflejada en la sana convivencia, sin embargo piensan que la publicidad lleva a los extremos, observando el cuerpo como un artículo de consumo para encajar en una sociedad, por otro lado muchos entienden que el realizar ejercicio para mejorar estéticamente no tiene nada de malo siempre y cuando se enfoque para el mejoramiento de la salud y los buenos hábitos nutricionales.

*“El verse y sentirse bien, el estar bien físicamente y mentalmente. Alimentarse bien”. P 4:*

***Grupo focal 6.docx - 4:51***

*“Yo creo que es por nuestro físico, y también creo, que es por la sociedad, porque la sociedad se fija en el cuerpo de uno, y se fija si uno tiene cuerpo bonito o no, y se crea el imaginario de “yo quiero tener el cuerpo de ella, o algo así”, también tiene que ver el gusto por la actividad, y uno quiere mejorar y estar con sus amigos; entonces es como una parte para poder estar con sus amigos y poder compartir”. P 6: GRUPOS*

***FOCALES.docx - 6:23***

Lo anterior hace parte primordial en el individuo, le da un imaginario de bienestar y de aceptación, lo ayuda a sentirse parte de un grupo y a encajar en la comunidad, siendo la *imagen corporal* un parámetro para sentirse bien consigo mismo, que influye en la autoestima, estableciendo una relación entre la percepción de bienestar y la integración social, donde la belleza está ligada a la salud y al desarrollo de la personalidad, siendo los medios de comunicación, como lo son la televisión, redes sociales y revistas gestores directos de una publicidad directa por mantener un cuerpo esbelto y una figura atlética, sin

importar que métodos se utilicen para llegar a lograr el objetivo; sin embargo este imaginario de corporalidad tiene aspectos que van en el detrimento de la salud y el bienestar por poseer características donde los sujetos no relacionan los conceptos de actividad física, deporte y alimentación como eje central para lograr un cuerpo atlético y se enfocan en conceptos de cirugías estéticas y otras técnicas que ven en los medios de comunicación como una salida fácil y sin esfuerzo para obtener lo que se quiere.

### **Educación física.**

La educación física es la disciplina pedagógica que mediante la actividad física, tiende a la eficiencia del movimiento desde las habilidades motrices más simples hasta las más complicadas, con la finalidad de propiciar y conservar el equilibrio de la capacidad funcional del educando (Ramos, 2009). En la investigación se encontraron diversos puntos de vista en cuanto a la educación física, desde la óptica de aquellos que ven la clase como una salida a la monotonía de las otras áreas, hasta los que la perciben como un espacio de formación deportiva; sin embargo muestran interés por esta misma, por poseer una dinámica diferente con respecto a las demás áreas, establecen relaciones sociales, entienden los beneficios de las prácticas desarrolladas con respecto al mejoramiento de la salud y el bienestar. No obstante, la mayoría de estudiantes solo se limita al desarrollo de la clase en los espacios institucionales y dependiendo de un juicio de valor por parte del docente.

*“Referente a los deportes, por medio del colegio en la hora de educación física y a veces en los descansos la realizo, pero no es que uno diga, bueno el lunes y el martes voy hacer*

*educación física; no si no cuando uno puede ir; o después de clase”. P 3: GRUPO FOCAL*

**5.docx - 3:9**

El papel de las clases de Educación Física, desde un prisma fisiológico, con las dos sesiones semanales de esta asignatura no es suficiente para generar los procesos de compensación, por tanto, el ejercicio físico realizado durante las clases obligatorias de Educación Física es insuficiente para el desarrollo de una condición física orientada hacia la salud (Bañuelos F. S., 1996), pero sirve como estrategia para que la práctica se realice en otros espacios:

*“Pues acá en la institución podemos encontrar actividades en la clase de educación física, podemos también entre semana, al descanso en la cancha principal, ir al gimnasio que se encuentra en el colegio y pues por fuera en mi caso ir al polideportivo de la Gaitana, el polideportivo de Tibabuyes, fontanar, las canchas de la 80 y hay un parque hay cerca de mi casa que se llama parque el triángulo a practicar deportes” P 1: GRUPO FOCAL*

**2.docx - 1:28**

Las clases de educación física según los estudiantes son un espacio de distracción y escape de la monotonía, sin embargo, las estudiantes se refieren a la discriminación que hay dentro de estas mismas, ya que creen que estas están estructuradas más para los hombres que para las mujeres, como lo muestra la siguiente opinión.

*“De hecho cuando hay clases de educación física uno hace las cosas, pero pues es que a uno de mujer se le dificulta más que un hombre coger un balón. Pero, los trabajos que son en cuanto a las clases. En cuanto a los parques si hay actividades, estas son más para hombres que para mujeres”* **P 2: GRUPO FOCAL 3.docx - 2:35**

Los imaginarios de la clase están sujetos a ciertas características que van desde la percepción de la escuela, la familia, los pares y los medios de comunicación. En la escuela tenemos la influencia del docente y las temáticas, aun así es difícil salir del autoritarismo del adulto y del docente, ya que este sistema educativo está proyectado para la edad adulta, regido por la repetición de conceptos más de tipo deportivo que de relación social.

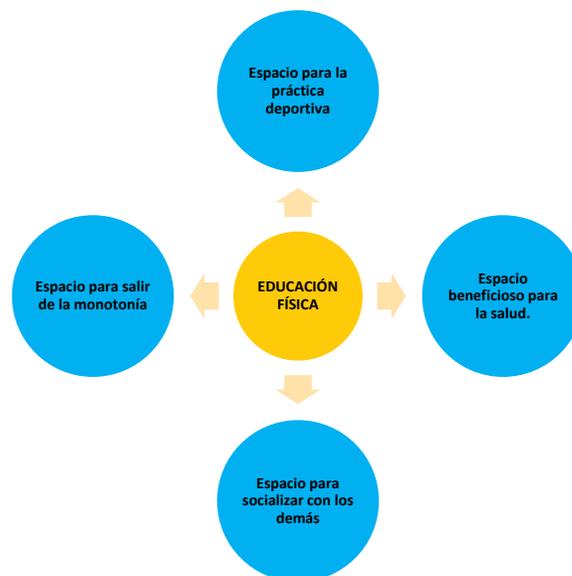
*“Como tal las actividades son muy buenas, pero pasa un tiempo en el que todo empieza a ser lo mismo que en la clase anterior, corremos y en la otra igual. Hace un tiempo un profesor hizo algo diferente adentro del colegio, en ocasiones salíamos, pero ahorita hemos caído como en lo mismo, en que si al profesor le gusta ese deporte solo va a ser ese en las clases, casi todo el año más o menos el 80% de las clases van a ser exclusivamente de ese deporte y lo que nosotros queremos, no es tenido en cuenta”.* **P 3: GRUPO FOCAL 5.docx - 3:44**

Varias son las opiniones acerca del buen uso de los espacios y del material didáctico, muchas veces estos materiales de apoyo se limitan a su utilización dentro de la clase y son los mismos estudiantes quienes tienen que llevar material para aprovecharlo en el tiempo libre y descansos. Esta problemática que resalta la población es muy común en las instituciones:

“Más aprovechamiento del material que el docente no usa, que haya variedad en las clases que no sean repetitivas, también sería muy bueno que a los estudiantes nos dejaran innovar porque hay deportes que no se practican, que los practicantes sean partícipes de los deportes a gusto”. **P 3: GRUPO FOCAL 5.docx - 3:46**

Con base a lo anterior, sobresalen ciertos aspectos de la clase en educación física, donde los estudiantes perciben esta clase, como *espacios para la diversión, la socialización, la práctica deportiva y el mejoramiento de la salud*, además cuestionan las temáticas aplicadas la estructura de las temáticas, las diferencias de género en cuanto a los desarrollo de los programas y el uso de los recursos materiales por parte de la institución educativa.

Fig. 2. percepción de la clase de educación física.



En la Fig 2, se observa como los estudiantes relacionan la clase de educación física como un espacio para salir de la monotonía de las otras clases, para socializar con los compañeros por medio de las actividades deportivas y un espacio beneficioso para la salud.

### **Prácticas relacionadas con la actividad física.**

La práctica de actividad física depende de muchos factores entre los cuales se encuentra el contexto que rodea a la persona; el realizar actividades con la familia, los amigos y los compañeros, aumenta el goce y el disfrute de ejercitarse, sin embargo, los estudiantes tienen la percepción de que AF es, la práctica deportiva y no asocian actividades de la cotidianidad, como caminar, hacer oficios de la casa, la lúdica, el juego y el baile, que también forman parte de esta misma y del interactuar en una sociedad. Para ellos el concepto de gasto energético solo se da en las actividades de alto impacto, como el fútbol, el baloncesto o voleibol y hacer rutinas en el gimnasio, siendo estos los insumos para crear nociones, conceptos o imaginarios con base a lo que es la actividad física, sumado a conceptos de una sana alimentación y ante todo a la disciplina deportiva.

