

Original**Recibido:** 15/11/2021 | **Aceptado:** 16/02/2022**Concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física en los estudiantes universitarios.****Sytemic structural conception of the education for ther healt by means of the physical activity in the university students.**Darlenis Medina Bueno. [dmedinab@uo.edu.cu] .
Universidad de Oriente. Santiago de Cuba. Cuba.Manuel Alejandro Romero León. [magoale@uo.edu.cu] .
Universidad de Oriente. Santiago de Cuba. Cuba.**Resumen**

La presente investigación revela la necesidad de justificar la importancia de la actividad física en la educación para la salud de los estudiantes universitarios. A partir del profundo análisis de los fundamentos teóricos, el estudio histórico de la problemática valorada y del diagnóstico realizado, se consideró necesario elaborar una concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física en los estudiantes universitarios, que constituye el aporte teórico de la investigación y que comprende componentes interrelacionados en forma sistémica que favorecen el cumplimiento del objetivo trazado.

Palabras claves: educación para la salud, educación física.**Abstract**

This research reveals the need to justify the importance of physical activity in health education for university students. From the deep analysis of the theoretical foundations, the historical study of the problem assessed and the diagnosis made, it was considered necessary to develop a systemic-structural conception of health education through physical activity in university students, which constitutes the contribution Theoretician of the investigation and that



includes interrelated components in a systemic way that favor the fulfillment of the outlined objective.

Keywords: health education; physical education.

Introducción

La Educación Física, además de ser una asignatura, forma parte esencial de la cultura nacional y de las condiciones de vida del pueblo. Con ella se contribuye de forma determinante al desarrollo y la formación multilateral y armónica de la personalidad del estudiante desde sus primeros años de vida hasta la adultez desde las actividades que en ella se desarrollan.

En este sentido, tributa a las estrategias curriculares existentes en el nivel superior, así como al programa de promoción de salud y prevención de la universidad actual, lo que constituye una de las vías fundamentales para desarrollar un individuo que sea capaz de cuidar su salud personal y colectiva, y el no dominar las habilidades para el cuidado de esta, propicia el desarrollo de estilos de vida no saludables.

Para Devis, (2014) la Educación Física se percibe dentro de la escuela como el similar a la educación para la salud, pero encaminada hacia todo lo que tiene que ver con las relaciones entre la actividad física y la salud en el ámbito escolar. De esta forma este autor resalta el valor de la salud en la actividad física, aunque deja a libre pensar que la educación para la salud es actividad física.

La Educación Física ejerce una influencia en los estudiantes para crear acciones hacia la práctica sistemática de ejercicios físicos a favor de alcanzar estilos de vida activos y saludables Ruiz, (2015). Sin embargo, desde la práctica se constatan carencias que manifiestan la necesidad de continuar profundizando y perfeccionando el tema por las potencialidades que tiene la Educación Física vista no sólo para el ejercicio físico, sino también en la influencia que ejerce en



el ámbito afectivo, educativo, cognoscitivo y en la socialización de los estudiantes dirigidos a la salud.

Desde los postulados de Ruiz, (2007) los objetivos esenciales de la Educación Física van dirigidos fundamentalmente hacia el perfeccionamiento de la capacidad de rendimiento físico de nuestros jóvenes, hacia el fomento de su salud.

De la misma forma López, (2006) valora que los propósitos de la enseñanza se dirigen a la formación de hábitos, habilidades y capacidades físicas sobre la base de la realización de diferentes actividades y ejercicios, lo más segura y correctamente posible, relacionados con los distintos factores de salud.

Partiendo de estos dos últimos planteamientos, se puede deducir que no se puede desligar la Educación Física con la salud, que es la asignatura que por su naturaleza práctica educativa, brinda las posibilidades de prevenir enfermedades y educarse para la salud al estudiante universitario, cuando es concebida con ese propósito, que es el que nos concierne.

La importancia que la Educación Física le confiere a la educación para la salud aparece en trabajos científicos desarrollados por, Corbella, (1993), Marracino, (2010), Sánchez, (2017), Romero, (2016), Ruiz, (2018). Estas investigaciones conceden gran importancia a la educación para la salud dentro del contexto de la Educación Física resaltando la importancia de tratar este contenido en los programas de estudios.

La Educación Física es fundamental para el desarrollo físico, psicológico y social de los estudiantes, además desempeña un papel importante en el fortalecimiento de la cultura en salud de los estudiantes, ya que les brinda la opción de reconocer con el ejercicio, la posibilidad de mantenerse físicamente activos, alcanzar hábitos y habilidades saludables, hacerse más resistentes y saludables, con un alto sentido del autocuidado de la salud.



