

IMPACTO DE LA TECNOLOGÍA EN LA ACTIVIDAD FÍSICA INFANTIL

IMPACT OF TECHNOLOGY ON CHILDREN'S PHYSICAL ACTIVITY

Bernate, Jayson.

jayson.bernat@uniminuto.edu

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Colombia

Fonseca, Ingrid.

ingrid.fonseca@uniminuto.edu

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Colombia

Betancourt, Milton.

Corporación Universitaria Minuto de Dios

mibetancourt@uniminuto.edu

Colombia

Mauro, García

Corporación Universitaria Minuto de Dios

mauro.garcia@uniminuto.edu

Colombia

Urrea, Pedro.

pedro.urrea@uniminuto.edu

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Colombia

RESUMEN:

Esta investigación analizó el impacto de la tecnología en la actividad física infantil. La muestra incidental estuvo conformada por 230 estudiantes de cuarto grado de primaria con edades entre 8 y 10 años, padres de familia y docente de educación física del área de primaria del colegio Gabriel Betancourt Mejía, Bogotá- Colombia. Para el estudio se aplicó la metodología cualitativa y los instrumentos utilizados fueron la observación directa, entrevista y encuesta. Los resultados ilustran que los estudiantes tienen una inclinación por programas de televisión que distan de la actividad física y buenos hábitos de actividad física.

Palabras Clave: Impacto, tecnología, actividad física, sociedad, educación

ABSTRACT:

This research analyzed the impact of technology on children's physical activity. The incidental sample consisted of 230 fourth grade students of primary school age between 8 and 10 years old, parents and physical education teacher in the primary area of the Gabriel Betancourt Mejia School, Bogotá- Colombia. For the study, the qualitative methodology was applied and the instruments used were direct observation, interview and survey. The results illustrate that students have a penchant for television programs that are far from physical activity and good physical activity habits.

Key Words: Impact, technology, physical activity, society, education

INTRODUCCIÓN

Los docentes son responsables de la formación y compromiso básico de educar a los seres humanos de manera integral. Por lo tanto, se debe orientar su quehacer educativo y social, no sólo de manera académica, sino que también aprendan a intervenir de forma objetiva en sus comportamientos y conductas sociales. (Amarin, Lara, Costa, Deseslau, & Silvestre; 2013). De esa manera, se encaminarán hacia una formación integral, la cual los orienta hacia su proyecto de vida. Lograr lo anterior según Bopp, Wigley & Eddosary (2015) requiere un trabajo interdisciplinar entre docentes, padres, directivos y entorno sociocultural que adecuadamente unidos, posibiliten en los educandos una transformación en sus comportamientos y hábitos culturales.

El estudio incluye el marco teórico, el cual desglosa los lineamientos teóricos básicos para la investigación, de tal manera que el lector pueda revisar la teoría en la que se fundamente, de igual forma se mencionan los diversos autores que apoyan los argumentos y hallazgos de los investigadores.

La población del presente estudio estuvo constituida por estudiantes, padres de familia y docente de educación física del área de primaria del colegio Gabriel Betancourt Mejía, Bogotá Colombia, Los integrantes de la población en su mayoría vive en la localidad de Kennedy, barrio Tintal, que a su vez tiene predominio de estrato socioeconómico uno y

dos. El 90% de las familias está compuesto por padre, madre y hermanos, alrededor del 30% son profesionales y tienen ingresos superiores al salario mínimo mensual vigente. Por otra parte, se seleccionó el grupo 402 debido a que los investigadores encuentran alrededor del 25% de niños y niñas con sobrepeso, lo que generó gran inquietud y deseo de tomar medidas para disminuir esta problemática, además se observa que los niños de la muestra en la clase de educación física dejan ver cansancio con poco ejercicio. A esto se suma que en las clases con frecuencia se narran entre si los sucesos de programas de televisión, restándoles interés a los temas académicos.

En ese sentido, esta investigación definió como objetivo principal analizar la influencia de la televisión en los hábitos de actividad física de los niños de 4º de primaria matriculados en el Colegio Gabriel Betancourt Mejía, de la ciudad de Bogotá.

