

## **Agentes de Socialización que promueven la práctica de Actividad Física en adolescentes: Revisión Sistemática (Original)**

**Agents of socialization that promote the practice of physical activity in adolescents: Systematic Review (Original)**

Christian Oswaldo Curay Carrera. Escuela Politécnica Nacional. Ecuador.

[christian.curay01@epn.edu.ec](mailto:christian.curay01@epn.edu.ec) 

Andrés David Espinosa Quishpe. Universidad Central del Ecuador. Ecuador.

[adespinosa@uce.edu.ec](mailto:adespinosa@uce.edu.ec) 

Washington Ernesto Castro Acosta. Universidad Técnica de Ambato. Ecuador.

[we.castro@uta.edu.ec](mailto:we.castro@uta.edu.ec) 

**Recibido:** 28 de agosto de 2021 / **Aceptado:** 1 de diciembre de 2021

### **Resumen**

En la actualidad la promoción para el desarrollo y la práctica de la Actividad Física (AF) ha sido consecuente del estímulo inconsciente de la sociedad que rodea al individuo para su puesta en práctica, el presente estudio enfatiza a los Agentes Socializadores (AgS) que se caracterizan por su relación directa con el adolescente al momento de generar algún hábito físico-deportivo y por ende un estilo de vida saludable. Los tres AgS de mayor impacto de la investigación radica en la familia como principal promovedor de la práctica de AF, la escuela en programas extraescolares de Educación Física y en los medios de comunicación que en la actualidad cumplen un rol importante al momento de tomar decisiones en la vida del adolescente. **Objetivo:** Analizar los agentes de socialización que promueven la actividad física en una población adolescente mediante una revisión sistemática. **Metodología:** Se utiliza como principal fuente de búsqueda Google Académico y además las siguientes bases de datos: Scielo, Dialnet, Science Direct, Redalyc y PubMed, la búsqueda de información se realizó con la utilización de palabras clave “agentes de socialización” or “familia” or “sociedad” or “medios de comunicación” or “tecnología” and “actividad física” and “adolescentes”. **Resultados:** los artículos analizados son de los últimos 10 años, se obtuvieron 17 resultados, con representación de agentes de socialización como la familia, la escuela y medios de comunicación en promoción hacia la AF y el deporte en una población adolescente. **Conclusiones:** La intervención de los AgS son fundamentales para la promoción y el fortalecimiento de AF en los adolescentes, así mismo, éstos crean estilos de vida físico-deportivos a través de la concientización, programas, proyectos o publicaciones de los medios digitales con eventos deportivos o algo relacionado a la AF.

**Palabras clave:** agentes de socialización (ags), actividad física (af), familia, escuela.

### **Abstract**

Currently, the promotion of the development and practice of Physical Activity (PA) has been the result of the unconscious stimulus of the society surrounding the individual to put it in to practice. The present study emphasizes the Socializing Agents (SSA) which are characterized by their direct relationship with the adolescent at the time of generating a physical-sports habit and thus a health y life style. The three SSA with the greatest impact on the research are the family as the main promoter of PA practice, the school in extracurricular Physical Education programs and the media, which currently play an important role in decision-making in the life of the adolescent. Objective: To analyze the agents of socialization that promote physical activity in an adolescent population by means of a systematic review. Methodology: Google Scholar was used as the main search source, as well as the following data bases: Scielo, Dialnet, Science Direct, Redalyc and PubMed, the search for information was carried out using the keywords "socialization agents" or "family" or "society" or "media" or "technology" and "physicalactivity" and "adolescents". Results: the articles analyzed are from the last 10 years, 17 results were obtained, with representation of socialization agents such as the family, the school and the media in promoting PA and sports in an adolescent population. Conclusions: The intervention of the AgS are fundamental for the promotion and strengthening of PA in adolescents, likewise, they create physical-sports life styles through awareness, programs, projects or digital media publications with sport in events or something related to PA.

**Key words:** agents of socialization (ags), physical activity (pa), family, school.

## **Introducción**

En la actualidad dentro del área de la salud y actividad física (AF) se ha venido estableciendo diferentes maneras que permita motivar la práctica de AF y el Deporte en personas adolescentes, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y la Organización Panamericana de la Salud (OPS) recomiendan que niños y jóvenes de 5 a 17 años practiquen AF moderada y/o vigorosa al menos 60 minutos diarios por lo menos tres veces a la semana para mejorar su salud (OMS, 2018; OPS, 2020)

La AF en los jóvenes actualmente está disminuyendo a nivel mundial, más aún en las zonas urbanas de bajos recursos económicos, más de la mitad de los jóvenes promedio no realizan AF suficiente, debido a la inactividad durante el tiempo de ocio y al comportamiento sedentario en la vida cotidiana y en el hogar (OMS, 2018). Esta premisa da a conocer que los adolescentes no cumplen las recomendaciones mínimas internacionales de AF de 60 minutos al día de intensidad moderada a vigorosa (Moreno-Muciño et al. 2021).

Los Agentes de Socialización (AgS) en la adolescencia cumplen un rol fundamental ya que a través de la concientización de programas o proyectos (Chicaiza et al., 2021) incentivan la práctica física o deportiva, este estudio resalta el impacto que tiene el medio social en el que la persona se encuentra, ya sea en el núcleo familiar, con los amigos, en medios digitales y en la escuela ordinaria. Para Calvo-Ortega & Perriño-Peña (2017) los AgS como la familia, escuela y medios de comunicación promueven esta participación dentro de algún tipo de AF en la población adolescente.

Según Ruiz-Juan et al., (2009) "el estilo de vida se conforma durante la adolescencia, y la prevalencia de conductas saludables, como la práctica de actividad física durante la etapa adulta (Posso, Barba y Otáñez, 2020 p.497), depende de las pautas conductuales adoptadas

durante la juventud”. Otro estudio realizado por Calvo-Ortega y Perriño-Peña (2017) manifiestan que es importante realizar AF en la adolescencia ya que es una etapa decisiva en la adquisición y consolidación de estilos de vida, ya que esto tiene un impacto en la edad adulta y sobre todo en su salud mental y física, los hábitos dependerán de agentes como la educación, medio tecnológico y familiar.

Algunas de las tendencias para incentivar y promover la práctica de AF se da a partir de los AgS de rol individual y agentes socializadores interaccionados, los agentes socializadores de rol individual, se caracterizan a un solo elemento, es decir, el padre, la madre, el profesor de Educación Física o el entrenador (Marcillo et al., 2021), con vínculo familiar, o desde una perspectiva externa, inclusive pueden ser medios de comunicación (Aguirre-Loaiza et al., 2014).

Los AgS interaccionados se dan a partir de la combinación de dos roles sociales, por ejemplo, padre-madre (familia nuclear), padre-entrenador, madre-entrenador, padre-profesor de Educación Física, profesor de Educación Física-amigo, por lo cual, el contexto de la elección para la iniciación hacia la AF puede ser más complejos por la interacción de más de dos roles (Aguirre-Loaiza et al 2014).