En el nivel superior, la realización de actividades físicas cumple con el objetivo de poseer potencialidades para dar a conocer acciones dirigidas a adquirir conocimientos, hábitos saludables y habilidades que capaciten y faciliten los estilos de vida saludables. Es por ello que se determinó como objetivo elaborar una estrategia didáctica de educación para la salud, sustentada en una concepción de igual naturaleza que potencie la dimensión educativa desde la Educación Física en la carrera de Letras.

Materiales y métodos

La presente investigación es el resultado de una investigación realizada para la formación doctoral con la intencionalidad de contribuir a la educación para la salud desde las actividades físicas en la carrera Licenciatura en Letras.

Se realizó un diagnóstico para analizar las particularidades del proceso de enseñanza-aprendizaje de la Educación Física en su relación con la educación para la salud.

Para ello se determinaron como indicadores:

- Conocimiento del tema de educación para la salud.
- Tratamiento al desarrollo de la educación para la salud desde la actividad física.

Este diagnóstico se realiza en la Universidad de Oriente, tomando como población la siguiente:

- Estudiantes universitarios de la carrera de: Licenciatura en Letras: 50
- Docentes del departamento de Educación Física que imparten la asignatura: 32.

De esta población se realizó un muestreo intencional tomando en consideración las particularidades de su participación en la atención a los temas relacionados con la educación para la salud.

Esta muestra quedó compuesta de la siguiente manera:



- Estudiantes universitarios: 30
- Docentes del departamento de Educación Física que imparten la asignatura: 18.

Entre las principales insuficiencias se destacan:

1. Presencia de comportamientos no saludables en los estudiantes universitarios.
2. Entre las alternativas de la educación para la salud, no siempre se contempla a la Educación Física, para el desarrollo de comportamientos saludables.
3. Poco aprovechamiento de los contenidos en la Educación Física para el análisis y la reflexión por los estudiantes ante las actitudes proclives a la asunción de conductas no saludables.
4. Insuficiente preparación de los docentes de Educación Física para dar tratamiento desde la clase a los contenidos de educación para la salud.

En la investigación fueron empleados métodos teóricos, así como métodos y técnicas empíricas, entre estos últimos se citan:

- Análisis documental: Para el estudio del Modelo del Profesional, Planes de estudios, Programas de Disciplina y Asignaturas.
- Observación: A clases y actividades metodológicas, para constatar el tratamiento a los contenidos de la educación para la salud desde la actividad física como evidencia de la preparación de los docentes.
- Encuestas y entrevistas a docentes universitarios: Para constatar la preparación que poseen los profesores de Educación Física sobre educación para la salud.



- Criterio de expertos: Con el fin de validar los aportes de la investigación.

Fueron seleccionados de manera aleatoria por el procedimiento de tómbola para el pre experimento 32 docentes de Educación Física en la Universidad de Oriente y 50 estudiantes de la carrera de Licenciatura en Letras de esta misma casa de altos estudios.

Para fundamentar los resultados obtenidos en el pre experimento se determinó el nivel de significación de la diferencia entre las mediciones del diagnóstico inicial y final, utilizándose la dócima no paramétrica de Wilcoxon.

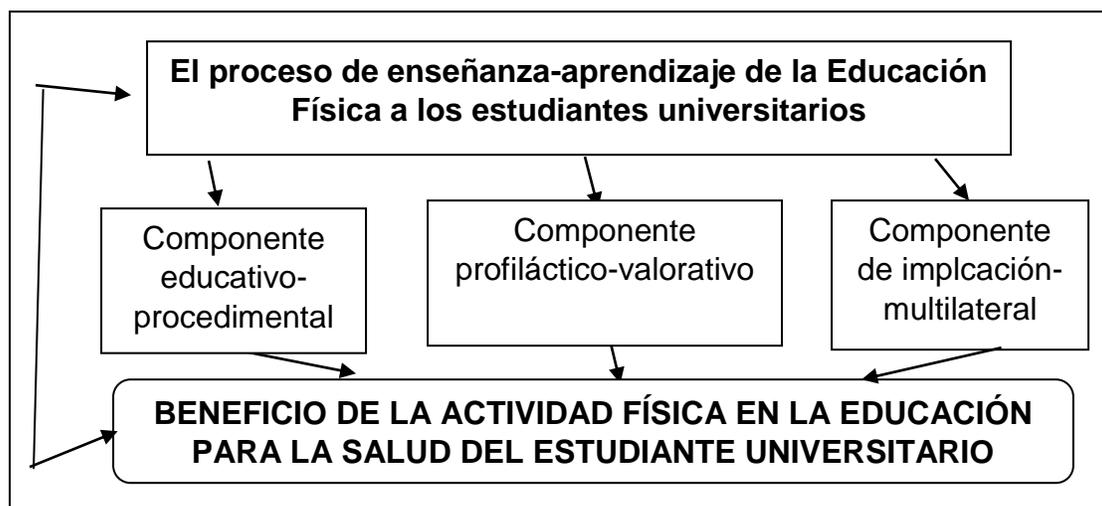
Análisis y discusión de los resultados

La Concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física a los estudiantes universitarios se estructura a partir de tres componentes esenciales: uno, referido a lo educativo – procedimental, otro a lo instrumental –profiláctico, para luego devenir en un componente de implicación multilateral. Su diseño se revela a través de componentes de acuerdo a lo establecido por Fuentes (2016) cuando enuncia que se puede expresar a través de un sistema de componentes cuyas propiedades son cualitativamente distintas pero que se integran e interrelacionan en todo armónico e integral que le da su carácter de sistema.

La Concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física en estudiantes universitarios que se presenta, se dirige al logro de un proceso de enseñanza – aprendizaje donde se potencia, además del alcance de una conducta saludable, el logro de un estilo de vida saludable en los estudiantes. Desarrolla el compromiso y la responsabilidad del docente en la formación de los estudiantes para dotarlos de esos conocimientos a través del ejercicio físico. Las relaciones que se establecen desde los componentes otorgan una nueva mirada a la enseñanza de actividades físicas desarrollada a través de contenidos, obteniendo como finalidad un beneficio para la salud del estudiante universitario.



Figura 1:



Concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física en estudiantes universitarios.

Los subsistemas constituyen un sistema íntegro que se interrelacionan haciendo posible un proceso verdaderamente desarrollador de enseñanza, en el cual los profesores de Educación Física comprometen a los estudiantes con la realización de la actividad física en función de educarse para la salud en un proceso integrador, creativo, participativo, responsable y portador de influencias instructivas y educativas. Cada subsistema posee un nivel de autonomía propia, evidenciado en su desarrollo individual e integrado al mismo tiempo, teniendo en cuenta los niveles de jerarquía, el orden y la relación estructural con el contexto en el cual se ubican con lo que expresan la transformación de la realidad objetiva.

El pre experimento se realizó en la Universidad de Oriente, particularmente en la carrera de Licenciatura en Letras en los cursos 2018-2019. Para fundamentar los resultados obtenidos en el pre experimento se determinó el nivel de significación de la diferencia entre las mediciones del diagnóstico inicial y final, utilizándose la dócima no paramétrica de Wilcoxon.



Se sometió a la valoración de los expertos la estructura de la Concepción sistémico-estructural de la educación para la salud mediante la actividad física en estudiantes universitarios, donde se revelan como esenciales los fundamentos que los sustentan y su concepción en relación con el contenido propuesto, la formulación del objetivo general, así como la estructuración y correspondencia de los objetivos, su funcionalidad y trascendencia en el trabajo del profesor en esta.

Para el procesamiento de la información recogida a través de la aplicación de la encuesta a los expertos, se ordenaron y tabularon los resultados y, a partir de ellos, se aplicó el método Delphi. Como resultado se constató que las variables, dimensiones e indicadores que se sometieron a evaluación quedaron categorizados de adecuados, lo que confirma la factibilidad de la Concepción de educación para la salud mediante la actividad física propuesta:

Se obtuvieron los criterios siguientes:

- La estructuración de la Concepción teórica confirma su carácter sistémico e integral, dado en la existencia y correspondencia entre sus componentes, así como las relaciones que se establecen entre ellos.
- La Concepción evidencia su novedad científica por la correspondencia que establece, a nivel teórico, entre la educación para la salud y la actividad física en estudiantes universitarios.
- Demuestra el funcionamiento de cada componente y la función general que aportan todos ellos al sistema integrado.
- Las sugerencias metodológicas para la enseñanza en la asignatura de acciones de educación para la salud mediante el empleo de los ejercicios físicos ofrecen una guía



adecuada al profesor para conducir la docencia de los estudiantes a través de los contenidos propuestos.

- La enseñanza de acciones saludables a los estudiantes universitarios desde la actividad física favorece el aprendizaje desarrollador con los ejercicios como un estilo de vida, más que como una manifestación exclusiva de las clases y beneficia la independencia cognitiva además de lograr el autocuidado de su salud.

Es oportuno valorar, en correspondencia con los resultados alcanzados con la aplicación del método criterio de expertos, la validez de las propuestas teórica y práctica que se presentan y reafirma la factibilidad de su aplicación para la atención a la salud escolar desde la actividad física.

Para la elección de la muestra se utilizó el paquete estadístico SPSS v. 20 (SPSS Inc, Chicago, IL, UnitedStates).

De manera general se hace evidente la efectividad de la propuesta, pero para conocer si estos resultados son significativos se aplicó la prueba no paramétrica de Wilcoxon.

Para conocer el nivel de significación de los resultados obtenidos, se utilizó la prueba de Wilcoxon, pues los datos no se encuentran normalmente distribuidos, al obtener lo procesado por el SPSS para Windows. Una vez tabulados los datos, se compararon los resultados de ambos momentos (momento inicial (MI) y momento final (MF)).

