

Línea Temática: Educación Y Movimiento

Sub- Tema: Actividad Física y Deporte social

Título: La Percepción Del Alumnado De Educación Física Y Deportes Sobre La Actividad Física Ante La Obesidad

Autores: Jorge Antonio Rodríguez Almazán¹ y Ciria Margarita Salazar. Universidad de colima

Resumen

El presente estudio es de tipo cualitativo transversal ya que se analizó la percepción que tienen los estudiantes de la Licenciatura en Educación Física y Deportes sobre la actividad física y su relación que tiene con la obesidad, la muestra estuvo conformada por 16 alumnos del programa educativo de educación física organizados en dos grupos focales uno de mujeres y otro de hombres. Entre los hallazgos podemos observar, el alumnado coincide que la actividad física es el medio para combatir los problemas de la obesidad en la población adulta, pero no la solución al problema. Desde esta perspectiva los futuros educadores físicos hacen notoria la importante participación de la Actividad Física en la vida cotidiana, sin embargo, no absoluta porque no existe una relación directa con la obesidad, sino que es importante que el tema se cubra con otras disciplinas para generar programas integrales de atención al padecimiento. En la edad infantil la Actividad física debe ser un medio de autoconocimiento y no un paliativo para buscar el mantenimiento del peso ideal. Palabras clave: Percepción, Actividad Física, Estudiantes de Educación Física, Obesidad.

¹ Estudiante de octavo semestre de la Licenciatura en Educación Física y Deportes de la Universidad de Colima, ha tomado cursos talleres de nutrición deportiva y programas de baile.

² Doctora en educación física y artística por la universidad de Extremadura así como maestra en ciencias sociales. Profesora investigadora de tiempo completo en la facultad de ciencias de la educación de la universidad de colima.

ASTRAC:

The present study is qualitative type of traverse already discussed the perception that student have a degree in physical educations and sports on qualitative activity and its relationship with obesity, the sample was compesed of sixteen students of the educational program of physical education organized in two focus group on for woman and one for men. Among the fitting, we can observe, the student agrees that physical activity is the means to combat the problems of obesity in the adult population, but not is the solution of the problem of obesity in adult population but no is the solution of the problems for this perspective the future physical educators make notorious the important participation of physical activity into everyday life, however not acquittal because there isn't direct relationship with the obesity, but it is important that the topic is covered with other discipline generate compressive programs of attention to the conditions in the age the child physical activity should be a means of self-knowledge and not a peleativoto search for the maintenance of ideal body weight. Keys: Perception, Activity Physical, Students, obesity

INTRODUCCIÓN (Contexto – planteamiento del problema)

Cuando hablamos sobre actividad física definimos: Que es todo movimiento producido mediante la interacción en la vida diaria de manera natural, como corre, saltar, andar en bicicleta o trabajar; la forma extendida de entender la actividad física recoge únicamente la dimensión biológica carspersen y cols en (1985) la definen como cualquier movimiento corporal realizado con el sistema musculo esquelético asociado a un gasto energético. Si hablamos de actividad física desde la perspectiva del campo de la educación física entenderemos que desde un enfoque de formación educativa la actividad física es fundamental para llevar a cabo una formación de intelectualismo en el hombre, mediante ella, se conlleva a la formación educativa de cultura intelectual pues gracias a la realización de actividad no solo obtienen salud física, también aprende mediante está a conocer su entorno y a uno mismo. Para conocer la relación de actividad física con la obesidad desde la perspectiva de los estudiantes en formación de educación física se formuló el presente proyecto de investigación basado en los siguientes puntos.

La Percepción Del Alumnado De Educación Física Y Deportes Sobre La Actividad Física Ante La Obesidad basándose en los siguientes objetivos 1) Conocer la percepción de los alumnos de educación física de la universidad de colima sobre la actividad física como un medio de prevención ante el problema de la obesidad en colima, 2) Conocer el nivel de conocimiento que tiene sobre obesidad, 3) Saber cuál es la creencia que tiene de cuerpo sano y actividad física en relación a la obesidad.

Planteamiento Del Problema

En México la obesidad se ha desarrollado en la sociedad en los últimos años sobre todo en el ambiente escolar básica pero también en campo universitarios; por la insuficiente practica de actividad física, en el marco de la sociedad en los últimos años ha dado una gran relación entre la problemática de obesidad y actividad física para su reducción promovidos por programas como colima sano así como las clases de zumba dejando paso a la creencia en la población general de que la actividad física generando imaginarios sobre los profesionales de educación física pese a su formación dejándolos como responsables de la problemática de la obesidad. Según García Canclini en (2007) el cuerpo siempre ha sido portador de cultura: posiciones y actitudes, vestimentas. Por tanto la presente investigación pretende conocer la percepción del alumnado de la licenciatura de educación física y deportes de la facultad de ciencias de la educación sobre la obesidad en relación a actividad física como medio de prevención ante los problemas de obesidad con el fin de reducirla. Según Sallis y McKenzie (1991) afirman que el campo de la educación física ha servido como origen para la práctica de la actividad física concientizar a la población en general.