METODOLOGÍA

Esta investigación es cualitativa de tipo descriptivo, el diseño fue investigación acción participativa (IAP) ya que se buscó resolver problemas cotidianos y brindar información para la toma de decisiones y los investigadores incursionaron en el contexto familiar y escolar de los estudiantes de 402, con el fin de examinarlo y conocerlo, de ahí que se pueda desarrollar una respuesta que logre dar cuenta del problema que se está investigando: influencia de la televisión en la actividad física de los niños. De esta manera el proceso se da de forma inductiva ya que por medio de la exploración y la descripción se buscó la generación de perspectivas teóricas. (Hernández, Fernández & Baptista; 2010).

Luego de establecer la metodología cualitativa, se definió que la población del presente estudio estaría conformada por estudiantes, padres de familia y docente de educación física del área de primaria del colegio Gabriel Betancourt Mejía, Bogotá Colombia, Los integrantes de la población en su mayoría viven en la localidad de Kennedy, Barrio Tintal, que a su vez tiene predominio de estrato socioeconómico uno y dos. El 90% de

las familias está compuesto por padre, madre y hermanos, alrededor del 30% son profesionales y tienen ingresos superiores al salario mínimo mensual vigente.

Así mismo la muestra se seleccionó de forma aleatoria. Es de anotar que también se seleccionó el grupo 402 debido a que los investigadores encuentran alrededor del 25% de niños y niñas con sobrepeso, lo que generó gran inquietud y deseo de aportar para disminuir esta problemática, además se observa que los niños de la muestra en la clase de educación física dejan ver cansancio con poco ejercicio. A esto se suma que en las clases con frecuencia se narran entre si los sucesos de programas de televisión, restándoles interés a los temas académicos.

En lo que respecta a los instrumentos, los investigadores consideraron necesario emplear diversos instrumentos que permitieran dar cuenta del objeto de investigación de manera clara y profunda. Entre los que se encuentran:

a. Observación directa. El estudio hace uso de la observación directa, como uno de los instrumentos necesarios para obtener información y datos de la muestra en su contexto y actividad cotidiana en el colegio y la casa. Para la aplicación de este instrumento se diseñó un guión de observación, el cual tuvo las categorías que se definieron para la investigación: hábitos de actividad física de los niños, género, programación televisiva y rol del padre de familia en los hábitos de actividad física de sus hijos.

b. Entrevista. Se aplicó la entrevista, dado que esta permite obtener de viva voz tanto de los estudiantes como de los padres y los maestros, su actitud frente al tema de los hábitos de actividad física de los niños de grado cuarto. A esto se suma la posibilidad de obtener información sobre aspectos proxémicos y de lenguajes gestuales y corporales.

c. Encuesta. Este instrumento se aplicó a los padres de familia, esto con el fin de afianzar y validar los datos obtenidos en el transcurso de la investigación, para luego traducirlos en información pertinente a los objetivos de investigación. Para este

instrumento que solo se aplicó a los padres, se abrió un espacio colectivo dentro del aula de clase que permitiera reunirlos a todos.

La recolección de los datos se llevó a cabo mediante diversos momentos y partiendo de los criterios básicos de aplicación de cada uno de los instrumentos, en primer lugar, fue necesario hacer una reunión introductoria en la que se les informo a los padres sobre la investigación que se iniciaría en el curso 402, además que era necesario obtener una autorización en la cual cada familia mostraba su voluntad para participar en el estudio. En lo que respecta a la aplicación de la encuesta, la entrevista y la observación directa, se indicó a los padres la fecha del encuentro, el objetivo planteado y la metodología a utilizar, de ahí que el proceso se diera de manera oportuna y adecuada, para la observación y la entrevista se realizó con antelación el respectivo guion que enfocara los temas pertinentes para el estudio.

RESULTADOS

Efectuada la aplicación de todos los instrumentos se procedió a triangular los datos obtenidos para luego analizarlos bajo las siguientes categorías establecidas en la investigación:

Hábitos de actividad física de los estudiantes. Frente a esta categoría, hay coincidencia en que a los estudiantes les gusta la clase de educación física pero no por el aprendizaje de deportes específicos o de actividades corporales estructuradas sino tal y como lo expresa el docente de educación física del colegio, “el juego libre”. Lo que quiere decir que las clases dirigidas y con ejercicios planeados por el profesor, generan indisposición y apatía, la motivación llega hasta el momento del juego libre que en cada clase es equivalente a 20 minutos de una hora y media que conforma la clase, como afirma textualmente el docente “Los niños en su gran mayoría presentan apatía a la clase de educación física, solo los motiva el juego libre al final de la clase”.

