

MEMORIAS

VII ENCUENTRO NACIONAL DE INVESTIGADORES EN EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD Y X REGIONAL

18 y 19 de mayo de 2023



Memorias del evento:

**VII Encuentro nacional de investigadores
en educacion, ciencias de la actividad física
y salud y X regional**

Memorias

VII Encuentro nacional de investigadores en educacion, ciencias de la actividad física y salud y X regional

Facultad de Ciencias de la Educación.

**Licenciatura en Educación Física,
recreación y deportes**



Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

MEMORIAS DEL EVENTO: **VII ENCUENTRO NACIONAL DE INVESTIGADORES EN EDUCACION, CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SALUD Y X REGIONAL**

Mayo 18 y 19 de 2023

© **Universidad de Pamplona**

Sede Principal Pamplona, Km 1 Vía Bucaramanga-
Ciudad Universitaria. Norte de Santander, Colombia.
www.unipamplona.edu.co
Teléfono: 6075685303

© Sello Editorial Unipamplona

**Facultad de Ciencias
de la Educación**

**Licenciatura en Educación Física,
Recreación y Deportes**

Ivaldo Torres Chávez Ph.D
Rector

Aldo Pardo García Ph.D
Vicerrector de Investigaciones

Caterine Mojica Acevedo
Jefe Sello Editorial Unipamplona

Andrea del Pilar Durán Jaimes
Corrección de estilo

Laura Angelica Buitrago Quintero
Diseño y diagramación

Imagen de portada: Freepik

ISSN: 2981-4987

Hecho el depósito que establece la ley. Todos los derechos reservados. Prohibida su reproducción total o parcial por cualquier medio, sin permiso del editor.

COMITÉ ORGANIZADOR

Ph.D Nelson Adolfo Mariño Landazábal
Ph.D Rafael Enrique Lozano Zapata
Ph.D Dennis Gregorio Contreras
Ph.D Fernando Cote Mogollón
Ph.D Oscar Antonio Palomino
Ph.D Arles Javier Ortega Parra
Ph.D Cristhian Alberto Bautista Rico
MSc. Ana María Retamales
Esp. David Rodríguez

COMITÉ CIENTÍFICO

Ph.D Oscar Antonio Quintero Vargas
Ph.D Arles Javier Ortega Parra
Ph.D Fernando Cote Mogollón
Ph.D Rafael Enrique Lozano Zapata
MSc. Diego Fernando Polanco Bustos
MSc. Yefry Alioska Tarazona
Esp. Jorge Ricardo Sanna Guerrero

COMITÉ INSCRIPCIONES

Esp. Carlos Moreno
MSc. Diego Fernando Polanco
Ph.D Oscar Antonio Quintero Vargas
Ph.D Rafael Enrique Lozano Z.
Esp. Cristofer Badillo
Esp. Eduar López
Esp. Frank Malkun
Esp. Javier Rojas
Esp. Adelso Castellanos
Esp. Omar Tarazona
Esp. Andrés Aubin
Esp. Julio Maza

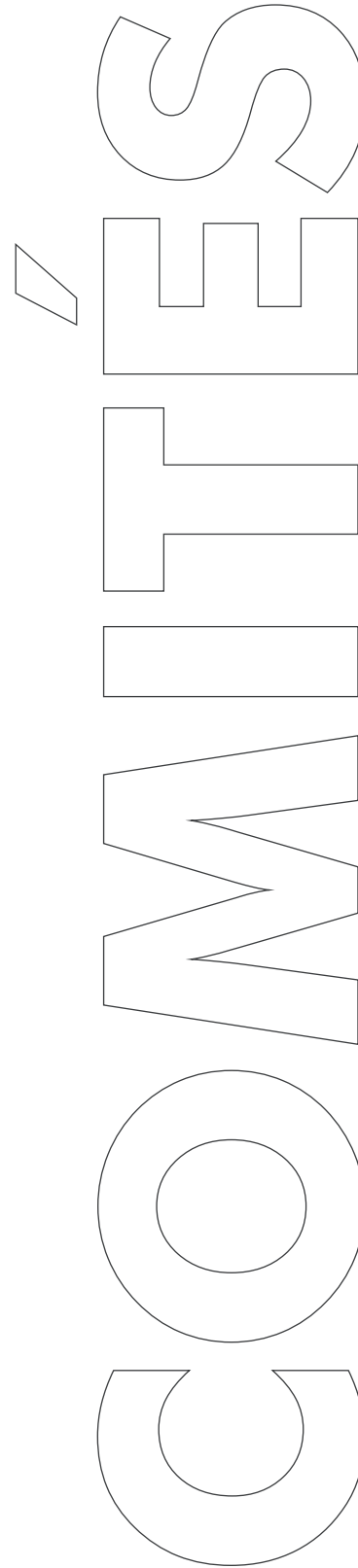


TABLA DE CONTENIDO

PONENCIAS PRESENTADAS DENTRO DE LA PROGRAMACIÓN DEL EVENTO

1	Entrenamiento de la fuerza basado en la velocidad, de la ciencia a la aplicación práctica Amador García Ramos Ph.D. <i>Universidad de Granada, España</i> 12	8	Relacion entre actividad física, bienestar psicológico y variables fisiológicas en administrativos universitarios en Colombia Armando Monterrosa Quintero Ph.D; Deisi Yuliana Posada Restrepo, Jorge Mario Gómez Quintero, Ayda Natalia Vallejo Osorio, Angel Miller Roa, Pablo Bahamón Cerquera. <i>Universidad Surcolombiana, Neiva</i> 27
2	Entrenamientos de la fuerza-potencia por medio de la periodización lineal en el tren inferior y el FIFA11+ en el equilibrio de los futbolistas sub 23 del municipio de Pamplona y Pamplonita Andrés Aubin Portilla MSc. <i>Docente Universidad de Pamplona</i> 15	9	Capacidad de desempeño y logro en estudiantes de primer semestre de la Facultad de Salud Acosta Daza, Érika Tatiana. <i>Universidad de Pamplona. Sede Pamplona, Colombia</i> 29
3	Relación del estado neuromuscular y medidas antropométricas de la selección voleibol Vacca Valencia, Anderson Steven, Buitrago Buitrago, Jhosman Alfonso, Mena Bejarano, Beatriz. <i>UDES Bucaramanga</i> 17	10	Estudio de la toma de decisión y volumen de la atención en voleybolistas categoría 15-16 años Club Caimaneros de Norte de Santander Jose Angel Osuna - Estudiante Arles Javier Ortega Ph.D. <i>Universidad de Pamplona</i> 32
4	La carga óptima del entrenamiento de la fuerza y sus efectos agudos en las tareas funcionales en el adulto mayor neurológicamente preservado de la ciudad de Villavicencio Rubiel Antonio Barrera Izquierdo, Eimar Adrián Ruiz Corredor, Leonardo Mosquera Martínez. <i>Universidad de Los Llanos, Villavicencio</i> 19	11	El juego como medio para fortalecer la inteligencia visual y ubicación temporo espacial Angie Valentina Santander Julio. <i>Universidad de Pamplona, Sede Villa del Rosario</i> 34
5	Encuesta sobre hábitos de ejercitación física en la ciudad de Bucaramanga Roberto Eduardo Parra Ortega. <i>Maestrante, Universidad de Pamplona</i> 21	12	Habili-tantes de vida en calle: un diálogo entre habilidades universales y habilidades nativas de los jóvenes habitantes de calle de Idipron- La Florida por medio del ultimate Carlos Efrén Amórtegui Ramírez, Edwin Rojas Guasca, Hernán Steven Ruiz Ruiz, Luis Carlos González Hernández, David Esteban Buitrago Rada. <i>Universidad Pedagógica Nacional</i> 36
6	Cuantificación de los tiempos reales de juego en voleibol, en el XLIX campeonato nacional femenino categoría juvenil 2022, Pereira Luis Guillermo García García <i>Universidad Tecnológica de Pereira</i> 23	13	Caracterización de la condición física de la selección Nortesantanderana de voleibol categoría infantil femenina Ivan Ronaldo Lizarazo- Estudiante, Yener Adrian Ramirez- Docente. <i>Universidad de Pamplona</i> 39
7	Incidencias de la investigación en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la educación inicial Danny Daniel Carrillo Benítez Ph.D, Diana Carolina Vivas Roperro, Claudia Roza y Martha Casique. <i>Docentes Magisterio Norte de Santander</i> 25		

14	Factores socioemocionales y adaptación ocupacional en escolares con discapacidad sensorial auditiva Danna Zharick Jiménez Robles Universidad de Pamplona 41	23	Relación de un entrenamiento basado en súper-series vs pliometría sobre la potencia del tren inferior en basquetbolistas (12 a 14) años en Belén, Boyacá Pedro Javier Cepeda Fundación Universitaria Juan de Castellanos, Tunja 64
15	Evaluación de la aptitud física de los estudiantes de media general desde las clases de educación física Rafael Pérez Hernández Universidad Pedagógica Experimental el Libertador, Rubio, Venezuela 44	24	Análisis comparativo de las variables fisiológicas de deportistas de patinaje, baloncesto y fútbol valoradas con el Software Tivire Rafael Enrique Lozano Ph.D, Brian Bustos Viviescas MSc Universidad de Pamplona y SENA Seccional Pereira. 66
16	Composición corporal y niveles de sarcopenia en los deportistas de la Universidad del Atlántico Fabián Andrés Contreras Jáuregui Ph.D, Jaime Antonio Padilla Morales Ph.D. Docentes Universidad del Atlántico 46	25	Incidencia de un programa de ejercicios físicos de resistencia sobre la atención selectiva en estudiantes de séptimo y octavo grado del Colegio Madre Carmen de la ciudad de Cúcuta, Norte de Santander. Claudia Milena Suarez Maestrante, Universidad de Pamplona 68
17	Caracterización morfo-funcional y de control postural de mujeres físicamente activas Luenry Mendoza Montecino Maestrante, Universidad de Pamplona 49	26	Métodos de consistencia y variabilidad como estrategias metodológicas para la optimización del tiro franco en el fútbol sala Benigno Alberto Riaño Jaimes MSc. Docente, Universidad de Pamplona 70
18	Entrenamiento del piso pélvico para prevenir la incontinencia urinaria de esfuerzo: Revisión sistemática Villarreal Cogollo, Andrés Felipe, Peña García, Karoline Melissa Mantilla Toloza, Sonia Carolina Ph.D. Universidad de Pamplona 51	27	El encanto de ser maestra por un día: Una mirada desde la orientación vocacional para el desarrollo de competencias comunicativas con las niñas del grado primero de la Escuela Normal Superior Maria Auxiliadora Danny Daniel Carrillo Benítez Ph.D, Diana Carolina Vivas Roperó Docentes Magisterio Norte de Santander 72
19	Análisis de la eficiencia del saque en campeonato mundial de clubes de voleibol 2015, velocidad y otras variables Luis Guillermo García García Universidad Tecnológica de Pereira 54	28	Autocuidado y bienestar ocupacional en trabajadores recolectores de residuos sólidos Marlon Andrés Merchán Escalante Universidad de Pamplona 74
20	Comportamiento morfofuncional y de la marcha en mujeres de la tercera edad físicamente activas Orlando Sanguino Salazar Maestrante, Universidad de Pamplona 56	29	La expresión corporal como medio para fortalecer la creatividad en los educandos de quinto grado de básica primaria Emily Saray Goyeneche Estupiñan Estudiante, Universidad de Pamplona 77
21	Ocupaciones colectivas e internalización del rol materno en mujeres violentadas Diana Zuleima Liz Ovalles Universidad de Pamplona 59	30	Autocuidado y cambios ocupacionales de la trabajadora sexual Silvia Nataly Montañez Acuña Universidad de Pamplona 79
22	Actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo del equilibrio a través de las clases de educación física, en los estudiantes del grado tercero de la institución educativa colegio San Luis Gonzaga Daiana Romero López Estudiante Universidad de Pamplona, Sede Villa del Rosario 62		

- 31** **Actividades cooperativas en las clases de educación física para reforzar la convivencia escolar en estudiantes de la Institución Educativa Simón Bolívar Sede Central**
 José Leonardo Salazar Jaimes
Estudiante, Universidad de Pamplona 82
- 32** **Proceso de sueño y equilibrio ocupacional en el personal de urgencias**
 Brayan Steveen Triana Murcia
Universidad de Pamplona 84
- 33** **Estrategias didácticas para fortalecer la comunicación docente - estudiante a través de las clases de Educación Física Recreación y Deportes**
 Roberto David Cuadros Celis
Estudiante Universidad de Pamplona 87
- 34** **Condición física de bailarines de danza latina y/o urbana de una corporación de la ciudad de Cúcuta con relación a las circunstancias de riesgo que generan lesiones en tejidos blandos**
 Cristian Camilo Molina Hernández,
 Rafael Enrique Lozano Z. Ph.D
Universidad de Pamplona 89



PRESENTACIÓN DEL EVENTO

Después de varios encuentros de investigadores, donde se han intercambiado diferentes trabajos y experiencias a través del quehacer docente y al igual como investigadores, llevados a cabo por los diferentes profesionales participantes, para este año 2023 no fue la excepción, donde cada día se va fortaleciendo este gran evento y no solamente impactando a nivel nacional sino también a nivel internacional, donde nuestro campo de acción sigue creciendo y se ve reflejado en cada uno de los trabajos mostrados en el encuentro, siendo así una participación importante de más de 30 temáticas diferentes, de gran relevancia en nuestros procesos académicos e investigativos, que dejarán seguro huella a través de nuestras nuevas generaciones, para poder seguir aportando al cambio de forma acertiva en la educación física, la recreación y del deporte.

Es de esta manera que el intercambio de ideas, opiniones y con los diferentes contextos que se pudieron evidenciar en cada uno de los participantes, nos da la posibilidad de seguir aon-dando y profundizando en la investigación no solamente en el deporte de rendimiento, sino también en la formación en la educación física de nuestras nuevas generaciones y al igual proyectar todo el bienestar que genera el realizar la actividad física como tal, sino también en el campo de la salud, donde hace falta mucho para que la población en general vea estos grandes beneficios, de esta manera lograr una vida bastante longeva, pero con una mayor funcionalidad a nivel motor y menor riesgo de generar enfermedades no transmisibles.

Es así que no solamente llegamos a los estudiantes del programa de educación física, sino también a la población en general, para que se vaya dando la importancia a una vida sana y salu-dable, a través de la actividad física y seguir creciendo como institución para evidenciar las nuevas o ultimas tendencias en estos campos de la educación, el deporte y la salud, como a su vez en la investigación, por medio de este tipo de eventos donde se ve reflejado el esfuerzo de seguir adquiriendo cada día nuevas experiencias como docentes e investigadores y que estos trabajos no solamente queden en un evento al escucharlos por parte del auditorio, sino que se vean plasmados en un libro de memorias, donde no solamente los participantes tengan conocimiento de estos trabajos, sino la comunidad en general tanto a nivel nacional como internacional, logrando de esta manera no solamente resaltar la importancia de la investigación, sino el poder comparar con otros países o regiones la gran importancia de apli-car lo vivido por medio del aprendizaje y reforzado a través de la literatura de gran impacto a nivel mundial.

Ph.D RAFAEL ENRIQUE LOZANO ZAPATA
Docente del Programa de Lic. En Educación Física, Recreación y Deportes
rafaenloza@unipamplona.edu.co
Coordinador del Evento

RESÚMENES
**TRABAJOS DEL ENCUENTRO
DE INVESTIGADORES 2023**

RESÚMENES

● ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA BASADO EN LA VELOCIDAD, DE LA CIENCIA A LA APLICACIÓN PRÁCTICA

SPEED-BASED STRENGTH TRAINING, FROM SCIENCE TO PRACTICAL APPLICATION

Amador García Ramos PhD
Docente Universidad de
Granada, España.
amagr@ugr.es

1

RESUMEN

La autorregulación en el entrenamiento de fuerza (EF) se puede describir como un proceso que permite ajustar las variables de entrenamiento basándose en la medición del rendimiento del individuo o en su capacidad percibida para realizar el ejercicio (Greig et al., 2020). Es aceptado que ajustar las demandas del entrenamiento a la respuesta individual puede inducir adaptaciones superiores en el rendimiento de fuerza y reducir los riesgos de lesiones y sobreentrenamiento. Mediante la autorregulación, variables de entrenamiento como la carga y el número de series y repeticiones pueden ser prescritas en función de la retroalimentación de los atletas. La retroalimentación proporcionada por los atletas puede ser subjetiva u objetiva. El entrenamiento basado en la velocidad (VBT, por sus siglas en inglés) es un método objetivo de autorregulación que se ha vuelto popular debido a la proliferación de dispositivos que permiten el monitoreo preciso en tiempo real de la velocidad del movimiento durante los ejercicios de EF (Weakley et al., 2021b, a).

El VBT se puede definir como un método de EF que utiliza la velocidad del movimiento como un complemento o, en algunas situaciones, como un reemplazo de los métodos más tradicionales para prescribir, monitorear y evaluar los efectos del EF. Se pueden extraer tres puntos importantes de esta definición. El primer punto enfatiza la necesidad de contar con un dispositivo que permita mediciones precisas de la velocidad del movimiento. El segundo punto se refiere al triple objetivo del VBT: (i) prescribir el estímulo de EF (seleccionar las cargas y el número de series y repeticiones), (ii) monitorear el estrés inducido por el estímulo de EF (registrar las velocidades iniciales y finales

de las series de entrenamiento) y (iii) evaluar las adaptaciones neuromusculares a largo plazo inducidas por el EF (evaluar los cambios antes y después de un ciclo de entrenamiento de diferentes manifestaciones de fuerza). Por último, el tercer punto indica

que el monitoreo de la velocidad del levantamiento se puede utilizar con varios énfasis: (i) como complemento de otros métodos utilizados para prescribir o evaluar el efecto del EF (por ejemplo, la velocidad del levantamiento se puede utilizar para decidir la magnitud del incremento de la carga durante una prueba de carga incremental utilizada para determinar directamente la repetición máxima), o (ii) como un sustituto de los métodos tradicionales de RT (por ejemplo, estimar la repetición máxima a partir del registro de la velocidad de levantamiento con cargas submáximas sin realizar ningún levantamiento máximo). Los entrenadores deben conocer las aplicaciones prácticas del VBT y decidir en qué faceta de su programación, si es que lo hacen, el monitoreo de la velocidad agrega valor para mejorar su práctica de entrenamiento.

Palabras clave:

Autorregulación, carga-velocidad, entrenamiento de fuerza, VBT.

ABSTRACT

Autoregulation in resistance training (RT) can be described as a process that enables practitioners to continually adjust training variables over time based on the measurement of an individual's performance or their perceived capability to perform (Greig et al. 2020). It is generally accepted that adjusting the training demands to the individual's response to training and non-training related stressors can induce superior adaptations in strength performance and reduce the risks of injury and overtraining. The expected benefit of autoregulation methods is a closer match between the intended and delivered RT stimulus.

Using autoregulation, training variables such as the load lifted or the number of sets and repetitions can be prescribed based on athletes' feedback. The feedback provided by athletes can be either subjective (e.g., ratings of perceived exertion; RPE) or objective (e.g., movement velocity or maximum number of repetitions performed to failure). Velocity-based training (VBT) is an objective method of autoregulation that has become popular among sport scientists and practitioners due to the proliferation of devices that allow accurate real-time monitoring of movement velocity during RT exercises (Weakley et al. 2021b, a).

VBT can be defined as a RT method which uses movement velocity as a supplement to or in some situations as a replacement for more traditional methods of prescribing, monitoring and assessing the effects of RT. Three important points can be extracted from this definition. The first point reveals that the main informational input of VBT is lifting velocity and, consequently, it emphasizes the requirement of possessing a device that allows accurate measurements of movement velocity to implement this RT method. The second point refers to the triple target of VBT: (i) prescribing the RT stimulus (i.e., selecting the loads and number of sets and repetitions), (ii) monitoring the stress induced by the RT stimulus (i.e., recording the initial and final velocities of the training sets), and (iii) assessing the long-term neuromuscular adaptations induced by RT (i.e., assessing the changes before and after a training cycle of different strength manifestations). Finally, the third point indicates that the monitoring of lifting velocity can be used with various emphasis: (i) as a complement to other methods used to prescribe or assess the effect of RT (e.g., lifting velocity can be used to decide the magnitude of the increment of the load during an incremental loading test used to directly determine the 1RM), or (ii) as a

substitute of traditional RT methods (e.g., to estimate the 1RM from the recording of lifting velocity at submaximal loads without performing any maximal lift). Coaches should know the practical applications of VBT and decide in which facet of their programming, if any, monitoring velocity adds value to enhance their training practice.

Keywords:

Autoregulation, load-velocity, resistance training, VBT.

