

## Investigación: Factibilidad y Fundamentos Psicosociales de un Programa de Actividad Física Permanente en el Currículo de LUZ. (\*)

Darcy Casilla de F\*\*, Coll\*\*\* y Adolfo Escalona\*\*\*\*

*\*\* Docente-investigadora de la Facultad de Humanidades y Educación de la Universidad del Zulia. \*\*\* Antropóloga, Docente-Investigadora del Postgrado en Medicina Familiar de LUZ. \*\*\*\* Licenciado en Educación Física.*

### Resumen

Este trabajo presenta un informe sobre el desarrollo y resultados preliminares de un Proyecto de Investigación que se realiza actualmente en la Universidad del Zulia, con el objetivo de generar orientaciones necesarias para la implementación de un Programa de Actividades Físicas en el currículum de todas las carreras, a partir de un estudio de las necesidades y posibilidades del estudiante y de la institución.

En atención a la misión de la universidad, de contribuir a la formación integral y al mejoramiento de la calidad de vida del futuro profesional, este trabajo se ha orientado al estudio de variables psico-sociales que determinan la participación en programas de actividad física y salud. Se describen los fundamentos teóricos y supuestos básicos que dan lugar a la investigación, así como la especificidad de las variables abordadas, los procesos y organismos que lo apoyan.

**Palabras Claves:** Variables psico-sociales. Currículum en Educación Superior, Actividad Física y Salud. Investigación Etnográfica.

Recibido: 22-1-96 • Aceptado: 20-5-96

\* El presente informe corresponde a un Proyecto que los autores llevan adelante con el financiamiento del Consejo de Desarrollo Humanístico y Científico de la Universidad del Zulia (CONDES), adscrito al centro de Documentación y Investigación Pedagógica (CEDIP) de la Facultad de Humanidades y Educación.

## *Factuality and Psychosocial Foundations of a programme of Permanent Physical activity in the curriculum of L.U.Z.*

This paper presents a report about the development and prior results of a research project carried out at the University of Zulia, with the purpose of creating the necessary guidance for the implementation of a Program of Physical Activities for the curriculum of all degrees on the basis of a study of needs and possibilities of the student and the institution.

This work has been oriented towards the study of psychosocial variables which determine the participation in programmes of physical activities and health. The theoretical foundations and basic assumptions which support the research, are described, as well as the specificity of the variables processes and organizations.

**Key words:** Psychosocial variables, Higher Education Curriculum, Physical Activity and health.

### **1. Introducción**

La salud y la calidad de vida del hombre ha sido y será un tema inquietante y frecuentemente abordado como objeto de investigación desde distintos puntos de vista. Los sistemas educativos y la sociedad en general han sistematizado múltiples programas de índole preventivo y curativo y sin embargo, son tantos los factores que influyen negativamente en la salud integral, que ahora constituye una preocupación de primer orden para el quehacer de los sistemas educativos.

Los distintos niveles del sistema educativo venezolano han desarrollado programas de actividad física, pero con un sesgo marcado hacia las actividades deportivas selectivas y de orden competitivo, lo cual está reñido con la idea de la masificación de las oportunidades para la formación de hábitos de vida activa en

favor de la salud y no de la obtención de medallas.

En este trabajo de investigación se abordará el estudio de variables psicosociales que influyen en la participación en experiencias de actividad física en estudiantes de LUZ, a través de una metodología de carácter cuantitativa-cualitativa que permitirá delinear orientaciones a una propuesta curricular que tiene como fundamento atender integralmente la formación de profesionales.

### **2. Caracterización del Problema**

\* La situación actual del país revela un creciente deterioro de la calidad de vida del venezolano. El aumento del índice de mortalidad a causa de enfermedades cardiovasculares, la delincuencia desbordada, la evidente crisis del sistema educativo y hospitalario, el aumento del

costo de la cesta básica, la contaminación ambiental que deteriora la salud y la acción ineficiente del gobierno, obligan a la búsqueda de alternativas en favor de la obtención, mantenimiento o mejoramiento de la salud física, psicológica y social. La búsqueda de valores socio-culturales, la acción preventiva para las enfermedades de nuestra era -el stress, el sida y la osteoporosis, por ejemplo-, el aumento de la autoestima, el aprovechamiento del potencial ecológico y la intervención de los sistemas educativos orientados hacia la acción reflexiva y participativa sobre esta problemática, es sin duda la esperanza de la superación del hombre.