Sustento teórico

Partimos de que conocer la percepción del profesorado de educación física en formación inicial y permanente entenderemos, la asociación del profesional de educación física a su relación de la actividad física con la obesidad ya que como afirma Blasco en (1994) la actividad física es todo movimiento de los músculos que lleva a un gasto energético. De acuerdo a la formación profesional teórico- práctico del educador físico, se asocia la obesidad y actividad física al educador físico porque, gracias a que la educación física siempre ha estado asociado a la salud Figueroa (2010) señala que cuando se practica actividad física los niveles calóricos son mayores

manteniendo un control sobre la obesidad por la creación de reserva proteica por los altos gastos de energía. Esto generando una asociación en el profesional de educación física por la formación educativa, visto por la sociedad como solo ejercicio

Si nos basándonos en las representaciones sociales: Durkheim en (1985) dice que las representaciones denominadas sociales o de grupo es para saber cómo piensan acorde a las afectaciones que puede haber en un grupo dentro de la sociedad ya que las representaciones colectivas las cuales abarcan el mito, religión o leyendas populares no pueden explicarse por la psicología individual. Según Blanco (2004), sostiene que la formación permanente es algo más que una actuación estratégica, debería considerarse como una competencia básica para ser adquirida durante la formación inicial.

Método

El presente trabajo de investigación es de enfoque transversal -cualitativo ya que se analizó la percepción del profesorado en formación de la licenciatura en educación física y deportes de la UNIVERSIDAD DE COLIMA en una sola toma. El método manejo es empírico de observación ya el aspecto complementico se basa en los conocimientos empíricos del profesorado en formación. (Hernández sampieri, 2005)

En este proyecto de investigación se recurrió a la técnica de del grupo de discusión basándonos en la metodología de Ma. Guadalupe Chávez Méndez para el cual se debía previamente elegir a un grupo de personas para hablar sobre un tema ya planeado, además se formularon ocho detonadores en base a las dos unidades de análisis del proyecto de investigación los detonadores se crearon de acuerdo a los objetivos. La población fue un grupo de 16 pasantes de la licenciatura en educación física y deportes se seleccionó a un hombre y una mujer de los semestres de 2º ,4º ,6º y 8º de grupo A Y D; formando dos grupos focales A) que fue el de mujeres y B) que se conformó por solo hombres.

Resultados

Para analizar los resultados que se obtuvieron mediante la técnica de focus group se efectuó una transcripción de los dos focus group llevados a cabo para la obtención del análisis. Los resultados se organizaron en tablas de acuerdo a las unidades de análisis siguiendo el orden de los detonadores que se utilizaron en el focus group.

Significado de Actividad Física

Las mujeres que cursan la licenciatura en educación física y deportes reflexionan que, la actividad física es toda acción de movimiento generado por el cuerpo a diferencia, del grupo de hombres que de igual forma estudian la licenciatura de educación física, ven a la actividad física como desde un punto de vista biológico. (Ver cuadro 1)

Cuadro 1. Análisis del discurso de significado de actividad física del grupo de mujeres	
Todo movimiento que haces cualquier acción motriz no tiene que ser específicamente ejercicio.	M1
Es lo que hacemos comúnmente caminar, correr hacer las responsabilidades de las casas.	M2
Es lo que haces en un día a diario (sic).	M3
Ir de la casa a la escuela también es actividad física (sic).	M4
Cuadro 1.2 Análisis del discurso de significado de actividad física del grupo de hombres	
Cualquier simple movimiento con el puro hecho de mejorar la salud.	H1
Es un gasto energético mayor al que tenemos en reposo.	H2
Es simplemente moverse (Sic).	H3
Cualquier acción motriz que haga el ser humano inconscientemente.	H4

Percepción de la Actividad Física en la vida Cotidiana

El imaginario del conjunto de mujeres entiende, que la población externa a diferencia de los profesionales de educación física respecto a su perspectiva sobre actividad física es nocivo ya que consideran que es totalmente cansado. A contrario del grupo de hombres que consideran que el pensamiento de la sociedad externa al del educador físico cree que la actividad física es un conjunto de programas de ejercicios (Ver cuadro 2).