REFERENCIAS

1. Greig L, Stephens Hemingway BH, Aspe RR, et al (2020) Autoregulation in Resistance Training: Addressing the Inconsistencies. *Sport Med* 50:1873–1887. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01330-8>
2. Weakley J, Mann B, Banyard H, et al (2021a) Velocity-based training: From theory to application. *Strength Cond J* 43:31–49. <https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000560>
3. Weakley J, Morrison M, García-Ramos A, et al (2021b) The Validity and Reliability of Commercially Available Resistance Training Monitoring Devices: A Systematic Review. *Sport Med* 51:443–502. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01382-w>

● ENTRENAMIENTOS DE LA FUERZA-POTENCIA POR MEDIO DE LA PERIODIZACIÓN LINEAL EN EL TREN INFERIOR Y EL FIFA11+ EN EL EQUILIBRIO DE LOS FUTBOLISTAS SUB 23 DEL MUNICIPIO DE PAMPLONA Y PAMPLONITA

STRENGTH-POWER TRAINING THROUGH LINEAR PERIODIZATION IN THE LOWER BODY AND FIFA11+ IN THE BALANCE OF UNDER 23 SOCCER PLAYERS FROM THE MUNICIPALITY OF PAMPLONA AND PAMPLONITA

Andrés Aubin Portilla MSc
Docente
Universidad de Pamplona

2

RESUMEN

La autorregulación en el entrenamiento de fuerza Los entrenamientos aplicados a los deportistas de las selecciones de Fútbol Sub 23 Pamplona y Pamplonita- Norte de Santander, categorías de los 17-23 años, están fundamentados en el estudio de la estabilidad dinámica, equilibrio, fuerza y potencia, determinando su relación en el tren inferior y el equilibrio y estabilidad de los jugadores que realizan su práctica deportiva. Al primer grupo se efectuó una intervención con el manual de calentamiento FIFA 11+ al Equipo del Municipio de Pamplonita-Norte de Santander en la Cancha de la Sabana el cual participo en el departamental, el segundo grupo fue intervenido con Periodización Lineal del autor Bomba de fuerza-potencia, al equipo de la ciudad de Pamplona que igualmente participo en el departamental. De esta forma se ejecutaron dos programas de entrenamiento para evidenciar y comparar su influencia en la estabilidad y equilibrio. Realizando las intervenciones con un pre test y post test empleando dos instrumentos: 1) Salto en contra movimiento para evaluar la fuerza-potencia y 2) Test de estrella para evaluar la estabilidad y el equilibrio.

Palabras clave:

Estabilidad Dinámica, Equilibrio, Fuerza, Potencia, Entrenamiento

ABSTRACT

The training applied to the athletes of the U-23 soccer teams of Pamplona and Pamplonita-Norte de Santander, categories 17-23 years old, are based on the study of dynamic stability, balance, strength and power, determining their relationship in the lower train and the balance and stability of the players who perform their sports practice. The first group underwent an intervention with the FIFA 11+

warm-up manual for the team from the Municipality of Pamplonita-Norte de Santander in the Sabana Field, which participated in the departmental competition. The second group was intervened with the Linear Periodization of the author Bomba de fuerza-potencia, for the team from the city of Pamplona, which also participated in the departmental competition. In this way, two training programs were executed to demonstrate and compare their influence on stability and balance. Performing the interventions with a pre-test and post-test using two instruments: 1) Countermovement jumping to evaluate the strength-power and 2) Star test to evaluate stability and balance.

Keywords:

Dynamic Stability, Balance, Strength, Power, Training

● RELACIÓN DEL ESTADO NEUROMUSCULAR Y MEDIDAS ANTROPOMÉTRICAS DE LA SELECCIÓN VOLEIBOL

RELATIONSHIP BETWEEN NEUROMUSCULAR STATUS AND ANTHROPOMETRIC MEASURES OF THE VOLLEYBALL TEAM

Vacca Valencia Anderson
Steven
Buitrago Buitrago Jhosman
Alfonso
Mena Bejarano, Beatriz.
UDES Bucaramanga

3

RESUMEN

Variedad de reportes muestran que la mayor cantidad de lesiones deportivas son en las modalidades de conjuntos y se localizan en los miembros inferiores (1) (2), de la misma manera se ha detectado que la prevalencia de lesiones en deportistas universitarios ha representado el 48% de en voleibolistas (3). Para el atleta de voleibol el desarrollo de la potencia y la capacidad de salto es determinante en el rendimiento deportivo (4). Con pruebas de salto y medidas antropométricas se monitorea el estado neuromuscular en deportes individuales y de conjunto (5), pudiendo obtener una visión integral de las condiciones del atleta a través de un análisis detallado (6). El propósito es identificar la relación del estado neuromuscular de miembros inferiores con las medidas antropométricas de la selección de voleibol de la Universidad de Santander, sede Bucaramanga en el año 2022. Metodología: Se emplea un estudio cuantitativo, correlacional de corte transversal. La población son los deportistas de voleibol y se emplea un muestreo no probabilístico por voluntarios. Las variables son medidas antropométricas y salto contramovimiento. Los análisis estadísticos se realizaron mediante el Software IBM SPSS Statistical (Versión 20., IBM, Armonk, USA). Resultados: Participaron 19 voleibolistas, 10 masculinos y 9 femeninos, con edad media de $20,3 \pm 2,6$ años, talla $1,7 \pm 0,1$ Mt, peso $67,1 \pm 13,4$ Kg e IMC $23,2 \pm 3,1$. Se evidencia una correlación en las siguientes variables: Edad / Altura del salto, Velocidad pico, RDF en fase de frenado con ($r^2=,638$; $p=0,003$), ($r^2=,618$; $p=0,005$), ($r^2=,578$; $p=0,010$) respectivamente, talla / altura del salto, velocidad pico, RDF con ($r^2=-,662$; $p=0,002$), ($r^2=,643$; $p=0,003$), ($r^2=,550$; $p=0,015$). Conclusión: Existe una relación entre el estado neuromuscular de miembros inferiores y las características antropométricas, lo cual permite diseñar programas de entrenamiento y prevención de lesiones.

ABSTRACT

A variety of reports show that the greatest number of sports injuries are in the set modalities and are located in the lower limbs (1) (2), in the same way it has been detected that the prevalence of injuries in university athletes has represented 48% of volleyball players (3). For the volleyball athlete, the development of power and jumping ability is a determining factor in sports performance (4). With jumping tests and anthropometric measurements, the neuromuscular state is monitored in individual and team sports (5), being able to obtain a comprehensive view of the athlete's conditions through a detailed analysis (6). The purpose is to identify the relationship between the neuromuscular state of the lower limbs and the anthropometric measurements of the volleyball team of the University of Santander, Bucaramanga campus in the year 2022. Methodology: A quantitative, correlational, cross-sectional study is used. The population is volleyball athletes and a non-probabilistic sampling by volunteers is used. The variables are anthropometric measurements and countermovement jump. Statistical analyses were performed using IBM SPSS Statistical Software (Version 20, IBM, Armonk, USA). Results: 19 volleyball players participated, 10 male and 9 female, with mean age 20.3 ± 2.6 years, height 1.7 ± 0.1 Mt, weight 67.1 ± 13.4 Kg and BMI 23.2 ± 3.1 . A correlation is evidenced in the following variables: Age / Jump height, Peak velocity, RDF in braking phase with ($r^2=,638$; $p=0.003$), ($r^2=,618$; $p=0.005$), ($r^2=,578$; $p=0.010$) respectively, height / jump height, peak velocity, RDF with ($r^2=,662$; $p=0.002$), ($r^2=,643$; $p=0.003$), ($r^2=,550$; $p=0.015$). Conclusion: There is a relationship between lower limb neuromuscular status and anthropometric characteristics, which allows designing training and injury prevention programs.

REFERENCIAS

1. Bonilla Galvis DA, Silver Wasserman E, Zapata Contreras EE. Lesiones musculoesqueléticas en deportistas de selecciones de la universidad de Santander campus Cúcuta, 2020. Repositorio Universidad de Santander. 2020.
2. Prieto González, Martínez Castillo, Fernández Galván M, Casado, Soporki S, Sánchez Infante. Epidemiology of Sports-Related Injuries and Associated Risk Factors in Adolescent Athletes: An Injury Surveillance. *Int J Environ Res Salud Pública*. 2021; 18(9).
3. Escorcia Gómez C. Perfil epidemiológico de lesiones deportivas en la Universidad Nacional: una perspectiva desde el modelo multinivel de los determinantes en salud. Tesis Maestría. Bogotá DC.: Universidad Nacional, Facultad de Medicina, Departamento del Movimiento Corporal Humano.
4. Martinez B. Consideration for Power and Capacity in Volleyball Vertical Jump Performance. *Strength and Conditioning Journal*. 2017; 39(4).
5. Claudino A, JG, Cronin J, Mezêncio A, Travis McMaster B, McGuigan B, M, Tricoli V, et al. The countermovement jump to monitor neuromuscular status: A. *Journal of Science and Medicine in Sport*. 2017; 20.
6. McMahon JJ, Suchomel, Lake, Comfort P. Understanding the Key Phases of the Countermovement Jump Force-Time Curve. 2018.

● LA CARGA ÓPTIMA DEL ENTRENAMIENTO DE LA FUERZA Y SUS EFECTOS AGUDOS EN LAS TAREAS FUNCIONALES EN EL ADULTO MAYOR NEUROLOGICAMENTE PRESERVADO DE LA CIUDAD DE VILLAVICENCIO

THE OPTIMAL LOAD OF STRENGTH TRAINING AND ITS ACUTE EFFECTS ON FUNCTIONAL TASKS IN NEUROLOGICALLY PRESERVED OLDER ADULTS IN THE CITY OF VILLAVICENCIO

Rubiel Antonio Barrera Izquierdo, Eimar Adrián Ruiz Corredor y Leonardo Mosquera Martínez.
Universidad de los Llanos, Villavicencio

4

RESUMEN

El objetivo de esta investigación fue identificar la intensidad óptima del entrenamiento de la fuerza (EF), y sus efectos agudos sobre las tareas funcionales en el adulto mayor (AM) neurológicamente preservado. 30 AM fueron convocados a participar en este trabajo. La investigación se llevó a cabo en 7 sesiones. En la primera se desarrollaron las pruebas de cognición. En la segunda sesión se desarrolló el Baseline en el test Time Up and Go (TUG) y posteriormente se evaluó la fuerza dinámica máxima según la NSCA en los ejercicios de extensión de pierna sentado, flexión de pierna acostado, sentadilla jaca y flexión plantar en prensa. Para las sesiones entre los días 3 y 7 se desarrolló el EF una vez por semana con las cargas del 40%, 50%, 60%, 70% y 80% de 1RM, las cargas fueron seleccionadas aleatoriamente para evitar posibles adaptaciones. Se realizaron dos evaluaciones, una Inmediatamente después del EF, momento agudo (AG) y luego tras transcurrir 20 minutos de descanso el momento crónico (CR). Las variables registradas fueron tiempo y número de pasos. Para el análisis de los datos se realizó una MANOVA (momento * porcentaje de trabajo). La significancia usada fue $P < 0,05$. El análisis estadístico indicó un efecto principal significativo en la prueba multivariante para el factor momento en la variable tiempo ($F_{159} = 35601,71$; $p < 0,001$) y pasos ($F_{159} = 656,98$; $p < 0,001$). La combinación de factores de momento por porcentaje de trabajo arrojó efectos significativos en la variable tiempo ($F_{318} = 146,34$; $p < 0,001$) y pasos ($F_{318} = 36,88$; $p < 0,001$). En el factor aislado de la prueba inter-sujeto por porcentajes de trabajo se evidenció un efecto principal significativo en la variable tiempo ($F_{1,160} = 14,13$; $p < 0,001$), pero no sobre el factor pasos ($F_{1,160} = ,053$; $p > 0,005$). A modo de conclusión se determina que la carga óptima del EF sobre los efectos agudos en la tarea funcional en el AM, son las cargas bajas, específicamente el 50% y 40% 1RM, aunque para estas cargas, mejores efectos se evidenciaron luego de 20 minutos de recuperación.

Palabras Clave:

Entrenamiento de Fuerza, adulto mayor, marcha, tareas funcionales, independencia motora.

ABSTRACT

The objective of this research was to identify the optimal intensity of strength training (ST), and its acute effects on functional tasks in the neurologically preserved older adult (MA). 30 MA were recruited to participate in this work. The research was carried out in 7 sessions. In the first one, cognition tests were developed. In the second session, the Baseline Time Up and Go (TUG) test was developed and then the maximum dynamic strength was evaluated according to the NSCA in the exercises of seated leg extension, lying leg flexion, jack squat and plantar flexion in press. For the sessions between days 3 and 7, the EF was performed once a week with loads of 40%, 50%, 60%, 70% and 80% of 1RM, the loads were randomly selected to avoid possible adaptations. Two evaluations were performed, one immediately after the exercise, acute moment (AG) and then after 20 minutes of rest, the chronic moment (CR). The variables recorded were time and number of steps. For data analysis a MANOVA (moment * percentage of work) was performed. The significance used was $P < 0.05$. The statistical analysis indicated a significant main effect in the multivariate test for the moment factor in the variable time ($F_{159} = 35601.71$; $p < 0.001$) and steps ($F_{159} = 656.98$; $p < 0.001$). The combination of moment factors by percentage of work yielded significant effects on the variable time ($F_{318} = 146.34$; $p < 0.001$) and steps ($F_{318} = 36.88$; $p < 0.001$). In the isolated factor of the inter-subject test by percentages of work, there was a

significant main effect on the time variable ($F_{1,160} = 14.13$; $p < 0.001$), but not on the steps factor ($F_{1,160} = .053$; $p > 0.005$). As a conclusion, it is determined that the optimal load of the EF on the acute effects on the functional task in the AM, are the low loads, specifically 50% and 40%1RM, although for these loads, better effects were evidenced after 20 minutes of recovery.

Keywords: Strength training, older adult, gait, functional tasks, motor independence.

● ENCUESTA SOBRE HÁBITOS DE EJERCITACIÓN FÍSICA EN LA CIUDAD DE BUCARAMANGA

SURVEY ON PHYSICAL EXERCISE HABITS IN THE CITY OF BUCARAMANGA

5

RESUMEN

Existen muchos cuestionarios validados en el mundo para medir la aptitud física de las personas tales como el IPAQ, GPAQ, FITNESSGRAM, PACE o el YPAS; sin embargo, se hace necesario la construcción de cuestionarios que caractericen la actividad física de las poblaciones no solo en términos de dosificación del ejercicio, sino también de aspectos como las capacidades físicas a trabajar, el lugar de ejercitación, la aparición de lesiones, la dirección y progresión del ejercicio, así como la prevalencia en el tiempo de este. En el presente estudio se aplica el instrumento de caracterización del ejercicio físico ICEF en la población de Bucaramanga. Con los datos de 1923 personas de todos los grupos etarios, de ambos sexos, todos los estratos de vivienda, niveles de estudio y ocupación, así como de estado civil; se muestran las siguientes tendencias en la ciudad de Bucaramanga:

La población que no se ejercita afirma en un 41% que es por motivos laborales, en un 27% por desmotivación y en un 20% por ocupaciones del hogar. El 73% de los encuestados manifiesta que se ejercita físicamente; sin embargo, casi la mitad de estas personas tiene una frecuencia de ejercitación física inferior a tres días a la semana. La población encuestada no tiene conocimiento acerca del volumen, intensidad y descanso promedio de ejercitación física por sesión en la semana, ya que más del 65% refiere ejercitarse con rangos de tiempo y grados de esfuerzo inadecuados. Solo el 30% de las personas que se ejercitan son manejadas por una fuente de conocimiento confiable. La población encuestada no tiene una alta prevalencia del ejercicio físico en el tiempo; pues, si bien la mitad de las personas manifiesta venir ejercitándose toda su vida, un 60% manifiesta desertar permanentemente de dichos programas, lo cual se traduce en una contradicción.

Palabras clave:

ICEF (INSTRUMENTO DE CARACTERIZACIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO), Adherencia al ejercicio.

Roberto Eduardo Parra
Ortega. Ph.D
Universidad de Pamplona

ABSTRACT

There are many validated questionnaires in the world to measure the physical fitness of people such as the IPAQ, GPAQ, FITNESSGRAM, PACE or YPAS; however, it is necessary to construct questionnaires that characterize the physical activity of populations not only in terms of exercise dosage, but also in terms of aspects such as the physical capacities to be worked, the place of exercise, the occurrence of injuries, the direction and progression of exercise, as well as its prevalence over time. In the present study, the ICEF physical exercise characterization instrument was applied to the population of Bucaramanga. With the data of 1923 people of all age groups, of both sexes, all housing strata, levels of study and occupation, as well as marital status, the following trends are shown in the city of Bucaramanga: 41% of the population that does not exercise states that it is due to work reasons, 27% due to lack of motivation and 20% due to home occupations. Seventy-three percent of those surveyed state that they exercise physically; however, almost half of these people exercise less than three days a week. The surveyed population does not have knowledge about the volume, intensity and average rest of physical exercise per session per week, since more than 65% report exercising with inadequate time ranges and degrees of effort. Only 30% of the people who exercise are managed by a reliable source of knowledge. The surveyed population does not have a high prevalence of physical exercise over time; although half of the people surveyed say that they have been exercising all their lives, 60% say that they permanently drop out of such programs, which translates into a contradiction.

Keywords:

ICEF (INSTRUMENT FOR CHARACTERIZING PHYSICAL EXERCISE), Adherence to exercise.

REFERENCIAS

1. ENSIN. (21 de noviembre de 2017). Gobierno presenta Encuesta Nacional de Situación Nutricional de Colombia (ENSIN) 2015. Boletín de Prensa No 169 de 2017. Ministerio de salud y protección social. <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Gobierno-presenta-Encuesta-Nacional-de-Situaci%C3%B3n-Nutricional-de-Colombia-ENSIN-2015.aspx>
2. Martínez, L. (22 de junio de 2022). "Fitness Gram": Una herramienta para evaluar y promoverla aptitud física. Programa de Maestría en Ciencias del Ejercicio con especialidad en Fisiología del Ejercicio. Universidad de Puerto Rico. <https://1library.co/document/z3dvnw7d-fitnessgram-herramienta-evaluar-promover-aptitud-f%C3%ADsica.html>
3. OMS. (12 de septiembre de 2022). Cuestionario Mundial sobre Actividad Física (GPAQ). Departamento de Enfermedades crónicas y Promoción de la Salud. Organización mundial de la salud. <https://studylib.es/doc/5157385/cuestionario-mundial-sobre-actividad-f%C3%ADsica--gpaq#:~:text=Cuestionario%20Mundial%20sobre%20Actividad%20F%C3%ADsica%20%28GPAQ%29%20Departamento%20de,vigilancia%20de%20la%20actividad%20f%C3%ADsica%20en%20los%20pa%C3%ADses>

● CUANTIFICACIÓN DE LOS TIEMPOS REALES DE JUEGO EN VOLEIBOL, EN EL XLIX CAMPEONATO NACIONAL FEMENINO CATEGORÍA JUVENIL 2022, PEREIRA

QUANTIFICATION OF THE REAL PLAYING TIME IN VOLLEYBALL, IN THE XLIX NATIONAL CHAMPIONSHIP FOR WOMEN, JUNIOR CATEGORY 2022, PEREIRA

Luis Guillermo García García
Universidad Tecnológica
de Pereira
luisgui@utp.edu.co

6

RESUMEN

En la presente investigación se analizan los tiempos reales de juego en el XLIX Campeonato Nacional de Voleibol Femenino 2022 categoría juvenil, que se llevó a cabo en el Coliseo Menor de la ciudad de Pereira, desde el día lunes 18 de abril hasta el 22 de abril del 2022. Se contó con la participación de 9 ligas provenientes de diferentes regiones; Bogotá, Bolívar, Caldas, Chocó, Cundinamarca, Meta, Valle, Antioquia y Risaralda. Los resultados obtenidos fueron Oro para Valle, Plata para Risaralda y bronce para Bogotá.

En cada partido disputado del campeonato, se cuantifico el tiempo real desde el contacto al balón en el fundamento técnico del saque hasta que el balón contacta el terreno de juego o termina la jugada por cualquier motivo del reglamento, se toma el tiempo a partir de este instante hasta el nuevo contacto del servicio siguiente, este tiempo le llamaremos tiempo de pausa, se contabilizaron además los tiempos de pausa de los tiempos técnicos pedidos por los entrenadores y los que proporciona el reglamento, también se cuantifico los tiempos de pausa entre cada final e inicio de cada set jugado. Se obtiene una información amplia y detallada de lo real que se desarrolla durante el partido de voleibol. Teniendo presente que la duración de un partido de Voleibol, se alterna entre tiempos activos de juego, tiempos de pausa, tiempos técnicos, tiempo entre final e inicio de cada set y el tiempo que se pierde por algún golpe o lesión. Se encuentra una notable diferencia entre los tiempos reales y las pausas; El promedio del tiempo jugado por set de todos los partidos es de 5:43 segundos.