*“Mi hermana está en patinaje ella entrena y yo la acompaño, a mí me parece que es como tener más disciplina uno desde pequeña es más juiciosa y es más constante de su nutrición y todo entonces es importante” P 5: GRUPO FOCAL SUBA 004.docx - 5:9*

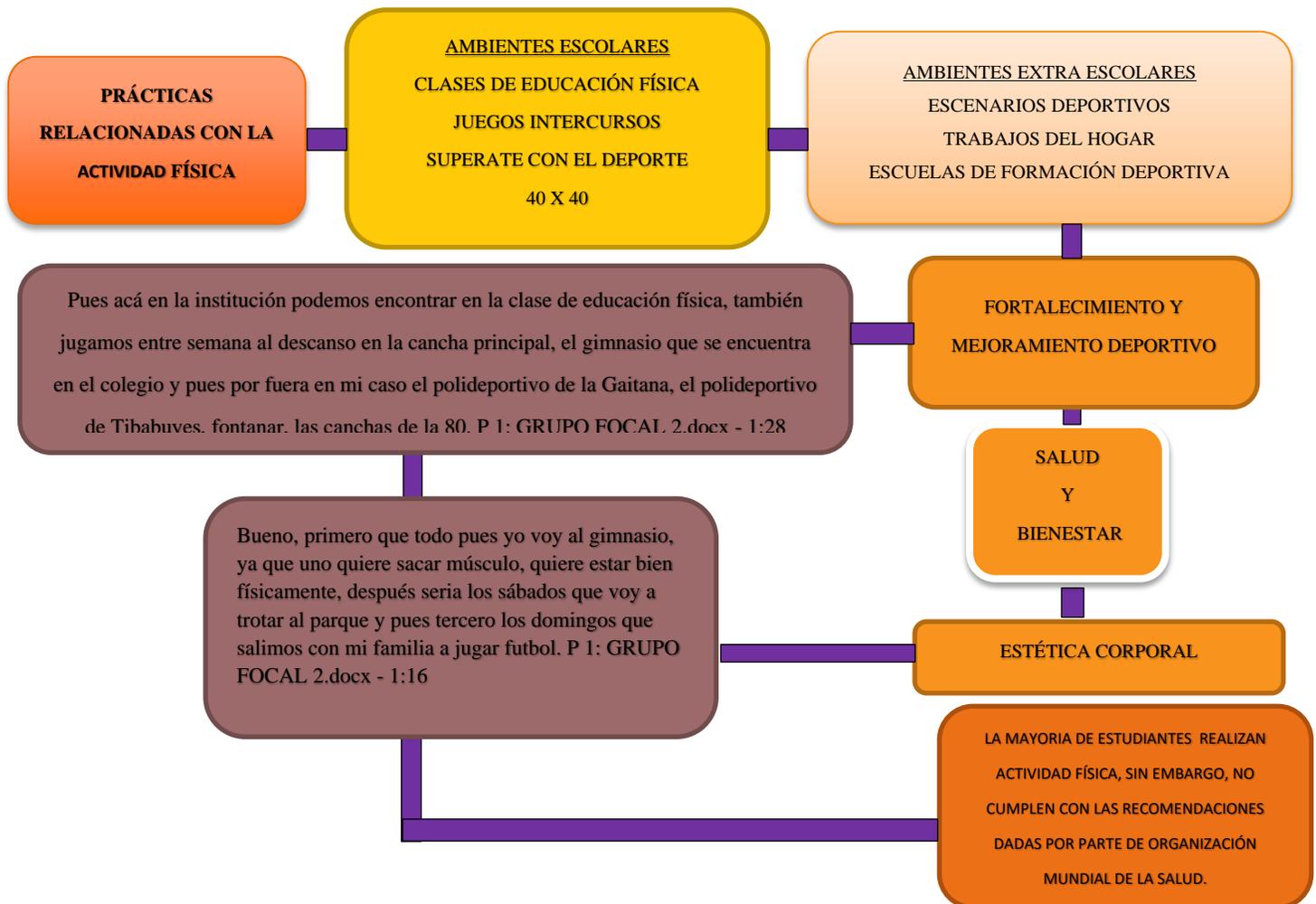
Se puede evidenciar que las posibilidades que el medio y el contexto social le facilitan en cuanto a las herramientas para el desarrollo de estas actividades, son facilitadores y potencializadores de la actividad física; no solo el concepto, técnica y fortalecimiento en el desarrollo motor, que bien pueden adquirir en la escuela estimulan los aprendizajes, sino todo lo que viven diariamente con sus amigos, familiares y personas que los rodean, para aprender estos saberes.

*“Pues yo practico ciclismo todos los días, acá en el colegio, practico micro futbol, a veces baloncesto, voleibol y actividades físicas, en la casa flexiones de codo y todo eso me sirve para cuidarme físicamente”*. **P 1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:19**

Los aprendizajes están más ligados al lugar y a la gente que genera confianza, a los espacios donde no son sugestionados por una nota o valoración y aquellos espacios que se puede hacer práctica libre cerca de su casa con apoyo de personas ajenas a la institución educativa y proyectos de los entes deportivos locales y distritales.

*“ También hay niños que practican deportes, digamos allá cerca, lo que es en San Andrés practican todo lo que es porras en niños pequeños, también futbol, micro futbol, basquetbol pues como que le enseñan lo básico pero pues también tienen lo que son esas ayudas”*. **P 1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:45**

Fig. 3. Prácticas relacionadas con la AF.



Para los estudiantes es importante la construcción de aprendizajes por medio de su contexto social, el realizar actividades con familiares y amigos proporciona un disfrute de estas mismas, y son las actividades extraescolares las que fortalecen más esta construcción. (Fig. 3).

En el marco de la cantidad de tiempo dedicado para estas actividades encontramos que la población estudiantil cumple en su mayoría con prácticas que son de manera inconsciente, es decir que se ejecutan en la *cotidianidad* y no como un desarrollo claro para

el mejoramiento de la salud, “la participación regular en la actividad física promueve la buena salud y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares, y recomienda 30 minutos diarios como mínimo durante todos los días” (OMS, Actividad física, 2010).

*“Yo practico dos horas y media entre tres horas, no todos los días. ¿Qué haces?”*

*Hay veces que salgo como a jugar futbol y deportes que se hacen en el colegio”. P 4:*

**Grupo focal 6.docx - 4:16**

*“Yo si levanto pesas cada fin de semana en dos horas y media más o menos. Le dedicaba antes ahora no, como es que yo camino a todo lado yo prefiero caminar pues es muy lejos pero lo hago, prefiero caminar a subirme en un transporte” P 4: Grupo focal 6.docx -*

**4:17**

### **Facilitadores para la práctica de actividad física.**

En este estudio se destacaron dos facilitadores con respecto a los demás, los cuales son el acceso a los escenarios deportivos públicos y privados que cuentan con vigilancia y los espacios escolares, que son aspectos socio demográficos que contribuyen a la práctica. En un estudio realizado por Miriam Gutiérrez en la provincia de Cuenca, España, determina que la percepción del entorno influye en los hábitos de actividad física de los escolares de la provincia de Cuenca. Para conseguir cambios en la actividad física de los escolares son necesarias estrategias específicas que tengan en cuenta el ambiente urbano donde estos viven (Zorzona, 2014), el vivir cerca a estos lugares aumenta la actividad física en los sujetos.

*“En el parque de plaza Imperial esencialmente es una cancha de baloncesto, de micro, está el parque para los niños, la pista de patinaje, circulo para ciclismo también hay una zona verde y me queda cerca para ir” . P 1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:35*

Los espacios determinados para la práctica deportiva, especialmente aquellos que son públicos y que se encuentran cerca de la vivienda de los estudiantes, posibilitan la práctica, pero, deben cumplir con ciertas características para evitar los problemas de inseguridad, lo cual puede constituirse en una barrera; el asistir acompañado de varias personas y asistir en horarios donde haya gran afluencia de público, permite que las personas estén más dispuestas para la realización de actividad física.

*“La lejanía si me afecta, porque por ejemplo yo no salgo en las mañanas, porque nosotros vivimos muy abajo y lo que ellos decían, la mayoría salen en la noche o en la mañana, para que no les dé el sol y es que da mucha pereza porque nosotros tenemos que caminar siempre para acercarnos a esos espacios” . P 4: Grupo focal 6.docx - 4:32*

Los aspectos determinantes, que identifican la población estudiantil, para el desarrollo de AF, son la vigilancia de los espacios y la disponibilidad de los materiales para la práctica, el tener varias estrategias como aeróbicos y grupos de formación deportiva, enriquece el uso de estos mismos, sin embargo priorizan la seguridad, por ser un factor que determina el bienestar a la hora de ejercitarse.

*“En el parque cerca de San Carlos, el coliseo, parque La Gaitana, Tibabuyes, saliendo hacia la ochenta hay un potrero que solo lo utilizan los fines de semana para hacer campeonatos de futbol. El parque “el piloto”, así le dicen y queda en Villa María, la Florida, un parque detrás de Subazar (interviene el maestrante indagando sobre la cercanía de estos lugares respecto a sus hogares ante lo cual ellos responden que el parque que queda más cerca es el de San Pedro; y señalan otros lugares donde hay alto riesgo de hurto, y en general sí quedan cerca)”. P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:15*

Una de las estrategias que proponen los estudiantes en esta investigación es la del encerramiento de los parques apoyados con la vigilancia permanente y acceso a tempranas horas del día para aprovechar al máximo los parques y se genere una cultura del cuidado, problemática que va en contra de las políticas distritales, en cuanto a los espacios de libre acceso a nivel comunitario, pero que según ellos aumentaría la confianza para realizar actividad física y que podría aumentar la práctica de actividad física.

