



UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO
RECTORADO - VICERRECTORADO
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA



REVISTA CIENTIFICA

Nro. II / 2024

APORTES Y REFLEXIONES SOBRE EL CUERPO Y MOVIMIENTO

INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN

***CARRERA
PSICOMOTRICIDAD Y
DEPORTES***

UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO
ÁREA CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN
CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTE
INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN IDCPCD

REVISTA CIENTÍFICA N° 2 – 2024
APORTES Y REFLEXIONES SOBRE EL CUERPO Y MOVIMIENTO

DICIEMBRE 2024
EL ALTO – LA PAZ

**UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO
DIRECCIÓN DE INVESTIGACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA
INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN - CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES
REVISTA CIENTÍFICA "APORTES Y REFLEXIONES
SOBRE EL CUERPO Y MOVIMIENTO" N° 2/2024**

AUTORIDADES:

Dr. Carlos Condori Titirico
RECTOR

Dr. Efraín Chambi Vargas
VICERRECTOR

Dr. Antonio S. López Andrade Ph.D.
DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA (DICyT)

M. Sc. Félix Llanquichoque Alejo
DECANO DE ÁREA

Lic. José Conde Gonzales
DIRECTOR DE LA CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES

M.Sc. Napoleón G. Lipa Mamani
EJECUTIVO DE LA ASOCIACIÓN DE DOCENTES DE LA CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES

M. Sc. Lic. Ramiro Pablo Alanoca Copa
COORDINADOR DEL INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN DE LA
CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES

Comité revisor
M.SC. Lic. Raúl Lazo Tiñini
M.Sc. Lic. Edgar Luis Mamani Sánchez

Derechos Reservados
Carrera de Psicomotricidad y Deportes, Universidad Pública de El Alto.

Depósito Legal:4-3-276-2023

LOS ARTÍCULOS DE ESTA OBRA SON ENTERA RESPONSABILIDAD DE SUS AUTORES.
TODOS LOS DERECHOS DE LA PRESENTE OBRA SON EXCLUSIVOS DE LA CARRERA DE
PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES, QUIEN POR INTERMEDIO DE SUS ÓRGANOS DE DECISIÓN Y MÁXIMA
AUTORIDAD ACADÉMICA ADMINISTRATIVA, AUTORIZARAN LA REPRODUCCIÓN TOTAL Y/O PARCIAL
DE LA MISMA.

EL ALTO, DICIEMBRE DE 2024

PALABRAS DEL COORDINADOR

La investigación constituye uno de los ejes principales del que hacer académico de la Carrera de Psicomotricidad y Deportes de la UPEA. En Este marco la revista científica de la carrera "Aportes y Reflexiones Sobre el Cuerpo y Movimiento" hoy presenta su Segundo edición con nuevos artículos que aportan desde la ciencia, la innovación y la tecnología a la Psicomotricidad y Deportes.

Quiero expresar mi más profundo agradecimiento a la Universidad Pública de El Alto, Al Rector Dr. Carlos Condori Titirico, al Vicerrector Dr. Efraín Chambi Vargas, Dr. Antonio S. López Andrade Ph.D. Director de la DICYT, al Decano del área Ciencias de la Educación Dr. Félix Llanquichoque Alejo, al Director de la Carrera de Psicomotricidad y Deportes Lic. José Conde Gonzales, al Ejecutivo de la Asociación de Docentes M.Sc. Napoleón G. Lipa Mamani, a los docentes y estudiantes de nuestra querida Carrera, quienes confiaron en el Instituto de Investigación como referente de la actividad científica y académica y hoy con la publicación de nuestra revista, podemos decir que los objetivos se han cumplido.

M. SC. Lic. Ramiro Pablo Alanoca Copa
COORDINADOR DEL INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN
CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES



PRESENTACIÓN

Con mucha satisfacción presentamos la segunda edición de la revista científica "APORTES Y REFLEXIONES SOBRE EL CUERPO Y MOVIMIENTO" de la Carrera Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto.

La presente revista científica es un espacio académico de análisis, convergencia de aportes a la investigación desde la complejidad del desarrollo humano, el cual está dirigida la comunidad académica profesional que están inmersos en la exploración, análisis de experiencias y por su puesto del compartimiento de nuevos conocimientos relacionados al desarrollo integral de las personas desde la perspectiva de la Psicomotricidad y el Deporte.

En esta nueva edición se ha reunido variedad de artículos que abordan temáticas desde el conocimiento científico de la psicomotricidad y deportes como base del desarrollo integral en niños, niñas, adolescentes, jóvenes y personas de la tercera edad, realizado un análisis desde la diversidad de contextos y situaciones que permiten al individuo adaptarse al medio que lo rodea. Además, visualizar el desarrollo de las capacidades del individuo a través del movimiento del cuerpo y la práctica deportiva.