Los rangos de signos muestran un nivel de significación estadística por debajo de 0,05 luego de comparar los resultados $MF \geq MI$, con el 100 % de los profesores universitarios analizados. Lo cual denota que existió cambio de signo en cada uno de los casos estudiados, al valorar el Estadígrafo de Prueba (Z), expresa una posición favorable superior al momento final



de 0,00, desde una significación bilateral (Tabla 2), basada en rangos negativos por lo que se rechaza la hipótesis nula (H_0).

Tabla 1.

Estadísticos de contraste			
	Contenidos de la EpS al final - Contenidos de EpS al inicio	Motivación con temáticas de EpS al final - Motivación con temáticas de EpS temática al inicio	Conocimientos de EpS al final - Conocimientos de EpS al inicio
Z	-5,385 ^b	-4,899 ^b	-4,796 ^b
Sig. asintót. (bilateral)	,000	,000	,000
a. Prueba de los rangos con signo de Wilcoxon			
b. Basado en los rangos negativos.			

Nivel de significación obtenido en la prueba no paramétrica de Wilcoxon en profesores de

Educación Física

Fuente: Resultados del procesamiento del SPSS para Windows, V 20

Conclusiones

La educación para la salud desde la actividad física poseen fundamentos teóricos que las enriquecen, pero cada una por separado, por lo que era preciso una elaboración teórica que



favoreciera la argumentación de ellas integralmente como una vía más para mejorar la formación del estudiante universitario.

El análisis de los antecedentes históricos del proceso de enseñanza- aprendizaje de la Educación Física evidenció la necesidad de sistematizar contenidos sobre educación para la salud, elemento que justificó la necesidad de la investigación.

El diagnóstico evidenció limitaciones en las clases de Educación Física respecto a la educación para la salud de los estudiantes universitarios, tanto desde el punto de vista teórico como práctico, ello justificó la factibilidad de la investigación realizada.

La Concepción de educación para la salud mediante la Educación Física en estudiantes universitarios ofrece, desde sus componentes, los criterios teóricos que evidencian la implicación de ambos en un proceso único.

Recomendaciones

Generalizar los resultados de la investigación, a partir de su implementación gradual en todos los grupos que reciben la asignatura Educación Física en la Educación Superior.

Profundizar teóricamente en los componentes de la Concepción sistémico-estructural de educación para la salud mediante la actividad física.

Continuar enriqueciendo las acciones que corresponden a la concepción de educación para la salud desde la actividad física universitaria.



Referencias bibliográficas

- Devis, J. (2014). *La Educación Física y la salud en la escuela: formas de desarrollo curricular*. Universitat de València.
- Corbella, P. (1993). *Educación para la salud en la escuela. Aspectos a evaluar desde la Educación Física*. La Habana. Editorial Pueblo y Educación.
- Chillón, P. (2005). *Efectos de un programa de intervención en Educación Física para la salud en adolescentes de 3 grado*. Tesis Doctoral. Villa Clara.
- Espinosa, G. y Lorenzo, T. (2010): Sistema de acciones de educación para la salud desde las actividades físicas en el adulto mayor en la Escuela Comunitaria Deportiva 2 del Municipio Morón. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, Año 15, N° 148, Septiembre de 2010.
<http://www.efdeportes.com/>
- Fuentes, H. (2016) . El método de investigación Sistémico Estructural Funcional.
- López, (2006). Educación Física contemporánea: La necesidad de un enfoque integral físico – educativo en el proceso de enseñanza – aprendizaje de la Educación Física. La Habana. Editorial Científico Técnica.
- Marracino, M. (2010). Educación Física Argenmex: temas y posiciones. La Plata: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata, 2010. ISBN 978-950-34-0672-4, <http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar>
- Programa Director de Promoción y Educación Para la Salud en el Sistema Nacional Escolar (2007). Editorial Molinos Trade.



Romero, (2016), Romero, M. (2016) La enseñanza de la Cultura Física Terapéutica a los estudiantes asmáticos del nivel superior sustentada en el Taichi. La Habana.

Ruiz, (2007). La investigación en la educación. Santo Domingo: Editorial Aplusele.

Ruiz, (2015). *Estilo de enseñanza en Educación Física y sus consecuencias comportamentales afectivas y cognitivas*. Tesis doctoral Universidad de Málaga.

Ruiz, (2018). *La preparación físico terapéutica del maestro primario desde su formación inicial*. Tesis Doctoral. Santiago de Cuba.

Sánchez, (2017).Ejercicio Físico y Salud. Recuperado de

<https://www.monografias.com/docs112/ejercicio-fisico-salud/ejercicio-fisico-salud.shtml>

Uguet, (2014). Promoción de la actividad física en la escuela. Beneficios sobre la salud.