Los estudiantes guían su actividad física solo a partir de sus gustos, la lúdica y los juegos que son de su preferencia, lo que se detecta en la encuesta, ya que normalmente estas actividades que ellos seleccionan no requieren de mayor esfuerzo o de mayor exigencia física; por ejemplo las niñas realizan diversos cantos guiados con las palmas, saltan lazo, organizan desfiles de belleza o conforman círculos para dialogar sobre variados temas, entre ellos los programas de televisión que observaron en la noche, lo que se refuerza diciendo que en la actualidad hay una cultura diferente que se encuentra influenciada de forma verbal, oral y escrita. (Bustos y Coll, 2011).

En las horas de descanso o cuando los estudiantes tienen un espacio libre diferente a la clase de educación física, se pudo observar que los hábitos de actividad física mostrados por los estudiantes se centran en juegos que recrean algunos de sus programas favoritos como los de concurso o talentos, entre los que se encuentran: “la Voz Colombia, Protagonistas de nuestra tele, Colombia tiene talento”. Es necesario decir que los niños imitan los cantantes que se presentan, o a los jurados o a los diferentes números que allí se proyectan. Nótese que desde la teoría esto se ratifica cuando se dice que: no se puede ignorar que los medios de comunicación, ilustran y enseñan contenidos comportamentales en sus transmisiones, la relación existente entre la vista y el entorno no es consciente, puesto que la mirada humana no construye un modo de relatar cuando ve, si no que por el contrario actúa el inconsciente sin percibir y analizar lo que ve habitualmente (Adell, 1998; Vallejo, Pantoja, & Montijano; 2012).

El 95% de padres de familia afirma: “mis hijos los fines de semana dedican gran parte del tiempo al uso del computador, juegos de video y la televisión”. También plantean que no les agrada mucho iniciar actividades tan temprano pues le gusta dormir bastante. Es de anotar que los niños mientras se ocupan en estos pasatiempos consumen mayor cantidad de alimentos como galletas, gaseosas, golosinas y fritos. Como lo afirma textualmente “es una lucha con mi hija el fin de semana para que se levante temprano a hacer tareas, por el contrario, se levanta a ver televisión”. Al revisar la teoría es importante decir que la televisión es un medio de comunicación que en ocasiones puede

distorsionar la realidad, también está sustentado sobre la base de acciones que no se permiten en los códigos sociales, la sociedad se acostumbró a ver en los programas matutinos; violencia desgarradora, crímenes, y noticias escalofriantes, ya no les aterrada en particular, da lo mismo ver un seriado de humor a ver miles de muertos en una noticia. Esto demanda atención y presenta una realidad fragmentada acerca de lo que está sucediendo en el entorno social. (Bandura, 2001)

Es importante mencionar que en casa las actividades físicas que se realizan no exigen mayor esfuerzo para los niños, todo lo contrario, no les gusta madrugar los fines de semana ni tampoco diariamente ya que como estudian en la jornada de la tarde no acostumbran iniciar su día desde la mañana, lo que puede estar influyendo en los hábitos de apatía y sedentarismo que están reflejando niños y niñas. El grado en el que la inactividad contribuye a los crecientes niveles de obesidad en la infancia no ha sido definido con claridad (Goran, 1998). Sin embargo, existen pruebas científicas sólidas que sugieren que los niños y niñas inactivos presentan más probabilidades de tener un exceso de grasa, incluso a una edad tan temprana como el final de la niñez (Mattaini & Meyer, 2004).

De igual forma las actividades socio culturales de los estudiantes reflejan que la actividad física de mayor exigencia se da en el baile de géneros urbanos como el reggaetón, champeta y salsa choque, entre otros. Aquí se hace evidente que los estudiantes ejercitan todo su cuerpo al son de estos ritmos. Cabe señalar que esta actividad también es libre que no exige normas o lineamientos diferentes al gusto por la música y la posibilidad de socializar que esta les brinda. Lo que se afianza con el siguiente argumento “Me gusta esta música porque es de la moda y puedo bailarla sin que se burlen de mí, ya que cuando bailo música del folclor de Colombia mis amigos se burlan de mí”. Esto se apoya con lo dicho por Rincón (2002) quien plantea que lo visual no solamente depende de la acción como tal, sino en intentar establecer conexiones de tipo aleatorio, que contribuyan a la decodificación de las imágenes y mensajes vistos en la televisión.