Con mucha humildad esperamos que la revista científica sea un recurso valioso para todos los interesados y apasionados con el estudio del desarrollo integral de las personas mediante el movimiento del cuerpo y la práctica del deporte.

Agradecemos a los autores por compartir nuevos conocimientos y a nuestras Máximas Autoridades Rector y Vicerrector de nuestra Universidad Pública de El Alto, por impulsar el desarrollo de la ciencia y la tecnología en nuestra universidad.

Bien venidos a la lectura de "**APORTES Y REFLEXIONES SOBRE EL CUERPO Y MOVIMIENTO** N° 2/2024"

Dr. Antonio S. López Andrade Ph.D.

DIRECTOR DE INVESTIGACIÓN CIENCIA Y TECNOLOGÍA DICyT – UPEA



INDICE

<i>INFLUENCIA DE LAS CONDICIONES SOCIOCULTURALES EN LA CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL DEL DEPORTISTA BOLIVIANO</i>	9
<i>ACTIVIDAD FÍSICA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA BRASIL DE LA CIUDAD DE EL ALTO</i>	17
<i>IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD Y SU DESARROLLO EN NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL</i>	29
<i>INTERVENCIÓN PSICOMOTRIZ EN LA POSTURA DE NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS EN EL CENTRO INFANTIL “HAPPY ELMO” AÑO 2024</i>	35
<i>PSICOMOTRICIDAD Y EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN NIÑOS DE 8 a 12 AÑOS EN LA UNIDAD EDUCATIVA PEKÍN, CIUDAD DE EL ALTO, GESTIÓN 2024</i>	43
<i>INFLUENCIA DE LA NUTRICIÓN EN LA PSICOMOTRICIDAD TERAPÉUTICA DE ADULTOS MAYORES DE LA UNIDAD DE GERIATRIA DE LA CAJA NACIONAL DE SALUD, LA PAZ 2024</i>	51
<i>IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES EN LA GESTION 2024</i>	59
<i>RELEVANCIA DEL DESCANSO Y LA REGENERACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS EN ATLETAS DE LA CIUDAD DE LA PAZ DURANTE LA GESTION 2024</i>	67
<i>EQUILIBRIO Y COORDINACIÓN DURANTE EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE ESTUDIANTES DE LA CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES GESTIÓN 2024</i>	79
<i>IMPACTO DE LA DANZA Y EXPRESIÓN CORPORAL EN EL DESARROLLO NEUROPSICOPEDAGÓGICO DE ESTUDIANTES DE PSICOMOTRICIDAD- UPEA GESTIÓN 2024</i>	89
<i>DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO EN NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS DE LA LOCALIDAD DE COLQUENCHA, DEPARTAMENTO DE LA PAZ, 2024</i>	101
<i>INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO, GESTIÓN 2024</i>	111

*PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO EN FÚTBOL AMATEUR CLUB DEPORTIVO ACCIÓN
CON BALÓN, LIGA ATIPIRIS DISTRITO 8 CIUDAD DE EL ALTO, 2024* _____ 121

*EL BRAZILIAN JIU JITSU COMO MÉTODO EN EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DE LAS
PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN EL CLUB DEPORTIVO INFINIX DE LA
CIUDAD DE EL ALTO, GESTION 2024* _____ 129

*PSICOMOTRICIDAD COMO CARRERA UNIVERSITARIA EN LOS ESTUDIANTES DE LA
UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO DE LA GESTIÓN 2024* _____ 137

*IMPACTO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES EN NIÑOS
CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)* _____ 145

INFLUENCIA DE LAS CONDICIONES SOCIOCULTURALES EN LA CONSTRUCCIÓN DEL PERFIL DEL DEPORTISTA BOLIVIANO

SOCIOCULTURAL CONDITIONS INFLUENCE THE
CONSTRUCTION OF THE PROFILE OF THE BOLIVIAN
ATHLETE

José Conde Gonzales
DIRECTOR DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTE UPEA-EL ALTO
Josecondegonzales@gmail.com

RESUMEN

La presente investigación aborda la influencia de las condiciones socioculturales en la construcción del perfil del deportista boliviano, explorando factores clave como el contexto familiar y económico, la educación y formación, y la cultura deportiva. Se evidencia que los deportistas en Bolivia tienen importantes desigualdades que limitan su acceso a recursos y oportunidades, especialmente en zonas rurales o en contextos de bajos ingresos. La falta de infraestructura adecuada para las diversas disciplinas, programas de formación y apoyo en el proceso agrava estas brechas, lo que afecta el desarrollo de muchos deportistas, y en algunos casos, les impide alcanzar su máximo potencial.