Los profesores de Educación Física, docentes, entrenadores, la familia y sus amigos han sido considerados agentes sociales que aportan al desarrollo social, motriz (Posso, 2018) y potenciar estilos de vidas activos, saludables y perdurables a lo largo de la vida que contribuya al desarrollo integral de los adolescentes (Rodríguez et al., 2019; Bernate et al., 2019; Meneses, 2017; Rodríguez et al., 2017).Y la AF juega un rol fundamental ya que contribuye a prevenir, tratar y rehabilitar a personas con diversos problemas sociales (Posso y Bertheau, 2020), como la delincuencia, adicción a las drogas, alcoholismo y violencia familiar (Rodríguez et al.,2018; Pierón et al., 2008).

La familia, en primera instancia, es una pieza fundamental que tiene gran influencia en los intereses en la infancia y posteriormente en la adolescencia. Los niños imitan el ejemplo de sus padres y de adolescentes se espera que continúen con los hábitos saludables adquiridos en la niñez (Meneses, 2017; Ruiz-Juan et al., 2012), por lo que es importante que desde niño desarrolle hábitos saludables que le sirvan a lo largo de su vida y eso puede ser a partir de realizar AF (Posso et al., 2021). De igual manera sus amigos son capaces de transmitir esta opinión y de hacer ver la importancia de ello, hay más posibilidades de que los jóvenes practiquen actividades físico-deportivas (Piéron& Ruiz-Juan, 2013).

Por otra parte, Baniyas y Malita (2011) y Alardo (2015) mencionan sobre cómo las redes sociales brindan asesoramiento y soporte en programas de acondicionamiento físico, los cuales están empezando a jugar un papel crucial en el diario vivir de muchas personas debido al alto impacto que tienen en la actualidad, motivándolas a cambiar su estilo de vida y permitirles llevar una dieta más controlada y dirigida a sus necesidades.

Ba y Wang (2013) siguieron el progreso de un usuario de la comunidad fitness DailyBurn sobre sus resultados obtenidos mediante las metas alcanzadas y su actividad social en línea, lo cual sugiere el papel fundamental del motivador al animar a las personas a realizar ejercicio (Posso et al, 2021). Es así como en el apogeo de las redes sociales y debido a la situación actual de crisis sanitaria se hace necesario la búsqueda de alternativas que permitan la

práctica de AF que ayuden a cubrir con los requerimientos de la OMS y OPS para el mantenimiento de la salud.

El objetivo del estudio es realizar una revisión sistemática sobre los Agentes de Socialización que promueven la práctica de Actividad Física en adolescentes.

## **Metodología**

Este estudio se basa en las directrices de la declaración PRISMA para revisiones sistemáticas con el fin de asegurar una estructura y desarrollo adecuado del documento (Hutton et al., 2015).

Se empleó como principal motor de búsqueda Google Académico y las siguientes bases de datos: Scielo, Dialnet, Science Direct, Redalyc y PubMed (Posso et al., 2020).

La revisión se realizó durante el mes de agosto de 2021, analizando estudios que abordaban agentes socializadores de la práctica física y deportiva, o agentes de socialización de iniciación al deporte en una población adolescente. El período de esta búsqueda fue del 2011 al 2021, utilizando como palabras clave “agentes de socialización”, “familia”, “medios de comunicación”, “tecnología”, “redes sociales” and “actividad física” and “adolescentes”. Además, se puso énfasis también en buscar información en el idioma inglés con las palabras “socialization agents” and “physical activity”. La revisión se realizó durante los meses de julio y agosto de 2021, analizando los artículos y documentos que abordan la Socialización y la Actividad Física en adolescentes.

Criterios de inclusión:

1. Tipo de estudio: Artículos de investigación o experimentales que describan los agentes de socialización hacia la práctica de actividad física o deporte en una población adolescente.
2. Tipo de participantes: adolescentes que han sido influenciados por cualquier agente socializador como la familia, escuela o medios de comunicación, incluyendo medios digitales.
3. Tipo de resultados: agentes socializadores y programas que permitan demostrar la influencia y efectos en la práctica y promoción de la Actividad Física de la población objeto de estudio.
4. Año de publicación: desde el año 2011 hasta el 2021
5. Tipos de documentos: tesis de Doctorado o Maestría realizadas en universidades Internacionales o Nacionales y artículos de revista de acceso libre.

Criterios de exclusión:

1. Artículo en idioma diferente del español y el inglés.
2. Otros estudios que por su tema o resultados no aporten elementos significativos.
3. Estudios que enfatizan a una población de adulto mayor.
4. Artículos de revisión, teóricos, bibliométricos o metaanálisis.
5. Artículos de pago, duplicados.
6. Congresos y tesis.

Al total de los artículos encontrados se les aplicaron criterios de selección en el que se incluyeron artículos científicos publicados en español e inglés, que se emplearon como filtros

de búsqueda. Se excluyeron aquellos de los que no se obtuviera texto completo, no se ajustasen al tema de estudio, o fuesen casos y series de casos. Se estableció un límite temporal desde el 2011 hasta 2021. Además, en Google Académico se limitaron los resultados con operadores de búsqueda como “and” y “or”, a su vez las variables entre en comillas “agentes de socialización” and “actividad física” and “adolescentes”, y se realizó una búsqueda a partir de “all in title:” junto a las variables.