Cuadro 2. Análisis del discurso de percepción de la Actividad física en la vida cotidiana de mujeres.	
Lo ven como lo que hacen todo el día lo cotidiano.	M2
Con deportes, futbol (sic).	M3
Lo veía como un deporte como estaba en la selección.	M4
Lo relacionan con, cansado algo tedioso	M5
Cuadro 2.1 Análisis del discurso de percepción de la Actividad física en la vida cotidiana de hombres.	
Lo ven como ejercicio en si como algún movimiento con reglas.	H3
Los programas del gobierno del estado se inclina más a ese ámbito a hacer ejercicio	H5
Piensa que actividad física es como deporte lo relaciona con la preparación física.	H6
Pensamiento confuso de educación física de hacer ejercicio.	H2

La actividad física es una Herramienta para el Profesional de Educación física

El grupo de mujeres y hombres afirman que la actividad física es herramienta esencial para el educador físico, consideran a la actividad física como una base de donde se deriva el juego para el aprendizaje del niño, ya que es todo movimiento generado por el cuerpo humano formándola la principal herramienta del educador físico. (Ver cuadro 3)

Cuadro 3. Análisis de Actividad Física como herramienta para el profesional de educación Física de mujeres.	
Es tu herramienta principal es la guía debes de empezar con actividad física sencillamente	M1
Como educadores la actividad física es esencial.	M6
Como maestro uno debe de sacar al niño como juego base.	M4
Cuadro 3.1 Análisis de Actividad Física como herramienta para el profesional de educación Física de mujeres.	
Imposible que el educador físico no utilice la actividad física como herramienta en su trabajo.	H3
Utilizar las estrategias de forma lúdica.	H6
Es atreves del juego (sic).	H5

Experiencia en Diseñar o Aplicar un Programa de Actividad Física

El grupo de mujeres explica que su participación en diseño de programas para impartir actividad física a la población no tienen experiencia alguna, pero si en diseño y ejecución de programas deportivos, el grupo de hombres revela que ha tenido participación en programas de actividad física como estudiante en niveles de educación básica, pero no en diseño de uno. (Ver cuadro 4)

Cuadro 4. Análisis de experiencia en diseñar o aplicar un programa de actividad física De mujeres.	
Las planeaciones así que bien experiencia.	M5
Un programa de verano y tenido que impartir deporte no actividad física.	M6
Cuadro 4.1 Análisis de experiencia en diseñar o aplicar un programa de actividad física De hombres.	
No en actividad física (Sic).	H5
No he planeado pero he estado en uno en secundaria.	H3
El programa era para gente que nunca había hecho algún deporte.	H4

Definición de Obesidad Y sus Causas.

Las mujeres exponen que las causas de la obesidad proviene de un sistema cultural e imagen estética que se maneja donde no se entiende el termino de salud explican que todo empieza en el núcleo familiar por el contrario en el segundo cuadro que corresponde al del grupo de hombre, su pensamiento se basa en enfermedades como la tiroides así como no respetar los horarios de comida. (Ver cuadro 5).

Cuadro 5. Definición de Obesidad y sus Causas grupo de mujeres.	
Todo viene del núcleo familiar.	M6
Hay unas familias que piensan que estar gordito es sano.	M3
Hay una figura estética y no comprenden el tema de estar saludables.	M4
Cuadro 5.1 Definición de Obesidad y sus Causas grupo de hombres.	
La gente no respeta los horarios de comida.	H5
Problemas hormonales estar mal de la tiroides.	H5
Problemas psicológicos, estar comiendo en exceso.	H2
Si la gente supiera medir una porción no comería de más.	H4
Sobrepeso exceso de grasa corporal debido al sedentarismo	H3

La Obesidad es Responsabilidad de El Profesional de Educación Física

La perspectiva del segundo grupo (hombres) explica que es responsabilidad de cada individuo dentro de la sociedad y que los problemas de obesidad se deben a la falta de información de prevención de los educadores físicos del pasado, por otro lado desde el punto de vista de las mujeres consideran que se deberían de hacer talleres para la prevención futura de la obesidad. (Ver cuadro 6)

Cuadro 6. La Obesidad es Responsabilidad del Profesional de Educación Física grupo de mujeres.	
Impartirse talleres sobre la obesidad el cómo combatirla.	M4
idear un programa que sepan aplicar.	M1
El problema es la cultura.	M2
Nutrición, tipología (somato tipo) como influye la mercadotecnia en la obesidad	M5
Cuadro 6.1 La Obesidad es Responsabilidad del Profesional de Educación grupo de hombres.	
Tratar de combatirla si, responsabilidad no.	H3
Prevenir la responsabilidad es de cada quien	H2
Los educadores físicos del pasado no hicieron su trabajo.	H5
Es personal pero si la persona no sabe no la puedes obligar a algo	H6