\* Los distintos niveles del sistema educativo y concretamente, la Universidad Venezolana no ha dado una respuesta a la misión de contribuir al desarrollo integral (bio-psico-social) de su estudiantado y mucho menos de la comunidad que la conforma.

\* En la Universidad del Zulia, precursora de currículum Integral, se han hecho esfuerzos para incorporar en el currículum experiencias en favor de la salud física, mental y social; pero en la práctica sus acciones se reducen, como en el resto de las universidades, a un eje de actividades deportivas o de carácter variado, que el estudiante elige durante tres períodos, de un total de 10 o más, los cuales deben ser aprobados como materias-requisito, sin que lleve un récord de su desarrollo en lo que a salud física se refiere, y por otra parte, la mayor porción de presupuesto Universitario en el campo del deporte, se invierte en programas de deporte competitivo, privilegio de unos pocos estudiantes, que han demostrado ser más aptos físicamente, los cuales no representan ni el 2% de la población.

Todos estos planteamientos confirman la necesidad de investigar sobre formas de incorporación de las actividades físicas en el currículum de LUZ, atendiendo a un estudio de necesidades y potencialidades de sus recursos materiales, de infraestructura y de recursos humanos en sus variables fisiológicas y psico-sociales, con la intención de hacer posible que la Universidad cumpla su misión de contribuir al desarrollo integral de sus estudiantes, implementando un programa de actividad física y salud adecuado a su realidad.

El estudio de variables fisiológicas se está cumpliendo a través de un Programa de Actividad Física y Salud (PAFYS), que actualmente administra en forma experimental el Consejo Central de Educación Física, Recreación y Deportes, con apoyo del Vice-rectorado Académico. En actuación coordinada con este programa, esta investigación denominada Factibilidad y Fundamentos Psico-sociales de un Programa de Actividad Física Permanente en el Currículum de LUZ, se realiza bajo la asesoría del CEDIP y el financiamiento del CONDES.

El estudio de Factibilidad y Fundamentos Psico-sociales, se encaminó a aclarar las siguientes interrogantes:

¿Cuáles son las necesidades y posibilidades de LUZ para implementar un Programa de Actividad Física Permanente, en el currículum de todas sus carreras?

¿Cuál es la naturaleza de un Programa de Actividad Física que sea permanente en el Currículum de LUZ?

¿Cuál es la orientación y la estructura administrativa que permitirá en la institución, la extensión de los beneficios de la actividad física, como un servicio, a

los integrantes de la comunidad universitaria?.

El interés por abordar estas interrogantes, ha orientado un año de trabajo investigativo e interdisciplinario, del cual ha sido posible informar sobre sus procesos y logros preliminares.

### **3. Fundamentos y Supuestos Básicos**

#### **3.1. Fundamentación Conceptual**

El proyecto de Investigación Curricular que apoya al Programa de Actividad Física Permanente en el Currículum de LUZ se fundamenta en las siguientes premisas conceptuales:

\* La Educación Física, la Recreación y el Deporte han sido declarados un derecho fundamental de todo ser humano. (UNESCO 1969).

\* La Actividad Física y el Deporte contribuyen a la formación y desarrollo de los participantes, al recreo y a la cultura, favorece las relaciones humanas, el espíritu comunitario y la comprensión internacional. (Manifiesto Mundial de Educación Física 1973).

\* Una de las misiones fundamentales de las Instituciones Educativas es garantizar programas que promuevan el valor de la actividad física y el deporte en favor de la salud y el mejoramiento de la calidad de vida. (Foro Regional para América Latina y el Caribe, sobre Actividad Física y Deportes. 1994).

\* De los males de la sociedad actual se destacan los ocasionados por el sedentarismo, la obesidad, el stress y las enfermedades cardiovasculares, contra los cuales cumple un papel fundamental

la práctica de hábitos de vida activa permanente.

\* La práctica sistemática de actividad física contribuye al mejoramiento de la capacidad funcional del organismo y por lo tanto genera una mejor aptitud para el desempeño equilibrado en distintos ámbitos: laboral, estudiantil, en el hogar y la comunidad. (XIV Congreso Panamericano de Educación Física).

De todos estos planteamientos se infiere la necesidad de que las Instituciones rectoras de la Educación en su estructura curricular y organizacional propicien la formación de hábitos de vida activa en favor del desarrollo integral del ser humano, como ente bio-psico-social.