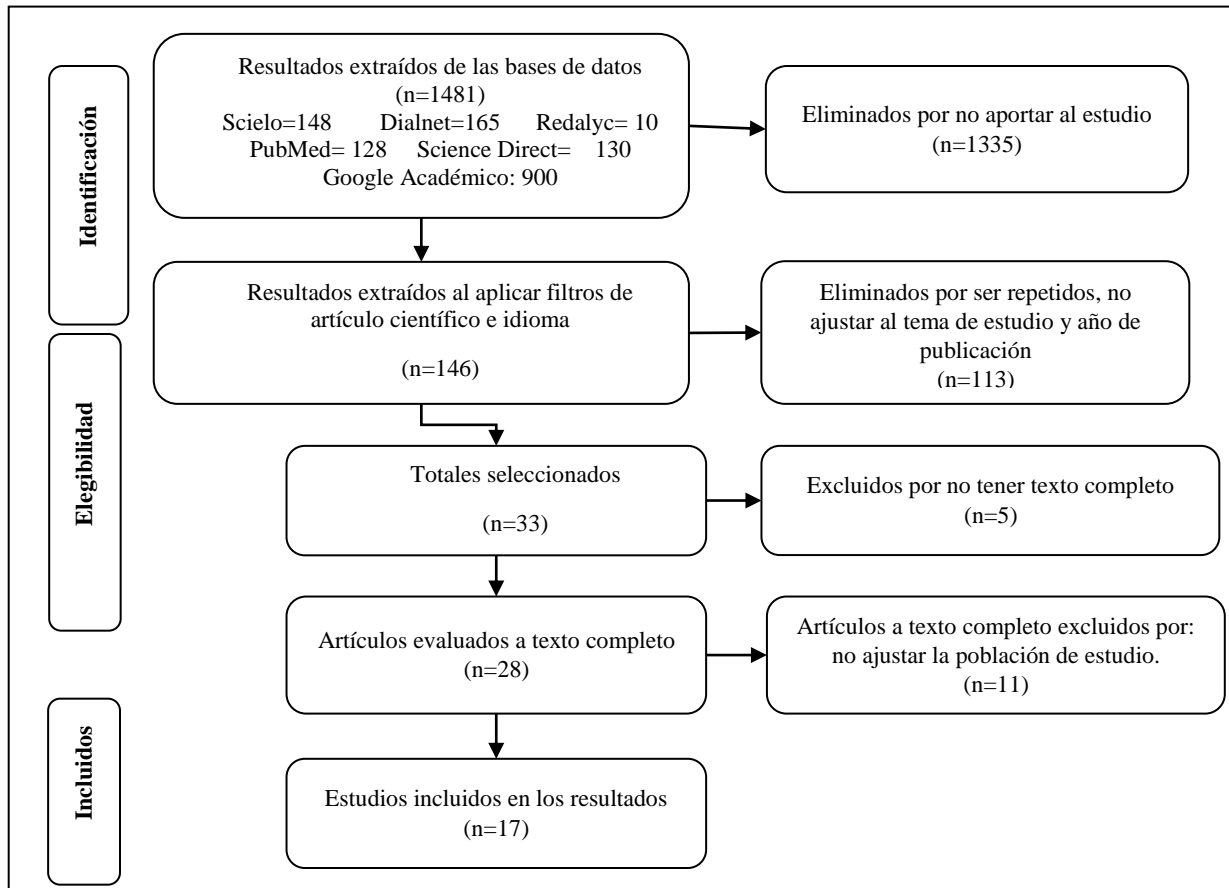


Figura 1. Diagrama de flujo del proceso de selección bibliográfica

## Resultados

Los AgS individuales se caracteriza a un solo elemento como el padre, la madre, el profesor de Educación Física, el entrenador, como principal motivador a la iniciación al deporte, además una persona con vínculo familiar, o desde una perspectiva externa, una persona diferente al rol parental, siendo también los medios de comunicación o digitales; que los AgS interaccionados son la combinación de dos o más roles que motivan al adolescente a la práctica de AF como padre-madre, padre-madre-entrenador, madre-entrenador, padre-profesor de Educación Física, profesor de Educación Física-amigo-iniciativa propia, así, el contexto de la elección de la iniciación hacia la AF estuvo influenciada por más de un rol social (Aguirre-Loaiza et al., 2014).

Todos los agentes socializadores, es decir ya sea padre, madre, entrenador, iniciativa propia, amigo o par, profesor de Educación Física, medios de comunicación en una u otra medida,

ejercen determinada influencia, sin esclarecerse algún tipo de diferencia para hombres y mujeres (Aguirre et al 2014).

Los adolescentes presentan una actitud positiva tanto hacia la escuela, la Educación Física, como hacia la AF, siendo la práctica de ésta última la más valorada, en la escuela con el área de Educación Física se debe tomar medidas para convertir al centro educativo en promotor de estilos de vida activos y saludables, utilizando las actividades físicas más atractivas para los adolescentes (Fernández et al 2017).

En este epígrafe se muestran los resultados descriptivos de los estudios seleccionados (n=17) que abordan los AgS para la promoción de la práctica de AF. La tabla 1 muestra los resultados obtenidos una vez realizada la revisión sistemática aplicando los criterios de búsqueda descritos y analizando la asociación entre Agentes de Socialización y la Actividad Física en una población adolescente.

Para la extracción de la información en la revisión sistemática se siguió la siguiente codificación: 1) Autorías y año de publicación; 2) Población y edad; 3) Variable del estudio; 4) Intervención e instrumento utilizado; 5) Resultados de los estudios; 6) Conclusiones y hallazgos.

Tabla 1

Artículos que abordan los agentes de socialización y la Actividad Física en adolescentes

Autorías y año	Población	Variables	Intervención Instrumento	Resultados	Conclusiones
Lisboa et al., (2021).	24,353 adolescentes de entre 14 y 18 años	Apoyo social y Actividad física	Se utilizó una versión corta del IPAQ para verificar el nivel de actividad física de los adolescentes.	Los resultados mostraron que, al someter un modelo estructural, el apoyo proporcionado por agentes sociales como familia y amigos influye en la realización de AF de los adolescentes, fortaleciendo el enfoque ecológico de las investigaciones sobre conductas relacionadas con la salud bajo la premisa de que diversos entornos sociales incentivan diferentes tipos de conductas. Los datos manifiestan que la actividad física que practican los adolescentes está relacionada con el medio social en el que se rodean.	El apoyo social de amigos o familiares tiene una relación con la práctica de AF entre los adolescentes, porque presentaron mejores niveles de AF cuando percibieron el apoyo de al menos un AgS. Además, estos agentes promueven de manera significativa la práctica de la AF, por ello debe ser considerado en proyectos de intervención enfocados a impulsar mejores niveles de AF en este grupo de edad.
Moreno-Muciño et al., (2021)	342 estudiantes de educación secundaria con un rango de edad entre 12 y 16 años	Actividad Física y redes sociales	questionario de Usos y Gratificaciones de redes sociales en adolescentes; este instrumento se compone de 24 ítems.	Los datos obtenidos mostraron relación al uso de videojuegos y aplicaciones que promueven a realizar actividad física de manera regular. El 34.5% juegan videojuegos toda la semana, con más de una hora de conexión (35.4%), sin embargo, el 71.9% de los alumnos que tienen videojuegos, no cuentan con alguien quien incentive el ejercicio físico; dato similar a las aplicaciones usadas por los estudiantes, el 75.4% de quienes las usan no lo hacen para registrar su actividad física.	Organizaciones gubernamentales deben hacer uso de medios digitales como fuente de información que permita comprender las necesidades de los adolescentes, usándolas para la atención médica. Las intervenciones pueden ser más efectivas cuando utilizan el impacto de otros adolescentes practicando AF y recibiendo mensajes que son comunicados a través de las redes sociales y la Web, donde los centros educativos y la clase de EF pueden ser una alternativa eficaz.
Vergara et al., (2020).	911 usuarios mexicanos de Pokémon GO, con edades comprendidas entre los 12 años.	Pokémon GO y Actividad Física.	Cuestionario ad hoc diseñado y empleado por Escarvajal-Rodríguez (2018) El instrumento se distribuyó de manera virtual entre los meses de junio y julio de 2019	Los resultados muestran diferencias significativas entre los días destinados para la práctica de actividad de caminata antes y después de comenzar a jugar Pokémon GO, también se vieron mejoradas capacidades como; percepciones en habilidades de orientación espacial, socialización, visita a lugares nuevos y de interés en la ciudad y en el medio natural,	La implementación de un recurso tecnológico como lo es Pokémon GO, tiene un incremento en la AF realizada, así como múltiples beneficios; una percepción de mejora en la habilidad de orientación espacial, conocimiento de nuevas amistades y visita de nuevos sitios de interés dentro de la ciudad y en el medio natural, por lo que se puede reducir el tiempo de sedentarismo que ocasiona el uso del teléfono móvil, al jugar Pokémon GO.
Shimoga, Erlyana & Rebello (2019).	43994 estudiantes de octavo, décimo y duodécimo grado	Redes sociales y Actividad Física	Encuesta transversal anual Monitor ing the Future representativa a nivel nacional de estudiantes estadounidenses de octavo, décimo y duodécimo grado	Entre los estudiantes físicamente activos, el uso frecuente de las redes sociales se asoció con una mayor probabilidad de ejercicio diario vigoroso (EM 50,1%, IC del 95%: 49,2% -51,0%). Entre los estudiantes sedentarios se asoció con una menor probabilidad de ejercicio diario vigoroso (EM 15,8%, IC del 95% 15,1% - 16,4%). Los estudiantes moderadamente activos que usaban una o dos veces al mes tenían la mayor probabilidad de informar sobre ejercicio diario vigoroso (EM 42,0%, IC 95% 37,6% -46,3%).	El uso de las redes sociales en una intensidad media es beneficioso para los adolescentes porque se asoció con niveles más altos de AF y la menor adecuación del sueño. Por lo que, encontrar un nivel adecuado de uso de las redes sociales beneficia en muchos aspectos de comportamiento de salud en los adolescentes.