La Actividad Física es Remedio Contra la Obesidad

La perspectiva del grupo de mujeres explica que los programas de baile (zumba) como actividad física son un medio para combatir la obesidad llevándola a su mínima expresión, en el grupo de hombres expone que la actividad física es un principio básico para combatirla pero no una solución como tal. (Ver cuadro 7)

Cuadro 7. La Actividad Física Es Remedio Contra La Obesidad grupo de mujeres.	
El programa actívate hay actividades de zumba.	M4
Claro que si(sic).	M5
Cuadro 7.1 LA Actividad Física Es Remedio Contra La Obesidad grupo de hombres.	
Es el principio (sic).	H4
Es un medio pero es muy mínimo.	H3

DISCUSION

En la primera unidad de análisis titulada actividad física de acuerdo a los resultados la actividad física para los estudiantes en formación de Educación física y deportes de la UNIVERSIDAD DE COLIMA señalan a la actividad física como toda acción producida por el cuerpo, además es una herramienta base para el educador físico afirmando su utilización en más de un 80% ,de la misma forma es un medio de aprendizaje vital dentro de la formación educativa básica ya que por medio de las clases de educación física se fomenta el practicar de la actividad física dentro del campo de la salud es el principal medio de prevención para el cúmulo de enfermedades como la obesidad. En palabras de Malina en (1983) la adquisición de la práctica de la actividad física en edades tempranas es beneficiosa ya que ayuda a la reducción de grasa corporal.

Otros motivos que favorece a la práctica de la actividad física es el fortalecimiento de los músculos en personas de la tercera edad como también el fortalecimiento y mejora de la condición cardiovascular de la misma forma los beneficios dentro del campo psicológico de la persona ya que al realizar actividad física aprende a

conocer sus ventajas y limitaciones así como también el desarrollarse dentro y fuera de la sociedad.

Sánchez – buñuelos (1996) señala que uno de los hábitos importantes considerados positivos respecto al estilo de vida es la práctica de la actividad física; la cual la define como todo movimiento de los músculos esqueléticos y que ocasionan un gasto de energía que dependerá de la masa muscular implicada.

La segunda unidad de análisis dedicada a la educación social de la obesidad muestra que los estudiantes de Educación Física señalan que el 100 % de las principales causas de obesidad es la falta de información de la gente y a las creencias la imagen estético corporal impidiendo ver un concepto claro de salud y bienestar.

Según Vicente en (2004) el cuerpo al estar bajo auspicio social se vuelve el lenguaje del individuo especialmente en el sentido que expresa la diferencia no ya la diversidad o la multiplicidad cultural si no la entendida como la distancia entre el cuerpo legítimo y el cuerpo no legítimo.

Además los estudiantes también afirman que otro de los motivos que generalmente dan principio a ser una persona que padezca de obesidad son los problemas biológicos, del mismo modo afirman que la mayor causa de obesidad a nivel social es no tener una cultura correcta sobre alimentación así como también respetar las horas de comida y saber que tanto consumir.

En referencia a la relación entre obesidad, actividad física y el educador físico, entendemos que desde el ideal de la sociedad se le adjudica en cierto modo la responsabilidad de la obesidad al profesional de educación física por el medio activo donde se desenvuelve siendo el eje principal la educación física así como la actividad física en el ámbito de educación básica y en la sociedad en general de generar bienestar físico por otro lado desde la percepción de los estudiantes en formación de educación física consideran responsable de la obesidad a cada persona , ya que el problema de obesidad puede ser causado por diferentes cuestiones.

Conclusión

- Las experiencias y opiniones de los jóvenes en formación de la licenciatura en educación física y deportes de la Universidad de Colima acerca de la actividad física y la obesidad desenvuelta en la sociedad refleja a la actividad física desde la perspectiva de los profesionales de educación física como un medio influido para la prevención de la obesidad.
- La perspectiva de la obesidad y sus causas en los estudiantes en formación se basa en tres vertientes por un lado está la falta de cultura sobre alimentación saludable y por otro lado está la práctica del sedentarismo así como los padecimientos biológicos.

Bibliografía

Figuroa (2010) citado en Uso y Representaciones de las practicas físicas- deportivas de los jóvenes mexicanos, México: Universidad de Colima.

Méndez (2004) citado en De cuerpo entero todo por hablar de música: Reflexión técnica y metodológica del grupo de discusión, México: Universidad de Colima.