*“Cerrado pero accesible que tenga sus respectivas horas y que sea para todos, que tenga también sus espacios adecuados para los niños pequeños, a ellos también les gusta hacer mucho ejercicio y pues de pronto no les van a servir los mismos ejercicios y espacios para las personas adultas, que ellos también puedan ejercitarse”. P 4: Grupo focal 6.docx - 4:36*

Otro de los espacios que facilitan la práctica de la actividad física, para los estudiantes es la institución educativa, mediante la clase de Educación Física, los espacios como las

canchas múltiples y los programas de juegos inter cursos, juegos inter colegiados, y 40X40 programa de la secretaria de educación y el Instituto de Recreación y el Deporte IDR, en el cual los estudiantes asisten en jornada contraria ha fortalecido la fundamentación deportiva y mejorado la condición física de estos mismos.

*“Si porque en contra jornada uno podría venir al gimnasio o podría venir también a cursos para reforzar algo de lo que usted quiera hacer.*

Uno de los objetivos del proyecto 40X40 es mejorar la calidad de la educación y la formación integral al interior de los colegios públicos de Bogotá, aumentando la jornada escolar a 40 horas semanales a través de los procesos de formación en áreas como educación artística, actividad física, recreativa y deportiva, formación ciudadana, entre otras (Secretaría de Cultura, 2014). Y se ha fortalecido con las clases de educación física en las instituciones.

*“De parte de la institución.*

- *40x40*
- *Micro*
- *Inter cursos*
- *Supérate*
- *Gimnasio*
- ***Eso es gratis” P 2: GRUPO FOCAL 3.docx - 2:78***

### **Barreras para la práctica de actividad física.**

En la sociedad actual existen diversas causas para no realizar actividades físicas, toda población tiene su propia problemática que bien puede ser de manera individual o grupal, las principales causas que determinan la no practica de actividad física se debe a factores socioculturales, entre los cuales encontramos la inseguridad, la falta de espacios y material deportivo y también factores ambientales, sin embargo en un estudio realizado en Madrid, España, a cerca de motivos y barreras para hacer ejercicio y practicar deportes, indica que la edad y el género es un determinante para no realizar estos mismos (Rodriguez-Romo, 2009). En el presente estudio las estudiantes muestran cierta preocupación por percibir que las actividades que se realizan en la clase de educación física son más enfocadas al género masculino, ya que se caracterizan por estar estructuradas en deportes y ejercicios donde se requiere fuerza y desarrollo de habilidades propias de los hombres. Además las prácticas que se realizan en los contextos cercanos son enfocadas al baloncesto y micro fútbol, deportes que según el imaginario de ellas son desarrolladas por el género masculino y solo los aeróbicos muy pocas veces, consideradas actividades donde ellas se integran.

*“De hecho cuando hay clases de educación física uno hace las cosas, pero pues es que a uno de mujer se le dificulta más que un hombre agarrar un balón.*

- *Pero, los trabajos que son en cuanto a las clases, yo los hago. En cuanto a los parques si hay actividades que son más para hombres que para mujeres” P 2: GRUPO*

***FOCAL 3.docx - 2:35***

En el presente estudio una de las barreras, en las que estuvieron de acuerdo los estudiantes de las instituciones donde se realizó la investigación, fue la inseguridad, donde por diversas opiniones es el aspecto más relevante en cuanto a la práctica de actividad física, factores como el robo, la delincuencia y el consumo, sumado a la poca cultura ciudadana, están afectando a la decisión de realizar o no ejercicio, como lo entendemos en la siguiente cita:

*“La inseguridad. No hay las condiciones suficientes, además falta equipamiento en los parques, que presten un servicio mejor para hacer deporte, y que la gente los cuide mejor, porque de que sirve poner un parque si al otro día ya está todo rayado, todo pelado y le falta algo”.*

**P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:56**

La seguridad representa uno de los aspectos importantes en toda sociedad en cuanto al impulso que brinda al desarrollo, la confianza y el actuar de una manera libre según las normas de la misma sociedad. Sin embargo en la sociedad capitalina, una de las grandes debilidades es la falta de esta misma, por lo que convierte a la capital del país una de las ciudades con más altos índices de inseguridad en Colombia, según el Centro de Estudios y Análisis de Convivencia y Seguridad, en un informe en agosto del 2015 (CEACS, 2014). Lo anterior describe perfectamente el sentir de los estudiantes, viéndose identificados en estos resultados, y como de una manera casi cómplice la aceptamos.

*“Yo creo que robar está bien desde que lo dejen a uno en paz, si lo roban y no le hacen nada.... es preferible, pero en el caso de mi tía y mío nos cogen como a llevarnos, una*

*mujer tiene más peligros y eso perjudica mucho y tras del hecho las autoridades no hacen nada, entonces uno no puede actuar en defensa propia porque la denuncia va para uno”.P*

**6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:39**

Otro de los aspectos que están afectando la práctica de A.F. es el desinterés de la comunidad en cuanto aspectos que suceden a diario en la localidad, siendo indiferentes a los hechos que suceden a nivel social, como puede ser el consumo y venta de sustancias psico-activas y el daño que algunas personas causan a los bienes públicos.

*“Ya no hay cultura ciudadana, ni hay cultura como tal, lo pueden ver que le están haciendo algo a uno y no hacen nada, y es la gran mayoría” (cuenta una anécdota en la cual un consumidor intento raptarla y nadie intercede por ella). P 6: GRUPOS*

**FOCALES.docx - 6:41**

Aunque el temor que sienten las personas para realizar cualquier actividad es la inseguridad constante, a toda hora del día, lo que es un llamado a las autoridades correspondiente, para el buen desarrollo de la comunidad, los espacios deportivos son focos directos de consumo, bien sea por la falta de apropiación de su territorio y el sentirse ajeno o desinteresado por informar estas conductas antisociales en una ciudad que está sumida en el abandono de sus entes territoriales. Según Eire, los niños no son totalmente autónomos en sus decisiones; por tanto, las decisiones de los padres afectan la manera cómo los niños utilizan sus ambientes para la actividad física (Eyre. E, 2014). A lo que la mayoría de sujetos responde, que muchas veces los padres son los que no los dejan salir por temor a que les suceda algo:

*“La inseguridad, pues es que por lo general cuando una persona va a trotar o algo así tiende a llevar su música, para ir a su ritmo entonces no falta el que llegue y lo robe, a veces no me dejan salir por eso.*

*Es que es más como el miedo a salir solo, lo mejor es salir a un parque con variedad de gente o salir en grupo”.*

***P 4: Grupo focal 6.docx - 4:31***

*“¿Qué personas frecuentan esos lugares?*

*-los ñeros, los indigentes, las personas que venden droga,*

*-Si hay unos ñeros que van a hacer deporte, que llegan y juegan y lo pegan, se fuman el bareto. Pero estas personas juegan en las noches principalmente en las noches lo pegan y siguen muy bien”*

***P 5: GRUPO FOCAL SUBA 004.docx - 5:28***

El ejemplo que los padres pueden dar a sus hijos, queda opacado por las acciones que se llevan a cabo en los parques, donde muchas de estas mismas, no son acorde con la actividad que se debería realizar, es decir la exposición a ver al consumidor de sustancias o estar intranquilos por la inseguridad, forma una barrera que impide que los padres de familia no dejen disfrutar de estos espacios a sus hijos, bien sea por protección y por no permitir que sus hijos estén rodeados de estos ambientes.

*“El consumo de drogas, porque muchas familias llevan a sus hijos al parque y al ver consumidores se van”.*

***P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:31***

*“Atracos, uno no sabe y en cualquier momento sale un loco y por el celular le pega un tiro”. (Se refieren experiencias de asaltos a mano armada).*

**P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:36**

Un imaginario social de los estudiantes que intervinieron en la investigación es, que son más seguros los espacios privados, por brindar una mayor comodidad a la hora de realizar cualquier actividad física, además que estos mismos están mejor cuidados por el compromiso social que existe en de toda la comunidad, con base a que su funcionamiento está financiado por los recursos propios y en donde muchas veces el Estado también interviene, además, cuentan con material deportivo y actividades que están dirigidas por personal de apoyo. Al contrario, los espacios públicos no brindan estos beneficios y hay poco sentido de pertenencia en cuanto al uso y cuidado de estos mismos, ya que muchas veces son destruidos por la misma comunidad y son lugares que representan un alto grado de inseguridad, donde el estado no interviene.

*“Especialmente la seguridad está en los parques que son cerrados, en los parques que están abiertos son donde habita la inseguridad”.*

**P 1: GRUPO FOCAL 2.docx - 1:53**

*Otras barreras encontramos por ejemplo:*

- *Por el dinero*
- *El tiempo*
- *Digamos las personas que tienen hijos*
- *Los ñeros*
- *Si, pues es una barrera, si uno no va al parque a que lo roben”.*

**P 2: GRUPO FOCAL 3.docx - 2:58**

### **Influencia de las condiciones socio-económicas en la práctica de actividad física.**

La condición socioeconómica está ligada al estilo de vida que llevan las sociedades, cada individuo se acomoda a las características propias de su contexto, a su cultura, a la familia y en general a todo el entorno que lo rodea y hace parte de su cotidianidad; estas condiciones socioeconómicas segmentan a la población de acuerdo a sus ingresos, vivienda y a su poder adquisitivo (Romo., 2009).

*“Podría ser lo económico, qué a uno le guste el deporte pero no tiene recursos para pagar zapatillas, el balón, hay veces pude ser por esa parte”.* **P 3: GRUPO FOCAL 5.docx - 3:28**

Sin embargo cada individuo percibe de manera diferente su entorno (Pintos, 2001), es por esto que no se podría asegurar que poblaciones con ciertas características realicen actividades propias de su ambiente, no se puede afirmar que las personas que crecen en ambientes rodeados de violencia, lleguen a adquirir comportamientos iguales a los contextos donde creció o se desarrolló y que por su poder adquisitivo pueda comportarse de cierta manera, pero tampoco se puede concluir que no lo hagan y que su contexto no influyo en sus acciones; al investigar personas estamos expuestos a la subjetividad, a la percepción y al pensamiento de estos actores, es por esto que las posibilidades que el medio ofrece puede estar influenciando la calidad de vida, la salud, el aprovechamiento del tiempo libre y la actividad física que practican.