El promedio de tiempo de pausas por set de todos los partidos es de 15:37 segundos. El promedio del total de todos los partidos fue 1:33:46 horas se tuvieron 3494 rallys en 26 partidos disputados, teniendo como promedio 134 rallys. En el tiempo real de jugada se tiene la misma cantidad de rallys (3494) y el promedio de todos los tiempos efectivos de parti-

do es de 8,0 segundos. En el tiempo efectivo se tiene la misma cantidad de rallys (3494) y el promedio de todos los tiempos reales de partidos es de 8,0 segundos. Para los tiempos técnicos otorgados y tomados por cada equipo se encontró un promedio de 55,19 segundos por todo el campeonato.

Palabras clave:

Tiempo real o efectivo- Rallys-
Tiempo técnico- tiempo de pausa.

ABSTRACT

This research analyzes the actual playing times in the XLIX National Championship of Women's Volleyball 2022 youth category, which was held at the Coliseo Menor in the city of Pereira, from Monday, April 18 to April 22, 2022. Nine leagues from different regions participated: Bogotá, Bolívar, Caldas, Chocó, Cundinamarca, Meta, Valle, Antioquia and Risaralda. The results obtained were Gold for Valle, Silver for Risaralda and Bronze for Bogota.

In each match played in the championship, the real time from the contact to the ball in the technical basis of the serve until the ball contacts the court or ends the play for any reason of the regulations was quantified, the time from this moment until the new contact of the next service is taken, this time will be called pause time, the pause times of the technical times requested by the coaches and those provided by the regulations were also counted, the pause times between each end and beginning of each set played were also quantified. A wide and detailed information of the actual volleyball match is obtained. Bearing in mind that the duration of a volleyball match alternates between active playing time,

pause time, technical time, time between the end and the beginning of each set and the time lost due to a hit or injury. A notable difference is found between actual times and pauses; the average time played per set of all matches is 5:43 seconds.

The average break time per set for all matches is 15:37 seconds. The average of the total of all matches was 1:33:46 hours; there were 3494 rallies in 26 matches played, with an average of 134 rallies. In the actual time of play, the same number of rallies (3494) and the average of all effective match times is 8.0 seconds. In the effective time, the same number of rallies (3494) and the average of all real match times is 8.0 seconds. For the technical times given and taken by each team, an average of 55.19 seconds was found for the entire championship.

Keywords:

Real or effective time- Rallys- Technical time- Pause time.

● INCIDENCIAS DE LA INVESTIGACIÓN EN LOS PROCESOS DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE EN LA EDUCACIÓN INICIAL

IMPACT OF RESEARCH ON THE TEACHING-LEARNING PROCESS IN EARLY EDUCATION

Danny Daniel Carrillo Benítez Ph.D, Diana Carolina Vivas Ropero, Claudia Roza y Martha Casique

Docentes Magisterio Norte de Santander

7

RESUMEN

El presente proyecto está basado en las incidencias que tiene la investigación en el proceso de enseñanza-aprendizaje en la educación inicial con una duración de 11 meses y su propósito principal es identificar en las niñas de educación inicial la incidencia de la investigación en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la interdisciplinariedad. La metodología está diseñada de tipo experimental mediante el paradigma positivista y desde un enfoque cuantitativo por medio de la recolección y análisis de instrumentos estadísticos, implicando la interacción y potenciación en los procesos sistemáticos empíricos, críticos y teóricos, realizado en la Escuela Normal Superior María Auxiliadora con las estudiantes, padres de familia y maestros del grado transición, primero y segundo, lo cual tiene como punto de partida el desarrollo de tres fases: primera: exploración, segunda: los por qué, los supuestos y la hipótesis, y tercera: la experimentación: acierto-error, a través de un enfoque pedagógico holístico y un aprendizaje basado en proyectos, debido a las causas halladas en las prácticas pedagógicas tradicionales, falencias en el desarrollo de dimensiones y competencias investigativas y la falta de acercamiento al pensamiento científico, curioso, crítico, reflexivo e innovador en las niñas de educación inicial y tiene como resonancia el desarrollo de la propuesta llamada: hagamos un pacto con Luna basada en la serie infantil El mundo de Luna la cual profundiza la imaginación, la exploración y la formulación de preguntas que motivan a desarrollar el aprendizaje por descubrimiento para ser expuesta en ser maestras investigadoras por un día como perfil de la Normal: formadora de formadoras.

Palabras clave:

Investigación, enseñanza-aprendizaje, pensamiento científico, interdisciplinariedad, holístico.

ABSTRACT

The present project is based on the incidence of research in the teaching-learning process in early education with a duration of 11 months and its main purpose is to identify in early education girls the incidence of research in the teaching-learning processes in interdisciplinarity. The methodology is designed of experimental type through the positivist paradigm and from a quantitative approach by means of the collection and analysis of statistical instruments, involving interaction and empowerment in the empirical, critical and theoretical systematic processes, carried out in the Escuela Normal Superior María Auxiliadora with the students, parents and teachers of the transition, first and second grade, which has as starting point the development of three phases: first: exploration, second: the why, the assumptions and the hypothesis, and third: the experimentation: This is due to the causes found in the traditional pedagogical practices, deficiencies in the development of dimensions and investigative competences and the lack of approach to scientific, curious, critical, reflective and innovative thinking in early childhood education girls, and has as a resonance the development of the proposal called: Let's make a pact with Luna based on the children's series El mundo de Luna which deepens imagination, exploration and the formulation of questions that motivate the development of learning by discovery to be exposed to be teacher researchers for a day as a profile of the Normal: trainer of trainers.

Keywords:

Research, teaching-learning, scientific thought, interdisciplinarity, holis.

RELACIÓN ENTRE ACTIVIDAD FÍSICA, BIENESTAR PSICOLÓGICO Y VARIABLES FISIOLÓGICAS EN ADMINISTRATIVOS UNIVERSITARIOS EN COLOMBIA

RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY, PSYCHOLOGICAL WELL-BEING AND PHYSIOLOGICAL VARIABLES IN UNIVERSITY ADMINISTRATORS IN COLOMBIA

Armando Monterrosa Quintero,
Angel Miller Roa,
Pablo Bahamón Cerquera

Programa: Licenciatura en Educación Física
Recreación y Deportes, Grupo de investigación
MOLÚFODE, Universidad Surcolombiana, Neiva
(Colombia).

Deisi Yuliana Posada Restrepo,
Jorge Mario Gómez Quintero

Licenciatura en Educación física Recreación y
Deportes, Grupo SER-SICIDE, Universidad
Católica de Oriente, Antioquia (Colombia).

Ayda Natalia Vallejo Osorio

Facultad de Ciencias de la educación, Universidad
Católica de Oriente, Rionegro, Antioquia
(Colombia).

Universidad SurColombiana, Neiva

8

RESUMEN

La actividad física se considera como todo movimiento de los músculos que ejercen un gasto energético y se encuentra unido a la integridad de todos los seres humanos. El objetivo del estudio fue analizar y correlacionar actividad física con bienestar psicológico y variables fisiológicas en funcionarios de una institución de educación superior en Colombia. El número de participantes fueron 90 personas subdivididas en 2 grupos: mujeres ($n=45$) y hombres ($n=45$), fueron aplicados instrumentos validados para medir los niveles de actividad física IPAQ- SF; bienestar psicológico PGWBS e instrumentos de medición para variables fisiológicas. Los principales hallazgos fueron diferencias significativas en algunas variables morfofisiológicas entre los sexos; moderada correlación entre la estatura y el bienestar general ($r=0.37$; $p=0.001$) no se encontró influencias de las variables físicas y fisiológicas en los niveles de ansiedad entre los participantes del estudio. Se concluye que los valores de la presión arterial son importantes e influyen en las diferentes dimensiones del bienestar psicológico.

Palabras clave:

Sedentarismo, dimensiones psicológicas, estado corporal.

ABSTRACT

Physical activity is considered as any muscle movement that exerts energy expenditure and is linked to the integrity of all human beings. The objective of the study was to analyze and correlate physical activity with psychological well-being and physiological variables in employees of a higher education institution in Colombia. The number of participants was 90 people subdivided into 2 groups: women ($n=45$) and men ($n=45$), validated instruments were applied to

measure the levels of physical activity IPAQ-SF; psychological well-being PGWBS and measurement instruments for physiological variables. The main findings were significant differences in some morphophysiological variables between the sexes; moderate correlation between height and general well-being ($r= 0.37$; $p=0.001$) and no influences of physical and physiological variables were found on anxiety levels among study participants. It is concluded that blood pressure values are important and infer the different dimensions of psychological well-being.

Keywords:

Sedentary lifestyle, psychological dimensions, body state.

CAPACIDAD DE DESEMPEÑO Y LOGRO EN ESTUDIANTES DE PRIMER SEMESTRE DE LA FACULTAD DE SALUD

PERFORMANCE CAPACITY AND ACHIEVEMENT IN FIRST-SEMESTER HEALTH FACULTY STUDENTS

Acosta Daza, Érika Tatiana
Universidad de Pamplona.
Sede Pamplona, Colombia.
Semillero de Investigación
"Ocupación humana activa"

9

RESUMEN

Introducción: El proceso de transición entre la educación media a la educación superior implica la adaptación del adolescente a cambios académicos, personales y sociales encaminados a las exigencias que se asumen respecto a las expectativas y complejidad de la vida universitaria (McGhie, 2017). **Planteamiento del problema y justificación:** El ingreso a la Universidad involucra cambios ocupacionales en el estudiante al momento de adquirir un nuevo rol, obligándolo a transformar sus acciones ocupacionales; por ello, se determinará de qué manera repercuten en el desempeño académico, así mismo, será innovador considerando que no se han realizado estudios con esta población dentro del programa de Terapia Ocupacional, lo que conlleva a ampliar el abordaje en el área de educación. De acuerdo a esto, se plantea el interrogante ¿cómo influye la capacidad de desempeño en el logro de los estudiantes de primer semestre de la facultad de salud? **Objetivo general:** Determinar la capacidad de desempeño y su influencia en el logro de los estudiantes de primer semestre de la facultad de salud por medio de instrumentos estandarizados. **Objetivos específicos:** Caracterizar a la población objeto de estudio mediante la aplicación de ficha sociodemográfica identificando factores sociales y económicos. Evaluar la capacidad de desempeño y el logro mediante el MOHOST y la entrevista histórica del desempeño ocupacional (OPHI-II). Interpretar los resultados obtenidos a través del software SPSS. Establecer la relación de la capacidad de desempeño y el logro de los estudiantes de primer semestre. **Referente teórico:** Capacidad de desempeño (Rojas, 2018), logro (Heras, 2011) Modelo de la ocupación humana (Gary Kielhofner K. F., 1980), Modelo de desempeño ocupacional (AOTA, 2020), Marco de referencia de adaptación ocupacional (Sally Shultz, 1992) **Metodología:** Enfoque cuantitativo, diseño descriptivo-correlacional, se retoma una muestra de 60 estudiantes de primer semestre de la facultad de salud. **Resultados esperados:** Caracterización de la población objeto de estudio, relación de capacidad

de desempeño y logro en estudiantes de primer semestre, efectos del plan de acción y la adaptación universitaria.

Keywords:

Adaptación, desempeño, estudiante, logro, terapia ocupacional.

ABSTRACT

Introduction: The transition process from middle school to higher education involves the adolescent's adaptation to academic, personal, and social changes aimed at the demands assumed regarding the expectations and complexity of college life (McGhie, 2017). **Problem Statement and Rationale:** Entering the university involves occupational changes in the student at the time of acquiring a new role, forcing him/her to transform his/her occupational actions; therefore, it will be determined in what way they impact academic performance, likewise, it will be innovative considering that no studies have been conducted with this population within the Occupational Therapy program, which leads to broaden the approach in the area of education. Accordingly, the question arises: How does performance capacity influence the achievement of first semester students of the faculty of health? **General objective:** To determine the performance capacity and its influence on the achievement of first semester students of the faculty of health by means of standardized instruments. **Specific objectives:** To characterize the population under study through the application of a sociodemographic card identifying social and economic factors. To evaluate performance capacity and achievement by means of the MOHOST and the Occupational Performance History Interview (OPHI-II). Interpret the results obtained through SPSS

software. To establish the relationship between performance capacity and achievement of first semester students. **Theoretical reference:** Performance capacity (Rojas, 2018), achievement (Heras, 2011) **Model of human occupation** (Gary Kielhofner K. F., 1980), **Occupational performance model** (AOTA, 2020), **Occupational adaptation framework** (Sally Shultz, 1992) **Methodology:** Quantitative approach, descriptive-correlational design, a sample of 60 first semester students of the faculty of health is taken. **Expected results:** Characterization of the study population, relationship between performance capacity and achievement in first semester students, effects of the action plan and university adaptation.

Keywords:

Adaptation, performance, student, achievement, occupational therapy.

REFERENCIAS

1. Heras, C. d. (2011). Logro. En Modelo de la ocupacion humana (págs. 40-43). Panamericana
2. Herrera, R. (2018). El proceso de transición entre educación media y superior; experiencias universitarias. Santiago, Chile.
3. Kielhofner, G. (2011). Cambios en el adolescente. En Modelo de la ocupacion humana (págs. 128-134). 4 edición, Panamericana.
4. Sánchez, M. (2018). Factores que influyen en la deserción y reprobación de estudiantes de un curso universitario. <https://repositorio.una.ac.cr/handle/11056/20072>, 225-229
5. Vega, J. (2019). Influencia de los Hábitos y Métodos de Estudio en la Permanencia de los Estudiantes. Pamplona, Colombia: Universidad de Pamplona.

● ESTUDIO DE LA TOMA DE DECISIÓN Y VOLUMEN DE LA ATENCIÓN EN VOLEY-BOLISTAS CATEGORÍA 15-16 AÑOS CLUB CAIMANEROS DE NORTE DE SANTANDER

STUDY OF DECISION MAKING AND VOLUME OF ATTENTION IN VOLLEYBALL PLAYERS 15-16 YEARS OLD OF THE CAIMANEROS DE NORTE DE SANTANDER CLUB

10

RESUMEN

El propósito del presente investigación tiene como objetivo estudiar las diferentes habilidades psicológicas en deportistas pertenecientes al Club Caimaneros de Norte de Santander, por sus características propias requiere de deportistas con un alto grado de preparación en las habilidades cognitivas para su óptimo rendimiento haciendo énfasis en la Sensorio-percepción que permita en los deportistas una mejora en los Tiempos de Reacción, Toma de decisiones y el Volumen de la Atención, ya que Durante las competencias y entrenamientos hay elementos que requieren un alto grado de desarrollo de las anteriores variables psicológicas para poder realizar la rutina de manera correcta y tener el éxito.

En la metodología de investigación se desarrolló de forma descriptiva transversal en la población del club Caimaneros de la Ciudad de Norte de Santander, donde se aplicaron los instrumentos de Volumen de la atención (Rudik) y toma de decisiones (Puni), y se analizaron los datos estadísticos en el programa SPSS.

Al observar los resultados del desempeño de los voleibolistas se determinó un alto grado de efectividad del 80% en los instrumentos aplicados, pero se recomienda la importancia de un plan de entrenamiento psicológico basado en las actividades de cognitivas de los deportistas.

Palabras clave:

Toma de decisiones, Volumen de la Atención, Deporte Voleibol y Plan de entrenamiento psicológico.

Jose Angel Osuna y
Arles Javier Ortega Ph.D.
Universidad de Pamplona

ABSTRACT

The purpose of this research is to study the different psychological skills in athletes belonging to the Caimaneros Club of Norte de Santander, due to its own characteristics it requires athletes with a high degree of preparation in cognitive skills for optimal performance with emphasis on Sensoperception that allows athletes an improvement in Reaction Times, Decision Making and Volume of Attention, since during competitions and training there are elements that require a high degree of development of the above psychological variables to perform the routine correctly and be successful.

The research methodology was developed in a transversal descriptive way in the population of the Caimaneros club of the city of Norte de Santander, where the instruments of Volume of Attention (Rudik) and decision making (Puni) were applied, and the statistical data were analyzed in the SPSS program.

When observing the results of the performance of the volleyball players, a high degree of effectiveness of 80% was determined in the instruments applied, but the importance of a psychological training plan based on the cognitive activities of the athletes is recommended.

Keywords:

Decision-making, Volume of Attention, Volleyball Sport and Psychological training plan.

● EL JUEGO COMO MEDIO PARA FORTALECER LA INTELIGENCIA VISUAL Y UBICACIÓN TEMPORO ESPACIAL

THE GAME AS A MEANS OF STRENGTHENING VISUAL INTELLIGENCE AND TEMPORAL AND SPATIAL LOCATION

Angie Valentina Santander Julio
Semillero de investigación educación, pedagogía y didáctica. Universidad de Pamplona, Sede Villa del Rosario

11

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo general proponer el juego como medio para fortalecer la inteligencia visual y la ubicación temporo-espacial durante las clases de EF en el grado de 1^a, su intención es analizar la inteligencia visual y la ubicación temporo espacial en los educandos del colegio comfanorte, enseñando por medio de juegos para mejorar la ubicación espacial de los niños, acentuando la importancia de la educación física y la lateralidad y los tipos de ubicación en el espacio, mostrando la importancia y los beneficios que tiene en el desarrollo de los infantes; desde el punto de vista metodológico se apoyará en un paradigma positivista bajo en una investigación no experimental con un diseño de campo y un nivel Explorativo, contando con una población de 67 estudiantes y una muestra de 14 niñas y 13 niños con edades entre los 6 a 7 años pertenecientes al Colegio Comfanorte; citando las leyes de la educación física para ello se realizaran planeadores con secuenciales como propuesta para mejorar la problemática ya planteada.

Palabras clave:

Inteligencia visual, clases de educación física, ubicación temporo espacial.

ABSTRACT

The general objective of this research is to propose the game as a means to strengthen visual intelligence and temporo-spatial location during EF classes in the 1st grade, its intention is to analyze visual intelligence and temporo-spatial location in the students of the comfanorte school, teaching through games to improve the spatial location of children, emphasizing

the importance of physical education and laterality and the types of location in space, showing the importance and the benefits it has in the development of infants; From the methodological point of view it will be supported by a positivist paradigm under a non-experimental research with a field design and an explorative level, with a population of 67 students and a sample of 14 girls and 13 boys aged between 6 and 7 years belonging to the Comfanorte School; citing the laws of physical education for it will be made planners with sequential as a proposal to improve the problem already raised.

Keywords:

Visual intelligence, physical education classes, temporospatial location.

● HABILIDADES CALLEJERAS: UN DIÁLOGO ENTRE HABILIDADES DE VIDA QUE PRETENDEN SER UNIVERSALES Y LAS HABILIDADES PROPIAS DE LOS JÓVENES HABITANTES DE CALLE DE IDIPRON-LA FLORIDA POR MEDIO DEL ULTIMATE

STREET SKILLS: A DIALOGUE BETWEEN LIFE SKILLS THAT PRETEND TO BE UNIVERSAL AND THE SKILLS OF IDIPRON-LA FLORIDA'S STREET YOUTH THROUGH ULTIMATE

Carlos Efrén Amórtegui Ramírez, Edwin Rojas Guasca, Hernán Steven Ruiz Ruiz, Luis Carlos GonzálezHernández y David Esteban Buitrago Rada.
Universidad Pedagógica Nacional.

12

RESUMEN

Las habilidades para la vida suelen ser vistas como un manual de comportamiento en la sociedad. Pero: ¿son estas universales? ¿Es posible que existan otro tipo de habilidades indispensables para el diario vivir? A partir de estas incógnitas surge este proyecto investigativo con los jóvenes de la UPI LA FLORIDA-IDIPRON, institución que trabaja con jóvenes en situación de vulnerabilidad que han sido habitantes de calle. Se realizó un análisis comparativo entre las habilidades para la vida de la OMS (deontológicas) y las habilidades para la vida nativas (ontológicas) de la población investigada. Esta investigación se realizó a partir de diversas sesiones con el Ultimate entre el mes de Octubre de 2022 y Abril de 2023 con un método mixto entre investigación acción y etnografía. La investigación se estructuró en dos momentos, el primero donde se realiza la caracterización de la institución y se hace una apertura ontológica a las habilidades nativas de las personas que habitan la unidad y cómo estas intervienen en su realidad, además, se hace un dialogo entre estas y las habilidades para la vida que plantea la OMS. El segundo momento donde se da cuenta del plan de intervención y cómo se llevó a cabo la práctica, dejando ver qué personas participaron y bajo qué condiciones, además de mostrar cómo un deporte no convencional se vuelve atractivo para una población vulnerable. Se concluyó que los jóvenes tienen unas habilidades que surgen de ciertas necesidades. Se evidenció que hay ciertas similitudes entre aquellas habilidades planteadas por la OMS, con las nativas, diferenciando que el contexto determina un dialecto diverso para su denominación. Las habilidades para la vida, que la OMS detalla como necesarias, no solo es una visión errónea ya que hay diversos contextos en el mundo, sino que, además, globalizar esas habilidades es negar la posibilidad de que existan otras acordes a las necesidades de cada sociedad.