Género. En esta categoría se analiza que las niñas en las clases de educación física se cansan con mayor rapidez en las actividades planeadas para la misma, además se notan apáticas al momento de practicar deportes como el atletismo, les atrae más juegos dirigidos como el del gato y el ratón, sin embargo, cuando se trata de esforzarse para correr se rinden con facilidad y dan por hecho que ya perdieron la competencia lo que demuestra apatía y cierto nivel de pereza para exigirse corporalmente. Aunque trabajan en las clases para cumplir los mínimos planteados no se nota total entrega y disposición a menos que el tema y las actividades estén directamente relacionados con sus gustos específicos, que generalmente no requieren de ellas la exploración de la dimensión corporal, lo que se hace evidente en este dialogo entre los niños: “solo me gustan los juegos libres, no me gustan las normas”.

En los tiempos libres y descansos en la institución es común ver las niñas en grupos grandes realizando concursos de belleza entre ellas, jugando al maquillaje, dialogando sobre el artista urbano de moda, cantando canciones urbanas actuales, comiendo paquetes que son producto principal en la cooperativa del colegio y de la lonchera que los padres de familia les envían, por esto es importante mencionar a Sandoval (2006) cuando dice que en la sociedad actual, absorbida por lo tecnológico, se encuentran nuevas formas de comunicación e infinidad de elementos decodificados, que a su vez, potencian los mensajes emitidos por los medios publicitarios, invitando a todos los seres humanos a ser consumidores adictivos y continuos de los elementos creados de última tecnología, absorbidos de forma fragmentada los mensajes emitidos por los medios masivos de comunicación.

Resultado evidente que las niñas se notan poco dispuestas para las actividades que le requiera esfuerzo físico tanto en el colegio en las clases y tiempo libre como en la casa en sus actividades cotidianas. Dicho dato se relaciona con lo expuesto por Ruiz-Ariza, Ruiz, De la Torre-Cruz, Latorre-Román & Martínez-López (2016) y Muñoz, Fernández & Navarro (2015) quienes plantean que las niñas realizan menos actividad física y son agentes pasivos encargados de labores o actividades que no sean muy exigentes en la

dimensión corporal. Sin embargo, la actualidad deportiva de la sociedad colombiana tiene muchas mujeres como campeonas y líderes deportivas de diversas disciplinas que exigen un alto nivel de actividad física, pero es obvio que esta es una minoría comparada con la inmensa mayoría de mujeres que conforman el país.

Los niños por su parte dejan ver mayor interés en las actividades que demandan exploración de la dimensión corporal pues en las clases sin llegar a los mínimos requeridos para el nivel, la planeación de la clase y el objetivo del docente, si tiene mayor resistencia “los niños no se notan tan apáticos como las niñas”. Es de anotar que la mayor parte de la clase se percibe ansiosos porque lleguen los “10 o 20 minutos de actividad libre” para que puedan jugar un partido. Al igual que las niñas en las clases de educación física no les llama mucho la atención actividades enmarcadas en normas, pues esto les cansa rápidamente y los indisponen.

De igual forma se resalta que en la mayoría de hogares se observan primero programas infantiles, ya que los niños y las niñas lo solicitan a sus padres, los más vistos según lo que dicen los padres y lo que se observó en el colegio son los que están de moda: Peppa, Hi Five y Dino dan entre otros. Los investigadores como estrategia para analizar la información hicieron observaciones de estas tres producciones televisivas y encontraron que varias de ellas invitan a los niños a llevar una vida saludable a través de la alimentación y el ejercicio diario, sin embargo esto se queda allí simplemente en el aparato pues debido a los factores anteriormente mencionados (economía, tiempo e inseguridad) los padres no pueden acercar a sus hijos significativamente al mundo del deporte y la sana actividad física, pues como ellos mismos afirman “a veces no tengo tiempo ni para mí mismo”, pues entre el trabajo, la casa y demás ocupaciones no se da el espacio para practicar algún deporte o realizar actividad física en mediana proporción.

De otro lado, las telenovelas son las que ocupan el segundo lugar de preferencia en casa, sobre todo las de la tarde y la noche, pues algunas madres y padres llegan a casa y para

realizar las actividades del hogar encienden la televisión y ubican los programas de su gusto. Aunque afirman “a mis niños también les gustan las novelas”, e insisten en que por encima de estas se inclinan por los programas infantiles. Otro grupo de familias más pequeño muestra gusto por la variedad y sintonizan desde programas infantiles hasta de variedades, novelas y películas, sin mostrar mayor interés porque ellos puedan aportar en la adquisición de hábitos saludables de actividad física para sus hijos. (Meléndez, 2009). En lo referente a programas deportivos, solo un pequeño grupo sintoniza los canales nacionales y extranjeros que transmiten diversidad de disciplinas deportivas, pues afirman que les gusta el deporte y la competencia entre países. Sin embargo, no argumentan que prefieren estos canales para aportar a sus hijos sino para una distracción personal.