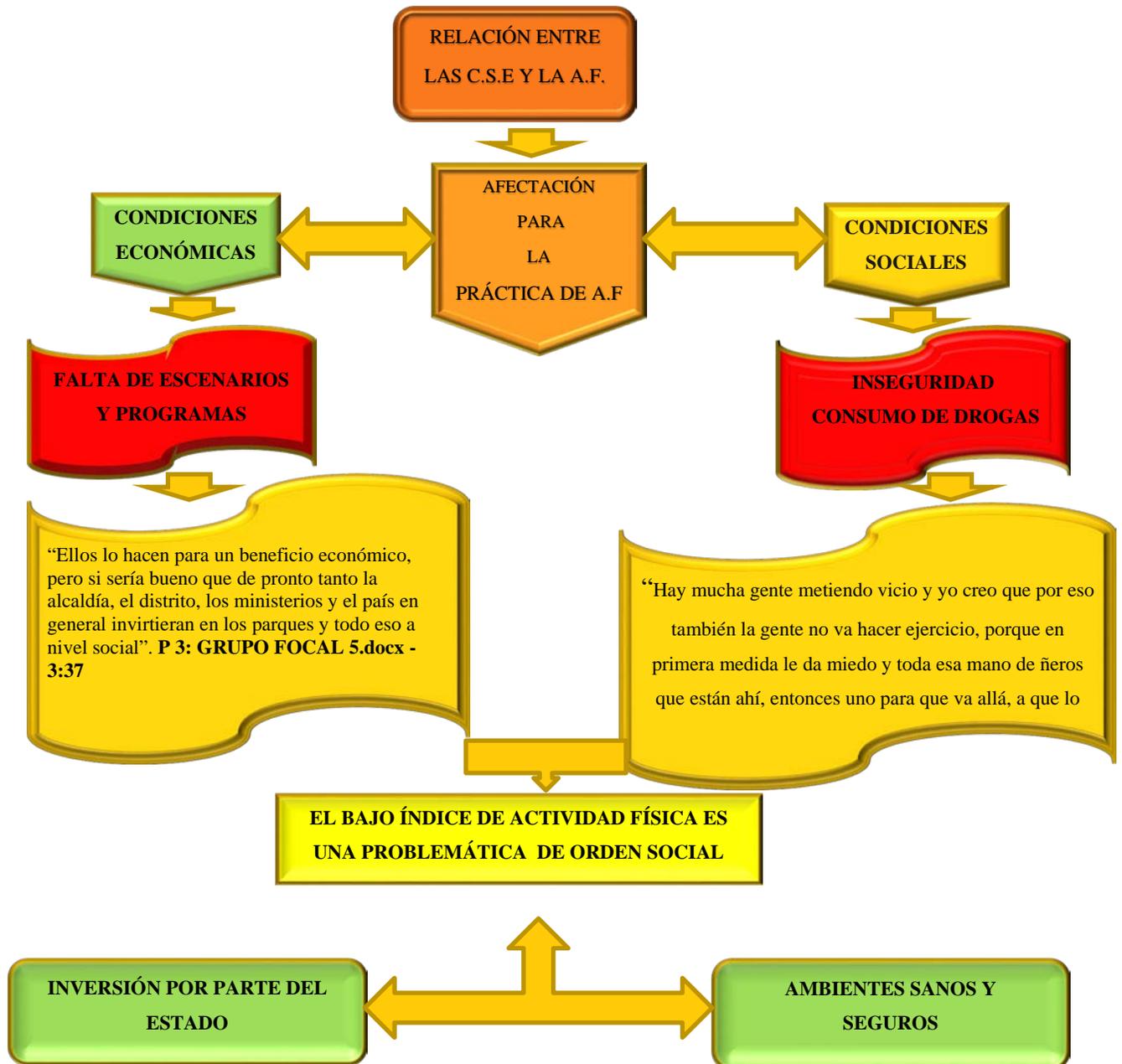
*“Lo mío, si son los recursos que a veces uno no disponga de un elemento para hacer el ejercicio, por lo personal me gusta el voleibol y uno casi acá no encuentra una cancha de voleibol, es tal vez ir muy lejos, hay veces ésta, pero no está la malla”.*

**P 3: GRUPO FOCAL 5.docx - 3:31**

“Hay dificultades económicas porque en algunos grupos se deben pagar mensualidades”.

P 6: GRUPOS FOCALES.docx - 6:3

Fig. 4. Relación entre CSE y AF.



Los estudiantes relacionan las condiciones socioeconómicas con la práctica de actividad física e identifican factores influyentes como los ingresos económicos, factor determinante en las prácticas, sin embargo es la inseguridad y el consumo de sustancias

psicoactivas, la preocupación más generalizada, y que permite un cuestionamiento de la intervención del estado y la responsabilidad personal, para mejorar estas problemáticas.

(Ver Fig. 4.)

Según la percepción de los sujetos que intervinieron en la investigación, se encuentra una gran influencia por parte de las condiciones socioeconómicas con respecto a la práctica de AF, si bien la influencia económica, en lo que respecta a los ingresos económicos, es una tendencia en común, para la no realización de actividades físicas, deportivas y lúdicas, por estar relacionada con el acceso a espacios equipados con material adecuado y dirección de personal profesional, es la seguridad la que más determina la práctica, ya que los sujetos tienen el imaginario de que la AF solo se realiza en los parques y espacios deportivos, y es solo una minoría la que busca ciertas soluciones a esta problemática y realizan las actividades de manera individual en espacios seguros como su propia vivienda, porque tienen conciencia de mejorar la salud y bienestar, y son estas mismas personas que encuentran relación con el cuidado personal en la parte estética, no encontrando afectación por esta misma en la distorsión de la imagen corporal, en su autopercepción, si no observando que lo estético es el resultado de mucha disciplina, cuidado y estilo de vida saludable, además cuestionan la intervención del estado en políticas públicas, donde se sientan incluidos y parte de ellas. Es con base a lo anterior, donde encontramos la determinación social de los sujetos, en cuanto a la responsabilidad individual, ya que no se conforman, con un ambiente adverso para la práctica, si no que buscan alternativas para lograr desarrollar las actividades beneficiosas para la salud y ante todo sentar una voz de protesta, para que mejore su entorno social, es decir que tienen una

percepción que sobrepasa la responsabilidad individual y lo llevan al trabajo comunitario o del ámbito social; contrariamente a lo que plantean la mayoría de los sujetos, que perciben un ambiente desfavorable para ejercitarse o realizar alguna actividad deportiva, culpando a la inseguridad y el consumo de sustancias psicoactivas y extrañamente son esta mayoría la que ve la parte estética como algo importante para la autopercepción y tienen el imaginario de que en las cirugías estéticas esta la solución a las problemáticas, si bien, se puede resaltar la influencia de las CSE, también se puede decir que la determinación social se evidencia en el cuestionamiento de los conceptos y construcciones que se hacen desde la escuela, en la elaboración de programas que escuchen las voces de los sujetos y ante todo la intervención del estado, proponiendo desde su óptica soluciones en cuanto a la inseguridad y a la falta de espacios deportivos . Los sujetos tienen intención de cambiar su entorno, no quieren ser absorbidos por el ambiente de inseguridad, la delincuencia y muestran su preocupación por mejorar su salud y no padecer enfermedades que han sufrido familiares y están dispuestos a sentar voces de protesta para ser tenidos en cuenta.

*“Si uno se propone, puede hacer el deporte en cualquier lado.... el trabajo interfiere, ya que no hay mucho tiempo y si como dice mi compañero los recursos, que no los hay” P 3:*

**GRUPO FOCAL 5.docx - 3:29.**

## **Discusión.**

La población estudiantil tiene claridad a cerca de los conceptos de AF, sin embargo muchos de estos imaginarios están asociados con la práctica deportiva; un bajo porcentaje identifica esta actividad con el gasto energético y con actividades del diario vivir; es aquí donde la importancia del concepto de Castoriadis acerca de los imaginarios cobra un valor significativo, donde estos son construcciones de los sujetos con base a las experiencias vividas; los sujetos asocian la actividad física, con los deportes que se realizan y las bases adquiridas en la escuela, en donde la mayoría de planes curriculares están sujetos a los deportes competitivos, como baloncesto, futbol, voleibol y en general actividades grupales e individuales. En estudios realizados en Popayán, Colombia a cerca de “los imaginarios del joven colombiano frente a la clase de Educación Física” indica que “el deporte parece imponerse en los imaginarios de todos los actores sociales que tienen relación con la actividad física” (Peña, 2005).

Es por tal razón que se debe plantear una reestructuración de los conceptos que se plantean desde la escuela, sin dejar de lado el deporte, pero si plantearlo desde una óptica de lúdica y recreación, no justificando la calificación o evaluación, en las destrezas deportivas de los alumnos, si no creando un enfoque de mejoramiento de la salud y el bienestar mediante la práctica de estas actividades, que permitan al individuo identificarse e integrarse más en sociedad que en resultados deportivos.