Finalmente, se busca dejar una incógnita para futuras investigaciones que abarquen y busquen entender las habilidades para la vida desde un punto de

vista diverso en la pluralidad de los contextos de una sociedad.

Palabras clave:

Habilidades para la vida, Últimate, Habitantes de calle, Habilidades callejeras.

ABSTRACT

Life skills are often seen as a manual for behavior in society. But are these skills universal, and is it possible that there are other types of skills that are indispensable for daily life? From these questions arises this research project with young people from the UPI LA FLORIDA-IDIPRON, an institution that works with young people in vulnerable situations who have been street dwellers. A comparative analysis was made between the WHO life skills (deontological) and the native life skills (ontological) of the researched population. This research was conducted from several sessions with Últimate between October 2022 and April 2023 with a mixed method between action research and ethnography. The research was structured in two moments, the first one where the characterization of the institution is made and an ontological opening is made to the native skills of the people who live in the unit and how these intervene in their reality, in addition, a dialogue is made between these and the life skills proposed by the WHO. The second moment where the intervention plan and how the practice was carried out, showing which people participated and under what conditions, in addition to showing how a non-conventional sport becomes attractive for a vulnerable population. It was concluded that young people have skills that arise from certain needs. It was shown that there are cer-

tain similarities between those skills proposed by the WHO and the native ones, differentiating that the context determines a diverse dialect for their denomination. Life skills, which the WHO details as necessary, is not only an erroneous vision since there are diverse contexts in the world, but also, globalizing these skills is to deny the possibility of the existence of others according to the needs of each society.

Finally, we seek to leave a question mark for future research that encompasses and seeks to understand life skills from a diverse point of view in the plurality of contexts of a society.

Keywords:

Life skills, Últimate, Street dwellers, Street skills.

REFERENCIAS

1. Correa A, M. E., & Zapata P., J. (2007). LA OTRA CIUDAD: LOS HABITANTES DE LA CALLE. <https://core.ac.uk/download/pdf/11861054.pdf>

2. Habilidades para la vida. Herramientas para el #BuenTrato y la prevención de la violencia. (2017, 1 mayo). UNICEF. <https://www.unicef.org/venezuela/inform es / h a b i l i d a d e s - p a - r a - l a - v i d a - h e r r a m i e n t a s - p a r a - e l - b u e n t r a t o - y - l a - p r e v e n c i % C 3 % B 3 n - d e - l a - v i o l e n c i a>

3. IDIPRON. (2019). MUSARAÑAS III. Del gaminismo al habitante de calle. ISBN 978-958-59194-5-7

4. Mantilla, L., & Chahín, I. (2006). Habilidades para la vida. Manual para aprenderlas y enseñarlas. <http://www.codajic.org/sites/default/files/sites/www.codajic.org/files/Habilidades%20para%20la%20vida%20.%20Leonardo%20Mantilla%20Castellanos..pdf>

5. Rojas Correal, J. Y. (2013) Últimate Frisbee: Espíritu de juego, un nuevo estilo deportivo [en línea]. 10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 9 al 13 de septiembre de 2013, La Plata. En Memoria Académica. Disponible en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.3106/ev.3106.pdf

● CARACTERIZACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA DE LA SELECCIÓN NORTE SANTANDERANA DE VOLEIBOL CATEGORÍA INFANTIL FEMENINA

CHARACTERIZATION OF THE PHYSICAL CONDITION OF THE NORTH SANTANDERANA SELECTION OF VOLLEYBALL FEMALE INFANTILE CATEGORY

Ivan Ronaldo Lizarazo y Yener Adrian Ramirez.
Universidad de Pamplona.

13

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo caracterizar la condición física de las deportistas de la selección Nortesantandereana de Voleibol, a través de una batería de test físicos afines y medidas antropométricas que permiten establecer si el grupo de deportistas es idóneo para pertenecer a una selección departamental, es importante resaltar que la evaluación de la condición física tiene como objetivo proporcionar información sobre las características específicas de las voleibolistas en cuanto al alcance de ataque y bloqueo, potencia de tren inferior y superiores, así como la coordinación y la rapidez, ya que en este deporte la mayoría de acciones que dan punto están determinadas por la rapidez de desplazamiento en la zona defensiva y altura del salto a la hora de atacar y bloquear.

El presente estudio tiene un enfoque cuantitativo, ya que la utilización de análisis estadísticos es imprescindible para la consecución de los objetivos propuestos. De acuerdo al alcance, la investigación es de tipo descriptiva, desarrollada bajo un diseño transversal, debido a que la toma de datos se realizará en un único tiempo permitiendo caracterizar las variables morfológicas de las jóvenes y de aptitud física (Thomas, Jerry R. y Nelson, Jack K.)

La población de estudio estará conformada por niñas de 12 a 14 años, discriminados por sexo, como criterio de inclusión único es pertenecer a dicha selección.

En los resultados se pudo observar que el 70% del grupo tiene una estatura y alcance idóneo para pertenecer a dicha selección, superando el 1.70 mts de estatura y el 65 % de la población tiene un alcance igual o superior a 2.60 mts el cuál es el estándar en esta categoría infantil.

Palabras clave:

Alcance, salto, potencia, rapidez, condición física.

ABSTRACT

The objective of this research is to characterize the physical condition of the athletes of the Nortesantandereana Volleyball National Team, through a battery of related physical tests and anthropometric measurements that allow to establish if the group of athletes is suitable to belong to a departmental team, ~~It is important to emphasize that the evaluation of physical condition aims to provide information on the specific characteristics of volleyball players in terms of attack and blocking range, lower and upper body power, as well as coordination and speed, since in this sport most of the actions that give points are determined by the speed of displacement in the defensive zone and jump height when attacking and blocking.~~

The present study has a quantitative approach, since the use of statistical analysis is essential for the achievement of the proposed objectives. According to the scope, the research is descriptive, developed under a cross-sectional design, because the data collection will be done in a single time allowing to characterize the morphological variables of young girls and physical fitness (Thomas, Jerry R. and Nelson, Jack K.).

The study population will be made up of girls from 12 to 14 years old, discriminated by sex, as the only inclusion criterion is to belong to this selection.

In the results it could be observed that 70% of the group has a suitable height and reach to belong to this selection, exceeding 1.70 meters in height and 65% of the population has a reach equal to or greater than 2.60 meters which is the standard in this children's category.

Keywords:

Reach, jumping, power, speed, physical condition.

● FACTORES SOCIOEMOCIONALES Y ADAPTACIÓN OCUPACIONAL EN ESCOLARES CON DISCAPACIDAD SENSORIAL AUDITIVA

SOCIOEMOTIONAL FACTORS AND OCCUPATIONAL ADAPTATION IN SCHOOL-CHILDREN WITH SENSORY HEARING IMPAIRMENT

Danna Zharick Jiménez Robles.
Universidad de Pamplona. Semillero
de Investigación "Ocupación
humana activa".
danna.jimenez@unipamplona.edu.co

14

RESUMEN

Introducción. La educación es considerada como una ocupación significativa en la adolescencia, donde se adquieren conocimientos que se implementarán en el transcurso de la vida, sin embargo, para los estudiantes que presentan discapacidad como la hipoacusia o sordera, es común encontrar dificultades en la adaptación a este nuevo entorno debido a las barreras actitudinales y de comunicación que restringen el desempeño ocupacional e impactan en los factores socioemocionales de la población. **Planteamiento del problema y justificación.** Se estima que a nivel mundial en el 2050, de acuerdo a las estadísticas de la (OMS, 2021), la discapacidad auditiva (DA) aumentará a más del 5% de la población, correspondiendo esto a 700 millones de habitantes, por lo tanto, debido al notable incremento, desde Terapia Ocupacional se plantea establecer estrategias acorde a las necesidades de la población objeto de estudio, realizando investigaciones, que permitan la identificación de la influencia del contexto en los factores socioemocionales y cómo estos impactan en los procesos de adaptación ocupacional de los escolares con DA, teniendo en cuenta al estar alterada esta, es posible que no se cumplan las demandas y expectativas del rol académico ni la inclusión que imparten las instituciones educativas regulares. **Objetivo.** Determinar la influencia del factor socioemocional en la adaptación ocupacional de escolares con discapacidad sensorial auditiva del Instituto Técnico Guaimaral de Cúcuta, Norte de Santander. **Referente teórico.** La investigación se sustenta bajo el modelo del bienestar escolar (BIES), el modelo del desempeño del escolar (DOES) de (Alvárez de Bello, 2010), el marco de referencia de la adaptación ocupacional de (Schultz & Schakade, 2016) y el enfoque psicosocial de (Erikson & Sullivan, 2003), teniendo en cuenta que permiten reconocer el abordaje del Terapeuta Ocupacional desde las variables del proyecto. **Metodología.** Es un estudio cuantitativo, con diseño descriptivo y correlacional de acuerdo a (Jiménez P & Ramírez T, 2014), con una muestra de 35 estudiantes con DA en edad adolescente del Insti-

tuto Técnico Guaimaral de Cúcuta, Norte de Santander, aplicando ficha de caracterización, instrumentos estandarizados como la entrevista histórica del desempeño ocupacional (OPHI-II) y la entrevista del ambiente escolar (SSI). Resultados. El proyecto se encuentra en fase de caracterización y aplicación de instrumentos.

Palabras clave:

Barreras de comunicación, discapacidad auditiva, regulación emocional, relaciones interpersonales, terapia ocupacional.

ABSTRACT

Introduction. Education is considered a significant occupation in adolescence, where knowledge is acquired that will be implemented in the course of life, however, for students with disabilities such as hearing loss or deafness, it is common to find difficulties in adapting to this new environment due to attitudinal and communication barriers that restrict occupational performance and impact the socioemotional factors of the population. **Problem statement and justification.** It is estimated that worldwide in 2050, according to WHO statistics (WHO, 2021), hearing impairment (DA) will increase to more than 5% of the population, corresponding to 700 million inhabitants, therefore, due to the remarkable increase, Occupational Therapy proposes to establish strategies according to the needs of the population under study, Therefore, due to the remarkable increase, from Occupational Therapy we propose to establish strategies according to the needs of the population under study, conducting research to identify the influence of the context on socioemotional factors and how these impact on the occupational adaptation processes of

schoolchildren with AD, taking into account that if this is altered, it is possible that the demands and expectations of the academic role and the inclusion provided by regular educational institutions may not be met. **Objective.** To determine the influence of the socioemotional factor in the occupational adaptation of schoolchildren with sensory hearing impairment of the Guaimaral Technical Institute of Cúcuta, Norte de Santander. **Theoretical reference.** The research is supported under the model of school well-being (BIES), the model of school performance (DOES) of (Alvarez de Bello, 2010), the framework of reference of occupational adaptation of (Schultz & Schakade, 2016) and the psychosocial approach of (Erikson & Sullivan, 2003), taking into account that they allow recognizing the approach of the Occupational Therapist from the variables of the project. **Methodology.** It is a quantitative study, with descriptive and correlational design according to (Jiménez P & Ramírez T, 2014), with a sample of 35 students with AD in adolescent age of the Guaimaral Technical Institute of Cúcuta, Norte de Santander, applying characterization form, standardized instruments such as the historical interview of occupational performance (OPHI-II) and the school environment interview (SSI). **Results.** The project is in the phase of characterization and application of instruments.

Keywords:

Communication barriers, hearing impairment, emotional regulation, interpersonal relationships, occupational therapy.

REFERENCIAS

1. Álvarez de Bello, L. (2010). Modelo de Desempeño Ocupacional del Escolar (DOE). En L. Álvarez de Bello, Terapia ocupacional en educación Un enfoque sensorial en la escuela (págs. 163- 166). Bogotá, Colombia: Universidad Nacional de Colombia, Departamento de la Ocupación Humana.
2. Erikson, E., & Sullivan, H. (2003). Teoría pisco-social. En A. Turner, M. Foster, & S. Johnson, Terapia Ocupacional y disfunción física. Principios, técnicas y prácticas (págs. 60-61). Madrid, España: Elsevier Science.
3. Jiménez P, F., & Ramírez T, Y. (2014). Taxonomía de los diseños de investigación. En J. A. García G, J. C. López A, F. Jiménez P, Y. Ramírez T, L. Lino P, & A. Reding B, Metodología de la investigación bioestadística y bioinformática en ciencias médicas y de la salud (pág. 38). Mexico: Mc Graw Hill Education.
4. OMS. (02 de 03 de 2021). WHO. Obtenido de <https://www.who.int/es/-news-room/fact-sheets/detail/deafness-and-hearing-loss>
5. Schultz, S. W. (2015). Teoría de la adaptación ocupacional. En B. Boyt S., G. Gillen, M. Scaffa, & E. Cohn, Willard y Spackman Terapia Ocupacional 12 edición (pág. 527). Buenos Aires: Panamericana.

● EVALUACIÓN DE LA APTITUD FÍSICA DE LOS ESTUDIANTES DE MEDIA GENERAL DESDE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA

ASSESSMENT OF THE PHYSICAL FITNESS OF GENERAL MIDDLE SCHOOL STUDENTS IN PHYSICAL EDUCATION CLASSES

Rafael Pérez Hernández
Universidad Pedagógica Experimental el Libertador, Rubio, Venezuela

15

RESUMEN

La educación física como área de aprendizaje dentro del sistema educativo venezolano, comprende un proceso de formación orientado a facilitar competencias expresadas en habilidades y destrezas que conlleven al individuo a una mejor interacción en cada contexto de desenvolvimiento, otorgándole los elementos necesarios que le permitan expresarse a través del movimiento de forma eficaz, demostrando una aptitud física optima y adaptada a sus necesidades; es por ello que se presenta una investigación que tiene como objetivo general, evaluar la aptitud física de los estudiantes de educación media general desde las clases de educación física. Metodológicamente se ubica bajo el paradigma positivista con un enfoque cuantitativo, apoyado en un estudio de campo, de naturaleza descriptiva con un diseño pre experimental, fundamentada en el método hipotético deductivo. La muestra objeto de estudio estuvo conformada por ciento ocho (108) estudiantes de cuarto año de media general pertenecientes a la Unidad Educativa Colegio los Andes de la ciudad de Rubio del estado Táchira, Venezuela, de los cuales se recolectaron los datos a través de la aplicación de mediciones antropométricas y de pruebas físicas estandarizadas, utilizando la estadística descriptiva como técnica para el procesamiento, análisis e interpretación de los resultados que conllevaron a las conclusiones y recomendaciones en donde se destaca que un alto porcentaje de los sujetos evaluados poseen un índice de masa corporal considerado como normal según los parámetros establecidos por la Organización Mundial de la Salud; asimismo, los niveles de valoración de la aptitud física arrojaron que el mayor porcentaje del grupo de varones se encuentran en un nivel promedio y el grupo de las hembras en un nivel regular en atención a los percentiles estadísticos y baremos preestablecidos para tal fin.

Palabras clave:

Aptitud física, pruebas físicas estandarizadas, valoración antropométrica.

ABSTRACT

Physical education as a learning area within the Venezuelan educational system, comprises a training process aimed at facilitating competencies expressed in skills and abilities that lead the individual to a better interaction in each context of development, giving him the necessary elements that allow him to express himself through movement in an effective way, demonstrating an optimal physical fitness adapted to his needs; that is why a research is presented whose general objective is to evaluate the physical fitness of students in general secondary education from physical education classes. Methodologically, it is located under the positivist paradigm with a quantitative approach, supported by a field study, descriptive in nature with a pre-experimental design, based on the hypothetical deductive method. The sample under study consisted of one hundred and eight (108) students in the fourth year of general high school belonging to the Colegio Los Andes Educational Unit in the city of Rubio, Táchira State, Venezuela, from which data were collected through the application of anthropometric measurements and standardized physical tests, using descriptive statistics as a technique for the processing, analysis and interpretation of the results that led to the conclusions and recommendations where it is highlighted that a high percentage of the evaluated subjects have a body mass index considered as normal according to the parameters established by the World Health Organization; Likewise, the levels of physical fitness assessment showed that the highest percentage of the group of males are at an average level and the group of females at a regular level according to the statistical percentiles and pre-established scales for this purpose.

Keywords:

Physical fitness, standardized physical tests, anthropometric assessment.

REFERENCIAS

1. Alexander, P. (1999). Perfil de Aptitud Física, Composición Corporal, Características Morfológicas del venezolano. Manual del Evaluador. Caracas: CICED, IND, CONICIT.
2. Barrios, J. y Ranzola, A. (1995). Manual para el deporte de iniciación y desarrollo. Caracas: Instituto Nacional de Deportes.
3. Circujano, M. (2010). Capacidades físicas básicas en la educación secundaria obligatoria. Madrid: Editorial Visión Libros.
4. Instituto Nacional del Deporte (2006). Manual para la valoración de la aptitud física en el contexto escolar venezolano. Caracas, Venezuela: Fondo Editorial del Instituto nacional del Deporte.
5. Subiela, J. (2005). Introducción a la Fisiología Humana, Énfasis en la Fisiología del Ejercicio. Barquisimeto: Fundaupel IPB.

COMPOSICIÓN CORPORAL Y NIVELES DE SARCOPE- NIA EN LOS DEPORTISTAS DE LA UNIVERSIDAD DEL ATLÁNTICO

BODY COMPOSITION AND LEVELS OF SARCOPENIA IN ATHLETES OF THE UNIVERSI- DAD DEL ATLANTICO

Fabián Andrés Contreras Jáuregui Ph.D y Jaime Antonio Padilla Morales

Docentes Universidad del Atlántico.
fabiancontreras@mail.uniatlanti-
co.edu.co

16

RESUMEN

La finalidad de este estudio fue determinar la composición corporal de los deportistas de la Universidad del Atlántico. El procedimiento se realizó mediante la toma de medidas antropométricas como diámetros, perímetros y pliegues cutáneos. Los diámetros se tomaron con un parquímetro o calibrador vernier y se tomaron los siguientes: biacromial, tórax transverso, tórax antero-posterior, biileocrestal, humeral y femoral. Los perímetros que se midieron utilizando la cinta métrica fueron cabeza, brazo relajado, brazo flexionado, antebrazo, tórax, cintura, cadera máxima, muslo máximo, muslo medio y pantorrilla máxima. Los pliegues cutáneos se midieron con un adipometro slimguide y fueron: tríceps braquial, subescapular, supraespinoso, abdominal, muslo medio y pantorrilla media. Para el cálculo del índice de masa corporal se utilizó la fórmula de Quetelet: $IMC = \text{Peso} / \text{Talla}^2$. El peso de las cinco masas expresado en kilogramos se emplearon los parámetros establecidos por Holway en 2009 y que establecen los componentes óseos, adiposo, muscular, residual y piel. Los niveles de sarcopenia fueron calculados a partir de formulas teóricas masa muscular esquelética (kg) = $[(T^2/R \times 0,401) + (\text{sexo} \times 3,825) + (\text{edad} \times -0,071)] + 5,102$, donde T es la talla en centímetros, R la resistencia de la bioimpedancia eléctrica en ohms, el sexo femenino equivale a 0 y el masculino a 1, y la edad se registra en años. $CSA_{\text{brazo}} (cm^2) = \text{Varones } ((\text{perímetro brazo } (cm) - \pi \times \text{pliegue cutáneo tríceps } (cm))^2 / 4\pi) - 10$ $Mujeres ((\text{perímetro brazo } (cm) - \pi \times \text{pliegue cutáneo tríceps } (cm))^2 / 4\pi) - 6,5$ $CSA_{\text{muslo}} (cm^2) = (\text{perímetro muslo } (cm) - \pi \times \text{pliegue cutáneo muslo anterior } (cm))^2 / 4\pi$ $CSA_{\text{pierna}} (cm^2) = (\text{perímetro pierna } (cm) - \pi \times \text{pliegue cutáneo pierna medial } (cm))^2 / 4\pi$. Se obtiene la masa muscular (MM) total absoluta (kg) y relativa porcentualmente respecto al peso total (MM%) y en relación a la talla (IMM, kg/m²). La Masa Muscular apendicular (MM Apendicular) $MM_{\text{apendicular}} = 0,09 * (AMB + AMM) + 1/3$, donde AMB= Área Muscular del Brazo y AMM= Área Muscular de la Pierna. Se utilizó una muestra de 103 sujetos de las

selecciones de Baloncesto Femenino y Masculino, Natación, Fútbol Masculino, Halterofilia y Voleibol Masculino en edades comprendidas entre 17 y 27 años. El análisis estadístico se utilizó el paquete estadístico SPSS versión 24 donde se aplicaron pruebas estadísticas descriptivas.

Palabras clave:

Diámetros, Perímetros, Pliegues cutáneos, Índice de Masa Corporal (IMC), Masa Muscular, Masa Ósea, Masa Grasa, Masa Residual, Piel, Sarcopenia.