A nivel de las disciplinas deportivas, las oportunidades de profesionalización también varían considerablemente según el nivel socioeconómico y el acceso a recursos. Mientras que en deportes populares como el fútbol, muchos atletas ven el deporte como una vía de movilidad social, en disciplinas más técnicas o exclusivas como el tenis o raquet, los deportistas tienden a provenir de familias con mayores recursos económicos. Para este trabajo se siguió un procedimiento descriptivo teórico, con enfoque cualitativo, también fue basado en revisión bibliográfica relacionada a los indicadores.

PALABRAS CLAVE Condiciones Socioculturales, Perfil del Deportista, contexto familia, educación y formación y cultura deportiva.

ABSTRACT

The present research addresses the influence of sociocultural conditions in the construction of the profile of the Bolivian athlete, exploring key factors such as the family

and economic context, education and training, and sports culture. It is evident that athletes in Bolivia have significant inequalities that limit their access to resources and opportunities, especially in rural areas or low-income contexts. The lack of adequate infrastructure for the various disciplines, training programs and support in the process aggravates these gaps, which affects the development of many athletes, and in some cases prevents them from reaching their maximum potential.

At the level of sports disciplines, professionalization opportunities also vary considerably depending on socioeconomic level and access to resources. While in popular sports such as football, many athletes see sport as a means of social mobility, in more technical or exclusive disciplines such as tennis or racquet, athletes tend to come from families with greater economic resources. For this work, a theoretical descriptive procedure was followed, with a qualitative approach, it was also based on a bibliographic review related to the indicators.

1. INTRODUCCIÓN

El deporte en Bolivia está profundamente influenciado por factores socioculturales que moldean la trayectoria de sus atletas. Entre estos factores, el contexto familiar y económico, la educación y formación, y la cultura deportiva juegan un papel decisivo en la construcción del perfil del deportista boliviano. Las condiciones económicas y el apoyo familiar determinan el acceso a recursos básicos como entrenadores, instalaciones y competencias, mientras que la formación académica y deportiva incide en el desarrollo integral del atleta. Además, la cultura deportiva, que varía significativamente entre diferentes regiones y grupos sociales, afecta la percepción y valoración del deporte como una posible Carrera.

A pesar de los esfuerzos para promover el deporte en diversas disciplinas, muchos deportistas en Bolivia enfrentan barreras estructurales que limitan su crecimiento. Las diferencias en el acceso a una formación adecuada, tanto académica como deportiva, y la falta de un entorno familiar que valore y apoye el desarrollo deportivo son desafíos recurrentes. Además, la escasa inversión en infraestructura deportiva, especialmente en áreas rurales, y la percepción del deporte como una actividad secundaria

en lugar de una carrera viable, agravan estas dificultades. La influencia de la cultura deportiva local también puede afectar la motivación y el compromiso de los jóvenes deportistas, especialmente en comunidades donde el deporte no es parte de la identidad cultural.

Esta investigación tiene como objetivo analizar cómo las condiciones socioculturales, especialmente el contexto familiar y económico, la educación y formación, y la cultura deportiva, influyen en la construcción del perfil del deportista boliviano. A través de un enfoque integral, se pretende comprender de qué manera estos factores limitan o favorecen el desarrollo deportivo, y ofrecer recomendaciones que permitan crear un entorno más equitativo e inclusivo para los atletas en Bolivia.

2. DESARROLLO

Teorías socioculturales y deportivas

Estas teorías se centran en la interacción entre los deportistas como individuos y su entorno, resaltando los factores como la cultura, la economía y la política afectan la experiencia deportiva. Entre estas podemos mencionar:

Teoría de la Práctica Social, Esta teoría, basada en las ideas de Pierre Bourdieu,

enfatisa cómo las prácticas deportivas están moldeadas por el capital cultural, social y económico. La forma en que las personas participantes en el deporte no solo dependen de sus habilidades individuales, sino también de su acceso a recursos y redes sociales.

Teoría de la Identidad Social, Esta teoría explora cómo la identidad de un individuo se forma a través de su pertenencia a grupos sociales, incluyendo equipos deportivos o comunidades. La identificación con un grupo puede influir en el rendimiento deportivo y en la motivación para participar.