Se trata de propiciar la formación de un hábito de participación en programas de vida activa en favor de la salud, de asegurar que la experiencia sea tan grata y adecuada, que el protagonista del programa se convierta a su vez en un promotor de la actividad física con sus otros iguales, donde se encuentre.

#### **3.2. Supuestos Básicos**

\* La condición de ser humano adulto y las exigencias de las responsabilidades del estudiante de las distintas profesiones que contribuyen a mejorar las condiciones de salud y de calidad de vida de los estudiantes universitarios.

\* La instalación de un hábito de vida activa en el adulto está relacionada con la educación en el conocimiento de las ventajas y valores de la actividad física, en las vivencias propias, y en la educación para decidir oportuna y adecuadamente la participación voluntaria, comprometida y sostenida.

\* La participación sostenida en la

actividad física, adecuada en modalidad y carga de trabajo, adaptada a las necesidades y posibilidades del ser humano como ente bio-psico-social, inciden favorablemente en su salud y calidad de vida.

#### **4. Objetivos del Proyecto**

**O.G.1.** Analizar necesidades y posibilidades de LUZ para implementar un Programa de Actividades Físicas Permanentes en el Currículum de todas sus carreras.

**O.E.1.** Elaborar un inventario de recursos materiales humanos y organizacionales que se requieren para hacer posible la implementación de un Programa de Actividades Físicas Permanentes en LUZ.

**O.E.2.** Describir variables psico-sociales que influyen en la participación de todos los alumnos de LUZ en la práctica de actividades físicas sistemáticas.

**O.G.2.** Determinar la naturaleza y orientación de los Programas de Actividades Físicas, en atención a variables psico-sociales y al estudio de recursos humanos y de infraestructura diagnósticos previamente.

#### **5. Metodología de Investigación**

En razón de la orientación de los objetivos, la metodología se enmarcó en un proceso cuanti-cualitativo (etnográfico), de la siguiente manera:

En atención al objetivo específico 1, el diseño **cuantitativo** se orientó al inventario y diagnóstico de recursos humanos, materiales y organizacionales

que dispone LUZ para hacer posible la aplicación del programa.

Ese mismo procedimiento se siguió para la obtención de datos socio-económicos y de tipo personal que caracterizan a la población de estudiantes de las Facultades de Agronomía y Veterinaria, para generar insumos que orienten los programas, obtener los criterios de intencionalidad de la muestra a estudiar a profundidad con el procedimiento etnográfico y para obtener datos de ubicación de los estudiantes, en atención al objeto específico 2.

En el procedimiento **cualitativo** se trabajará en la segunda fase de aplicación del proyecto, con la muestra intencional seleccionada (las muestras intencionales son el producto de una selección de casos, según el criterio de expertos), la etnografía utiliza usualmente muestras intencionales o basadas en criterios situacionales.

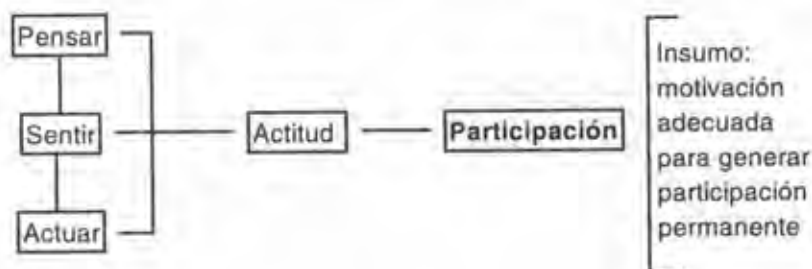
Los criterios seguidos en este caso, son:

1. ¿Qué hizo y qué hace actualmente como actividad física?
2. ¿Qué hizo y no hace actualmente?
3. ¿Qué no hizo y hace actualmente?
4. Los que nunca han hecho actividad física

En estos cuatro criterios se fundamenta la selección de la muestra, además de considerar la edad, sexo, Facultad y aceptación o participar en el estudio.

La fuente y técnica de recolección de información será la entrevista profunda, para lo cual se ha elaborado un set de preguntas generadoras del **pensar, sentir y actuar** del estudiante en relación a

la actividad física. Se realizarán observaciones directas, videos y fotografías. El estudio etnográfico enmarcado en estas tres áreas determinantes de la **Actitud** hacia la participación, conducirá a proponer elementos motivacionales que le den permanencia en el tiempo a los programas de actividad física. Su representación conceptual puede ilustrarse como sigue:



En este trabajo el aspecto central es la **Participación**, en la dimensión que tiene que ver con la Actitud hacia la actividad física. Como subdimensiones de la actitud, se estudiará a profundidad el pensar, sentir y actuar de los alumnos, a través de preguntas o estímulos generadores preparados en el marco de la investigación etnográfica.