### Agentes de Socialización

Marambio, M., et al (2019)	La muestra estuvo conformada por un total de 318 adolescentes entre 7 y 14.	Actividad Física escolar y extraescolar y escuela	Cuestionario PAQ-C. El cuestionario ha sido validado para el idioma español.	El estudio mostró que la AF por sexo presentó valores de medias parecidas, a excepción de los que realizaban en las tardes, en donde las mujeres realizaron mayor AF. Además, los sábados, los niños realizaron más AF que las niñas. En cuanto a las preferencias de actividades, el baile es la principal opción en niñas y el fútbol la principal en niños. Se logró establecer un aporte de las clases de EF en conjunto con las sesiones de las escuelas deportivas integrales en relación con la práctica total, entrando en la categoría: alto nivel de AF.	La práctica de AF realizada por los niños y adolescentes en fines de semana se encuentra ligada a preferencias compartidas, es decir por gustos y pasiones dentro de la familia. Las clases de EF junto a las sesiones EDI contribuyen al aumento de los niveles de AF, por lo que es primordial el aumento de las oportunidades de AF escolar, además poner en marcha nuevos proyectos que hagan referencia a la promoción de AF y que involucre a más adolescentes.
Castillo, Tornero & García (2018)	392 escolares de 11 a 17 años	Actividad Física y Familia	El instrumento de recogida de información fue el cuestionario HBSC.	Los resultados mostraron que el 27% practica AF diariamente, las chicas practican menos que los chicos y los estudiantes de la Educación Secundaria Obligatoria, practican menos que los de Primaria. Aunque conforme la edad va aumentando realizan más AF junto a la familia, destacando el deporte recreativo.	El tiempo que los adolescentes comparten con la familia es mayor por lo cual en esos momentos se deben realizar actividades saludables como hacer AF. A medida que se va creciendo se evidencia que la práctica de AF en familia aumenta, destacando preferencias deportivas y fortaleciendo lasos.
Marques et al., (2017)	1604 adolescentes que asisten a escuelas públicas de enseñanzas primaria y secundaria	Actividad Física de adolescentes y madres/padres	Cuestionario sobre estilos de vida en adolescentes europeos	Los adolescentes con descendencia de padres físicamente activos practicaban semanalmente más veces AF no organizada, organizada y durante más tiempo que los que tenían madre y padre menos activos. La AF de los progenitores está positivamente relacionada con la AF que hacen adolescentes en el futuro.	Los adolescentes que realizan AF son los que tienen ambos padres físicamente activos. Esos resultados permiten que haya optimismo en las intervenciones para la promoción de la AF basadas en la familia, debido al papel central que los progenitores desempeñan en el desarrollo de los estilos de vida saludables de los adolescentes.
Fernández (2017)	1273 alumnos, de edades comprendidas entre los 10 y los 18 años	Escuela y Actividad Física	El cuestionario denominado "Cuestionario internacional sobre el estilo de vida de los alumnos"	Los estudiantes presentan una actitud positiva tanto hacia la escuela, la EF, como hacia la AF, siendo esta última la actividad la más ejecutada. Los resultados permiten mejorar la intervención en la escuela y en la EF así como los programas de formación inicial y permanente del profesorado, incorporando competencias necesarias para la promoción de estilos de vida activos y saludables.	El papel del profesorado como AgS es determinante, porque este juega un papel como precursor de la práctica de AF en sus estudiantes. El desarrollo de capacidades motoras y conocimientos sobre la relación entre AF y salud, y el cambio en las actitudes y percepciones del alumnado pasa por el desarrollo de programas de formación que les permitan a los profesionales, el desarrollo de competencias necesarias para "educar físicamente" en los beneficios de un estilo de vida físicamente activo y saludable.
Meneses (2017)	Primera toma a 2168 estudiantes entre 11 y 16 años, segunda 1694 edad de 14 años y la tercera toma 1613 de 16 años	Agentes Socializadores y Actividad Física	Se utilizó una encuesta para la recolección de datos y como instrumento un cuestionario	Los resultados indicaron que es la propia persona la principal motivadora para realizar actividad físico-deportiva, seguidamente a bastante diferencia de padres, familiares y amigos. Es un poco preocupante para los docentes los porcentajes tan bajos que se obtiene, lo cual lleva a una seria reflexión de la importancia de la Educación Física y la correcta enseñanza de hábitos saludables que conlleva la práctica de la AF.	Como los principales agentes que han motivado al alumnado a realizar actividad físico-deportiva son el propio adolescente, seguido a bastante diferencia de padres y/o familiares y amigos, tanto en chicos como en chicas. Las chicas manifiestan que han sido estimuladas en mayor porcentaje que los chicos por sus padres y/o familiares.
Ruiz-Juan, Baena-Extremera, & Granero-Gallegos (2017)	2168 estudiantes en su primer año de educación secundaria entre 11 y 16 años	Agentes socializadores y Deporte - Actividad Física	Cuestionario validado con preguntas sobre el deporte y la actividad física en el tiempo libre y	La mayoría de los estudiantes activos físicamente afirman que iniciaron la práctica de SPA por automotivación, aunque la practican en compañía de amigos. Es primordial recalcar que la proporción de estudiantes activos que afirman que su profesor y o entrenador de EF los llevó a iniciar esta práctica es bastante limitada. En los	La influencia familiar es un AgS que conduce a la práctica creciente de Actividades físico-deportivas o al rechazo de esta en los adolescentes. El núcleo familiar son los que más animan a sus hijos a realizar actividades físicas y muy seguido de los amigos.