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the body composition of the athletes of the Universidad del Atlántico. The procedure was carried out by taking anthropometric measurements such as diameters, perimeters and skin folds. The diameters were taken with a parking meter or vernier caliper and the following were taken: biacromial, transverse thorax, anteroposterior thorax, biileocrestal, humeral and femoral. The perimeters that were measured using the tape measure were head, relaxed arm, flexed arm, forearm, thorax, waist, maximum hip, maximum thigh, mid-thigh and maximum calf. Skin folds were measured with a slimguide adipometer and were: triceps brachii, subscapularis, supraspinatus, abdominal, mid-thigh, and mid-calf. To calculate the body mass index, the Que-telec formula was used: $BMI = \text{Weight} / \text{Height}^2$. The weight of the five masses expressed in kilograms were used using the parameters established by Holway in 2009 and which establish the bone, adipose, muscle, residual and skin components. Sarcopenia levels were calculated

from theoretical formulas skeletal muscle mass (kg) = $[(T^2/R \times 0.401) + (\text{sex} \times 3.825) + (\text{age} \times -0.071)] + 5.102$, where T is the height in centimeters, R the resistance of the electrical bioimpedance in ohms, the female sex is equal to 0 and the male to 1, and the age is recorded in years. $CSA_{\text{arm}} (\text{cm}^2) = \text{Men} ((\text{arm circumference (cm)} - \pi \times \text{triceps skinfold (cm)})^2 / 4\pi) - 10)$ $\text{Women} ((\text{arm circumference (cm)} - \pi \times \text{triceps skinfold (cm)})^2 / 4\pi) - 6.5)$ $thigh\ CSA (\text{cm}^2) = (\text{thigh perimeter (cm)} - \pi \times \text{anterior thigh skinfold (cm)})^2 / 4\pi$ $leg\ CSA (\text{cm}^2) = (\text{leg perimeter (cm)} - \pi \times \text{leg skinfold medial (cm)})^2 / 4\pi$. The absolute total (kg) and relative muscle mass (MM) is obtained as a percentage of the total weight (MM%) and in relation to height (IMM, kg/m²). $MM_{\text{appendicular}} = 0.09 \times (AMB + AMM) + 1/3$, where AMB = Arm Muscle Area and AMM = Leg Muscle Area. A sample of 103 subjects from the Women's and Men's Basketball, Swimming, Men's Soccer, Weightlifting and Men's Volleyball teams between the ages of 17 and 27 years was used. The statistical analysis used the statistical package SPSS version 24 where descriptive statistical tests were applied.

Keywords:

Diameters, Circumferences, Skinfolds, Body Mass Index (BMI), Muscle Mass, Bone Mass, Fat Mass, Residual Mass, Skin, Sarcopenia

REFERENCIAS

1. Asociación Colombiana de Universidades A. Reglamentos técnicos por disciplina deportiva, juegos universitarios nacionales. Asoc Colomb Universidades. 2012;104
2. CSM, Colegio Americano de la Medicina Deportiva. Manual de valoración y prescripción del ejercicio. España. 2005. Editorial Paidotribo. 2 edición.
3. Aguado S, Rodríguez R, Gómez-pellico L. Relación entre composición corporal y edad en sujetos sanos de la Comunidad de Madrid. Rev. Esp. Antrop. Fís; 2006, 26: 109-114.
4. Albuquerque-Sendin, F.; Martín-Valejo, F.; García-Talavera, P.; Martín, M. & Santos del Rey, M. Comparison of fat mass and fat-free mass between Anthropometry, BIA and DEXA in young females: ¿are methods really interchangeable? Eur. J. Anat., 14(3):133-41, 2010
5. Álzate, D.; Ramos, S. & Melo, L. Tejido adiposo en escolares entre 7 y 18 años de edad. Hacia Promoc. Salud, 16(2): 85-96, 2011

CARACTERIZACIÓN MORFO-FUNCIONAL Y DE CONTROL POSTURAL DE MUJERES FÍSICAMENTE ACTIVAS

MORPHO-FUNCTIONAL AND POSTURAL CONTROL CHARACTERIZATION OF PHYSICALLY ACTIVE WOMEN

17

RESUMEN

Introducción: El envejecimiento como entropía de la vida, implica la disminución de las capacidades físicas, por lo que es crucial realizar una valoración integral para prescribir el ejercicio adecuado a esta población.

Objetivo: Caracterizar la morfo-funcionalidad y el control postural de mujeres físicamente activas.

Materiales y Métodos: Se realizó un estudio transversal de diseño descriptivo. Participaron 70 mujeres ($n = 27$) de 60-65 y ($n = 43$) 70-75 años, respectivamente, del "Centro Vida años Maravillosos" de Bucaramanga. Las evaluaciones se aplicaron a través del Montreal Cognitive Assessment, Trial making test, Baecke modificado, estatura, masa corporal, fuerza de prensión manual, Chair Stand Test, Control postural en bipedestación estática, ojos vendados y timed up and go.

Los análisis se realizaron a través del software SPSS versión 25. Se estableció $p = \alpha < 0,05$, el tamaño y la potencia estadística con el G Power (3.1.9.7). Se implementaron los test de Shapiro-Wilk y de Levene para la normalidad y homogeneidad. Los datos descriptivos se calcularon por estadística de tendencia central (Promedio, Desviación Estándar). Posteriormente, se aplicó la correlación de Pearson y la regresión múltiple bajo el método de introducir.

Resultados: En el control postural se evidenció que en el RMS / ML las mujeres oscilaron $60,15 \text{ mm} \pm 4,65$; el G 60-65, $60,98 \text{ mm} \pm 4,89$ y el G 70 -75, $59,63 \text{ mm} \pm 4,48$. Se estableció un modelo predictivo que indica que $R^2 = 0,556 \approx 55,6\%$ de peso o influencia de la variable predictora sobre la variable dependiente BEOV RMS/ML (mm)
 $= -22,084,11 + 0,117 * \text{Masa} + 58,11 * \text{Estatura} + 0,29 * \text{Baecke (mm)}$.

Se concluyó que la caracterización morfo funcional y de control postural, la identificación de la

Luenry Mendoza Montecino
Maestrante Universidad de Pamplona.
luenrymendozaedufisica@gmail.com

dependencia entre variables y la predicción podrían ser útil para profesionales de la actividad física como punto de comparación en futuras valoraciones y en el diseño de programas enfocados en atenuar el riesgo de caída.

Palabras clave:

Envejecimiento; cognición; actividad física; fuerza; control postural.

ABSTRACT

Introduction: Aging as entropy of life, implies the decrease of physical capacities, so it is crucial to perform a comprehensive assessment in order to prescribe adequate exercise to this population.

Objective: To characterize morpho-functionality and postural control in physically active women.

Materials and Methods: A cross-sectional study of descriptive design was carried out. Seventy women ($n = 27$) aged 60-65 and ($n = 43$) 70-75 years, respectively, from the "Centro Vida años Maravillosos" of Bucaramanga participated. The evaluations were applied through the Montreal Cognitive Assessment, Trial making test, modified Baecke, height, body mass, manual grip strength, Chair Stand Test, Postural control in static standing, blind-folded and timed up and go.

Analyses were performed through SPSS software version 25. $p = \alpha < 0.05$, size and statistical power were established with G Power (3.1.9.7). Shapiro-Wilk and Levene's tests were implemented for normality and homogeneity. Descriptive data were calculated by central tendency

statistics (Mean, Standard Deviation). Subsequently, Pearson's correlation and multiple regression were applied under the input method.

Results: In the postural control it was evidenced that in the RMS / ML the women oscillated $60.15 \text{ mm} \pm 4.65$; the G 60-65, $60.98 \text{ mm} \pm 4.89$ and the G 70-75, $59.63 \text{ mm} \pm 4.48$. A predictive model was established indicating that $R^2 = 0.556 \approx 55.6\%$ weight or influence of the predictor variable on the dependent variable BEOV RMS/ML (mm) $= -22.084.11 + 0.117 * \text{Mass} + 58.11 * \text{Stature} + 0.29 * \text{Baecke}$ (mm).

It was concluded that the morpho-functional and postural control characterization, the identification of the dependence between variables and the prediction could be useful for physical activity professionals as a point of comparison in future assessments and in the design of programs focused on attenuating the risk of falling.

Keywords:

Aging; cognition; physical activity; strength; postural control.

● ENTRENAMIENTO DEL PISO PÉLVICO PARA PREVENIR LA INCONTINENCIA URINARIA DE ESFUERZO: REVISIÓN SISTEMÁTICA

PELVIC FLOOR TRAINING TO PREVENT STRESS URINARY INCONTINENCE: A SYSTEMATIC REVIEW

Villarreal Cogollo, Andrés Felipe Peña García, Karoline Melissa
Fisioterapeutas Facultad de Salud, Programa de Fisioterapia. Universidad de Pamplona, Colombia

Mantilla Toloza, Sonia Carolina
Fisioterapeuta Universidad Industrial de Santander, Docente Universidad de Pamplona, Especialista en Pedagogía Universitaria, Magister en Salud Pública, Doctor en ejercicio Físico, Fisioterapia y Salud.

18

RESUMEN

La incontinencia urinaria de esfuerzo (IUE) es una alteración común en las mujeres que repercute de forma negativa en su calidad de vida. El embarazo y el parto son considerados factores de riesgo importantes, afectando directamente el suelo pélvico durante el embarazo y el trabajo de parto, aumentando el riesgo de disfunciones del suelo pélvico, encontrándose tasas de prevalencia de IUE en el postparto del 30 al 47% durante los primeros 12 meses. Sin embargo, esta problemática muestra indicadores más altos durante el periodo de gestación entre un 18,6% y 75%. Viéndose afectadas el 31% de mujeres nulíparas y un 42% de las mujeres con múltiples partos.

La literatura científica sustenta el rol de la fisioterapia en la prevención, disminución o corrección de ésta disfunción, a partir de la aplicación de ejercicio terapéutico. A partir de una revisión sistemática se determinó la efectividad del entrenamiento del suelo pélvico en la prevención de la IUE en mujeres durante el periodo prenatal y el postparto. Durante el desarrollo del diseño metodológico, se incluyeron ensayos controlados aleatorios, buscando la mayor calidad metodológica en los protocolos de dichos estudios, para lo cual se tuvo en cuenta la validez interna por medio la escala PEDro y la evaluación del riesgo del sesgo utilizando el Manual Cochrane de Revisiones Sistemáticas. Un total de siete ensayos controlados aleatorios cumplieron con dichos requisitos. Los resultados obtenidos a partir de la revisión resaltan mejoras significativas para la IUE después de la aplicación del entrenamiento del piso pélvico después del parto (Reilly et al., 2002), (Dornowski et al., 2018), (Mørkved et al., 2003), (de Assis et al., 2015). Sin embargo, tres estudios (Hilde et al., 2013), (Fritel et al., 2015), (Mason et al., 2010), no demostraron diferencias significativas en la notificación de la IU auto informada después de la intervención. Por otra parte, se observaron mejoras significativas en los parámetros de fuerza muscular en cuatro estudios artículos (Hilde et al., 2013), (Dornowski et

al., 2018), (Mørkved et al., 2003), (de Assis et al., 2015). Sin embargo, dos estudios no reportaron diferencias clínicamente significativas, aunque si hubo un aumento de la fuerza, estos datos no fueron tan relevantes entre los grupos (Reilly et al., 2002), (Fritel et al., 2015). Por último, más de la mitad de los estudios mostraron mejoras significativas desde la aplicación del entrenamiento de los músculos del suelo pélvico durante el periodo prenatal.

En conclusión, se hace necesaria la realización de nuevas investigaciones, que permitan determinar los factores que se asocian con la efectividad del entrenamiento del suelo pélvico, que determine el periodo adecuado para su aplicación en el manejo y prevención de la IUE. El ejercicio terapéutico del piso pélvico durante el embarazo y el postparto, garantiza una mayor adherencia a los programas de entrenamiento. Aun no existe un consenso sobre las dosis óptimas en el entrenamiento de los músculos del suelo pélvico.

ABSTRACT

Stress urinary incontinence (SUI) is a common disorder in women that has a negative impact on their quality of life. Pregnancy and childbirth are considered important risk factors, directly affecting the pelvic floor during pregnancy and labor, increasing the risk of pelvic floor dysfunction, with prevalence rates of SUI in the postpartum period ranging from 30 to 47% during the first 12 months. However, this problem shows higher indicators during the gestation period between 18.6% and 75%. Thirty-one percent of nulliparous women and 42% of women with multiple deliveries are affected.

ted.

The scientific literature supports the role of physiotherapy in the prevention, reduction or correction of this dysfunction, based on the application of therapeutic exercise. From a systematic review, the effectiveness of pelvic floor training in the prevention of SUI in women during the prenatal and postpartum period was determined. During the development of the methodological design, randomized controlled trials were included, seeking the highest methodological quality in the protocols of these studies, for which internal validity was taken into account by means of the PEDro scale and the evaluation of the risk of bias using the Cochrane Manual of Systematic Reviews. A total of seven randomized controlled trials met these requirements. The results obtained from the review highlight significant improvements for SUI following the application of pelvic floor training after childbirth (Reilly et al., 2002), (Dornowski et al., 2018), (Mørkved et al., 2003), (de Assis et al., 2015). However, three studies (Hilde et al., 2013), (Fritel et al., 2015), (Mason et al., 2010), did not demonstrate significant differences in self-reported UI reporting after the intervention. On the other hand, significant improvements in muscle strength parameters were observed in four studies articles (Hilde et al., 2013), (Dornowski et al., 2018), (Mørkved et al., 2003), (de Assis et al., 2015). However, two studies reported no clinically significant differences, although there was an increase in strength, these data were not as relevant between groups (Reilly et al., 2002), (Fritel et al., 2015). Finally, more than half of the studies showed significant improvements since the application of pelvic floor muscle training during the prenatal period.

In conclusion, further research is needed to determine the factors associated with the effectiveness of pelvic floor training,

which determines the appropriate period for its application in the management and prevention of SUI. Therapeutic pelvic floor exercise during pregnancy and postpartum ensures greater adherence to training programs. There is still no consensus on the optimal doses for pelvic floor muscle training.

● ANÁLISIS DE LA EFICIENCIA DEL SAQUE EN CAMPEONATO MUNDIAL DE CLUBES DE VOLEIBOL 2015, VELOCIDAD Y OTRAS VARIABLES

ANALYSIS OF SERVE EFFICIENCY IN VOLLEYBALL CLUB WORLD CHAMPIONSHIP 2015, SPEED AND OTHER VARIABLES

Luis Guillermo García García
Universidad Tecnológica de Pereira.
luisgui@utp.edu.co

19

RESUMEN

En la presente investigación se analizan los tiempos reales de juego en el XLIX Campeonato Nacional de Voleibol Femenino 2022 categoría juvenil, que se llevó a cabo en el Coliseo Menor de la ciudad de Pereira, desde el día lunes 18 de abril hasta el 22 de abril del 2022. Se contó con la participación de 9 ligas provenientes de diferentes regiones; Bogotá, Bolívar, Caldas, Chocó, Cundinamarca, Meta, Valle, Antioquia y Risaralda. Los resultados obtenidos fueron Oro para Valle, Plata para Risaralda y bronce para Bogotá.

En cada partido disputado del campeonato, se cuantifico el tiempo real desde el contacto al balón en el fundamento técnico del saque hasta que el balón contacta el terreno de juego o termina la jugada por cualquier motivo del reglamento, se toma el tiempo a partir de este instante hasta el nuevo contacto del servicio siguiente, este tiempo le llamaremos tiempo de pausa, se contabilizaron además los tiempos de pausa de los tiempos técnicos pedidos por los entrenadores y los que proporciona el reglamento, también se cuantifico los tiempos de pausa entre cada final e inicio de cada set jugado. Se obtiene una información amplia y detallada de lo real que se desarrolla durante el partido de voleibol. Teniendo presente que la duración de un partido de Voleibol, se alterna entre tiempos activos de juego, tiempos de pausa, tiempos técnicos, tiempo entre final e inicio de cada set y el tiempo que se pierde por algún golpe o lesión. Se encuentra una notable diferencia entre los tiempos reales y las pausas; El promedio del tiempo jugado por set de todos los partidos es de 5:43 segundos.

El promedio de tiempo de pausas por set de todos los partidos es de 15:37 segundos. El promedio del total de todos los partidos fue 1:33:46 horas se tuvieron 3494 rallys en 26 partidos disputados, teniendo como promedio 134 rallys. En el tiempo real de jugada se tiene la misma cantidad de rallys (3494) y

el promedio de todos los tiempos efectivos de partido es de 8,0 segundos. En el tiempo efectivo se tiene la misma cantidad de rallies (3494) y el promedio de todos los tiempos reales de partidos es de 8,0 segundos. Para los tiempos técnicos otorgados y tomados por cada equipo se encontró un promedio de 55,19 segundos por todo el campeonato.

Palabras clave:

Tiempo real o efectivo- Rallys- Tiempo técnico- tiempo de pausa

ABSTRACT

This research analyzes the actual playing times in the XLIX National Championship of Women's Volleyball 2022 youth category, which was held at the Coliseo Menor in the city of Pereira, from Monday, April 18 to April 22, 2022. Nine leagues from different regions participated: Bogotá, Bolívar, Caldas, Chocó, Cundinamarca, Meta, Valle, Antioquia and Risaralda. The results obtained were Gold for Valle, Silver for Risaralda and Bronze for Bogota.

In each match played in the championship, the real time from the contact to the ball in the technical basis of the serve until the ball contacts the court or ends the play for any reason of the regulations was quantified, the time from this moment until the new contact of the next service is taken, this time will be called pause time, the pause times of the technical times requested by the coaches and those provided by the regulations were also counted, the pause times between each end and beginning of each set played were also quantified. A wide and

detailed information of the actual volleyball match is obtained. Bearing in mind that the duration of a volleyball match alternates between active playing time, pause time, technical time, time between the end and the beginning of each set and the time lost due to a hit or injury. A notable difference is found between actual times and pauses; the average time played per set of all matches is 5:43 seconds.

The average break time per set for all matches is 15:37 seconds. The average of the total of all matches was 1:33:46 hours; there were 3494 rallies in 26 matches played, with an average of 134 rallies. In the actual time of play, the same number of rallies (3494) and the average of all effective match times is 8.0 seconds. In the effective time, the same number of rallies (3494) and the average of all real match times is 8.0 seconds. For the technical times given and taken by each team, an average of 55.19 seconds was found for the entire championship.

Keywords:

Real or effective time- Rallys- Technical time- Pause time.

COMPORTAMIENTO MORFOFUNCIONAL Y DE LA MARCHA EN MUJERES DE LA TERCERA EDAD FÍSICAMENTE ACTIVAS

MORPHO-FUNCTIONAL AND GAIT BEHAVIOR IN PHYSICALLY ACTIVE ELDERLY WOMEN

Orlando Sanguino Salazar
Maestrante Universidad de Pamplona

20

RESUMEN

Introducción: En la vejez, se presentan pérdidas funcionales que pueden afectar la marcha, por ello es importante la valoración funcional y determinar valores característicos de esta población que apoyen a profesionales en intervenciones futuras. **Objetivo:** Determinar las características morfo funcionales y de marcha rápida, en mujeres físicamente activas con edades de 60- A 75 años. **Materiales y Métodos:** intervinieron 70 mujeres entre 60 y 75 años, del Centro Vida años Maravillosos, de Bucaramanga. Evaluadas con Montreal Cognitiva Assessment (MoCA), Trial making test (TMT), Baecke modificado, talla, masa corporal, fuerza prensil, Chair Stand Test, y marcha. **Análisis estadístico.** Los valores fueron analizados con el software SPSS 25. Criterio de significancia $\alpha < 0,05$. Aplicando la prueba de Shapiro-Wilk y de Levene para comprobar normalidad y homogeneidad. Los registros fueron procesados por estadística de tendencia central (Promedio, Desviación Estándar). Se realizó la correlación de Pearson y una regresión multivariada aplicando la prueba de Durbin Watson. En los resultados descriptivos se evidenció el TMT(B) 152.47 seg $\pm$ 55.13, tiempo total de marcha 3,58 seg $\pm$ 0,43, longitud paso derecho 71,24 cm $\pm$ 8,42, velocidad paso derecho 1,59 m/seg $\pm$ 0,24 fuerza de piernas 14,46 $\pm$ 2,90 y tiempo total de marcha 3,58 seg $\pm$ 0,43. En los correlacionales, se muestran relaciones significativas entre TMT con tiempo total de marcha 0,398**, longitud del paso derecho, -0,324**, velocidad de paso derecho -0,396** y velocidad promedio -0,399**. La fuerza de piernas se relacionó con el tiempo total -0,383**, y velocidad promedio 0,415**. En el análisis predictivo arrojó la siguiente ecuación: TMT B -0,001*, Chair Stand Test, +0,023* y fuerza prensil +0,013 con la constante de 1,315 determinan influencia sobre velocidad promedio de marcha $R^2 = 0,314 \approx 31,4\%$ peso. **Conclusión:** Los valores en promedios, las correlaciones y predicciones podrán utilizarse como parámetros de apoyo para futuras intervenciones en esta población.