Lo anterior se basa en la estructura de las clases, pero además tiene una aceptación del círculo familiar y social, esta puede ser una de las razones en donde los estudiantes

asocian AF con el deporte y la competencia, por tal razón las instituciones deben ampliar sus planes de trabajo en un ámbito más de la salud, para que el educando asocie todo movimiento como un medio para la realización de actividades, del cuidado personal por medio de la ejercitación, del goce y el disfrute de las actividades lúdicas, que la escuela les brinde las posibilidades de integrarse en comunidad, eliminando las barreras del género, la competitividad, y no solo se limite al deporte; además la población estudiantil, que tiene más claro el concepto desde salud, debe actuar frente a este de una manera más directa, es decir tomar una determinación frente a la práctica, como por ejemplo, ejercitarse a diario como lo indica la OMS, donde recomienda que la participación regular en la actividad física promueve la buena salud y reduce el riesgo de enfermedades cardiovasculares (OMS, 2010).

En el marco de la actividad física vista desde el desarrollo social, se busca la integración del contexto y la construcción social, citando al autor Murcia Peña en la investigación de los “imaginarios del joven colombiano en cuanto a la clase de Educación Física” donde dice que “la propuesta intencionada de formación de un cuerpo productivo, dócil y disciplinado son imaginarios que no sólo se recrean en la vida cotidiana de la escuela, sino que se permean en la ecología de múltiples mediaciones, familia, barrio y medios de comunicación” (Murcia Peña, 2005), se entiende que, la responsabilidad de los sujetos no solo debe girar en la individualidad, sino que abarca el bien común, que si bien parte importante para el cambio es el convencimiento de hacer las cosas por si mismo sin esperar que las circunstancias lo empujen a esta realizacion, el objetivo debe ser, la creacion de ambientes que permitan el bienestar familiar, la integracion con los demás y la busqueda de soluciones a las problemáticas que rodean su ambiente.

Problemáticas sociales como las que se evidencian en la ciudad de Bogotá, en cuanto a la AF realizada por personas mayores de 13 años, donde la secretaría de la cultura, recreación y deporte en el 2010, en un estudio acerca de “actividad física y sedentarismo” concluye que la capital colombiana tiene altos niveles de sedentarismo e identifica a la localidad de Suba, como una de las poblaciones con alto nivel de sedentarismo en un 64.87%, relacionando el nivel socioeconómico y la educación como factores determinantes para la realización de actividades físicas (Secretaría de la Cultura, 2010). El anterior resultado es preocupante, ya que sus datos son concluyentes a cerca de la práctica deportiva y la AF realizada en la capital colombiana, mostrándonos problemáticas que surgen desde el orden social, y que en comparación con el presente estudio ratifica que las condiciones económicas, posibilitan las oportunidades para la realización de dichas prácticas y las necesidades que tiene la población de estudio encajan en la relación que existe “entre más bajo es el nivel socioeconómico, menor es la cantidad de práctica deportiva y por ende mayor grado de sedentarismo” (2010) ya que este grupo de estudio esta estratificado en un nivel medio-bajo y aunque son sujetos que cuentan con un grado de escolaridad en educación media, no se sienten identificados con las temáticas aplicadas en las instituciones en cuanto a las posibilidades de realización de AF.

Fig. 5. Relación de la práctica deportiva y el nivel socioeconómico.



En la figura 5, encontramos la relación de la práctica deportiva con el nivel socioeconómico, en población mayor de 13 años, en la ciudad de Bogotá. Donde muestra, que entre más bajo nivel socioeconómico menor práctica de AF. Encuesta Bienal de Culturas 2009.

Sin embargo, independientemente de la CSE, los sujetos tienen diversos imaginarios en cuanto a la AF, que van construyendo no solo en la escuela, sino también con su contexto familiar y social, y que tienen influencia en la práctica, este grupo de estudio muestra interés por la realización de actividades lúdicas, recreativas y deportivas, cuestionándose sobre las adversidades que les plantea el contexto para la práctica de actividad física, en este caso, la inseguridad y la falta de políticas públicas en donde ellos se sientan identificados en sus ideas, según el autor Devis (2003) plantea la hipótesis que la práctica, repercute en el bienestar del individuo “la actividad física es un elemento de los muchos que tiene el paradigma y que se encuentra relacionado con otros. Se refiere a la herencia, el estilo de vida, el ambiente y otros atributos personales que pueden ser mucho más determinantes de la salud de una persona que la realización o no de actividad física, el

estilo de vida, que viene determinado por las características individuales de la persona, el entorno micro social (familia, profesores, amigos...), macro social (publicidad, cultura, sistema socio-económico) y el medio geográfico hacen parte de la experiencia que los individuos pueden llegar a disfrutar o no”. Con base a lo anterior, una de las opiniones que se resalta en el estudio, es la importancia de los lugares donde ellos están con más disposición para el aprendizaje, lo que para este estudio se denomina “*espacios de aprendizaje*” y la práctica, y se fundamenta en la participación donde la gente les genera confianza, que normalmente son los sitios donde no sienten la presión de una nota o calificación, y que por lo general son los lugares a los que ellos acuden con regularidad en horarios extra clase, lo cual, si se plantearan estrategias para aumentar la práctica de AF, serían estos espacios, en donde se esperaría la intervención del gobierno distrital o nacional, para ejercer una mayor participación y un mejor impacto social.

Otro de los aspectos relevantes en la investigación es la práctica como tal de actividades que no necesariamente son deportivas (caminar, bailar, jugar, realizar trabajos del hogar, trabajar, etc.), donde los sujetos las desarrollan en su cotidianidad, pero sin tener conciencia de que es actividad física (generando un gasto calórico), esta realización de actividades que les generan un alto grado de satisfacción y un imaginario que se acerca más al aspecto social y a la integración o aceptación de grupos, que al concepto de AF, lo cual puede ser un indicador, en donde los sujetos están realizando más AF de la que creen o la que evidencian ciertos estudios; el entendimiento a cerca del concepto y la pluralidad de conceptos que abarca la actividad física, se debe aclarar desde la escuela y más aún en los entes gubernamentales encargados de las actividades lúdicas , recreativas y deportivas, que

como lo indica un estudio realizado en la ciudad de Bogotá, a cerca de “concepciones de actores institucionales alrededor de la actividad física en ámbitos institucionales” (Ocampo & Correa, 2009), existe un concepto multivariado en los actores encargados de la dirección de estos entes; es decir que si no hay unificación de criterios en cuanto a la AF, difícilmente la comunidad tendrá claridad a cerca de estos mismos. Por tal razón, se hace necesario la utilización de estrategias que permitan socializar con la población, desde la escuela y medios informáticos, donde los sujetos tienen más posibilidades de acceso, para generar una conciencia social diferente a la que se tiene actualmente y fundamentando las acciones y políticas que necesita la sociedad.

Sin embargo, el manejo de los medios tecnológicos e informativos, no solamente deben difundir los beneficios al realizar actividad física, sino que debe regular los contenidos a cerca de la percepción estética y de la imagen corporal que día por día están influenciando los imaginarios de los jóvenes, a cerca del cuerpo y las diversas formas que se siguen para obtener un cuerpo atletico, arriesgando la integridad por medio de cirugías y otros métodos que contradicen, los fines y objetivos de ésta. En la presente intervención, los sujetos, no solo aceptan la influencia de los medios sino que perciben que los cuerpos atléticos y estilizados, se logran más por las cirugías que por la disciplina, lo que contradice el concepto en la “formación de un cuerpo productivo, dócil y disciplinado” (Murcia Peña, 2005) que parte desde la conceptualización de la actividad física, el entendimiento y adaptación de los medios que rodean al sujeto y la intervención del círculo familiar y social en la ejecución de las prácticas y actividades. En cuanto a los jóvenes, que están siendo influenciados por los medios, hace falta un catalizador por parte de los entes informativos

reguladores, para que la información que les llegue a estos, tenga un alto contenido de formación social y apoyo para realizar ejercicio y AF.

Si bien, el estado tiene responsabilidad en la adecuación de espacios y creación de políticas públicas que satisfagan las necesidades de la población, es el sujeto, quien debe actuar frente a las condiciones sociales que hacen parte de su comunidad, en este caso problemáticas que afectan la práctica de la AF, como son la inseguridad, el consumo de sustancias en parques y centros deportivos, la falta de actividades por parte del gobierno para la promoción de la AF, y otras problemáticas de orden secundario, como lo son, la falta de tiempo dedicado a la lúdica y la recreación, por cuestiones laborales o trabajos del hogar, el impacto de las redes sociales y medios informáticos, en cuanto a la percepción de la estética y la influencia de la escuela en cuanto a la construcción de imaginarios, donde la AF se resume, en la práctica deportiva. Con todos estos factores en contra es el sujeto quien se debe cuestionar ¿cómo actuar frente a estos? generando la determinación social de la que habla el Dr Jaime Breilh, “Dada la conexión e interdependencia de objeto-sujeto-campo” (Breilh, 2013) donde el objeto, sería la construcción del imaginario de AF, cualquiera que sea, el sujeto, la persona que identifica las problemáticas sociales y el campo, las acciones que se llevaran a cabo para las soluciones a estas mismas. Es aquí donde la determinación social es pieza fundamental para la exigencia de programas distritales con mayor impacto social, pero ante todo teniendo claridad a cerca de los deberes que como parte de una comunidad debo cumplir.