			agentes socializadores.	tres países, la familia y los amigos aparecen como principales agentes motivadores de los estudiantes en una tasa aproximada del 20%, siendo mayor la influencia de la familia.
Calvo-Ortega&Perrino-Peña(2017)	446 estudiantes de 3ºESO, 4º ESO y de 1º de Bachillerato	Hábitos físico-deportivos y adolescentes	Encuesta anónima y auto administrada, cuestionario con preguntas cerradas, a excepción de alguna pregunta abierta	La asociación familiar hacia la práctica de AF es significativamente positiva en relación con la práctica físico-deportiva que practican autónomamente los adolescentes, por otro. Los datos sobre medios de comunicación, se observa también como los chicos siguen más deporte a través de los medios y tienen más ídolos deportivos que las chicas, lo cual alienta a los adolescentes a prácticas de actividades físico-deportivas.
Franco-Arévalo&De la Cruz-Sánchez (2017).	542 alumnos, sexto de Educación Primaria	Padres e iguales y Actividad Física	Cuestionario PAQ-C	Los resultados indican que cuando los padres y amigos son activos o muy activos físicamente los escolares de educación primaria también serán más activos en el presente y tendrán una mayor predisposición hacia la práctica físico-deportiva en el futuro.
Olivares et al., (2015).	23.180 estudiantes	Padres y profesores de Educación Física en la actividad Física.	Se obtuvieron dos fichas técnicas de la oficina del SIMCE,	Los niños practican más PA que las niñas en todos los niveles de PA. El tipo de PA que más participantes hacen es moderado, relacionado con jugar corriendo, saltando, jugando con una pelota u otros juegos similares. Hubo una relación significativa entre las preguntas de los padres y del profesor de EF y las horas de práctica semanales para todos los tipos de AF analizados.
Aguirre-Loaiza, Ayala& Ramos(2014).	233 adolescentes de 16 años	Agentes socializadores y la iniciación deportiva	Encuesta con 26 de preguntas opción múltiple	Al parecer significa que todos los AgS, en una u otra medida, plantean cierta influencia, sin manifestarse algún tipo de razón para hombres o mujeres, como tampoco se observan diferencias entre instituciones educativas privadas o públicas. Se identificaron a los padres de familia como los principales AgS y quienes más influyen en la iniciación deportiva, bien sea interaccionando con otros agentes o en el rol propio.
Alcázar (2013)	40 adolescentes entre 12 y 13 años	Agentes Socializadores padres, entrenadores y formación integral del joven deportista	Cuestionario de 18 ítems diferenciados en bloques y respondiéndose mediante una escala de tipo Likert	Los jóvenes mantienen ciertas expectativas hacia ellos mismos, adquiriendo valoraciones sistemáticas ligadas con el deporte, las mismas que se encuentran basadas, en mayor parte relacionadas con sus padres.
				El impacto de la familia, la escuela y los medios de comunicación como promotores de modelos de salud a través de la práctica físico-deportiva son motivos de reflexión ante las pruebas de una sociedad cada vez más sedentaria, al mismo tiempo que se hace un llamamiento a la erradicación de aquellas barreras que limitan el acceso de la mujer a la práctica deportiva. Los estudiantes más activos y que tienen una mayor intención de practicar AF en un futuro son aquellos alumnos cuyos dos progenitores realizan AF, lo cual indica que la relación de la práctica físico-deportiva está estrechamente relacionada con los hábitos físicos inculcados desde la niñez dentro de la familia. Así mismo, cuando los amigos son más activos los escolares son más activos y tienen una mayor intención de ser activos en el futuro. Los padres tienen mayor influencia en los adolescentes que los profesores de EF para que estén activos. Además, el estímulo de los padres para practicar deportes y la AF está más relacionado con ellos que los comportamientos de los padres en la actividad física de los adolescentes. Los resultados indican que los esfuerzos a reducir las conductas sedentarias en los adolescentes deben centrarse en los padres más que en los maestros de EF. Se enfatiza el rol fundamental que cumplen los padres de familia en el desarrollo e integración a una actividad deportiva de los hijos sin establecerse diferencias en las posibles asociaciones entre hombres y mujeres, como tampoco en el carácter de la institución educativa en la iniciación deportiva. Cabe mencionar que la interacción de los padres de familia en función a otros agentes como el entrenador, el profesor de educación física o pares, contribuyen al inicio de una disciplina deportiva. Una adecuada dirección pedagógica, educativa y deportiva hacia la familia y entrenadores como diferentes AgS son necesarios para que el adolescente no genere un futuro abandono deportivo por una presión excesiva ejercida por los padres al momento de la práctica hacia cualquier deporte.

### Agentes de Socialización

Ruiz, Piéron & Baena (2012)	3.373 personas de ambos sexos de Almería, Granada y Murcia con edades entre los 16 años	Socialización de Actividad físico-deportiva y adultos	El estudio fue de carácter Transversal, en las provincias de Almería, Granada y Murcia. Se utilizó un cuestionario ad hoc denominado "Hábitos físico-deportivos y estilos de vida"	El 72,2% de las personas encuestadas realizan actividad física por debajo de los límites recomendados para obtener beneficios hacia la salud. Con respecto al entorno familiar puede predecir los comportamientos ante la práctica físico-deportiva de las personas investigadas los padres son modelos que influyen en las conductas de práctica física de sus hijos e hijas desde los 16 hasta los 45 años.	El conjunto familiar influye de forma muy determinante en la actividad físico-deportiva de sus hijos e hijas, además, el soporte familiar siempre se ve relacionado positivamente con buenos niveles de AF entre sus integrantes. Por otro parte, la actitud de los amigos ha sido mayor de despreocupación, aunque sí es cierto que casi la mitad de los amigos animan a que practiquen actividad físico-deportiva.
Moreno, Águila & Borges (2011).	800 sujetos entre los 18 años de instalaciones deportivas públicas de una gran ciudad española.	Socialización y Actividad Física.	Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES). Cuestionario de Regulación de la Conducta en el Ejercicio Físico-2 (BREQ-2).	Los resultados revelan que los mediadores psicológicos se relacionan positivamente con la motivación más autodeterminada. Por lo cual, el motivo social, correlaciona positivamente con la percepción de competencia, relación con los demás y regulación intrínseca e introyectada. Los resultados se argumentan con la importancia de fomentar la motivación autodeterminada para satisfacer los motivos sociales de práctica.	Se debe tomar en cuenta el trabajo socializador en las clases de EF, es decir, integrar el grupo de trabajo proporcionando distintas tareas de cooperación, el objetivo es lograr que los practicantes adultos estén satisfechos y motivados. De esta manera se consigue fomentar la motivación autodeterminada del practicante, mediante la sensación de competencia y autonomía, y relaciones sociales entre los miembros del grupo deportivo.

**Nota:** Definición. IPAQ: International Physical Activity Questionnaire (Cuestionario Internacional de Actividad Física). AgS: agente socializador. SPA: sport and physical activities (Actividades deportivas y físicas). EF: educación física. AF: actividad física. EM: estadística metropolitana. IC: intervalo de confianza. EDI: Escuelas Deportivas Integrales. PAQ-C: Physical Activity Questionnaire for Children (Cuestionario de actividad física para niños). HBSC: Health Behaviour in School-aged Children (Comportamiento de salud en niños en edad escolar). BPNES: Escala de las Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio. BREQ-2: Cuestionario de Regulación de la Conducta en el ejercicio Físico-2. SIMCE: Sistema de Evaluación de la Calidad Educativa. PA: Physical Activity (Actividad Física)

## Discusión

El estudio muestra a diferentes AgS que promociona, fomenta y promueve la práctica de algún tipo de AF de moderada y/o vigorosa intensidad en los adolescentes. Los principales AgS que destacan son: la familia como el núcleo social, la escuela en diferentes programas o proyectos de actividad física y salud, y los medios de comunicación que se manifiestan a través de la virtualidad o las redes sociales.