Palabras clave:

Marcha, cognición; actividad física, fuerza; envejecimiento.

ABSTRACT

Introduction: In old age, there are functional losses that can affect gait, therefore it is important the functional assessment and determine characteristic values of this population that support professionals in future interventions. **Objective:** To determine the morpho-functional and fast gait characteristics in physically active women aged 60-75 years. **Materials and Methods:** 70 women between 60 and 75 years of age, from the Centro Vida años Maravillosos, Bucaramanga, participated in the study. They were evaluated with Montreal Cognitive Assessment (MoCA), Trial making test (TMT), modified Baecke, height, body mass, prehensile strength, Chair Stand Test, and gait. **Statistical analysis.** Values were analyzed with SPSS 25 software. Significance criteria $\alpha < 0.05$. Applying the Shapiro-Wilk and Levene's test for normality and homogeneity. The records were processed by central tendency statistics (Mean, Standard Deviation). Pearson correlation and multivariate regression were performed by applying the Durbin Watson test. The descriptive results showed TMT(B) 152.47 sec $\pm$ 55.13, total walking time 3.58 sec $\pm$ 0.43, right stride length 71.24 cm $\pm$ 8.42, right stride speed 1.59 m/sec $\pm$ 0.24 leg strength 14.46 $\pm$ 2.90 and total walking time 3.58 sec $\pm$ 0.43. In the correlationals, significant relationships were shown between TMT with total walking time 0.398**, right stride length, -0.324**, right stride speed -0.396** and average speed -0.399**. Leg strength was related

to total time -0.383**, and average speed 0.415**. In the predictive analysis yielded the following equation: TMT B -0.001*, Chair Stand Test, +0.023* and prehensile strength +0.013 with the constant of 1.315 determine influence on average walking speed $R^2 = 0.314 \approx 31.4\%$ weight. **Conclusion:** The values in averages, correlations and predictions can be used as support parameters for future interventions in this population.

Keywords:

Gait, cognition; physical activity, strength; aging.

REFERENCIAS

1. Abeare, C., Sabelli, A., Taylor, B., Holcomb, M., Dumitrescu, C., Kirsch, N., & Erdodi, L. (2019). The Importance of Demographically Adjusted Cutoffs: Age and Education Bias in Raw Score Cutoffs.

2. Within the Trail Making Test. *Psychological Injury and Law*, 12(2), 170–182. <https://doi.org/10.1007/s12207-019-09353-x>

3. Alfieri, F., & de Moraes, M. C. (2008). Envelhecimento e o controle postural. *Saúde Coletiva*, 4(19), 30–33.

4. Barrantes, M. (2006). Género, Vejez Y Salud. *Acta Bioethica*, 12(2), 193–197.

5. Bustos-Viviescas, B. J., Acevedo-Mindiola, A. A., & Lozano-Zapata, R. E. (2019). Valores de fuerza prensil de mano en sujetos aparentemente sanos de la ciudad de Cúcuta, Colombia. *MedUNAB*, 21(3), 363–377. <https://doi.org/10.29375/01237047.2791>

6. Cámara, J. (2011). Gait analysis: phases and spatio-temporal variables. *Entramado*, 7(1), 160–173. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3819708&info=resumen&idioma=ENG>

● OCUPACIONES COLECTIVAS E INTERNALIZACIÓN DEL ROL MATERNO EN MUJERES VIOLENTADAS

COLLECTIVE OCCUPATIONS AND INTERNALIZATION OF THE MATERNAL ROLE IN WOMEN VICTIMS OF VIOLENCE

Diana Zuleima Liz Ovalles
Universidad de Pamplona. Pamplona
(Colombia). Semillero de Investigación "Ocupación humana activa"

21

RESUMEN

Introducción: La maternidad es un sentimiento variable, basada en la construcción cultural de la mujer. La edad adecuada para gestar oscila entre los 25 y 30 años, siendo esta la indicada para que la mujer inicie a desempeñar su rol materno, sin embargo, uno de los factores que afecta su ejercicio es la violencia de género (Sevilla, 2021). **Planteamiento del problema y justificación:** La terapia ocupacional comunitaria a través de las ocupaciones colectivas y la estrategia de RBC (lineamiento de empoderamiento) busca fortalecer el componente volitivo en las mujeres al desempeñar su rol materno en los diferentes contextos, logrando el cumplimiento de sus derechos, inclusión social, reducción del estigma y desarrollo de sus habilidades. Además, brinda una innovadora contextualización teórica sobre las variables ampliando el conocimiento en las nuevas generaciones desde el ámbito comunitario y psicosocial, de acuerdo a esto se plantea la pregunta ¿cómo influyen las ocupaciones colectivas en la internalización del rol materno en mujeres violentadas? **Objetivo general:** Determinar la influencia de las ocupaciones colectivas en los procesos de internalización del rol materno en mujeres violentadas. **Objetivos específicos:** Caracterizar la población objeto por medio de una ficha sociodemográfica. Evaluar la población de mujeres violentadas a través de la aplicación de los instrumentos (Listado de roles y OPHI-II). Analizar los resultados obtenidos por medio de datos estadísticos en el programa SPSS. Establecer la influencia entre las ocupaciones colectivas y la internalización del rol materno mediante la estrategia de empoderamiento de RBC. **Referente teórico:** sustentado bajo el modelo de la ocupación humana (Kielhofner, 2011) en la variable de internalización del rol materno y el modelo canadiense, modelo ecológico y modelo analítico con el autor Frank Kronenberg (2016) desde la teoría de terapias ocupacionales del sur.

Metodología: Enfoque cuantitativo con diseño descriptivo-exploratorio, retomando una muestra de

35 mujeres víctimas de violencia (registradas en la comisaría de familia de Pamplona) que permita identificar los intereses, roles, hábitos, causalidad personal y empoderamiento después o durante un hecho violento, explorando las variables desde un enfoque innovador que contribuirán a futuras investigaciones. Resultados esperados: Caracterización sociodemográfica de la población, relación de las variables ocupaciones colectivas e internalización del rol materno, plan de acción con estrategias de RBC empoderamiento femenino y documentos de difusión para la prevención del maltrato.

Palabras clave:

Madre, mujer, roles, terapia ocupacional, violencia.

ABSTRACT

Introduction: Motherhood is a variable feeling, based on the cultural construction of women. The appropriate age for childbearing is between 25 and 30 years of age, which is the appropriate age for women to begin to perform their maternal role; however, one of the factors that affects its exercise is gender violence (Sevilla, 2021). Problem statement and justification: Community occupational therapy through collective occupations and the CBR strategy (empowerment guideline) seeks to strengthen the volitional component in women when performing their maternal role in different contexts, achieving the fulfillment of their rights, social inclusion, reduction of stigma and development of their skills. In addition, it provides an innovative theoretical contextualization of the variables, expanding knowledge in the new generations from

the community and psychosocial spheres. Accordingly, the question is posed: How do collective occupations influence the internalization of the maternal role in women who have suffered violence? General objective: To determine the influence of collective occupations on the processes of internalization of the maternal role in women who have suffered violence. Specific objectives: To characterize the target population by means of a sociodemographic card. To evaluate the population of abused women through the application of the instruments (List of roles and OPHI-II). To analyze the results obtained by means of statistical data in the SPSS program. To establish the influence between collective occupations and the internalization of the maternal role through the CBR empowerment strategy. Theoretical reference: supported under the human occupation model (Kielhofner, 2011) in the variable of maternal role internalization and the Canadian model, ecological model and analytical model with the author Frank Kronenberg (2016) from the theory of southern occupational therapies. Methodology: Quantitative approach with descriptive-exploratory design, taking a sample of 35 women victims of violence (registered in the family police station of Pamplona) that allows identifying interests, roles, habits, personal causality and empowerment after or during a violent event, exploring the variables from an innovative approach that will contribute to future research. Expected results: Sociodemographic characterization of the population, relationship of the variables collective occupations and internalization of the maternal role, action plan with CBR strategies, female empowerment and dissemination documents for the prevention of abuse.

Keywords:

Mother, woman, roles, occupational therapy, violence.

REFERENCIAS

1. Camacho, M. C. (2020). Violencia de género y roles ocupacionales: revisión de tema. *revistas.upel.edu.ve*, 14.
2. Kielhofner, G. (2011). *Modelo de la ocupación humana: Teoría y aplicación* 4ª edición. Médica Panamericana.
3. Madroñero Miguel, B., Cuesta García, C., & Carpena Niño, M. G. (2021). Conocimiento y Uso de las Herramientas de Evaluación del Modelo de Ocupación Humana por Terapeutas Ocupacionales en España. *ContexTO*, 26.
4. Sarmiento Loayza, L. F., Núñez Cifuentes, N., & Echeverría Ruiz Tagle, A. (2022). Identificación de roles y satisfacción en el desempeño en personas mayores participantes de programas municipales de la comuna de Puente Alto-Chile. *Revista chilena de terapia ocupacional*, 69.
5. Simo, S., Guajard, A., Correa, F., Galheigo, S., & García, S. (2016). *Terapias Ocupacionales del sur: Derechos humanos, ciudadanía y participación*. Santiago de Chile: Universidad de Santiago de Chile.

● ACTIVIDADES LÚDICAS PARA FORTALECER EL DESARROLLO DEL EQUILIBRIO A TRAVÉS DE LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA, EN LOS ESTUDIANTES DEL GRADO TERCERO DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA COLEGIO SAN LUIS GONZAGA

PLAYFUL ACTIVITIES TO STRENGTHEN THE DEVELOPMENT OF BALANCE THROUGH PHYSICAL EDUCATION CLASSES, IN THIRD GRADE STUDENTS OF THE SAN LUIS GONZAGA SCHOOL

Daiana Romero López
*Estudiante Universidad de Pamplona,
Sede Villa del Rosario.*

22

RESUMEN

Por medio de este proyecto de investigación se aborda una temática bastante interesante, debido a que se ha visitado el Colegio San Luis Gonzaga del municipio de Chinácota, esto con el fin de observar que falencias presentan los estudiantes al momento de realizar ejercicios que requieren de la presencia del equilibrio, se han observado notoriamente que los estudiantes presentan gran dificultad para realizarlos, debido a la falta de ejercitación y estimulación para desarrollar esta habilidad, es por esto, que mediante este proyecto de investigación se busca atender a esta problemática. En la búsqueda de encontrar una solución, se ha investigado y apoyado en diversos autores, antecedentes, bases teóricas, bases legales, que nos permiten dar soporte y dirección al proyecto en base a la problemática. Para dar solución a esto, mediante este proyecto de investigación se propondrán una serie de actividades lúdicas para fortalecer el desarrollo del equilibrio a través de las clases de educación física, en los estudiantes del grado tercero de la Institución Educativa Colegio San Luis Gonzaga, como estrategia para mejorar y atender a la problemática que se ha encontrado. Es importante aclarar que este proyecto de investigación se desarrolló en su fase teórica, ya que su ejecución se llevará a cabo el próximo semestre (2023-1).

Palabras clave:

Equilibrio, clases de educación física, actividades lúdicas, investigación, estudiantes.

ABSTRACT

By means of this research project a very interesting topic is approached, because the San Luis Gonzaga School of the municipality of Chinácota has been visited, this with the purpose of observing the

students' deficiencies when performing exercises that require the presence of balance, it has been observed that the students have great difficulty to perform them, due to the lack of exercise and stimulation to develop this skill, that is why, through this research project we seek to address this problem. In the search to find a solution, we have researched and supported by various authors, background, theoretical and legal bases, which allow us to give support and direction to the project based on the problem. In order to provide a solution to this, through this research project, a series of playful activities will be proposed to strengthen the development of balance through physical education classes, in third grade students of the San Luis Gonzaga School Educational Institution, as a strategy to improve and address the problems that have been found. It is important to clarify that this research project was developed in its theoretical phase, since its execution will be carried out next semester (2023-1).

Keywords:

Balance, physical education classes, play activities, research, students.

● RELACIÓN DE UN ENTRENAMIENTO BASADO EN SÚPER-SERIES VS PLIOMETRÍA SOBRE LA POTENCIA DEL TREN INFERIOR EN BASQUETBOLISTAS (12 A 14) AÑOS EN BELÉN BOYACÁ

RELATIONSHIP OF A TRAINING BASED ON SUPERSETS VS. PLYOMETRICS ON LOWER BODY POWER IN BASKETBALL PLAYERS (12 TO 14 YEARS OLD) IN BELEN BOYACA

Pedro Javier Cepeda
Fundación Universitaria Juan de Castellanos, Tunja

23

RESUMEN

El contenido de esta investigación busca comparar dos programas de entrenamiento, uno basado en ejercicios con superseries y otro en ejercicios pliométricos, esto con el fin de conocer y relacionar los efectos crónicos que se pueden presentar a través de su aplicación, sobre la potencia de las extremidades inferiores en basquetbolistas con edades de 12 a 14 años de la escuela deportiva Pedro Pascasio Martínez del municipio de Belén Boyacá. Métodos: estudio cuantitativo con línea de profundidad comparativo y diseño cuasi experimental: prueba pretest y posttest con dos grupos. La muestra es de 40 individuos tomados por conveniencia. Para el desarrollo del proyecto se plantea como instrumento de medición la aplicación My Jum 2, donde se obtendrán datos a través del protocolo de Bosco. El programa tiene una duración de 8 semanas, con dos días de entrenamiento por semana y un volumen de 2 horas. Resultados: Este proyecto se está llevando a cabo y se encuentra en la etapa de pos-test. Posteriormente, se podrá realizar un análisis estadístico para comparar cuál de los dos programas fue más efectivo y así consolidar las hipótesis y obtener resultados. Discusión: según (Velasco Izquierdo, et al. 2015) afirman que a través de dos métodos complejos de fuerza, la potencia muscular puede aumentar durante un periodo de 6 semanas y hay una correlación entre sí, sin embargo, (Arevalo Cano et al. 2021) determinaron que un programa de entrenamiento de fuerza y uno pliométrico, no tiene significancia.

ABSTRACT

The content of this research seeks to compare two training programs, one based on superset exercises and the other on plyometric exercises, in order to

know and relate the chronic effects that may occur through their application, on the power of the lower extremities in basketball players aged 12 to 14 years old from the Pedro Pascasio Martínez sports school in the municipality of Belén Boyacá. Methods: quantitative study with comparative depth line and quasi-experimental design: pretest and posttest with two groups. The sample is 40 individuals taken by convenience. For the development of the project, the My Jum 2 application is proposed as a measurement instrument, where data will be obtained through the Bosco protocol. The program has a duration of 8 weeks, with two days of training per week and a volume of 2 hours. Results: This project is underway and is in the post-test stage. Subsequently, a statistical analysis can be performed to compare which of the two programs was more effective and thus consolidate the hypotheses and obtain results. Discussion: according to (Velasco Izquierdo, et al. 2015) they state that through two complex methods of strength, muscle power can increase over a period of 6 weeks and there is a correlation between them, however, (Arevalo Cano et al. 2021) determined that a strength training program and a plyometric one, has no significance.

● ANÁLISIS COMPARATIVO DE LAS VARIABLES FISIOLÓGICAS DE DEPORTISTAS DE PATINAJE, BALONCESTO Y FÚTBOL VALORADAS CON EL SOFTWARE TIVRE

COMPARATIVE ANALYSIS OF PHYSIOLOGICAL VARIABLES OF SKATING, BASKETBALL AND SOCCER ATHLETES ASSESSED WITH TIVRE SOFTWARE

**Rafael Enrique Lozano Ph.D y
Brian Bustos Viviescas MS.c.**
Universidad de Pamplona y SENA
Seccional Pereira
rafaenloza@unipamplona.edu.co

24

RESUMEN

El objetivo del presente estudio fue analizar las diferencias entre las variables fisiológicas de deportistas de patinaje, baloncesto y fútbol en el test TIVRE patín, TIVRE Basket y TIVRE Fútbol. Por tal motivo, se desarrolló una investigación de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y exploratorio con una muestra constituida por 84 deportistas de los siguientes deportes: Baloncesto Norte de Santander (17 mujeres), Patinaje de Norte de Santander (5 hombres y 5 mujeres) y Fútbol de Costa Rica (26 hombres y 24 mujeres), Fútbol de Honduras (11 hombres). El análisis de los datos se realizó en el software estadístico PSPP (Licencia Libre) para Windows 7, en donde se aplicó la estadística no paramétrica de Kruskal-Wallis para las comparaciones entre las variables del test entre los diferentes deportes evaluados por sexo. En los resultados, se evidencia que los patinadores obtuvieron un valor superior del consumo máximo de oxígeno y velocidad máxima. Por otra parte, entre los deportistas de patinaje y futbolistas de Costa Rica y Honduras se presentó diferencias significativas en las variables fisiológicas ($p < 0,05$), excepto en la frecuencia cardíaca máxima ($p > 0,05$). En cambio entre las patinadoras, basquetbolistas y futbolistas existieron diferencias significativas en la velocidad máxima, velocidad del umbral anaeróbico y consumo máximo de oxígeno ($p < 0,05$). Por ende, se concluye que existen diferencias notables en las variables fisiológicas valoradas de hombres por deporte. Por el contrario, en las deportistas de patinaje, baloncesto y fútbol solo existió diferencias significativas en el valor del consumo máximo de oxígeno, velocidad máxima, velocidad del umbral anaeróbico.

Palabras clave:

Aptitud física, test de campo, volumen máximo de oxígeno, umbral anaeróbico, velocidad máxima.

ABSTRACT

The objective of this study was to analyze the differences between the physiological variables of skating, basketball and soccer athletes in the TIVRE Skate, TIVRE Basket and TIVRE Soccer tests. For this reason, a quantitative, correlational and exploratory research approach was developed with a sample of 84 athletes from the following sports: Basketball from Norte de Santander (17 women), Skating from Norte de Santander (5 men and 5 women) and Soccer from Costa Rica (26 men and 24 women), Soccer from Honduras (11 men). The data analysis was performed in the statistical software PSPP (Free License) for Windows 7, where the non-parametric Kruskal-Wallis statistic was applied for comparisons between the test variables between the different sports evaluated by sex. In the results, it is evident that skaters obtained a higher value of maximum oxygen consumption and maximum speed. On the other hand, between skaters and soccer players from Costa Rica and Honduras there were significant differences in the physiological variables ($p < 0.05$), except for maximum heart rate ($p > 0.05$). On the other hand, among skaters, basketball players and soccer players, there were significant differences in maximum speed, anaerobic threshold speed and maximum oxygen consumption ($p < 0.05$). Therefore, it is concluded that there are notable differences in the physiological variables assessed in men by sport. On the contrary, in skating, basketball and soccer athletes, there were only significant differences in the values of maximum oxygen consumption, maximum speed and anaerobic threshold speed.

Keywords:

Physical fitness, field test, maximal oxygen volume, anaerobic threshold, maximum speed.

REFERENCIAS

1. Acevedo-Mindiola, A., Lozano-Zapata, R. y Bustos-Viviescas, B. (2017). Composición corporal y somatotipo de patinadores de velocidad sobre ruedas de Norte de Santander que participaron en los xx juegos nacionales 2015, Colombia. En entrenamiento deportivo y ciencias del deporte, área de ciencias del deporte (pp. 150-166). Manizales: Universidad de Caldas.
2. Lozano, R. (2011). Test de campo (Tivre-Patín) para valorar la cualidad aeróbica del patinador sobre ruedas (Tesis doctoral). Universidad de León, España. Recuperado de <https://buleria.unileon.es/handle/10612/816>
3. Vaquera, A., Morante, J.C., García-López, J., Rodríguez-Marroyo, J.A., Ávila, C., Mendonca, P.R. y Villa, J.G. (2007). Diseño y aplicación del test de campo TIVRE Basket para la valoración de la resistencia aeróbica del jugador de baloncesto. Motricidad. European Journal of Human Movement, 18, 19-40.
4. Yanci, J. y Los Arcos, A. (2015). Relación entre distintos test de campo de condición física en jugadores de fútbol amateur. Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, 4(1), 42-52. Recuperado de http://www.riccardf.uma.es/DOCUMENTOS/articulos/V O L 0 0 4 / n 1 / - Test-Futbol_Amateur_Yanci.pdf

● INCIDENCIA DE UN PROGRAMA DE EJERCICIOS FÍSICOS DE RESISTENCIA SOBRE LA ATENCIÓN SELECTIVA EN ESTUDIANTES DE SÉPTIMO Y OCTAVO GRADO DEL COLEGIO MADRE CARMEN DE LA CIUDAD DE CÚCUTA, NORTE DE SANTANDER

INCIDENCE OF A PHYSICAL RESISTANCE EXERCISE PROGRAM ON SELECTIVE ATTENTION IN SEVENTH AND EIGHTH GRADE STUDENTS OF MADRE CARMEN SCHOOL IN THE CITY OF CÚCUTA, NORTE DE SANTANDER

Claudia Milena Suarez
Maestrante Universidad
de Pamplona
clmilena728@hotmail.com

25

RESUMEN

Esta investigación ahonda en la relación que puede existir entre un programa de ejercicios físicos de resistencia y la atención selectiva que requieren los estudiantes durante los procesos de aprendizaje. En este campo, estudios experimentales han evidenciado que existe un efecto del ejercicio físico sobre los niveles de atención; pero es necesario profundizar en el nivel de asociación para comprobar el efecto que tiene en los procesos cognitivos complejos como la atención, concentración, la memoria y las funciones ejecutivas (Cid, 2014; Carpio, 2020).