Teoría de la Autodeterminación, La Teoría de la Autodeterminación se centra en la motivación intrínseca y extrínseca dentro del contexto deportivo. Esta teoría sugiere que los deportistas son más propensos a tener éxito cuando sienten que tienen control sobre su participación y cuando sus necesidades psicológicas básicas (competencia, autonomía y relación) están satisfechas. (Domínguez Montes & Navarro Zurita)

Impacto en el perfil del deportista

Las condiciones socioculturales influyen en varios aspectos del perfil del deportista boliviano:

La Motivación, Los deportistas motivados por factores intrínsecos (como la pasión por el deporte) tienden a tener un mejor desempeño. Sin embargo, aquellos que se enfrentan a presiones externas (como expectativas familiares o sociales) pueden experimentar estrés y agotamiento. "Se encontró que la motivación más importante se centra en la salud y entre los factores de desmotivación destacan los relacionados con la enfermedad y las lesiones" (Reynaga Estrada, García Santanna, Colunga Rodríguez, & Carrera Viver, 2017)

Resiliencia, La capacidad de adaptarse a situaciones adversas es fundamental. Los deportistas que provienen de contextos difíciles suelen desarrollar una mayor resiliencia, lo que les permite superar obstáculos en su carrera deportiva. "En los últimos años, la resiliencia ha sido un factor a considerar a la hora de evaluar el rendimiento deportivo" (Zubisarreta Cortadi, Arribas Galarraga, & Izaskun, 2023).

Los factores culturales, educativos, económicos de manera indirecta juegan un papel importante la automotivación

Identidad Deportiva, La forma en que los jóvenes se identifican como deportistas está influenciada por su entorno social. Aquellos que reciben apoyo y reconocimiento tienden a desarrollar una identidad más fuerte como atletas. "la escolaridad de los padres y su actividad económica, por ejemplo y sus percepciones sobre la equidad de género, se puede concluir la importancia de las condiciones socioculturales familiares en la conformación de las percepciones y opiniones de los estudiantes universitarios" (Guerrero Azpeitia, 2023).

Entonces, las condiciones socioculturales son determinantes en la construcción del perfil del deportista boliviano. La interacción entre factores económicos, educativos y culturales crea un contexto único que puede potenciar o limitar el desarrollo atlético. Para mejorar este perfil, es esencial fomentar un entorno que valore tanto la educación como el deporte, proporcionando así mayores oportunidades para los jóvenes atletas en Bolivia.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

Esta investigación es de carácter teórico y descriptivo, orientada al análisis de cómo las condiciones socioculturales influyen en

la construcción del perfil del deportista boliviano. Se basa en la revisión exhaustiva de la literatura existente, artículos académicos, informes oficiales y otras fuentes secundarias relacionadas con el contexto familiar y económico, la educación y formación, y la cultura deportiva en Bolivia. Para ello revisamos dentro de los factores socioculturales a: Contexto Familiar y Económico, Educación y Formación y Cultura Deportiva.

El diseño metodológico será cualitativo y se apoyará en el análisis de contenido de documentos y estudios relevantes que abordan los factores sociales, económicos, educativos y culturales que inciden en el desarrollo deportivo en el país.

En este sentido la investigación tiene su inicio a partir de la pregunta a ¿Cómo influyen las condiciones socioculturales en el desarrollo y las trayectorias de los deportistas bolivianos? Para ello nos trazamos el objetivo de Analizar influencia las condiciones socioculturales en la construcción del perfil del deportista boliviano

Como Fuentes de Información se tomó en cuenta, Revisión de literatura académica, Análisis de políticas públicas y normativas, Informes y estadísticas y Medios de comunicación y cultura popular.

4. RESULTADOS.

Dentro de los resultados obtenidos, estos son expresados mediante cuadros.

Cuadro N°1 Deportes de preferencia practicados en Bolivia

Deportes de equipo	Femenino	Masculino
Fútbol	89	59
Baloncesto	No está en el ranking	125
Voleibol	115	137

Fuente: elaborado con base a el autor Mancilla

Cuadro N°2 Deportes individuales practicados en Bolivia

Deporte individual	Femenino	Masculino
Atletismo	86	183
Natación	160	180

Fuente: Elaborado con base a el autor Mancilla

Interpretación. Al analizar el efecto de las condiciones socioculturales en el perfil de los deportistas según las disciplinas deportivas, se puede observar una variación significativa en los perfiles profesionales. En deportes de alta popularidad como el fútbol, los jugadores tienden a provenir de contextos familiares con bajos recursos económicos, donde el deporte se percibe como una posible vía de movilidad social. Sin embargo, las oportunidades de profesionalización y éxito se limitan para muchos debido a la escasez de infraestructura y apoyo sistemático. En disciplinas más técnicas como el tenis o el golf, el perfil del deportista es generalmente de un estrato socioeconómico más alto, dado que estos deportes requieren acceso a instalaciones exclusivas y entrenadores especializados, que suelen estar fuera del alcance de las familias de menores ingresos.