En el **pensar**, se han considerado conductas que evidencien conceptos, pensamientos y estado de conciencia sobre la importancia de la participación en actividades físicas, en relación con los efectos/beneficios que aportan a la salud integral, así como su conocimiento sobre sí mismo, en cuanto a condición de salud actual.

En el **sentir**, se consideran aspectos socio-afectivos que evidencien sus intereses, expectativas y necesidades, hacia la práctica de actividad física de manera permanente; también interesa la autopercepción del sujeto y qué tan dispuesto se encuentra ante la situación de participar.

En el **actuar**, se estudian aspectos referentes a su experiencia lejana, cerca-

na y actual en la participación en actividades físicas y en distintos contextos: escolares, familiares, comunitarios y grupos de iguales.

En estas tres subdimensiones las preguntas generadoras se han preparado de manera amplia y su especificidad variará según sea el caso en el que corresponda actuar, respetando la relación de las tres subordinaciones que estructuran la conducta de los individuos de la muestra.

Los elementos considerados de las variables psico-sociales para caracterizar la población son:

**Datos personales:**

Identificación, edad, sexo, estado civil, número de hijos, edades, si convive

con sus hijos, dirección actual, si es habitación permanente o circunstancial y su procedencia.

**Situación laboral:**

Si trabaja y horario de trabajo

**Situación académica:**

Ubicación por semestre, número de materias que cursa, horario de estudio.

**Experiencias en la práctica de actividades físicas:**

Actual y anterior, si es de carácter permanente u ocasional.

**Información vocacional, de conocimiento y condiciones de su estado de salud y su auto-percepción:**

Nivel de satisfacción con la carrera que estudia, si se percibe con sobrepeso, o falta de peso, si tiene impedimento físico, antecedentes de diabetes, anemia, asma, nervios, enfermedades cardíacas, hipertensión u otro)

## **6. Viabilidad del proyecto de Investigación**

### **6.1. En lo Político**

El Consejo Nacional de Universidades ha solicitado varias veces el estudio de posibilidades para implementar el crédito deportivo en la Universidad Venezolana.

En 1988 el Consejo Universitario de LUZ aprobó un Documento que establece la Política de Educación Física, Recreación y Deportes, y entre sus objetivos señala la extensión de los beneficios de la actividad física a todos los miembros de la comunidad universitaria.

Actualmente, las Autoridades Rectorales y un buen número de Decanos han demostrado interés por la Aplicación

del Programa de Actividad Física en el Currículo de LUZ.

El Centro de Investigaciones Pedagógicas de la Facultad de Humanidades y Educación, ha considerado como prioridad el desarrollo de una línea de investigación curricular, sobre todo en esta etapa de redefinición de los pensa de estudios.

### **6.2. En lo Institucional**

Nuestra Institución cuenta con una estructura organizativa de trayectoria en la administración, investigación y docencia de programas de Educación Física, Recreación y Deportes: Instituto Panamericano de Educación Física, Mención Deportes: Instituto Panamericano de LUZ y una larga experiencia en la administración de los programas de Auto-desarrollo, donde la actividad deportiva tiene gran demanda. Finalmente, la Facultad de Humanidades a través de su División de Estudios para Graduados se dispone a la preparación de un Proyecto de Centro de Investigación en el Area de Educación Física, Recreación y Deportes y a conformar la red Panamericana de Instituciones Formadoras de Recursos Humanos en estas disciplinas, en coordinación con México y Argentina. (Conclusiones del Foro Mundial, Canadá 1995).

Ha sido preocupación constante de la Universidad la inversión presupuestaria que se hace en programas de deporte de competencia, que no alcanza el 2% de la población universitaria.

### **6.3. En lo Económico**

Las oportunidades de financiamiento que ofrece el CONDES para de-

sarrollar Proyectos y Programas de Investigación, así como infraestructura, equipos y formación de personal adscrito al Proyecto.

Otra fuente de financiamiento, en términos de recursos humanos, lo ofrece la Universidad al considerar parte del tiempo de dedicación de los docentes, su participación en los programas de extensión o investigación.