## **Conclusiones.**

Los imaginarios de los estudiantes, abarcan componentes biológicos y de tipo social, conceptualizaciones adquiridas en ámbitos escolares y de todas las vivencias en el transcurso de su vida; tienen claridad a cerca de los beneficios de la actividad física y la importancia de la ejercitación por medio del deporte, bien sea al realizar actividades de bajo o medio impacto, son conscientes, en su gran mayoría, que todo tipo de movimiento genera un gasto energético en mayor o menor medida; identifican aspectos sociales como ejes articuladores para la convivencia, además entienden que el realizar una actividad física genera beneficios que van desde el goce de actividades, beneficios para la salud y hasta la disminución en riesgos de padecer enfermedades de tipo cardio vascular y otras.

Sin embargo, el tener conocimiento acerca de estas prácticas no asegura el desarrollar dichas actividades, donde los sujetos identifican aspectos que no facilitan su ejecución; aspectos que giran en torno a condiciones socioeconómicas, problemáticas de orden convivencial, como la inseguridad y de orden personal como la pereza, el desinterés y el alto impacto de las redes sociales y tecnológicas. Lo cual conlleva a una distorsión en la percepción de la parte estética, de la imagen corporal y del respeto por su propio cuerpo y el de los demás, pero aún más importante es la falta de promoción y difusión por parte del estado y de la escuela para los programas que tienen que ver con la AF.

Las prácticas de actividad física, están sujetas a los aprendizajes que adquieren en la escuela, este ambiente permite realizar diversas dinámicas de tipo lúdico y deportivo,

dentro y fuera de la jornada escolar programas, como “Supérate con el deporte” y “40 X 40” que brindan un espacio seguro y dirigido por profesionales a nivel deportivo, los cuales apoyan y proporcionan herramientas para el fortalecimiento y mejoramiento físico. Sin embargo, no tiene una amplia cobertura.

Por otro lado, los actores evidencian la falta de integración por parte de las instituciones educativas para crear un currículo que abarque las expectativas de los mismos y permita una mejor aprehensión de la actividad física. Un aspecto que resalta en cuanto a la práctica, son aquellas actividades realizadas por los estudiantes en su tiempo libre y fines de semana, en escuelas y clubes de formación deportiva que está sujeto a la condición económica de cada familia; y por último, la práctica realizada esporádicamente dentro de su círculo familiar, depende a la disponibilidad de tiempo, ya que es muy limitado por cuestiones laborales.

Las condiciones socioeconómicas pueden interferir en el desarrollo de la actividad física que realizan los sujetos, la falta de recursos para acceder a centros deportivos y escuelas de formación están sujetos a los ingresos económicos familiares; además, por ser la localidad de Suba, una comunidad estratificada en los niveles 2 y 3, estrato medio bajo en un 75% de su población, según el sector hábitat (Hábitat, 2011), cuenta con muchas necesidades a nivel de inversión social, como la construcción de parques y centros recreativos. Si bien la parte estructural es una deficiencia notable, lo es aún más, la parte social, ya que en los resultados de la investigación, el común denominador, fue, la inseguridad como determinante para la práctica, junto al miedo a que lo asalten, sumado a las condiciones ambientales y el consumo de sustancias psico activas; sin embargo, son los

mismos estudiantes quienes proponen soluciones, las cuales aplican a diario para realizar ejercicio y deporte en los parques y espacios deportivos; como son, el integrarse por grupos para dirigirse a hacer deporte, el asistir a estos espacios en horarios de alta afluencia de público y dirigirse a zonas que cuentan con algún tipo de seguridad bien sea pública o privada. Y son estas acciones las que desde la determinación social genera soluciones a problemáticas comunitarias, estableciendo la relación de objeto-sujeto-campo que según Breilh (2013) es la acción que logra cambios en una sociedad.

### **Recomendaciones.**

Los sujetos deben ser voceros de las necesidades de la comunidad, llegar a compenetrarse con las políticas públicas y a exigir espacios de promoción para la actividad física, la recreación y el deporte, interactuar con las instituciones educativas, los entes deportivos y de salud pública que de una u otra forma debería estar más presente en la escuela y las localidades, es necesario hacer entender que la actividad física no solo es un elemento que proporciona bienestar y el aprovechamiento del tiempo libre si no que es un complemento para el mejoramiento de la salud, si desde el Ministerio de Educación se establecen reformas que cubran estas expectativas se difundiría la práctica no solo en instituciones sino en la cotidianidad del mismo sujeto; aun así los estudiantes se sienten ignorados en sus peticiones de ampliar la clase de educación física ya que cada vez son menos los tiempos para la clase y en muchas instituciones del distrito se han eliminado del programa académico, hay fallos en la dotación de material didáctico para estas actividades y la falta de infraestructura es un factor determinante para la construcción de cambios significativos, el no contar con zonas seguras y la falta de acciones que permitan solucionar

aspectos negativos, como lo son la inseguridad y la falta de oportunidades para acceder a espacios que están adecuados para la práctica de actividad física, son aspectos que predominan en el discurso de los sujetos, además se percibe que estos sitios tienen un ámbito privado, con el fin de lucrar a algunas personas o empresas y faltan aportes significativos para las poblaciones de estratos medio-bajo que son la clase obrera y trabajadora y se dificulta el acceso a un gimnasio o caja de compensación donde se pueda acceder a materiales y espacios que cuentan con una infraestructura adecuada.

## Bibliografía.

- Agudelo., P. (2011). (Des)hilvanar los sentidos/ Los juegos de Penelope, una revisión del concepto imaginario y sus implicaciones sociales. *Uni/pluriversidad*, 6-10.
- Alcaldía Mayor de Bogotá, S. (2013). *Caracterización del Sector Educativo*. Bogotá, Colombia.: EducaciónBogotá.
- American Society of Clinical Oncology. (15 de Enero de 2016). *Actividad física y riesgo de cáncer*. Obtenido de Cáncer.Net: <http://www.cancer.net/es>.
- Bañuelos, F. S. (1996). *Actividad física y salud*. Madrid: Gymnos.
- Bañuelos, F. S. (1997). *Didáctica de la educación física y el deporte*. Madrid, España: Gimnos.
- Bogotá Humana, S. (2013). *Caracterización del Sector Educativo*. Bogotá, Colombia.: EducaciónBogotá.
- Bonilla, E. (1995). Mas allá del dilema de los métodos. *La investigación en las ciencias sociales*, 320 - 322.
- Breilh, J. (2013). La determinación social de la salud como herramienta de transformación hacia una nueva salud pública. *Facultad Nacional de Salud Pública*, 60-63.
- Breilh, J. (2013). La determinación social de la salud como herramienta de transformación hacia una nueva salud pública. *Revista Nacional de Salud Pública*, 13-16.
- Breilh, J. (2013). La determinación social de la salud. *Revista Nacional de Salud Pública.*, 13-16.
- Caballero, C. (2007). Obesidad, actividad e inactividad física en adolescentes de Morelos . *Archivos Latinoamericanos de nutrición*, vol 57.
- Carr, W. (1986). *Teoría crítica de la enseñanza*. España: Ed. Martinez Roca.

- Castillo, E. (2003). El rigor metodológico de la investigación cualitativa. *Colombia médica*.
- Castoriadis, C. (1993). *La institución imaginaria de la sociedad*. Buenos Aires: Tusquets.
- CEACS, C. d. (2014). *onviviencia y seguridad, en ámbitos escolares de Bogotá, D.C.*  
Bogotá: Secretaría Distrital de Gobierno.
- Cervantes, C. T. (2013). El contexto social y su influencia en la práctica de actividad física. *Revista digital de investigación educativa.*, 120-121.
- Clavijo, S, M. J. (2004). La vivienda en Colombia, sus determinantes socio-económicos y financieros. *Banco de la República*, 15-16.
- Conpes. (2005). *Documento 3386*. Bogota, Colombia.
- CONPES. (2005). *Documento 3386*. Bogota, Colombia.
- Domizio, D. P. (2011). Políticas públicas, prácticas corporales y representaciones sociales sobre la vejez. *Revista nutrición y Dieta hospitalaria.*, 30-35.
- Drobnic, F. (2006). Efectos de la actividad física y el deporte en la salud de los niños y adolescentes. En L. S. Majem, *Actividad física y salud* (págs. 9-12). Barcelona, España: Masson S.A.
- Drobnic, F., & Galilea, P. (2006). Efectos de la actividad física y el deporte en la salud de los niños y adolescentes. En F. Drobnic, *Actividad física y salud* (págs. 9-12). Barcelona, España: Masson S.A.
- Escobar, A. (2005). El postdesarrollo como concepto y práctica social. *Políticas de economía, ambiente y sociedad en tiempos de globalización*, 17-31.
- Eyre, E, M. D. (2014). Low Socioeconomic Environmental Determinants of Children's Physical Activity in Coventry, UK: A Qualitative Study in Parents. *Preventy Medicine Reports*, 32-42.

- González, S, S. O. (2014). Niveles de actividad física de la población colombiana: Desigualdades por sexo y condición social. *Biomédica, Revista del Instituto Nacional de Salud*.
- Hábitat, S. (2011). Diagnóstico de la localidad de Suba. *Bogotá Humana.*, 3-4.
- Hamui-Sutton, A. (2012). La técnica de los grupos focales. *Elseiver*.
- Íñiguez, L. (2008). Territorio y contexto de la salud pública. *Revista cubana de la salud pública*.
- Kitzinger, J. (1995). Education and debate Qualitative. *Sociology of Health*, 299-302.
- Lagardera, F. (2003). La ciencia de la acción motriz. *Paidotribo*, 203-226.
- Majem, L. S. (2006). *Actividad Física y Salud*. Barcelona, España.: Masson S.A.
- Marmot, M. W. (2000). *Determinantes sociales de la salud*. Reino Unido: OMS.
- Martinez, M. (2006). La Investigación Cualitativa. *Revista IIPSI*, 126 - 146.
- Melkis, G. (2003). Manual instructivo del usuario de los servicios públicos.
- Mella, R. (2004). Factores asociados al bienestar subjetivo en el adulto mayor. *Psykhé*, 79-89.
- Miguelé, M. M. (2004). *Ciencia y arte en la metodología cualitativa*. Mexico: Editorial Trillas, S.A.
- Monteagudo., J. G. (2000). El paradigma interpretativo en la investigación social y educativa: nuevas propuestas para viejos interrogantes. *Revista de ciencias de la educación*, 242-243.
- Ocampo, M. L., & Correa, J. E. (2009). Concepciones de actores institucionales alrededor de la actividad física en ámbitos educativo. *Ciencias de la salud, Bogotá, Colombia.*, 17-26.