5. DISCUSIÓN

Factores socio culturales

Toda actividad tiene un efecto del contexto, el deporte no está exento de este, en esta seccion mencionamos alguno de estos factores:

El Contexto Familiar y Económico, juega un papel crucial en el desarrollo de los deportistas. La educación y la situación económica de los padres pueden determinar las oportunidades de acceso a

instalaciones deportivas, entrenadores y recursos necesarios para la práctica del deporte. Los atletas que provienen de familias con mayores recursos tienden a tener más acceso a entrenamientos de calidad y competiciones, lo que puede influir en su rendimiento y motivación. "la actitud social de los logros de los atletas se debió a su disciplina, alta fuerza de voluntad, determinación de ganar, ... Además, en base a los aspectos económicos" (Ujen Zenaal, Zuly Daima, & Rosi, 2023)

Educación y Formación, también impacta en el perfil del deportista. Muchos atletas bolivianos enfrentan el desafío de equilibrar sus estudios con el entrenamiento. Aquellos que logran una buena gestión del tiempo entre ambas actividades suelen desarrollar habilidades como la disciplina y la resiliencia, esenciales para el éxito en el deporte. El éxito de convertirse en un deportista nacional ciertamente no puede separarse de los diversos aspectos que influyen en él, ... el entusiasmo, la salud y los factores socioambientales como la residencia, la familia, educación y otros factores" (Ujen Zenaal, Zuly Daima, & Rosi, 2023)

Cultura Deportiva, en Bolivia es otro factor determinante. En muchas comunidades, el deporte puede no ser visto como una prioridad, lo que limita la participación juvenil y el desarrollo de talentos. Las tradiciones culturales y las percepciones sobre el deporte pueden afectar la motivación de los jóvenes para involucrarse en actividades deportivas. Por ejemplo, en contextos donde se valora más la educación académica que la deportiva, los jóvenes pueden optar por no dedicarse al deporte. "Dentro el proceso de cambio, que vivimos, el deporte juega un papel fundamental (...) Esto influye en la conformación de una sociedad comunitaria, productiva y revolucionaria, que revaloriza la

diversidad sociocultural del país" (MINEDU, pág. 6)

6. CONCLUSIONES

Primero concluimos que el perfil del deportista boliviano está fuertemente condicionado por las diversas influencias socioculturales que definen los éxitos y logros a los que se enfrenta a lo largo de su desarrollo. El contexto familiar y económico, la educación y formación, y la cultura deportiva juegan roles determinantes en la construcción de este perfil. Las limitaciones económicas, especialmente en áreas rurales y en familias de bajos recursos, restringen el acceso a una formación deportiva adecuada, lo que genera una desigualdad estructural entre los atletas que tienen mayores posibilidades de éxito y aquellos que enfrentan barreras para desarrollarse plenamente.

Por otro lado, la falta de una cultura deportiva sólida en muchos sectores de la sociedad boliviana reduce el reconocimiento del deporte como una opción de carrera viable, lo que lleva a que a la población tener una visión limitada de las oportunidades que el deporte puede ofrecer.

En cuanto a la educación y formación, la falta de programas deportivos especializados y de calidad en la mayoría de las instituciones educativas, tanto públicas como privadas, afecta el desarrollo de talentos jóvenes. A menudo, el acceso a entrenadores profesionales y programas de formación está limitado a áreas urbanas, lo que profundiza las brechas entre los deportistas de zonas rurales y los de las ciudades principales. La cultura deportiva, en muchas regiones de Bolivia, no está lo suficientemente desarrollada como para apoyar el crecimiento deportivo de los jóvenes, y esta percepción impacta negativamente

en el compromiso familiar y social con el deporte.

Al analizar el efecto de las condiciones socioculturales en el perfil de los deportistas según las disciplinas deportivas, se puede observar una variación significativa en los perfiles profesionales. En deportes de alta popularidad como el fútbol, los jugadores tienden a provenir de contextos familiares con bajos recursos económicos, donde el deporte se percibe como una posible vía de movilidad social. Sin embargo, las oportunidades de profesionalización y éxito se limitan para muchos debido a la escasez de infraestructura y apoyo sistemático. En disciplinas más técnicas como el tenis o el golf, el perfil del deportista es generalmente de un estrato socioeconómico más alto, dado que estos deportes requieren acceso a instalaciones exclusivas y entrenadores especializados, que suelen estar fuera del alcance de las familias de menores ingresos.

Por otro lado, deportes menos convencionales en Bolivia, como el raquetbol, han dado lugar a figuras de élite a pesar de las limitaciones socioeconómicas, gracias al apoyo de políticas deportivas específicas y programas que han permitido a los atletas superar las barreras culturales y económicas. Sin embargo, disciplinas como el atletismo, la natación o el ciclismo, que requieren una infraestructura más desarrollada y acceso constante a equipamiento especializado, muestran un perfil más limitado en términos de profesionalización, con atletas provenientes de contextos que logran sortear estas dificultades a través de esfuerzos individuales o familiares, más que por políticas sistemáticas de apoyo.