Así pues, la programación televisiva que predomina en los hogares de los niños, no está enfocada a la creación de hábitos adecuados de actividad física ni incentiva tener una alimentación balanceada (Fernández & Díaz-Campo, 2014), por el contrario, se utiliza la televisión como una oportunidad de distracción o de acompañamiento en las actividades de tipo doméstico. Se observa entonces que las familias no contemplan la televisión como una herramienta pedagógica que les aporte tanto a los padres como a los niños para mantener un buen estado de salud.

Rol del padre de familia en los hábitos de actividad física de sus hijos. En esta categoría se detecta que los padres de familia son conscientes de la importancia del deporte y de cimentar los buenos hábitos, sin embargo, expresan sentirse limitados por el tiempo, la economía, la inseguridad del entorno entre otros. Además, no logran generar estrategias que escapen a estas limitantes y que sirva de apoyo para cumplir con este objetivo.

En afirmaciones tales como “no siento que los programas de televisión potencien o promuevan en mis hijos el desarrollo de la dimensión corporal por medio de los buenos hábitos”. No obstante, no actúan para tratar de incidir y cambiar esta situación. Desde la institución el profesor de educación física retoma algunos apartes de los programar que

pueden aportar al estudiante y lo lleva a la clase, aunque este los reconoce no parece motivarse tanto como al verlo en el televisor.

Por otra parte, la confiabilidad y validez se dio desde los instrumentos seleccionados para esta investigación, haciendo posible la descripción clara y real sobre la influencia que tiene la televisión en el desarrollo de la actividad física de niños y niñas de grado cuarto, integrantes de la institución educativa distrital Gabriel Betancourt Mejía, ubicada en la ciudad de Bogotá (Colombia), dado que contienen diferentes aspectos de la cotidianidad de niños y niñas, al mismo tiempo que contempla la visión y responsabilidad que tienen los padres de familia frente al tema, así como la percepción del docente de educación física a partir de su propia clase.

Así pues, desde la televisión son diversos los factores que inciden en el desarrollo de hábitos de actividad física en los niños, lo verdaderamente apremiante es la toma de conciencia de todas las personas para ayudarles a buscar actividades que cumplan sus expectativas, gustos e intereses pero que al mismo tiempo les aporten a su adecuado desarrollo físico y corporal, manteniendo la buena salud. Por último, este estudio se hizo válido mediante un diagnóstico que se realizó a los diferentes participantes de la investigación, de tal forma que se conocieran los diversos aspectos sociodemográficos, de ahí que se lograra detectar cuáles serían las estrategias y herramientas que mejor se ajustaran a los mismos, teniendo en cuenta estrato social, nivel de escolaridad, formas de comunicación entre otros.

Es necesario resaltar que la oferta televisiva no fortalece significativamente la formación de hábitos en la educación física de los niños de grado 4, teniendo en cuenta que propician actitudes sedentarias, que además se ven reforzadas con el consumo de alimentos que tienen el mínimo aporte nutricional. Por el contrario, potencia actitudes de competencia con estereotipos propios de programas superfluos y sin contenido educativo.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Esta investigación permitió definir algunos aspectos de la televisión que influyen en el desarrollo de la actividad física de los niños (as) de grado cuarto, integrantes del Colegio Distrital Gabriel Betancourt Mejía. De ahí que se abre un espacio para el desarrollo de nuevos estudios que permitan profundizar aún más en el tema. De esta manera, se obtuvo amplia información respecto a los hábitos de actividad física en los niños, la programación televisiva preferida por los estudiantes, las diferencias que se dan en la actividad física de acuerdo al género y el rol de los padres y su responsabilidad frente al control de este medio de comunicación.

Este estudio plantea que los estudiantes en general asumen la clase de educación física como una oportunidad para realizar juego libre, que en muchos casos gira en torno a la programación televisiva de preferencia por los miembros de la familia en casa. De ahí que no les resulta muy agradable realizar actividad física enmarcada en las normas que requiere el adecuado ejercicio de un deporte específico. Esta situación hace que no se optimicen las ventajas que brinda la clase de educación física para mantener el peso adecuado y la buena salud.