### La familia como principal agente de socialización hacia la Actividad Física

De acuerdo con los resultados analizados la familia es uno de los AgS que tienen un gran impacto en la vida de los adolescentes para generar un estilo de vida activo hacia la AF. Para Aguirre-Loaiza, Ayala y Ramos (2014) la iniciación en el deporte o en algún tipo de AF de moderada o vigorosa intensidad, el padre y la madre son los de mayor frecuencia, es decir el núcleo familiar es por ello que el 70% de los adolescentes afirman un solo agente como la principal influencia, sobresaliendo el contexto familiar, o la influencia parental, la cual puede estar compuesta por el padre, la madre u otro familiar, mientras que los AgS individuales externos que resalta es el entrenador, el profesor de Educación Física en la escuela ordinaria, amigos y medios de comunicación son aproximadamente el 27%.

Cabe mencionar que la interacción de los padres de familia en función a otros agentes como el entrenador, el profesor de Educación Física o pares que contribuyen al inicio de una disciplina deportiva destacan un papel principal para la práctica de AF (Aguirre-Loaiza et al, 2014; Olivares et al, 2015).

Según Olivares et al (2015) los padres tienen una mayor influencia en los adolescentes que los profesores de Educación Física en los adolescentes para que estén activos, además, los resultados indican que los esfuerzos a reducir las conductas sedentarias en los adolescentes deben centrarse en los padres más que en los maestros de Educación Física. Otro estudio realizado por Meneses (2017) respalda afirmando que para los adolescentes la actitud de los progenitores es muy parecida para el estímulo hacia la práctica de actividades deportivas o físicas, rondando el 80% que los han animado, siendo muy bajas el resto de las actitudes. Cuando una familia carece de un patrón de estilo de vida coherente, es probable que los niños no lleven un estilo de vida activo (Ruiz-Juan et al., 2012).

Los adolescentes más activos y que tienen una mayor intención de practicar AF en un futuro son aquellos alumnos cuyos dos progenitores realizan actividad física, lo cual indica que la relación de la práctica físico-deportiva está estrechamente relacionada con los hábitos físicos inculcados desde la niñez dentro de la familia, lo que aporta una nueva contribución a la investigación sobre el papel de los padres y de las madres en la AF de los hijos e hijas en edad adolescente (Marques et al, 2017; Franco-Arévalo y De la Cruz-Sánchez 2017).

El conjunto familiar influye de forma muy determinante en la actividad físico-deportiva de sus componentes, además, el soporte familiar siempre se ve relacionado positivamente con buenos niveles de actividad física entre sus miembros (Ruiz, Piéron y Baena 2012; Lisboa et al 2021; Castillo et al 2018).

### Los medios de comunicación y la Actividad Física en adolescentes

De acuerdo con Lisboa et al (2021) es importante comprender mejor el comportamiento activo de los adolescentes, que, aunque individual, también está influenciado por las características del contexto y las relaciones sociales. El uso de Tecnologías de la Información y Comunicación (TIC), las redes sociales y los sitios Web (Posso et al., 2021) que comparten vídeos son cada vez mayores en poblaciones adolescentes, las estrategias de marketing digital pueden y deben ser usadas en la promoción de AF (Posso et al, 2021).

La integración y utilización de las TIC en la salud y los cuidados es un reto inmediato que se debe afrontar ofreciendo una manera diferente de interacción donde impera la acción en grupos de edades tempranas para prevenir y revertir hábitos insanos de manera más eficaz (Moreno-Muciño et al. 2021). Las innovaciones tecnológicas y automatización han incrementado considerablemente los hábitos sedentarios, puesto que los adolescentes han reducido al mínimo la AF (Rodríguez et al., 2020; Arias et al., 2020).

Para Shimoga et al (2019) el uso de las redes sociales en una intensidad media es beneficioso para los adolescentes puesto que se asoció con niveles más altos de actividad física y la menor adecuación del sueño, por lo que, encontrar un nivel adecuado de uso de las redes sociales beneficia en muchos aspectos de comportamiento de salud en los adolescentes.

La importancia de generar o crear aplicaciones que enfatizan el juego y los medios digitales para una población adolescente más activa dentro de la actualidad es evidenciada a través del estudio realizado por Vergara et al (2020) quienes enfatizan su estudio en la implementación de un recurso tecnológico o algún tipo de aplicación como Pokémon GO el cual ha identificado un incremento en la AF realizada, así como múltiples beneficios; una percepción de mejora en la habilidad de orientación espacial, conocimiento de nuevas personas y visita de nuevos sitios de interés dentro de la ciudad y en el medio natural, por ello, se puede reducir el tiempo de sedentarismo que ocasiona el uso del teléfono móvil, al jugar esta aplicación.

Organizaciones gubernamentales pueden hacer uso de medios digitales (Posso, Marcillo y Bedón,2021), como fuente de información que les permita comprender las necesidades y comportamientos de las personas, usándolas para la salud física y mental, las intervenciones pueden ser más efectivas cuando utilizan el impacto de otros adolescentes practicando AF y recibiendo mensajes que son comunicados a través de las redes sociales, la Web o aplicaciones de juegos mencionadas anteriormente (Vergara et al 2020; Moreno-Muciño et al 2021), donde los centros educativos y la clase de Educación Física pueden ser una alternativa eficaz para su puesta en práctica.

### La Escuela y la actividad física en adolescentes

Para Franco-Arévalo y De la Cruz-Sánchez (2017), hacer actividad física en la edad escolar puede contribuir a ser físicamente activos en otras etapas de la vida. Así mismo, el autor menciona que cuando los amigos son más activos, los escolares tienen una mayor intención de ser activos en el futuro.

Según Fernández et al. (2017), el papel que el profesorado debe jugar como AgS es determinante porque el desarrollo de capacidades motoras y

conocimientos sobre la relación entre AF y salud, y el cambio en las actitudes y percepciones del alumnado pasa por el desarrollo de programas de formación, el desarrollo de competencias necesarias para “educar físicamente” en los beneficios de un estilo de vida físicamente activo. Las clases de Educación Física junto a las sesiones de las escuelas deportivas integrales contribuyen al aumento de los niveles de AF (Posso et al., 2020), por lo que es fundamental aumentar las oportunidades de AF escolar, además poner en marcha proyectos que hagan referencia a la promoción de AF (Marambio et al. 2019).

El centro educativo puede contribuir a disminuir la inactividad física a partir de la implementación de programas que fomenten en los estudiantes a convertirse en personas activas y con estilos de vidas saludables (Rodríguez et al., 2020).