En síntesis, las condiciones socioculturales en Bolivia influyen profundamente en la construcción del perfil del deportista,

definiendo no solo las oportunidades de desarrollo profesional según la disciplina deportiva, sino también las trayectorias y aspiraciones de los atletas. Para reducir estas desigualdades y permitir un desarrollo más equitativo del deporte en el país, es fundamental fortalecer la cultura deportiva, mejorar el acceso a recursos y formación, y diseñar políticas públicas inclusivas que consideren las particularidades socioculturales de cada región y comunidad.

7. Bibliografía

Dominguez Montes, A., & Navarro Zurita, L. (s.f.). REVISTA DE EDUCACIÓN E INSPECCIÓN. Obtenido de LA MOTIVACIÓN EN LA EDUCACIÓN FÍSICA Y EL DEPORTE. REVISIÓN DE LA TAD: <https://usie.es/supervision21/index.php/Sp21/article/view/554>

Guerrero Azpeitia, L. (25 de Octubre de 2023). Percepciones de estudiantes universitarios sobre la equidad de género. Una revisión desde su contexto sociocultural. Obtenido de <https://www.semanticscholar.org/paper/Percepciones-de-estudiantes-universitarios-sobre-la-Guerrero-Azpeitia/e591b50972e53f216199b41af159c437033cb02c>

Mancilla Heredia, Julia Claudina, (2024). Integrando la Estadística en la Formación Deportiva Un Enfoque Innovador en Bolivia. Perspectivas, año 2017, N°53, mayo 2024. pp. 131- 167. Universidad Católica Boliviana "San Pablo". Sede de Cochabamba.

MINEDU, V. d. (s.f.). PLANES Y PROGRAMAS ÁREA TÉCNICA PRODUCTIVA. Obtenido de <https://red.minedu.gob.bo/repositorio/fuente/6284.pdf>

Reynaga Estrada, P., Garcia Santanna, J., Colunga Rodriguez, C., & Carrera Viver, G. (27 de Marzo de 2017). Cuaderno de Psicología del Deporte. Obtenido de

<https://revistas.um.es/cpd/article/view/301801/216531>

Ujen Zenaal, M., Zuly Daima, U., & Rosi, S. (Febrero 1 de 2023). Cakrawala Pendidikan. Obtenido de <https://journal.uny.ac.id/index.php/cp/article/view/52225/pdf>

Zubizarreta Cortadi, A., Arribas Galarraga, S., & Izaskun, L. (4 de Enero de 2023). Perfil

de un deportista resiliente en el rol de Orientación Motivacional y Diversificación en la práctica deportiva federada. Obtenido de <https://www.semanticscholar.org/paper/Perfil-del-deportista-resiliente-en-funci%C3%B3n-de-la-y-Zubizarreta-Cortadi-Arribas-Galarraga/ffccaafc2637486fb4201aff8e07575e341faf56c>

ACTIVIDAD FÍSICA EN LA FORMACIÓN INTEGRAL DE LOS ESTUDIANTES DE SEXTO AÑO DE SECUNDARIA DE LA UNIDAD EDUCATIVA BRASIL DE LA CIUDAD DE EL ALTO

PHYSICAL ACTIVITY IN THE COMPREHENSIVE TRAINING OF SIXTH YEAR SECONDARY STUDENTS OF THE BRASIL EDUCATIONAL UNIT OF THE CITY OF EL ALTO

Napoleón Guido Lipa Mamani
ASOCIACIÓN DE DOCENTES
CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES UPEA – EL ALTO
limanagui@gmail.com

RESUMEN

En este trabajo investigativo se expone el origen del problema evidenciado con un análisis crítico corto pero conciso y en el marco teórico las definiciones, fundamentaciones, tipos, característica, causas, efectos su desarrollo y beneficios relacionando la variable independiente como dependiente con elementos básicos de la práctica de la Actividad Física en la Formación Integral. La presente investigación tiene como objetivo el reconocer la importancia de la Actividad Física y aplicar los conocimientos en el transcurso de nuestra vida, hacer relevancia sobre su práctica como un factor que influyen en el desarrollo físico e intelectual para su formación integral con una perspectiva que asuma una visión y orientación, así entendida como el conjunto de conocimientos adquiridos por el ser humano a través de las prácticas de educación física, deporte y recreación, aplicando un diseño metodológico, un paradigma crítico propositivo, crítico porque diagnostica y analiza la situación actual de la problemática institucional. Como resultado se obtuvo el trabajo productivo, el diálogo y la comunicación lo que permite una verdadera conciencia en su formación integral con valores humanistas, actuando con libertad, derecho y justicia dentro de un paradigma constructivista de servicio social. Concluyendo que las actividades físicas, deportivas, recreativas son acciones en las que el estudiante desarrolla a la par con el razonamiento lógico, la inteligencia, el pensamiento, lo psicomotor y socio afectivo.