Lo anterior deja ver que la labor del profesor y de los padres debe tratar de generar mayor interés de los niños hacia la actividad física ya que se pueden crear planeaciones de clase y en casa que involucren directamente el interés y el gusto de los estudiantes, pero que se guíen a través de clases organizadas con objetivos técnicos y normas de juzgamiento que les ayuden en la adquisición de hábitos enmarcados en la disciplina sin que dejen de lado su gusto particular por las actividades libres. En afirmaciones como “he tratado de enfocar las clases de educación física involucrando como parte central el juego y así motivarlos para que realicen actividad física”, se nota el deseo de aportarle a los estudiantes. Existen asimismo pruebas científicas convincentes de que los niños y niñas que dedican más tiempo a tareas sedentarias tales como ver la televisión o los

juegos de ordenador presentan más probabilidades de tener un exceso de grasa (Yu & Frey 2006).

Por otra parte, los programas que son vistos con mayor frecuencia en casa, si tienen incidencia en la vida cotidiana de los estudiantes, específicamente en la actividad física, y que en los tiempos libres prefieren recrear o imitar los realitys y novelas, por esto en vez de practicar un deporte, hacen concursos de modelaje o comentan acerca de las novelas que observan y lo hacen preferiblemente sentados comiendo productos de paquete. Esto lleva a pensar que en cierta medida la televisión genera hábitos en los niños que en ocasiones no resultan muy provechosos para mantener un adecuado estado físico. En consecuencia, resultó importante este estudio por que invita a los padres, investigadores y docentes a buscar más y mejores herramientas para encausar a los estudiantes a la práctica de algún deporte que surta mejores efectos en la salud física de niños y niñas.

Lo anterior hace un llamado a la reflexión para que desde la escuela el profesor procure trabajar con sus estudiantes estos aspectos culturales que no limiten el potencial tanto de los niños como de las niñas, de ahí que se nota la importancia de hacer una labor integral en la que se invite tanto a niñas como a niños a hacerse dueños de sus propios hábitos, pero sobre todo a crear conciencia física que les ayude a ser responsables y respetuoso de su cuerpo para que lo cultiven y permanezcan saludables, ya que de su buena salud dependerá el éxito de las demás labores que a diario realizan, contando también con que toda la información que adquieran en esta edad será fundamental para sus hábitos en el futuro, de ahí que puedan afrontar con éxitos los desafíos propuestos.

De igual manera con esta investigación se percibió información que no encajó en ninguna de las categorías planteadas en la investigación y fue el tema del tiempo, ya que los padres de familia en general afirmaron que sus actividades cotidianas y la situación económica que marcan su entorno familiar, ocupan gran parte del día, de ahí que se les dificulta destinar espacios para controlar la programación televisiva que ellos prefieren y más aún para salir a realizar algún deporte con sus hijos. Es entonces cuando surgen

otras preguntas que darían paso a nuevas investigaciones que aporten en el tema, por ejemplo: ¿Cómo guiar a los padres de familia para que optimicen el poco tiempo libre en beneficio de la actividad física de sus hijos? A esto se suma el temor de las familias por la inseguridad que les rodea, a tal punto que prefieren mantener sus hijos en casa viendo televisión obviando la influencia que esta pueda tener en el desarrollo social, psicológico y físico de sus hijos. Nótese la necesidad imperiosa de generar estrategias que apunten a disminuir los niveles de inseguridad que afectan la localidad.

De lo anterior, se concluyó la necesidad de profundizar el tema con la generación de estrategias desde su responsabilidad como profesional para aminorar problemáticas como el sobrepeso, obesidad y sedentarismo, resultantes del inadecuado estado físico. Es así como la escuela en la que se llevó este estudio se convierte en una oportunidad para aportar positivamente en el contexto del deporte, ya que se logró información importante para incidir y cambiar el rumbo de la situación, por ejemplo, generando campañas de orientación a padres, talleres dirigidos a niños para brindarles estrategias que les enseñen rutinas saludables llevadas mediante una alimentación saludable supervisada por sus familias.