Una correcta dirección pedagógica, educativa y deportiva hacia la familia y entrenadores como diferentes agentes sociales son necesarios para que el adolescente no genere un futuro abandono deportivo por una presión excesiva ejercida por los padres al momento de la práctica hacia cualquier deporte (Alcázar, 2013).

### **Conclusiones**

A partir de los resultados extraídos en el estudio se puede concluir lo siguiente:

Los AgS permiten llevar a cabo la puesta en práctica en AF o en la iniciación deportiva en los adolescentes, evitando el sedentarismo al igual que enfermedades no transmisibles.

La familia como principal AgS y promotor de AF cumple un rol destacado al momento de iniciarse en algún deporte, la concientización y motivación, resaltándose por ende como un núcleo social de la AF y el deporte.

Los medios de comunicación o digitales asumen en la actualidad un protagonismo en los adolescentes por el tiempo que ellos pasan durante varias horas, sin embargo, la implementación de aplicaciones de juegos que fomentan la práctica de AF ha dado como resultado a una población más activa, la mejora en las habilidades motrices básicas, el conocimiento de nuevas personas y visita del medio natural.

La escuela como un lugar de aprendizaje, fomenta la práctica de AF en los adolescentes por los programas o proyectos extraescolares de Educación Física, que ayudan a mejorar su rendimiento cognitivo y académico (Rodríguez et al, 2021), por ende, es otro AgS que promueve una correcta dirección de enseñanza educativa y deportiva hacia la familia y la comunidad educativa para un posterior avance en los otros AgS.

Los AgS mencionados en el presente estudio desarrollan un papel relevante para incentivar la práctica de AF, sin embargo, existen otros agentes externos como los amigos, los entrenadores en escuelas deportivas integrales quienes refuerzan y motivan un estilo de vida apegado al deporte y la AF.

## Referencias bibliográficas

- Aguirre-Loaiza, H., Ayala, C., y Ramos, S. (2014). Agentes socializadores en la iniciación deportiva en escolares de Centroamérica y el Caribe. *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos*, 10 (2), 62-80. ISSN: 1900-9895. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=134144225004>
- Alardo, A. (2015). Las redes sociales en internet como herramienta para la promoción de la actividad física y la salud: un recurso poco explorado científicamente. *Pensar En Movimiento: Revista de Ciencias Del Ejercicio y La Salud*, 13(1), 1–8. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/pem/article/view/17194>
- Alcázar, C. (2013). *Incidencia de los agentes socializadorespadres y entrenadores-en la formación integral del joven deportista* (Tesis de posgrado). Universidad de Almería, España. <http://repositorio.ual.es/bitstream/handle/10835/3364/Trabajo.pdf?sequence=1>
- Arias-Moreno, E., Gómez-Cárdenas, R., Rodríguez-Torres, Á., Herrera-Camacho, P. & Conlago-Chancosi, E. (2020). Adherencia a la dieta mediterránea en adolescentes de la ciudad de Quito. *Revista Cuatrimestral "Conecta Libertad"*, 4(2), 1-14
- Ba, S. y Wang, L. (2013). Digital health communities: The effect of their motivation mechanisms. *DecisionSupportSystems*, 55, 941–947. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.1016/j.dss.2013.01.003>
- Banias, P., y Malita, L. (2011). Can we use sport, web 2.0 and social & informal learning to develop & enhance social competences?. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 15, 628–632. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2011.03.153>
- Bernate, J., Fonseca, I., & Betancourt, M. (2019). Impacto de la actividad física y la práctica deportiva en el contexto social de la educación superior. *Retos*, 2041(37), 742–747.
- Calvo-Ortega, E. y Perriño-Peña, M. (2017). Hábitos físico-deportivos en adolescentes de Castilla y León. *Revista Movimiento*, 23 (4), 1341-1352.
- Castillo, E., Tornero, I. y García, J. (2018). Relación entre actividad física, alimentación y familia en edad escolar. *Retos*, 34, 85-88
- Chicaiza, J. del R., Chimba Santillán, A. N., Córdor Chicaiza, M. G., Romero Obando, M. F. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Desarrollo de proyectos interdisciplinarios en la educación remota ecuatoriana. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 306–321. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1527>
- Escaravajal-Rodríguez, J. C. (2018). Pokémon GO y su influencia en usuarios españoles de Facebook. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 3(133), 38- 49. doi: 10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/3).133.03

- Fernández, M., González, M., Toja, B., y Carreiro da Costa, F., (2017). Valoración de la escuela y la Educación Física y su relación con la práctica de actividad física de los escolares. *Retos*, 31, 312-315
- Franco-Arévalo, D., y De la Cruz-Sánchez, E. (2017). Actividad Físico-Deportiva De Los Escolares De Educación Primaria. *E-Balonmano*, 13, 263–272. <https://www.redalyc.org/pdf/865/86554636008.pdf>
- Lisboa, T., Da Silva, W., Santos, D., Gomes, É., Pelegrini, A., Dutra, J., &Silva, T. (2021). Social support from family and friends for physical activity in adolescence: Analysis with structural equation modeling. *Cadernos de Saude Publica*, 37(1), 1–12. <https://doi.org/10.1590/0102-311X00196819>
- Marambio, M., Núñez, T., Ramírez, J., Ramírez, P., Palma, X., y Rodríguez, F. (2019). Relación entre la actividad física escolar y extraescolar en estudiantes de escuelas públicas chilenas. *Retos*, 2041(37), 393–399. <https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.72851>
- Marcillo Ñacato, J., Otáñez Enríquez, N., Carrera Toapanta, P. y Posso Pacheco, R. (2021). Desafío del entrenamiento en la pandemia: Una mirada prospectiva desde lo pedagógico. *Revista Olimpia*, 18(03), 64-76. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2718>
- Marques, A., Valeiro, M. G., Martins, J., Fernández-Villarino, M. A., y Da Costa, F. C. (2017). Relación entre la actividad física de los adolescentes y la de madres/padres. *Revista de Psicología Del Deporte*, 26(1), 145–155. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235149687012.pdf>
- Meneses, M. (2017). *Agentes socializadores en actividad físicodeportiva, consumo de alcohol y tabaco. Relación existente entre estas conductas en un estudio longitudinal de estudiantes de Costa Rica, México y España* (Tesis Doctoral).Universidad Pablo de Olavide, Sevilla-España. <https://rio.upo.es/xmlui/bitstream/handle/10433/5383/meneses-montero-tesis-16-17.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Moreno, J., Agila, C., & Borges, F. (2011). La socialización en la práctica físico-deportiva de carácter recreativo: predictores de los motivos sociales. *Apunts Educación Física y Deportes*, 103,76–2. [https://www.researchgate.net/publication/260096203\\_Socialization\\_in\\_Recreational\\_Physical\\_Exercise\\_and\\_Sport\\_Social\\_Motivation\\_Predictors](https://www.researchgate.net/publication/260096203_Socialization_in_Recreational_Physical_Exercise_and_Sport_Social_Motivation_Predictors)
- Moreno-Muciño, O., Medina, R., Enríquez, M., García, J., Ceballos, O. (2021). Actividad física y uso de redes sociales en estudiantes de secundaria. Diferencias por sexo y grado escolar. *Retos*, 42, 276-285.
- Olivares, P. R., Cossio-Bolaños, M., Gomez-Campos, R., Almonacid-Fierro, A., &García-Rubio, J. (2015). Influence of parents and physical education teachers in adolescent physical activity. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 15(2), 113–120. <https://doi.org/10.1016/j.ijchp.2015.01.002>
- Organización Mundial de la Salud. (2018). Actividad Física. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>