#### 6.4. En lo Normativo

La Constitución Nacional (Art. 78 y 80), la Ley Orgánica de Educación (Art. 3, 12, 13 y 27), la Ley de Universidades (Art. 142, 143 y 144), La Ley del Deporte y sus Obligaciones (Art. 3 y 7) y el Anteproyecto de Ley de Educación Superior (Art. 1, 2 y 3); sirven de marco normativo a esta Propuesta.

La Resolución 229 del Consejo Universitario de LUZ (1995), reconoce la necesidad de implementar un eje curricular de Actividades Físicas Permanentes).

### 7. Resultados Preliminares

Del Plan de Acción Propuesto, se ha cumplido una primera etapa, cuyos resultados se sintetizan en los siguientes avances:

- Elaboración y presentación del Proyecto de Investigación, acompañado de una ardua revisión Bibliográfica.
- Diseño, validación y aplicación de un instrumento de cobertura para diagnosticar las características de la población, tomando como base aspectos diferenciados que pueden incidir en la participación.
- Procesamiento de los resultados del estudio de caracterización de la población de las Facultades de Agronomía y Veterinaria.
- Preparación de Personal de Actividad Física y Salud (PAFYS), con la aplicación de dos talleres.
- Preparación y Asesoría a estudiantes de la Mención Educación Física que actualmente realizan pasantías en el PAFYS.
- Diagnóstico de Condiciones de Infraestructura y espacios existentes en LUZ para hacer posible la administración del Programa.
- Seguimiento y asesoría en la incorporación de estímulos que promuevan la Participación en el Programa de Actividad Física y Salud.
- Elaboración de un set de preguntas generadoras que guiarán la aplicación del Método Etnográfico.
- Elaboración Informe Anual.

Del Objetivo Específico 1, referido al inventario de recursos que potencialmente estarían al servicio del Programa de Actividad Física, se ha cumplido los siguientes pasos y logros:

- Revisión Teórica de textos, antecedentes de investigación e informes institucionales.
- Elaboración y validación del instrumento de diagnóstico sobre recursos materiales humanos y organizacionales existentes en LUZ para actividades físicas y deportivas.
- Aplicación del instrumento a través de la observación guiada de dos personas que fueron preparadas a tales efectos.



- Entrevistas estructuradas a usuarios para recoger información sobre el tipo y número de población a la que sirven las instalaciones, requisitos de uso y cobertura real.
- Se ha recolectado información sobre el estado actual de las instalaciones y se está procesando, mediante estudio cuantitativo.
- Se inició el diagnóstico de recursos humanos destinados al servicio de programas y al cuidado y mantenimiento de las instalaciones. Esto deberá preverse para una segunda etapa del Proyecto.

## **Bibliografía**

- - - - (1979). Carta Internacional del Deporte para todos. I Conferencia Internacional de Ministros Responsables del Deporte.
- Casilla y otros. (1994). Factibilidad y Fundamentos Psicosociales de un Programa de Actividad Física Permanente en el Currículo de LUZ. Informe Anual presentado al CONDES. Facultad de Humanidades y Educación.
- - - - (1995). Foro Mundial de la Actividad Física y el Deporte. Canadá. (Mimeografiado).
- - - - (1994). Foro Regional de la Actividad Física y el Deporte. México.
- Martínez, Miguel (1991). **La Investigación Cualitativa Etnográfica en Educación**, Edit. Texto, Caracas Venezuela.
- Peñaloza, Walter (1995). Prospectiva de la Doctrina Curricular en la Formación de Maestros en América Latina. Ponencia. **Memorias del XV Congreso Panamericano de Educación Física**, Lima, Perú.
- - - - (1994). Plan de Actividades Físicas y de Control del Condicionamiento Físico y Salud de LUZ. Instituto Panamericano de Educación Física. Maracaibo. (Mimeografiado).
- - - - (1993). XIV Congreso Panamericano de Educación Física. Conclusiones.
- Vera G., Carlos. (1995). Educación Física, Deporte y Recreación hacia el Desarrollo Integral y Equilibrado del Hombre. Ponencia. **Memorias del XV Congreso Panamericano de Educación Física**. Lima, Perú.
- Vera G., Carlos. (1995). Instalaciones Deportivas como Medio de Desarrollo Social y Factor de Planificación Urbana. **Publicación 4 de la Fundación para el Desarrollo del Deporte, la Educación Física y la Recreación del Zulia, (FUNDEFREZ)**. Maracaibo, Estado Zulia.