Es necesario mencionar que el buen curso de la investigación se dio en gran parte por la buena disposición de las familias que al mismo tiempo se encontraron comprometidas e interesadas por saber acerca de la influencia de la televisión en la actividad física de sus hijos. Por tal razón el informe final se presentará en asamblea de padres a manera de recomendación, la cual estará acompañada por una guía de actividades que le aportarán al mejoramiento del desarrollo físico de sus y una minuta alimenticia que complementa la rutina cotidiana de los niños.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adell, J. (1998). Redes y educación. Nuevas tecnologías, comunicación audiovisual y educación. Barcelona: Cedecs, 177-211.

Amorin, D., Lara, M., Costa, E., Venceslau, P., & Silvestre, C. (2013). Compreendendo os significados das emoções e sentimentos em indivíduos autistas no ambiente aquático. *ConScientiae Saúde*, 12(1).

Bandura, A. (2001). Social cognitive theory of mass communication. *Media psychology*, 3(3), 265-299.

Bopp, T., Wigley, B. J., & Eddosary, M. (2015). Job and Life Satisfaction: The Perspective of Collegiate Head Coaches. *International journal of Sports Science & Coaching*, 10(6), 1025-1037. doi: 10.1260/1747-9541.10.6.1025

Bustos, A. & Coll, C. (2010) Los entornos virtuales como espacios de enseñanza y aprendizaje. Una perspectiva psicoeducativa para su caracterización y análisis. *Revista mexicana de investigación educativa*, 15(44), 163-184.

Fernández, E. & Díaz-Campo, J. (2014) La publicidad de alimentos en la televisión infantil en España: promoción de hábitos de vida saludables. *Observatorio (OBS*)*, 8(4), 133-150.

Goran, M. (1998). Measurement issues related to studies of childhood obesity: assessment of body composition, body fat distribution, physical activity, and food intake. *Pediatrics*, 101(Supplement 2), 505-518.

Hernández, R; Fernández, C; & Baptista, P. (2010) *Metodología de la investigación*, DF, México: Editorial The McGraw-Hill.

Latapi, P. (2006) Reseña de " Equidad, calidad e innovación en el desarrollo educativo nacional. *Revista Mexicana de Investigación Educativa*, 11(29).

Mattaini, M. A., & Meyer, C. H. (2002). The ecosystems perspective: Implications for practice. *Foundations of social work practice: A graduate text*, 3-24.

Meléndez, E. (2009). Desarrollo de la socialización a través de la adquisición de destrezas deportivas para los estudiantes con autismo del nivel elemental (Doctoral dissertation, Tesis presentada para la obtención del grado de maestría. Universidad Metropolitana, Lima).

Muñoz, A., Fernández, N., & Navarro, R. (2015). Estudio descriptivo sobre los hábitos saludables en alumnado de Primaria desde la educación física escolar. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 1(1), 87-104.

Rincón, O. (2002). Tendencias de la investigación sobre la televisión infantil en Colombia. *Televisión infantil: Voces de los niños y de la industria televisiva*. Bogotá: Convenio Andrés Bello - Fundación Restrepo Barco.

Roque, T. (2014). Cómo potenciar las relaciones sociales de los niños, a través de la práctica deportiva y de sus juegos. Trabajo de grado. Universidad de Zaragoza. España.

Sandoval, M. (2011). Los efectos de la televisión sobre el comportamiento de las audiencias jóvenes desde la perspectiva de la convergencia y de las prácticas culturales. *Universitas Psychologica*, 5(2), 205-222.

Rideout, V. J. (2004). The role of media in childhood obesity. Henry J. Kaiser Family Foundation.

Ruiz-Ariza, A., Ruiz, J., De la Torre-Cruz, M., Latorre-Román, P., & Martínez-López, E. (2016). Influencia del nivel de atracción hacia la actividad física en el rendimiento académico de los adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 48(1), 42-50.

Vallejo, A. P., & González, J. M. (2012). Estudio sobre hábitos de actividad física saludable en niños de Educación Primaria de Jaén capital/Study of Healthy Physical Activity Habits in Children in Primary Education in the City of Jaén. *Apunts. Educació física i esports*, (107), 13.

Yu, C. & Frey, G. (2006). Physical activity patterns in youth with autism spectrum disorders. *Journal of autism and developmental disorders*, 36(5), 597.

Zayas, M., Chiong, D., Díaz Y., Torriente, A. & Herrera, X. (2002) Obesidad en la infancia: Diagnóstico y tratamiento. *Revista Cubana de Pediatría*, 74(3), 233-239.

Recibido: 2019-05-08
Aceptado: 2019-08-21