- OMS. (2008). *Informe sobre determinantes sociales de la salud*. Ginebra, Suiza: Archivo documentos Organización Mundial de la Salud.
- OMS. (2010). *Actividad física*.
- OMS. (2012). *Determinantes de la salud pública*. OMS.
- Oncology, A. S. (15 de Enero de 2016). *Actividad física y riesgo de cáncer*. Obtenido de Cáncer.Net: <http://www.cancer.net/es>.
- ONU. (2011). *Informe Sobre la Situación Mundial de las Enfermedades No Trasmisibles*. Ginebra, Suiza: Servicio de producción de documentos de la OMS.
- P. G. Madrona, O. C. (2005). Enfoques actuales de la Educación Física y el Deporte. *Revista Iberoamericana de educación.*, 225-256.
- Palomba, R. (2002). *Calidad de vida, conceptos y medidas*. Chile.
- Peña, N. M. (2005). Imaginarios del joven colombiano ante la clase de Educación Física. *Estudios Pedagógicos Valdivia.*, 10-11.
- Pérez Samaniego, V, D. D. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y resultado. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y deporte*, 69-74.
- Perez, A. M. (2000). Aspectos Teóricos de la vivienda en relación al habitar.
- Pintos, J. L. (2001). *Nuevas posibilidades de los imaginarios sociales*. Madrid, España: Ceasga.
- Piñuel, J. L. (2002). *Epistemología, metodología y técnicas de análisis de contenido*. Madrid: Estudios de sociolingüística.
- Ramírez, S. (2012). Niños activos: Adultos saludables. *Universidad del Rosario*.
- Ramos, Y. C. (Diciembre de 2009). [www.educacionyactividadfisica.com](http://www.educacionyactividadfisica.com).
- Robles, M. (1999). *Determinación del ingreso familiar*.

- Rodriguez-Romo, G. (2009). Motivos y barreras para hacer ejercicio y prácticas deportivas en Madrid. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 26-54.
- Romo., H. L. (2009). *Los niveles socioeconómicos y la distribución del gasto*. México: Amai.
- Rosanvallon, P. (1997). *La nueva era de las Desigualdades*. Argentina: Manantial.
- Ruíz, A. S. (1996). *Historia de la psicología: Sistemas, movimientos y escuelas*. España: Ed. Piramide.
- Salgado, A. C. (2007). Investigación cualitativa: Diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 71 - 78.
- Samaniego, V. P. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Revista internacional de medicina y ciencias de la actividad física y el deporte.*, 69-74.
- Samaniego, V. P. (2004). Conceptuación y medida de las actitudes hacia la actividad física relacionada con la salud. *Revista de psicología del deporte*, 157-173.
- Secretaría de Cultura, R. y. (2014). *Proyecto jornada 40X40 para le excelencia académica y la formación integral*. Bogota: Documentos Secretaría de educación de Bogotá.
- Secretaría de la Cultura, R. y. (2010). Actividad física y sedentarismo en Bogota. *Observaciones de ciudad.*, 16-17.
- Stake, R. (1998). *Investigación con estudio de casos*. Madrid: Ediciones Morata, S. L.
- Zorzona, M. G. (2014). Percepción del entorno para la práctica de la actividad física en escolares de la provincia de Cuenca, España. *Gaceta Sanitaria.*, 34-40.

## Anexo 1,

**ASENTIMIENTO INFORMADO  
CONDICIÓN SOCIOECONÓMICA, PRÁCTICAS E IMAGINARIOS RELACIONADOS CON LA ACTIVIDAD FÍSICA DE PADRES DE FAMILIA Y ESTUDIANTES DE COLEGIOS DE LA UPZ 71 DE LA LOCALIDAD DE SUBA**

Este documento de asentimiento informado es para niños y jóvenes entre 12 y 16 años, que asisten al Colegio \_\_\_\_\_ y que se les invita a participar en la investigación **Condición socioeconómica, prácticas e imaginarios relacionados con la actividad física de padres de familia y estudiantes de colegios de la UPZ 71 de la Localidad de Suba**

Este Documento de Asentimiento Informado tiene 2 partes:

- I. Información (proporciona información sobre el estudio de manera verbal al niño/menor)
- II. Formulario de Asentimiento (documento donde se firma si se está de acuerdo en participar)

I. Información

Yo \_\_\_\_\_ cuento con el consentimiento de tus padres y puedes hablar con ellos en caso de tener dudas frente a tu participación en la investigación. A continuación te daré a conocer algunos de los aspectos de la investigación.

Este estudio pretende conocer desde las voces de los actores: docentes, estudiantes y padres de familia los imaginarios y prácticas relacionados con la actividad física para mejorar la salud y calidad de vida de niños y adolescentes.

Por esta razón es necesario reconocer lo que sabes frente al tema, para luego construir con la ayuda de todos un programa que incluya a docentes, estudiantes e instituciones de educación básica, para mejorar la práctica de Actividad Física (AF) como herramienta de en la clase de Educación Física.

Con el fin de recoger esta información participarás en unos grupos que tiene como finalidad conversar acerca de la actividad física y como se práctica en la escuela (grupos focales). Si alguna pregunta del grupo focal es incómoda, no tienen por qué contestar si no lo desean. Es importante que conozcas que tu participación no tiene ningún riesgo sobre tu cuerpo.

La información que recolectamos para este proyecto de investigación se mantendrá de manera confidencial. La información recolectada por la investigación será aislada y solo los investigadores podrán verla. A la información se le asignará un número de identificación en vez de tu nombre. Solamente los investigadores sabrán el vínculo de ese número con el nombre y la información se mantendrá guardada bajo seguridad. No se compartirá la información ni se le dará a nadie excepto al equipo de investigación y personal a cargo de la sistematización.

Con el fin de proteger su información, el equipo de investigadores: Claudia Cortés, Indira Rodríguez Prieto investigadoras de la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universidad del Rosario y Diana Camargo Rojas, investigadora de la Facultad de cultura física, deporte y recreación de la Universidad Santo Tomás, mantendrán protegido su registro. Sólo los miembros del equipo de investigación tendrán acceso a la información. Para mayor información podrá comunicarse con el **Diana Camargo Rojas** al No de celular 3166226239, correo electrónico: diana.camargo@usantotomas.edu.co

#### Formato de asentimiento

Yo \_\_\_\_\_ "Sé que puedo elegir participar en la investigación o no hacerlo. Reconozco que mis padres conocen del procedimiento que se realizará y de mi participación en esta investigación o intervención. Sé que puedo retirarme cuando quiera. He leído esta información (o se me ha leído la información) y la entiendo. Me han respondido las preguntas y sé que puedo hacer preguntas más tarde si las tengo. Entiendo que cualquier cambio se discutirá conmigo. Acepto participar en la investigación". Si elegiste ser parte de esta investigación, también te daré una copia de esta información para ti. Puedes pedir a tus padres que lo examinen si quieres.

Solo si el niño/a asiente:

Nombre del niño/a \_\_\_\_\_ Firma del niño/a: \_\_\_\_\_

Teléfono: \_\_\_\_\_ Dirección: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_ Día/mes/año

O

"Yo no deseo participar en la investigación y no he firmado el asentimiento que sigue". \_\_\_\_\_  
(iniciales del niño/menor)

Firma de Testigo del procedimiento de asentimiento:

Yo, \_\_\_\_\_ con CC \_\_\_\_\_ de \_\_\_\_\_ certifico que el niño(a)/menor con nombre \_\_\_\_\_ y número de identificación \_\_\_\_\_ : 1. Se le dio a conocer de manera verbal el propósito, riesgos, beneficios, la

participación voluntaria y la confidencialidad de la investigación **Condición socioeconómica, prácticas e imaginarios relacionados con la actividad física de padres de familia y estudiantes de colegios de la UPZ 71 de la Localidad de Suba**; 2. Afirma conocer la posibilidad de desvinculación de la investigación en el momento de que lo considere; 3. Ratifica de manera verbal y escrita su deseo de participar en la investigación.

---

Firma

Nombre del Testigo:

Identificación del Testigo:

Fecha:

## Anexo 2.

### Consentimiento informado para padres de familia proyecto de investigación

Este formulario de consentimiento informado es para padres de menores de 17 años que pertenecen a colegios distritales de la UPZ 71 de la Localidad de Suba y a quienes les vamos a pedir que participen en la investigación: **Condición socioeconómica, prácticas e imaginarios relacionados con la actividad física de padres de familia y estudiantes de colegios de la UPZ 71 de la Localidad de Suba**

Este Documento de Consentimiento Informado tiene dos partes:

1. Información: proporciona información sobre el estudio para usted
2. Formulario de Consentimiento: para obtener la firma si usted está de acuerdo participar

en que su hijo pueda

Se le dará una copia del Documento completo de Consentimiento Informado.