PALABRAS CLAVE: Axiológico, cultura, cosmovisión, constructivista, formación, integral, lúdico, ontológico, polivalente, valores.

ABSTRACT

This research paper exposes the origin of the problem, evidenced with a short but concise critical analysis and in the theoretical framework the definitions, foundations,

types, characteristics, causes, effects, development and benefits, relating the independent and dependent variable with basic elements of the practice of Physical Activity in Comprehensive Training. The present research aims to recognize the importance of Physical Activity and apply knowledge in the course of our lives, to make relevant this practice as a factor that influences physical and intellectual development for its comprehensive training with a perspective that assumes a vision and orientation, thus understood as the set of knowledge acquired by the human being through the practices of physical education, sport and recreation, applying a methodological design, a critical propositional paradigm, critical because it diagnoses and analyzes the current situation of the institutional problem. As a result, productive work, dialogue and communication were obtained, which allows a true awareness in its comprehensive training with humanistic values, acting with freedom, right and justice within a constructivist paradigm of social service. Concluding that physical, sports and recreational activities are actions in which the student develops, along with logical reasoning, intelligence, thought, psychomotor and socio-affective skills.

KEYWORDS: Axiological, culture, worldview, constructivist, training, integral, playful, ontological, multipurpose, values.

1. INTRODUCCIÓN

En el nuevo milenio buscamos proyecciones innovadoras en los ámbitos; social, cultural, deportivo, económico, científico y tecnológico, para generar producción sustentable, mejorando la calidad de vida, el área educativa deportiva recreativa no puede quedar aislada a dichos avances, debiendo ser orientada a tendencias de mejoras continuas, en este sentido este artículo demuestra a la transformación de estilos de interaprendizaje y gestión educativa para la formación integral.

Esta investigación está basada en el paradigma constructivista social de corte crítico que busca reestructurar las políticas educativas tradicionales vigentes con una intencionalidad de evaluación continua del proceso educativo, para explicar y comprender el fenómeno educativo deportivo recreativo, a través de los aspectos teóricos, epistemológicos y axiológicos, posibilidades y alternativas que surgen como procesos no concluidos, no acabados pero que si están en construcción para recuperar las intencionalidades de la dinámica de los procesos sociales, enfoque que considera

interrelacionar la teoría-práctica; que consiste en la explicación, descripción, interpretación y aplicación de un programa con resultados de eficiencia y eficacia que se deriva de la acción – reflexión - acción donde el profesional está involucrado completamente en el interaprendizaje.

Esta investigación fue realizada en la Unidad Educativa Brasil está basado, en lo que dimensiona un modelo pedagógico constructivista y que sin lugar a dudas permitirá la formación integral de los estudiantes con criterio personal, familiar, grupal y comunitario, está dividido en el siguiente esquema de investigación: métodos y materiales, resultados, discusión y conclusiones.

2. DESARROLLO

Teoría de la Actividad Física Integral (TAFI) postula que la actividad física es un componente esencial en la formación integral de los estudiantes de sexto año de secundaria, ya que:

Fomenta el desarrollo físico y motor.

Mejora la salud y bienestar.

Desarrolla habilidades sociales y emocionales.

Incrementa la concentración y rendimiento académico.

Promueve valores como disciplina, respeto y trabajo en equipo.

Principios básicos

Integralidad: la actividad física debe abordar aspectos físicos, emocionales y cognitivos.

Diversidad: variedad de actividades para satisfacer intereses y necesidades individuales.

Inclusión: acceso igualitario para todos los estudiantes.

Progresividad: actividades adaptadas a diferentes niveles de habilidad.

Evaluación continua: monitoreo y ajustes para mejorar el proceso.

Componentes

Educación física: desarrollo de habilidades motoras y físicas.

Deportes: fomento de la competencia saludable.

Actividades aeróbicas: mejora cardiovascular y respiratoria.

Juegos tradicionales: fomento de la socialización.

Educación para la salud: promoción de hábitos saludables.

Beneficios

Mejora del rendimiento académico.

Desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Incremento de la autoestima.

Reducción del estrés y ansiedad.

Preparación para una vida activa y saludable

3. MÉTODOS Y MATERIALES

La creciente demanda de la práctica de la actividad física y deportiva en nuestro país plantea la necesidad de impulsar su desarrollo de una manera organizada, científica y funcional; hasta el momento todas las acciones físicas, la atención de la práctica deportiva ha sido realizada empíricamente, recurriendo a autodidactas que alguna vez formaron una selección deportiva, lo que crea la necesidad de la enseñanza especializada para atender la iniciación, desarrollo y promoción de la actividad Física y del deporte aficionado. A lo largo de la historia en la ciudad de El Alto que es la cuna de grandes deportistas ha obtenido importantes resultados en competencias deportivas a nivel nacional e internacional, sin embargo, en la mayoría de los casos ha sido producto de acciones aisladas o por voluntad propia.