El objetivo de este estudio fue determinar la incidencia de un programa de ejercicios físicos de resistencia sobre la atención selectiva en estudiantes de secundaria; la metodología empleada siguió la corriente del positivismo, con enfoque cuantitativo y con diseño cuasi experimental. La muestra correspondió a los jóvenes que se encontraban matriculados en la institución educativa colegio Madre Carmen de la ciudad de Cúcuta en los grados séptimo y octavo durante el año 2021, se tomaron los cursos 7a y 7b conformados por 26 y 27 estudiantes respectivamente, mientras que en el grado octavo se tuvo la participación de los cursos 8a y 8b que contaba con 27 y 28 estudiantes en cada salón para conformar los grupos experimentales y los de control. Se aplicó el test d2 para medir la atención selectiva y el test de Leger para la resistencia física; la correlación de las variables se llevó a cabo por medio de las pruebas estadísticas Student y Pearson bajo un nivel de significancia del 95%. en los resultados se determinó el nivel de atención selectiva y la resistencia física que presentaban los escolares, lo cual se tomó como referencia para el diseño y aplicación de un programa de intervención. Al comparar estadísticamente los resultados se pudo evidenciar y se concluyó que los estudiantes mejoraron la atención selectiva con el programa de ejercicios de resistencia física de manera proporcional a la condición inicial; pero quienes tenían niveles bajos en efectividad total y concentración no lograron nivelarse con aquellos de puntajes más altos.

Palabras clave:

Resistencia física; atención selectiva, programa de ejercicios, aprendizaje, educación media.

ABSTRACT

This research delves into the relationship that may exist between an endurance physical exercise program and the selective attention required by students during learning processes. In this field, experimental studies have evidenced that there is an effect of physical exercise on attention levels; but it is necessary to deepen the level of association to verify the effect it has on complex cognitive processes such as attention, concentration, memory and executive functions (Cid, 2014; Carpio, 2020).

The objective of this study was to determine the incidence of a physical resistance exercise program on selective attention in high school students; the methodology used followed the positivism current, with a quantitative approach and quasi-experimental design. The sample corresponded to the young people who were enrolled in the educational institution Madre Carmen School in the city of Cúcuta in the seventh and eighth grades during the year 2021, classes 7a and 7b were taken, formed by 26 and 27 students respectively, while in the eighth grade the participation of classes 8a and 8b were taken, which had 27 and 28 students in each classroom to form the experimental and control groups. The d2 test was applied to measure selective attention and the Leger test for physical

endurance; the correlation of the variables was carried out by means of the Student and Pearson statistical tests under a significance level of 95%. the results determined the level of selective attention and physical endurance presented by the students, which was taken as a reference for the design and application of an intervention program. When statistically comparing the results, it was possible to demonstrate and conclude that the students improved their selective attention with the physical resistance exercise program in proportion to their initial condition; but those with low levels of total effectiveness and concentration did not manage to level up with those with higher scores.

Keywords:

Physical endurance; selective attention, exercise program, learning, middle school.

● MÉTODOS DE CONSISTENCIA Y VARIABILIDAD COMO ESTRATEGIAS METODOLÓGICAS PARA LA OPTIMIZACIÓN DEL TIRO FRANCO EN EL FÚTBOL SALA

CONSISTENCY AND VARIABILITY METHODS AS METHODOLOGICAL STRATEGIES FOR THE OPTIMIZATION OF THE FREE KICK IN INDOOR SOCCER

Benigno Alberto Riaño Jaimes
MSc.
Docente Universidad de Pamplona

26

RESUMEN

El presente trabajo investigativo se realizó con el fin de mostrar la influencia de diferentes estrategias de aprendizaje para optimizar la efectividad o precisión y velocidad del balón en el lanzamiento del tiro franco en el fútbol sala. La muestra seleccionada en los 2 grupos fue de 10 deportistas. Se enmarcó en el enfoque cuantitativo de tipo cuasiexperimental con medidas repetidas de tipo pretest y posttest. Un grupo experimental empleó estrategias de aprendizaje basadas en un modelo de variabilidad, el grupo de control utilizó estrategias de aprendizajes basadas en un modelo de consistencia. Los atletas de los dos grupos trabajaron durante tres meses, tres veces a la semana con un programa de intervención específico para cada grupo.

De esta manera percibir la influencia que tiene dicha aplicación en los deportistas de 17 a 18 años de edad, del equipo Cúcuta Niza.

Indiscutiblemente el entrenamiento del fútbol sala debe convertirse en un proceso de investigación, y de constante retroalimentación en donde los aspectos de la preparación deben desarrollarse a través de principios metodológicos que se desarrollen de acuerdo a objetivos y tareas planteadas para su desarrollo de una forma más global y menos analítica.

Palabras clave:

Jugadores de fútbol sala, tiro franco, fútbol sala, Entrenamiento, efectividad, precisión, propiocepción.

ABSTRACT

The present research work was carried out in order to show the influence of different learning strategies

to optimize the effectiveness or accuracy and speed of the ball in the free kick in indoor soccer. The sample selected in the 2 groups was of 10 athletes. It was framed in the quantitative approach of quasi-experimental type with repeated measures pretest and posttest. One experimental group used learning strategies based on a variability model, the control group used learning strategies based on a consistency model. The athletes of the two groups worked for three months, three times a week with a specific intervention program for each group.

In this way, it was possible to perceive the influence that this application has on the 17 to 18 year-old athletes of the Cúcuta Niza team.

Undoubtedly, futsal training should become a process of research and constant feedback where the aspects of the preparation should be developed through methodological principles that are developed according to objectives and tasks set for its development in a more global and less analytical way.

Keywords:

Futsal players, free kick, futsal, training, effectiveness, accuracy, proprioception.

● EL ENCANTO DE SER MAESTRA POR UN DÍA: UNA MIRADA DESDE LA ORIENTACIÓN VOCACIONAL PARA EL DESARROLLO DE COMPETENCIAS COMUNICATIVAS CON LAS NIÑAS DEL GRADO PRIMERO DE LA ESCUELA NORMAL SUPERIOR MARÍA AUXILIADORA

THE CHARM OF BEING A TEACHER FOR A DAY: A LOOK FROM THE VOCATIONAL ORIENTATION FOR THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATIVE COMPETENCES WITH THE GIRLS OF THE FIRST GRADE OF THE MARIA AUXILIADORA HIGH SCHOOL

Danny Daniel Carrillo Benítez Ph.D y Diana Carolina Vivas Roperó Ph.D.

Docentes Magisterio Norte de Santander

27

RESUMEN

El presente proyecto de investigación está basado en el Encanto de ser maestra por un día: una mirada desde la orientación vocacional para el desarrollo de competencias comunicativas con una duración de seis meses y su propósito principal es desarrollar competencias comunicativas mediante la experiencia, el encanto de ser maestra por un día en las niñas del grado primero de la Escuela Normal Superior María Auxiliadora. Esta investigación está enfocada en la metodología etnográfica desde un enfoque cualitativo y con un diseño interpretativo por medio de la recolección y análisis de la observación y potenciación en los procesos sistemáticos empíricos, críticos, reflexivos y teóricos, realizado en la Escuela Normal Superior María Auxiliadora con las estudiantes del grado primero en las áreas de lengua castellana, educación física, artística, ciencias sociales, tecnología e informática y educación ética y valores, lo cual tiene como punto de partida el resultado de las diferentes investigaciones encontradas que muestran la pertinencia en el desarrollo de competencias comunicativas a través de su orientación vocacional y el hallazgo en los bajos resultados en el desarrollo de la dimensión comunicativa en el diagnóstico inicial realizado, permitiendo la creación de una Unidad Didáctica interdisciplinar con las áreas del saber mencionadas anteriormente, a la cual se llamó El encanto de ser maestra por un día, aportando reflexiones pedagógicas de los maestros participantes y las niñas del grado primero, así como la participación de un foro de intercambio de experiencias entre formadoras de formadoras y las niñas del grado primero.

Palabras clave:

Orientación, vocación, competencias comunicativas, formación, interdisciplinariedad

ABSTRACT

The present research project is based on the Enchantment of being a teacher for a day: a look from the vocational orientation for the development of communicative competences with a duration of six months and its main purpose is to develop communicative competences through the experience, the charm of being a teacher for a day in the girls of the first grade of the Escuela Normal Superior María Auxiliadora. This research is focused on the ethnographic methodology from a qualitative approach and with an interpretative design through the collection and analysis of observation and empowerment in the empirical, critical, reflective and theoretical systematic processes, carried out in the Escuela Normal Superior María Auxiliadora with the students of the first grade in the areas of

Spanish language, physical education, art, social sciences, technology and computer science, and ethics and values education, which has as a starting point the result of the different researches found that show the relevance in the development of communicative competences through their vocational orientation and the finding in the low results in the development of the communicative dimension in the initial diagnosis carried out, allowing the creation of an interdisciplinary Didactic Unit with the areas of knowledge mentioned above, which was called The charm of being a teacher for a day, providing pedagogical reflections of the participating teachers and the first grade girls, as well as the participation of a forum for the exchange of experiences between trainers of trainers and the first grade girls.

Keywords:

Guidance, vocation, communication skills, training, interdisciplinarity.

AUTOCUIDADO Y BIENESTAR OCUPACIONAL EN TRABAJADORES RECOLECTORES DE RESIDUOS SÓLIDOS

SELF-CARE AND OCCUPATIONAL WELLBEING IN SOLID WASTE COLLECTION WORKERS

Marlon Andrés Merchán Escalante

Universidad de Pamplona.
Pamplona (Colombia).

Semillero de Investigación
"Ocupación humana activa"

marlon.merchan@unipamplona.edu.co

28

RESUMEN

Introducción: La relación entre la salud y la ocupación engloba las habilidades, destrezas y capacidades del ser para desempeñarse ocupacionalmente, de acuerdo a esto, se determinará la influencia del autocuidado sobre el bienestar ocupacional en los trabajadores recolectores de residuos. **Planteamiento del problema y justificación:** A partir de la presente investigación se busca determinar la influencia que tienen las prácticas de autocuidado y mantenimiento de la salud frente al bienestar ocupacional en los trabajadores que laboran dentro del relleno sanitario y realizan funciones de manejo de desechos o basuras, aspecto que genera múltiples afectaciones en la salud tales como la prevalencia de enfermedades laborales: lumbalgias, estrés laboral, enfermedades respiratorias como neumonías o infecciones al no adoptar prácticas de autocuidado en las diferentes actividades básicas e instrumentales de la vida diaria, repercutiendo así en su desempeño ocupacional, de esta forma se plantea el interrogante ¿cómo influye el autocuidado en el bienestar ocupacional de los trabajadores recolectores de residuos sólidos de Empopamplona S.A. E.S.P.? **Objetivo general:** Determinar la influencia del autocuidado en el bienestar ocupacional de los trabajadores recolectores de residuos sólidos en la empresa Empopamplona S.A. E.S.P. **Objetivos específicos:** Caracterizar los trabajadores recolectores de residuos sólidos mediante la aplicación de una ficha sociodemográfica. Identificar el impacto que generan las prácticas de autocuidado en el bienestar ocupacional mediante los instrumentos MOHOST y Cuestionario Volitivo (VQ). Analizar los resultados mediante el Software SPSS priorizando necesidades de la población. Establecer la relación entre el autocuidado y el bienestar ocupacional en la población objeto desde el quehacer profesional. **Referente Teórico:** El valor teórico surge según Alicia Trujillo y Ann Wilcock quienes abordan el autocuidado y bienestar ocupacional, sustentadas desde el Modelo Ecología del desempeño Humano, MOHO y el Modelo persona, ambiente y ocupación, retomando la ley 949 quien

sustenta el abordaje de la Terapia Ocupacional en el área de trabajo. Metodología: La investigación se realiza mediante un enfoque cuantitativo con diseño descriptivo y correlacional, tomando una muestra de 35 trabajadores que cumplieron con criterios de inclusión, aplicándose una ficha sociodemográfica para la caracterización de la población, el MOHOST evaluando autocuidado y el Cuestionario Volitivo identificando su bienestar ocupacional, que permita establecer la relación entre las variables. Resultados: Proyecto en curso, sin embargo, en la ponencia ya se habrán interpretado los resultados obtenidos en el proceso investigativo.

Palabras clave:

Autocuidado, bienestar, ocupación, residuos sólidos, trabajador.

ABSTRACT

Introduction: The relationship between health and occupation encompasses the abilities, skills and capacities of the being to perform occupationally, according to this, the influence of self-care on occupational wellbeing in waste collector workers will be determined. **Statement of the problem and justification:** This research seeks to determine the influence that self-care and health maintenance practices have on the occupational wellbeing of workers who work in the landfill and perform waste or garbage management functions, an aspect that generates multiple health effects such as the prevalence of occupational diseases: This aspect generates multiple health affectations such as the prevalence of occupational diseases: back pain, occupational stress,

respiratory diseases such as pneumonia or infections due to not adopting self-care practices in the different basic and instrumental activities of daily life, thus affecting their occupational performance. **A. E.S.P. General objective:** To determine the influence of self-care on the occupational well-being of the solid waste collectors of Empopamplona S.A. E.S.P. **Specific objectives:** To characterize the solid waste collectors through the application of a sociodemographic card. To identify the impact of self-care practices on occupational well-being by means of the MOHOST and Volitional Questionnaire (VQ) instruments. To analyze the results using SPSS software, prioritizing the needs of the population. To establish the relationship between self-care and occupational well-being in the target population from the professional point of view. **Theoretical reference:** The theoretical value arises according to Alicia Trujillo and Ann Wilcock who approach self-care and occupational wellbeing, supported by the Human Performance Ecology Model, MOHO and the Person, Environment and Occupation Model, taking up Law 949 which supports the approach of Occupational Therapy in the work area. **Methodology:** The research is carried out through a quantitative approach with descriptive and correlational design, taking a sample of 35 workers who met the inclusion criteria, applying a sociodemographic form for the characterization of the population, the MOHOST evaluating self-care and the Volitional Questionnaire identifying their occupational well-being, which allows establishing the relationship between the variables. **Results:** Project in progress, however, the paper will have already interpreted the results obtained in the research process.

Keywords:

Self-care, well-being, occupation, solid waste, worker.

REFERENCIAS

1. Arias, L. L. (2018). Autocuidado y cultura de la prevención como herramientas de la salud laboral. Repositorio de la Pontificia Universidad católica de Ecuador, 7-77.
2. Gauna, S. J. (2021). Relevancia de los factores de riesgo laborales en personal de recolección de residuos. Revista de investigacion en salud Universidad de Boyacá, 4-5.
3. Gélvez, C. R. (2021). Influencia de los determinantes sociales en la participación ocupacional de la población del relleno sanitario. Repositorio Universidad de Pamplona, 15-56.
4. Ministerio de Salud. (2017). Lineamientos para la Implementación de la Dimensión Salud y Ámbito Laboral en Relación. Biblioteca digital del Ministerio de Salud, 5-11.
5. Hernández, R. S. (2018). Metodología de la investigación, Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta (Vols. ISBN: 978-1-4562-6096-5). Ciudad de México, México: Mc Graw Hill Education.

● LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO MEDIO PARA FORTALECER LA CREATIVIDAD EN LOS EDUCANDOS DE QUINTO GRADO DE BÁSICA PRIMARIA

CORPORAL EXPRESSION AS A MEANS TO STRENGTHEN CREATIVITY IN FIFTH GRADE ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS

Emily Saray Goyeneche Estupiñan
Estudiante Universidad de Pamplona

29

RESUMEN

El siguiente trabajo de investigación lleva por nombre "La expresión corporal como medio para fortalecer la creatividad en los educandos de quinto grado de básica primaria", en donde el objetivo general para la ejecución de este proyecto es promover el uso de la expresión corporal y lograr con ello que los estudiantes sean creativos.

Para poder fortalecer la creatividad por medio de la expresión corporal en los alumnos, usaré estrategias lúdicas, por ejemplo, show de mimos, payasos, obras de teatro, danzas, entre otras cosas. Claramente, como estas técnicas no se pueden medir y evaluar de forma numérica, se evaluará cualitativamente; es por ello que este trabajo está basado en un enfoque cualitativo, en donde la observación directa será el mejor método para diagnosticar a los educandos. Esta investigación está planteada para realizarse en la Institución Educativa Colegio Eustorgio Colmenares Baptista con los estudiantes de grado 501 de básica primaria.

Palabras Clave:

Expresión corporal, creatividad y lúdica.

ABSTRACT

The following research work is called "Body expression as a means to strengthen creativity in fifth grade elementary school students", where the overall objective for the implementation of this project is to promote the use of body expression and thereby achieve that students are creative.

In order to strengthen creativity through corporal expression in the students, I will use ludic strategies, for example, mime shows, clowns, plays, dances, among others. Clearly, as these techniques cannot be measured and evaluated numerically, they will be evaluated qualitatively; that is why this work is based on a qualitative approach, where direct observation will be the best method to diagnose the students. This research is planned to be carried out in the Educational Institution Colegio Eustorgio Colmenares Baptista with the students of grade 501 of elementary school.

Keywords:

Body expression, creativity and playfulness.

RESUMEN

Introducción: En el ciclo vital de las personas, se vivencian experiencias ocupacionales, que permiten la exploración y práctica propia de la capacidad de aprender, responder y resolver situaciones en la participación ocupacional, en donde la mujer como ser ocupacional, toma decisiones en el desempeño de roles y las modificaciones de los patrones de vida, interrelacionadas con las necesidades que se presentan en el desempeño y cambio de una ocupación. **Planteamiento del problema:** ¿Cómo influyen los cambios ocupacionales en el autocuidado de la trabajadora sexual de Pamplona, Norte de Santander? **Justificación:** Esta investigación tiene gran impacto para el quehacer de terapia ocupacional, generando nueva información relacionada con los cambios ocupacionales y el autocuidado de la trabajadora sexual, dado que estos ejes temáticos han sido poco explorados. **Objetivo general:** Determinar la influencia de los cambios ocupacionales en el autocuidado de la trabajadora sexual del municipio de Pamplona, N. de S. **Objetivos específicos:** Caracterizar a la población objeto de estudio mediante una ficha sociodemográfica. Evaluar la población trabajadora sexual, por medio de la aplicación del instrumento estandarizado (MOHOST). Interpretar la información obtenida en la aplicación de los instrumentos a través del software SPSS. Establecer la relación entre los cambios ocupacionales y el autocuidado en la trabajadora sexual. **Referente teórico:** Se retoman las variables “Cambios Ocupacionales” desde Carmen de la Heras (2015) y Autocuidado de acuerdo a la conceptualización de Alicia Trujillo (2017). **Metodología:** La investigación es de enfoque cuantitativo, dado que el instrumento implementado para recopilar la información de las variables de estudio (MOHOST) se conforma de aspectos concretos cuantificables al analizar los resultados, con diseño descriptivo correlacional según las variables “autocuidado” y “cambios ocupacionales”, teniendo en cuenta que permite identificar aspectos en las modificaciones de las formas ocupacionales de la trayectoria de vida. **Resultados:** proyecto en curso,

Silvia Nataly Montañez Acuña
Universidad de Pamplona.
Pamplona (Colombia).
Semillero de Investigación
“Ocupación humana activa”
silvia.montanez@unipamplona.edu.co

sin embargo, en la ponencia ya se habrán interpretado los resultados obtenidos.

Palabras clave:

Autocuidado, competencia, logro, terapia ocupacional, trabajadora sexual.

ABSTRACT

Introduction: In the life cycle of people, occupational experiences are lived, which allow the exploration and own practice of the ability to learn, respond and solve situations in occupational participation, where women as occupational beings, make decisions in the performance of roles and modifications of life patterns, interrelated with the needs that arise in the performance and change of an occupation. **Statement of the problem:** How do occupational changes influence the self-care of sex workers in Pamplona, Norte de Santander? **Justification:** This research has a great impact on occupational therapy, generating new information related to occupational changes and self-care of sex workers, since these thematic axes have been little explored. **General objective:** To determine the influence of occupational changes on the self-care of sex workers in the municipality of Pamplona, N. de S. **Specific objectives:** To characterize the population under study by means of a sociodemographic card. To evaluate the sex worker population through the application of the standardized instrument (MOHOST). To interpret the information obtained from the application of the instruments through SPSS software. To establish the relationship between occupational changes and self-care in sex workers. **Theoretical refe-**

rence: The variables "Occupational Changes" from Carmen de la Heras (2015) and Self-care according to the conceptualization of Alicia Trujillo (2017) are taken up. **Methodology:** The research is of quantitative approach, given that the instrument implemented to collect the information of the study variables (MOHOST) is made up of concrete quantifiable aspects when analyzing the results, with descriptive correlational design according to the variables "self-care" and "occupational changes", taking into account that it allows to identify aspects in the modifications of the occupational forms of the life trajectory. **Results:** project in progress, however, the paper will have already interpreted the results obtained.