#### Parte 1. Información:

El presente estudio es propuesto por un equipo de investigadores de la Universidad del Rosario y la Universidad Santo Tomás, quienes buscan analizar los determinantes sociales que se relacionan con la manera como se lleva a la práctica y se entiende la Actividad Física como una herramienta de la Educación Física en Colegios Distritales de la Ciudad de Bogotá.

Le vamos a dar informació

usted y a su hijo/hija a que participe en esta investigación.

~~Por favor~~ que palabras que no

entienda. Por favor pídame parar según avanzamos en la información y tomaremos tiempo para explicarlas. Si usted tiene preguntas después, puede realizarlas al equipo de investigación.

#### Propósito

El estudio tiene la finalidad de comprender desde las voces de los actores: docentes, padres de familia y estudiantes los imaginarios y prácticas relacionados con la actividad física que presentan los sujetos y las instituciones, al reconocer la actividad física como una herramienta fundamental para la prevención de enfermedades no transmisibles y para mejorar la salud y calidad de vida de niños y adolescentes.

En la actualidad se presenta una problemática en los niños y niñas de Colombia relacionada con la obesidad y otras enfermedades ocasionadas por la poca actividad física que realizan los niños por el tiempo en el cual están sentados, enfermedades que se pueden complicar en la adultez; es por esto que es necesario reconocer los saberes de la población acerca del tema, para luego implementar un programa que incluya docentes, estudiantes e instituciones de educación básica, y que comprenda la Actividad Física (AF) como herramienta de la Educación Física para mejorar las condiciones de salud y de interacción social de las poblaciones.

#### Tipo de Intervención de Investigación

En el marco del proyecto se realizarán entrevistas y grupos focales con los docentes, padres de familia y estudiantes, con una duración máxima de una hora y media. Adicionalmente se realizará una cartografía social, que busca reconocer las condiciones del contexto que pueden afectar la práctica de la actividad física. Durante estas intervenciones se grabará en audio y video para asegurar la recolección de la información.

### **Riesgos**

No hay ningún riesgo por participar en este estudio, según la Resolución 8430 de 1993. Si alguna pregunta de la entrevista o del grupo focal es incómoda para ustedes y sus hijos, no tienen por qué contestar si no lo desean.

### **Beneficios**

Aunque no reciban ningún beneficio directo, esperamos que los niños, docentes e instituciones, así como la sociedad en general puedan beneficiarse con los resultados de la investigación.

**Selección de Participantes** Le estamos invitando a tomar parte de esta investigación porque es importante indagar acerca de los imaginarios y prácticas de los docentes, padres y estudiantes acerca de la actividad física, para posteriormente implementar y evaluar programas que permitan prevenir las enfermedades no transmisibles, mejorar procesos de interacción social y convivencia, así como el reconocimiento del cuerpo, la salud y calidad de vida de los niños. Ya que usted y su hijo/a son parte de la comunidad académica de los colegios en los cuales se realizará el estudio, le preguntamos si usted permitiría que participe su hijo/a.

### **Participación Voluntaria**

Su decisión de que su hijo/a y usted participe en este estudio es completamente voluntaria. Es su decisión el que su hijo/a participe o no. Si usted elige no consentir, todos los servicios que usted y su hijo/a reciba en el Colegio continuarán y nada cambiará. Usted puede también cambiar su decisión más tarde y dejar de participar, aun cuando haya aceptado previamente y continuarán los servicios que usted y/o su hijo/a reciba en el colegio.

### **Confidencialidad**

La información que recolectamos para este proyecto de investigación se mantendrá confidencial. La información acerca de su hijo/a y usted recolectada por la investigación será aislada y solo los investigadores podrán verla. A la información relacionada sobre su hijo/a y usted se le asignará un número de identificación en vez de su nombre. Solamente los investigadores sabrán el vínculo de ese número con el nombre y la información se mantendrá guardada bajo seguridad. No se compartirá la información ni se le dará a nadie excepto al equipo de investigación y personal a cargo de la sistematización.

Con el fin de proteger su información, el equipo de investigadores: Claudia Cortés, Indira Rodríguez Prieto investigadoras de la Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud de la Universidad del Rosario y Diana Camargo Rojas, investigadora de la Facultad de cultura física, deporte y recreación de la Universidad Santo Tomás, mantendrán protegido su registro. Sólo los miembros del equipo de investigación tendrán acceso a la información. Para mayor información podrá comunicarse con el **Diana Camargo Rojas** al No de celular 3166226239, correo electrónico: [diana.camargo@usantotomas.edu.co](mailto:diana.camargo@usantotomas.edu.co)

### **Parte 2. Formulario de consentimiento.**

He leído la información proporcionada, o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar dudas sobre ello y se me ha respondido satisfactoriamente.

Consiento voluntariame

en este estudio y entiendo que tengo el derecho de retirarme del estudio en cualquier momento sin que afecte

de ninguna forma el acceso a programas y servicios ofertados por el Colegio.

Nombre del Participante \_\_\_\_\_

Nombre del Padre/Madre o Apoderado \_\_\_\_\_ No.

Identificación \_\_\_\_\_

Firma \_\_\_\_\_ Teléfono: \_\_\_\_\_

Fecha \_\_\_\_\_ (                      Día /mes /año)

Testigos :	
_____	_____
Nombres y apellidos	Nombres y apellidos
_____	_____
Dirección y relación con el sujeto de investigación	Dirección y relación con el sujeto de investigación
_____	_____
Firma	Firma

Si el sujeto de investigación no sabe firmar imprimirá su huella digital y a su nombre firmará otra persona que él designe.

Se ha proporcionado una copia de este documento de Consentimiento Informado al padre/madre o apoderado del participante \_\_\_\_\_(inicial del investigador/asistente)

Se completará un formulario de asentimiento Informado

## Anexo 3.



<b>UNIVERSIDAD DEL ROSARIO</b>
<b>ESCUELA DE MEDICINA Y CIENCIAS DE LA SALUD</b>
<b>MAESTRÍA EN ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD</b>
<b>CONCEPTOS Y PRÁCTICAS EN ACTIVIDAD FÍSICA</b>
<b>MAESTRANTES: LUIS ANTONIO PATIÑO- JAVIER RAMOS Y NATALI ORTEGA DOCENTE ASESOR : Mg DIANA CAMARGO</b>

## GRUPO FOCAL

Como maestrante, se están realizando investigaciones acerca de cómo el estrato socioeconómico afecta los imaginarios y las prácticas en actividad física de los colegios de la UPZ 71 de la localidad de suba en Bogotá.

El presente proyecto utilizará el grupo focal como instrumento de recolección de la información, el cual será de carácter confidencial y dicha información se maneja en completo anonimato. Igualmente se les recuerda a los participantes que en la presente entrevista no existen respuestas correctas e incorrectas a cada pregunta.

Para agilizar la recolección de la información realizaremos grabaciones y filmaciones de las mismas, lo cual nos facilitará la transcripción de las entrevistas.

Nombres y apellidos. \_\_\_\_\_ Edad \_\_\_\_\_ Años

Sexo Masculino \_\_\_ Femenino \_\_\_

Tiempo de permanencia de su hijo(a) en la institución Educativa distrital \_\_\_\_\_

Tiempo de permanencia en la localidad. \_\_\_\_\_

Preguntas Orientadoras

## Imaginarios frente a la Actividad Física

¿Para usted que es actividad física? Defínala según su propio concepto.

Que tipos de actividad física conoce?

¿Qué actividades reconoce como propias de la actividad física?

## Prácticas relacionadas con la Actividad Física

¿Actualmente realiza actividad física, si porque, no porque?

¿Cuántos días a la semana y durante cuánto tiempo al día, realiza actividad física?

Factores contextuales que influyen en la práctica de la actividad física.

¿Qué lugares identificas en tu barrio para realizar actividades físicas? ¿Quedan cerca los lugares donde practica actividad física? En el barrio existen lugares al aire libre para la práctica de actividades físicas. ¿Con qué escenarios cuenta su comunidad para realizar prácticas físicas o deportes? ¿Cómo son los lugares habilitados para realizar las actividades físicas?

¿Qué actividades se realizan en los escenarios deportivos diferentes a la actividad física y los deportes?

¿Quiénes son las personas que con mayor frecuencia acuden a los escenarios deportivos de su comunidad?

¿Consideras apropiados y suficientes los lugares que frecuentas para realizar las actividades físicas?

¿Cuáles son las prácticas regulares en su comunidad?

¿Qué motivaciones existen en tu comunidad para la práctica de ejercicios, educación física, deportes y actividad física?

¿Qué oportunidades de actividades lúdicas y recreativas son evidentes en su comunidad?

Cuáles son las barreras que considera existen y que no le permiten ser físicamente activo?

Cuál sería el lugar ideal para realizar actividad física?

Como podría ser ayudado para que usted fuera físicamente activo?

En conclusión, ¿Cómo describe las condiciones de la comunidad en la que usted vive?

¿Considera usted que las condiciones actuales benefician o perjudican las practicas diarias de la comunidad en la que usted vive? Que facilidades presenta la UPZ para realizar actividad Física? ¿De qué manera la institución educativa, afecta las prácticas de actividad física de su comunidad y en general de su localidad?

Relación actividad física y salud

¿Según su propio concepto que es salud? Considera que la Actividad Física trae beneficios para la salud y desarrollo integral de las personas?

¿Qué relación existe entre la actividad física y la salud de las personas?