- Organización Panamericana de la Salud. (2020). Preguntas y respuestas sobre la Actividad Física. Recuperado de: [https://www.paho.org/ecu/index.php?option=com\\_docman&view=download&alias=627-preguntas-y-respuestas-sobre-actividad-fisica&category\\_slug=educomunicacional-koica&Itemid=599](https://www.paho.org/ecu/index.php?option=com_docman&view=download&alias=627-preguntas-y-respuestas-sobre-actividad-fisica&category_slug=educomunicacional-koica&Itemid=599)
- Pierón, M., Ruiz, F. & García, M. (2008). La opinión del alumnado de enseñanza secundaria sobre las clases de educación física: Un desafío para los profesores y los formadores. *Revista Fuentes*, 8, 159-175.
- Piéron, M. & Ruiz-Juan, F. (2013) Influencia del ámbito familiare iguales en los hábitos físico-deportivos de los jóvenes. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 3 (51), 525-549.
- Posso-Pacheco, R. J. (2018). Propuesta de estrategias metodológicas activas aplicadas a la educación física (Master'sthesis). <https://reunir.unir.net/handle/123456789/7439>
- Posso-Pacheco, Richar Jacobo, Barba-Miranda, Laura Cristina, Rodríguez-Torres, Ángel Freddy, Núñez-Sotomayor, Luis Fernando Xavier, Ávila-Quinga, Carlos Efrén, & Rendón-Morales, Pablo Anthony. (2020). An Active Microcurricular Learning Model: A Guide to Classroom Planning for Physical Education. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 294-311. <https://dx.doi.org/10.15359/ree.24-3.14>
- Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., & Otáñez Enríquez, N. R. (2020). El conductismo en la formación de los estudiantes universitarios. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(1), 117–133. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1229>
- Posso Pacheco, R. J., & Bertheau, E. L. . (2020). Validez y confiabilidad del instrumento determinante humano en la implementación del currículo de educación física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 205–223. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.1410>
- Posso Pacheco, R.J., Otáñez Enríquez, J.M., Viteri, S., Ortiz Bravo, N.A., y Núñez Sotomayor, L.F. (2020). Por una Educación Física virtual en tiempos de COVID. Podium. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3), 705-716. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1002>
- Posso, R., Marcillo, J. y Bedón, E. (2021). Las tecnologías de la Información y comunicación como alternativa para el entrenamiento en la pandemia. *Revista científica Olimpia*, 18(2), 1090-1100. <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2748>
- Posso Pacheco, R.J., Otáñez Enríquez, N.R., Córdor Chicaiza, J.D., Córdor Chicaiza, M.G., y Lara Chala, L.D. (2021). Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. Podium. *Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(2), 564-575. [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522021000200564](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522021000200564)



- Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., Marcillo Ñacato, J. C., y Beltrán Vásque, S. J. (2021). Educación Física Interdisciplinaria ecuatoriana en el contexto de la covid-19. *Acción*, 17. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/154>
- Posso Pacheco, R., Villarreal Arias, S., Marcillo Ñacato, J., Carrera Toapanta, P., & Morales Pérez, N. (2021). Inteligencias múltiples como estrategia para la Educación Física: una intervención didáctica durante la pandemia. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(1). <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1184>
- Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., y Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26 (Número Especial 5), 232-247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Rodríguez-Torres, Á., Arias-Moreno, E., Espinosa-Quishpe, A., & Yanchapaxiza, K. (2021). Método HITT: Una herramienta para el fortalecimiento de la condición física en adolescentes. *Revista Científica "Conecta Libertad"*, 5(1), 65-84.
- Rodríguez-Torres, Á., Rodríguez-Alvear, J., Guerrero-Gallardo, H., Arias-Moreno, E., Paredes-Alvear, A., & Chávez-Vaca, V. (2020). Beneficios de la actividad física para niños y adolescentes en el contexto escolar. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 36(2), 1-12.
- Rodríguez-Torres, Á., Cusme-Torres, A., & Paredes-Alvear, A. (2020). El sedentarismo y beneficios de la actividad física en los adolescentes. *Polo del Conocimiento*, 5 (9), 1163-1178. Recuperado de <https://polodelconocimiento.com/ojs/index.php/es/article/view/1778>
- Rodríguez-Torres, Á., Rodríguez-Morillo, D., Garcés-Ángulo, J. y Almeida-Carranco, J. (2019). ¿Cómo perciben los estudiantes el proceso de enseñanza y aprendizaje del profesorado de educación física? *Arrancada*, 19(35), 85-98.
- Rodríguez-Torres, Á., Páez-Granja, R., Paguay-Chávez, F., & Rodríguez-Alvear, J. (2018). El profesorado de educación física y la promoción de salud en los centros educativos. *Arrancada*, 18(34), 215-235
- Rodríguez, Á., Páez, R., Altamirano, E., Paguay, F., Rodríguez, J. y Calero, S. (2017). Nuevas perspectivas educativas orientadas a la promoción de la salud. *Educación Médica Superior*, 31(4), 1-12.
- Ruiz, F., Piéron, M., & Baena, A. (2012). Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: Relación con familia, pareja y amigos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 34(1), 35–59.
- Ruiz-Juan, F., Pieron, M., & Baena-Extremera, A. (2012). Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: relación con familia, pareja y amigos. *RIDEP*, 34(1), 34-59

- Ruiz-Juan, F., Baena-Extremera, A., & Granero-Gallegos, A. (2017). Socializing Agents for Sport and Physical Activities in Teenage Students: Comparative Studies in Samples From Costa Rica, Mexico, and Spain. *Psychological reports*, 120(4), 760–779. <https://doi.org/10.1177/0033294117707944>
- Ruiz-Juan, F., Cruz-Sánchez, E., y García, M. (2009). Motivos para la práctica deportiva y su relación con el consumo de alcohol y tabaco en jóvenes españoles. *Salud Pública Mex*, 51, 496-504. Recuperado de [http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0036-36342009000600008](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0036-36342009000600008)
- Ruiz-Juan, F., Piéron, M., y Baena-Extremera, A. (2012). Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: Relación con familia, pareja y amigos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 34(1), 34–59.
- Shimoga, S. V., Erlyana, E., &Rebello, V. (2019). Associations of Social Media Use With Physical Activity and Sleep Adequacy Among Adolescents: Cross-Sectional Survey. *Journal of medical Internet research*, 21(6), e14290. <https://doi.org/10.2196/14290>.
- Vergara, A., Juvera, J., Ceballos, O., &Zamarripa, J. (2020). Pokémon GO and its relationship with physical activity, spatial orientation and socialization in mexican users. *Retos*, 83, 727–732