Keywords:

Self-care, competence, achievement, occupational therapy, sex worker.

REFERENCIAS

1. AOTA. (2020). Marco de trabajo para la de Terapia Ocupacional: Dominio y proceso.
2. Heras, C. d. (2011). Modelo de la Ocupación Humana. Panamericana.
3. Hernández Sampieri, R. (2018). Metodología de la investigación. México: Interamericana
4. Kielhofner, G. (2011). Modelo de la ocupación humana. Bogotá: Panamericana. Moreno, W. (28 de 08 de 2020). Red estudiantil Mexicana de Terapia Ocupacional. Obtenido de Principales conceptos de la Terapia Ocupacional (Marcos y modelos): <https://redestudiantilmx.wixsite.com/website/post/principales-conceptos-de-la-terapia-ocupacional-marcos-y-modelos>
5. Torres, A. B. (2020). Contexto personal y elección ocupacional en población trabajadora sexual. Revista chilena de terapia ocupacional, 37- 47

● ACTIVIDADES COOPERATIVAS EN LAS CLASES DE EDUCACIÓN FÍSICA PARA REFORZAR LA CONVIVENCIA ESCOLAR EN ESTUDIANTES DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SIMÓN BOLÍVAR SEDE CENTRAL

31

RESUMEN

La educación debe ir más allá de educar al hombre en su dimensión cognitiva, es importante reconocer la existencia del otro y su importancia. A través de la Educación Física se pueden trabajar actividades que fomenten el trabajo en grupo y la participación dentro del mismo como miembro activo de éste. Se realizó una observación en la Institución Educativa Simón Bolívar sede Central y se encontraron diversos factores que alteran el clima escolar. El objetivo principal de la propuesta es proponer las actividades cooperativas en las clases de Educación Física como herramienta para reforzar la convivencia escolar en los estudiantes de la Institución Educativa Simón Bolívar sede Central. La presente propuesta es de naturaleza post-positivista con un enfoque cualitativo, el tipo de investigación que se va a usar es investigación-acción. Para la recolección de datos y evaluación de los resultados usaremos la observación directa a través del cuaderno de notas y la entrevista semiestructurada.

Palabras clave:

Educación Física, actividades cooperativas, convivencia escolar.

ABSTRACT

Education must go beyond educating man in his cognitive dimension; it is important to recognize the existence of others and their importance. Through Physical Education it is possible to work on activities that encourage group work and participation in the group as an active member of it. An observation was carried out at the Simón Bolívar Educational Institution, Central Office, and several factors that alter the school climate were found. The main objective of the

José Leonardo Salazar Jaimes
Estudiante Universidad de Pamplona

proposal is to propose cooperative activities in Physical Education classes as a tool to reinforce school coexistence in the students of the Simón Bolívar Educational Institution, Central branch. The present proposal is of a post-positivist nature with a qualitative approach, the type of research to be used is action-research. For data collection and evaluation of the results we will use direct observation through the notebook and the semi-structured interview.

Keywords:

Physical Education, cooperative activities, school coexistence.

RESUMEN

Introducción: El equilibrio ocupacional ha estado presente a lo largo de la praxis de la Terapia Ocupacional, siendo objeto de estudio en diferentes contextos, permitiendo comprender la importancia de la armonía ocupacional de los sujetos, (Yilmaz et, al. 2021), donde puede ser modificado por la alteración en la calidad del sueño durante la ejecución del rol laboral como personal de salud. **Planteamiento del problema y justificación:** Desde Terapia Ocupacional uno de los componentes que posiblemente se ve afectado en el personal de urgencias es la habituación, considerando la exposición a las extensas jornadas laborales, de esta manera surge la siguiente pregunta de investigación: ¿cómo influye la calidad del sueño en el equilibrio ocupacional del personal de urgencias del Hospital San Juan de Dios? El Terapeuta Ocupacional busca identificar las oportunidades de respuesta ante las problemáticas que puedan afectar el equilibrio y bienestar ocupacional y la participación en ocupaciones. (Navas, 2016). En concordancia con lo anterior, se pretende enfocar en la calidad del sueño y los patrones de ocupaciones. **Objetivo general:** Determinar la influencia de la calidad del sueño en el equilibrio ocupacional del personal de urgencias en el Hospital San Juan de Dios de Pamplona, Norte de Santander. **Objetivos específicos:** Caracterizar al personal del servicio de urgencias, mediante la ficha socio demográfica. Evaluar la calidad del sueño y el equilibrio ocupacional, a través del índice de calidad de Pittsburgh y el cuestionario del equilibrio ocupacional. Analizar los resultados obtenidos en la aplicación de instrumentos estandarizados por medio del aplicativo SPSS. Establecer la influencia de la calidad del sueño en el equilibrio ocupacional del personal de urgencias. **Referente Teórico:** En el valor teórico se retoma a Petra Wagman y Lorena Leive quienes sustentan el equilibrio ocupacional y el sueño, abordadas desde el MOHO, el Modelo Canadiense del Desempeño Ocupacional y Modelo persona, ambiente y desempeño ocupacional, retomando la ley 949 la cual sustenta el quehacer profesional. **Metodología:** Para-

Brayan Steveen Triana Murcia
Universidad de Pamplona.
Pamplona (Colombia).
Semillero de Investigación
"Ocupación humana activa"
brayan.triana2@unipamplona.edu.co

responder a la pregunta de investigación se establece un enfoque cuantitativo con un diseño descriptivo y correlacional, la población objeto de estudio son los trabajadores de la E.S.E con una muestra de 30 funcionarios del servicio de urgencias utilizando técnicas primarias, secundarias y terciarias. Resultados esperados: Generar impacto en la población objeto de estudio e institución, ampliar la visión de la problemática latente y de las variables de investigación.

Palabras clave:

Trabajo nocturno, hábitos, ocupación, calidad del sueño, ciclo circadiano.

ABSTRACT

Introduction: Occupational balance has been present throughout the praxis of Occupational Therapy, being object of study in different contexts, allowing to understand the importance of occupational harmony of the subjects, (Yllmaz et, al. 2021), where it can be modified by the alteration in the quality of sleep during the execution of the work role as health personnel. Statement of the problem and justification: From Occupational Therapy perspective, one of the components that is possibly affected in emergency personnel is habituation, considering the exposure to long working hours, thus the following research question arises: how does the quality of sleep influence the occupational balance of emergency personnel at the Hospital San Juan de Dios? The Occupational Therapist seeks to identify opportunities to respond to problems that may affect occupational balance and well-being and

participation in occupations (Navas, 2016). In accordance with the above, it is intended to focus on sleep quality and occupational patterns. General objective: To determine the influence of sleep quality on the occupational balance of emergency personnel in the Hospital San Juan de Dios de Pamplona, Norte de Santander. Specific objectives: To characterize the emergency department personnel by means of the socio-demographic data sheet. To evaluate the quality of sleep and occupational balance through the Pittsburgh quality index and the occupational balance questionnaire. To analyze the results obtained in the application of standardized instruments by means of the SPSS application. To establish the influence of sleep quality on the occupational balance of emergency personnel. Theoretical reference: Theoretical value is based on Petra Wagman and Lorena Leive who support occupational balance and sleep, approached from the MOHO, the Canadian Model of Occupational Performance and the Model person, environment and occupational performance, taking up the law 949 which supports the professional work. Methodology: In order to answer the research question, a quantitative approach with a descriptive and correlational design is established, the study population are the workers of the E.S.E. with a sample of 30 employees of the emergency department using primary, secondary and tertiary techniques. Expected results: To generate impact on the target population and the institution, to broaden the vision of the latent problem and the research variables.

Keywords:

Night work, habits, occupation, sleep quality, circadian cycle.

REFERENCIAS

1. Kerkhof, G. A. (2018). El trabajo por turnos y la comorbilidad del trastorno del sueño tienden a ir de la mano. Taylor & Francis Online, 222-225. doi:<https://doi.org/10.1080/07420528.2017.1392552>
2. Kielhofner, G. (2011). Modelo de la Ocupación Humana, Teoría Y Practica 4 edición . Argentina, Buenos Aires: Panamericana.
3. Leive Lorena y Morrison Rodolfo, c. s. (2021). Características esenciales del sueño desde. Revista Argentina de Terapia Ocupacional, 104.
4. Magnusson Lina, C. H. (2020). Equilibrio ocupacional y sueño en mujeres. Revista Escandinava de Terapia Ocupacional. doi:<https://doi.org/10.1080/11038128.2020.1721558>
5. Navas , A., & Rebolledo Tenorio, L. (2016). Colegio Colombiano de Terapia Ocupacional . Obtenido de Colegio Colombiano de Terapia Ocupacional : <https://minsalud.gov.co-competencias-terapeuta-ocupacional.pdf>
6. Ylmaz, Guney, G., Zengin, Gulsah, Temucin, Keziban, . . . Esra. (2021). Cómo cambió el equilibrio ocupacional de los profesionales de la salud en la pandemia. WILEY, 2. doi:DOI: 10.1111 / 1440-1630.12762

● **ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS
PARA FORTALECER LA
COMUNICACIÓN
DOCENTE ESTUDIANTE A
TRAVÉS DE LAS CLASES
DE EDUCACIÓN FÍSICA
RECREACIÓN Y DEPORTES**

33

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo analizar las estrategias utilizadas por los docentes de educación física de la escuela rural, dando a conocer estrategias más eficientes en estas clases, donde mostraremos el problema que se presenta en la escuela general Santander, acentuando la importancia de la educación física y la buena comunicación del docente con el estudiante, mostrando la importancia que tiene en el desarrollo de los niños; desde el punto de vista metodológico se apoyó en un enfoque cualitativo, un paradigma interpretativo y un método de investigación acción en un nivel exploratorio y con un diseño de campo, contando con una población y muestra de alumnos pertenecientes a la escuela General Santander sede francisco de paula Santander - primaria; citando las leyes de la educación física para el área de la educación física.

Palabras clave:

Estrategias Didácticas, clases de educación física, comunicación docente - estudiante.

ABSTRACT

The objective of this research is to analyze the strategies used by the physical education teachers of the rural school, showing the most efficient strategies in these classes, where we will show the problem presented in the Santander general school, emphasizing the importance of physical education and the good communication of the teacher with the student, showing the importance it has in the development of the children; from the methodological point of view it was supported by a qualitative approach, an interpretative paradigm and a method of action research

Roberto David Cuadros Celis
*Estudiante Universidad de Pamplona,
Sede Villa del Rosario*

in an exploratory level and with a field design, with a population and sample of students belonging to the General Santander School, Francisco de paula Santander - primary; citing the laws of physical education for the area of physical education.

Keywords:

Didactic strategies, physical education classes, teacher-student communication.

● **CONDICIÓN FÍSICA DE BAILARINES DE DANZA LATINA Y/O URBANA DE UNA CORPORACIÓN DE LA CIUDAD DE CÚCUTA CON RELACIÓN A LAS CIRCUNSTANCIAS DE RIESGO QUE GENERAN LESIONES EN TEJIDOS BLANDOS**

Cristian Camilo Molina Hernández y Rafael Enrique Lozano Z.
Universidad de Pamplona, Semillero SICAFO.

34

RESUMEN

El presente proyecto de investigación busca describir e identificar la importancia de la condición física en los bailarines de ritmos latino y su prescripción en la aparición de lesiones musculares específicamente en los tejidos blandos, por tal motivo, se lleva a cabo una investigación exploratoria, donde por medio de la recolección de datos de tipo cuali-cuantitativo, en tal caso, se requiere como objetivo principal caracterizar la condición física de los bailarines de Danza Latina y/o urbano de una Corporación de la ciudad de Cúcuta con relación a las circunstancias de riesgo que generan lesiones en tejidos blandos. La práctica dancística requiere de gran esfuerzo físico, psicológico y aspecto expresivo, en este mismo sentido, Caballero (2015) "afirma que la danza, en todas sus modalidades, supone una actividad de considerable demanda física; de allí que, sin lugar a dudas, sea posible afirmar que para los bailarines su instrumento de expresión artística sea todo su cuerpo" es así como, la práctica dancística no sólo abarca la importancia de ser una disciplina artística sino también deportiva, tal como lo sustentan Irvine et al. (2011). Para llevar a cabo la presente investigación cualitativa, según según Taylor y Bodgan consideran la investigación cualitativa como "aquella que produce datos descriptivos y las propias palabras habladas o escritas y la conducta observada" por tal motivo, se busca desarrollar un enfoque fenomenológico, según Heidegger (2015) el método fenomenológico. Este método se centra en dar respuesta a cómo las personas viven su experiencia en un contexto específico o frente a un fenómeno en particular, percepciones, formas de comprensión y suposiciones en las que estén inmersas los participantes respecto a un tema en particular" en tal caso, en la población de bailarines y las circunstancias de riesgo que influyen en la aparición de lesiones en tejidos blandos.

Palabras clave:

Danza, tejidos blandos, condición física y lesión.

ABSTRACT

The present research project seeks to describe and identify the importance of physical condition in Latin rhythm dancers and their prescription in the occurrence of muscle injuries specifically in soft tissues, for this reason, an exploratory research is carried out, where through the collection of quali-quantitative data, in such case, it is required as main objective to characterize the physical condition of Latin dance dancers and/or urban dancers of a Corporation of the city of Cúcuta in relation to the risk circumstances that generate injuries in soft tissues. Dance practice requires great physical and psychological effort and expressive aspect, in this same sense, Caballero (2015) "states that dance, in all its modalities, involves an activity of considerable physical demand; hence, without a doubt, it is possible to affirm that for dancers their instrument of artistic expression is their whole body", thus, dance practice not only includes the importance of being an artistic discipline but also a sport, as supported by Irvine et al. (2011). To carry out this qualitative research, according to Taylor and Bodgan consider qualitative research as "that which produces descriptive data and the spoken or written words themselves and the observed behavior" for that reason, we seek to develop a phenomenological approach, according to Heidegger (2015) the phenomenological method. This method focuses on responding to how people live their experience in a specific context or in front of a particular phenomenon, perceptions, ways of understanding and assumptions in which the participants are immersed regarding a particular topic" in this case, in the population of dancers and the risk circumstances that influence the occurrence of soft tissue injuries.

Keywords:

Dance, soft tissue, physical fitness and injury.

REFERENCIAS

1. Carolina. C, Julieth M., Whitney C. Santiago de Cali, Universidad Del Valle (2016) planteó "PERCEPCIÓN DE LOS BAILARINES DE SALSA DE UNA FUNDACIÓN DE LA CIUDAD DE CALI CON RELACIÓN A LOS FACTORES DE RIESGO QUE GENERAN LESIÓN OSTEOMUSCULAR"
2. Caballero (2015) artículo científico "Caracterización del estado antropométrico y de las capacidades físicas de los bailarines del grupo de danza de la Universidad del Atlántico" Revista Digital de Actividad Física, (2021) <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1501/2062#toc>
3. IRVINE, E. REDDING, S. RAFFERTY (2011) en su artículo "la condición física en la Danza" <https://revistas.udca.edu.co/index.php/rdafd/article/view/1501/2062#toc>
4. Cortes-Cortes, M. (2005). UN ENFOQUE A LA INVESTIGACION CUALITATIVA (PRIMERA PARTE). Acalán Revista de la Universidad Autónoma del Carmen. Pp.15-18. Enero-Febrero, 2005 No.33,ISSN: 1405-9401. <http://www.repositorio.unacar.mx/jspui/handle/1030620191/187?locale=es#:~:text=Taylor%20y%20Bogd%C3%A1n%20>
5. Fernández Castañeda, La fenomenología en investigación de enfermería: reflexión en la hermenéutica de Heidegger (2019) <https://doi.org/10.1590/2177-9465-EAN-2019-0059>



Vicerrectoría de
INVESTIGACIONES
UNIPAMPLONA

Formando líderes para la construcción de un nuevo país en paz

18 Y 19 DE MAYO, 2023

**VII ENCUENTRO NACIONAL DE INVESTIGADORES
EN EDUCACIÓN, CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y SALUD Y X REGIONAL**

AUDITORIO:

JOSSIMAR CALVO.
UNIVERSIDAD DE PAMPLONA.
SEDE VILLA DEL ROSARIO.



INVITAN:

FACULTAD DE CIENCIAS
DE LA EDUCACIÓN.
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN
FÍSICA, RECREACIÓN
Y DEPORTES.



RECEPCIÓN DE TRABAJOS:

22 DE ABRIL, PARA PODER
PARTICIPAR COMO PONENTE

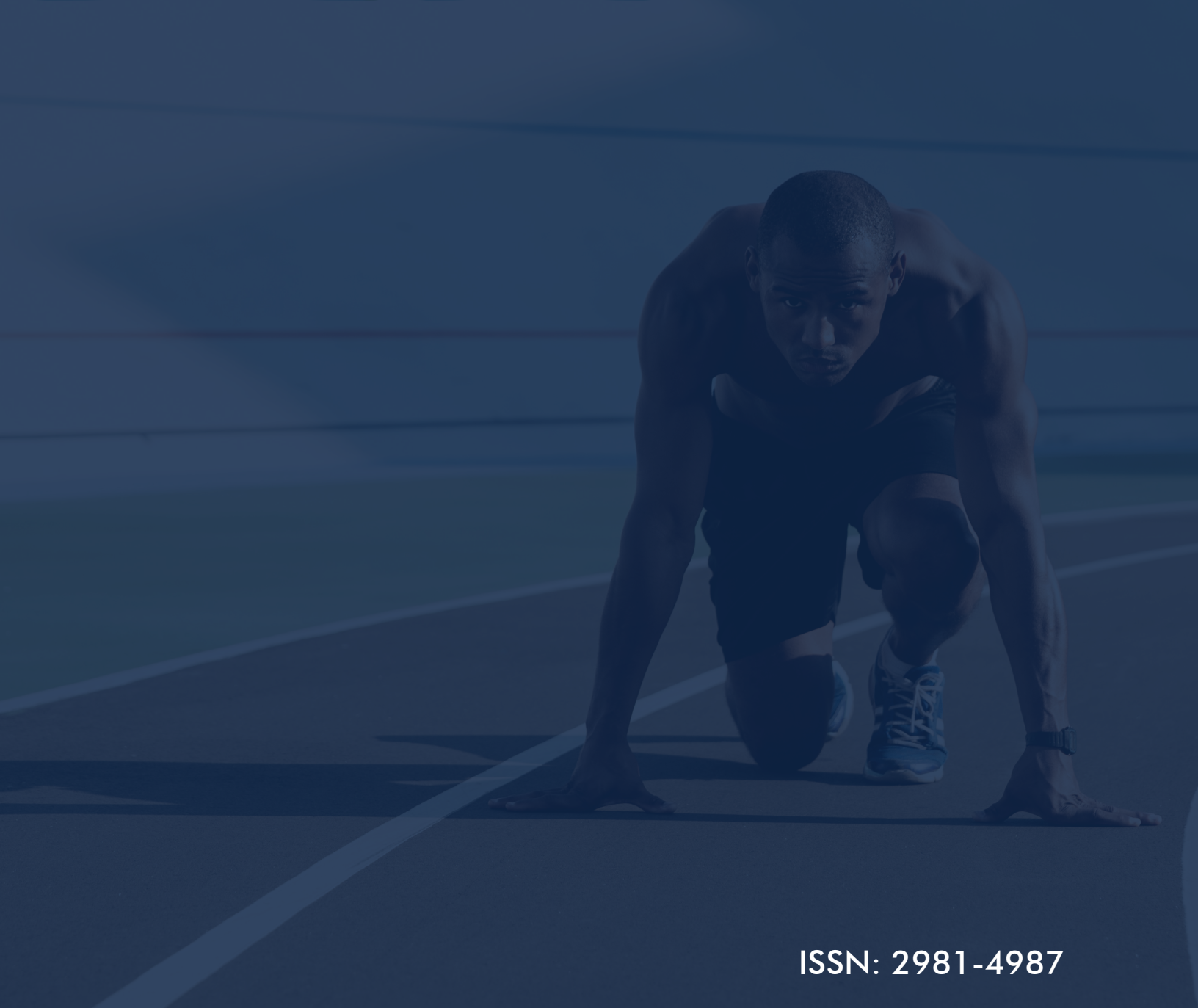


rafaenloza@unipamplona.edu.co



dedufisicavilla@unipamplona.edu.co





ISSN: 2981-4987