La investigación se desarrolla bajo los lineamientos del Paradigma Crítico Propositivo, Crítico porque diagnostica y analiza la situación actual de la problemática institucional y Propositivo porque propone una alternativa de solución al problema detectado, yendo más allá del diagnóstico y el análisis, busca la comprensión de fenómenos con un enfoque contextualizado asumiendo una realidad. Es de corte cuantitativo, porque luego de la recolección de la información, se realiza un análisis y luego su interpretación.

El diseño de la investigación, responde a dos modalidades. La Bibliográfica-documental y la de campo.

Es documental bibliográfico porque se acudió a fuentes de consulta tales como libros, textos, internet, los cuales permitieron utilizar diversidad de

conceptos registrados en determinados documentos para llevar a cabo la investigación propuesta, sobre la actividad Física en el desarrollo integral. Los métodos de investigación bibliográfica serán los caminos que permitan ubicar y seleccionar la información necesaria para sustentar la investigación.

De campo, porque la investigación se la realizará en el lugar de los hechos, en la que se produce esta investigación, tomando contacto en forma directa con la realidad, para obtener información de acuerdo con los objetivos propuestos, esto es en los estudiantes del sexto año de educación secundaria de la ciudad de El Alto.

En referencia los tipos de investigación, se utilizó la exploratoria, porque se describe las características y particularidades del problema en el contexto investigado para realizar esta investigación, el investigador se pondrá en contacto con la realidad, y podrá identificar el problema a estudiarse, permitiéndole que con su conocimiento e indagación científica, plantee y formule hipótesis para dar una posible solución al mismo.

Descriptivo porque en esta investigación se detallan las causas y consecuencias del problema estudiado, en lo que se refiere a la Cultura Física en el desarrollo integral de los estudiantes, es de medición precisa, porque tiene interés de acción social, comparando entre dos o más fenómenos situaciones o estructuras, clasificando elementos, modelos de comportamiento, según determinados criterios, caracteriza a una comunidad, distribuye datos, variables, considerados aisladamente.

En referencia a la población y muestra, para realizar la investigación en los estudiantes del sexto año de secundaria de la Unidad Educativa Brasil de la ciudad de El Alto, período Mayo 2024 –

septiembre 2024, se procedió a aplicar las encuestas a 90 estudiantes.

INFORMANTES	FRECUENCIA	PORCENTAJE
AUTORIDADES	2	2
DOCENTES	4	4
Estudiantes	90	100
TOTAL	96	100

Cuadro N° 1. Población y muestra.

Elaboración propia

Entre las técnicas e Instrumentos de Recolección de la Información, se utilizó la encuesta, que según HERRERA E. Luis y otros, (2008) "la encuesta es una técnica de recolección de información, por la cual los informantes responden por escrito a preguntas entregadas por escrito" (p.120)

La encuesta, necesita el apoyo de un cuestionario, este instrumento es una serie de preguntas impresas sobre hechos y aspectos que interesan investigar las cuales son contestadas por la población o muestra de estudio.

También se aplicó la entrevista, que sirve de enlace entre los objetivos de la investigación y la realidad estudiada. La finalidad de éste, es obtener, de manera sistemática información de la población investigada, sobre las variables que interesan estudiar. Esta información generalmente se refiere a lo que las personas encuestadas son, hacen, opinan, sienten, esperan, aman, o desprecian, aprueban y desaprueban, a los motivos de sus actos, entre otros. El cuestionario dirigido a los docentes de la actividad Física y estudiantes de sexto año de secundaria de la Unidad Educativa Brasil de la ciudad del Alto.

En cuanto a la validez y confiabilidad, según HERRERA E Luis y otros, (2008) "una medición es confiable o segura cuando aplicada repetidamente a un mismo

individuo o grupo, o al mismo tiempo por investigadores diferentes, proporcionan resultados iguales o parecidos".(Pag.124)

El plan de recolección de información contempla metodológicas requeridas por los objetivos e hipótesis de investigación, de acuerdo con el enfoque escogido.

Para concretar la descripción del plan de recolección conviene contestar a las siguientes preguntas:

PREGUNTAS BÁSICAS	EXPLICACIÓN
¿Para qué?	Para alcanzar los objetivos de investigación
¿De qué personas u objetos?	Maestros y estudiantes.
¿Sobre qué aspectos?	La Actividad Física en la Formación Integral
¿Quién?	Lic. Napoleón G. Lipa Mamani
¿Quiénes?	Estudiantes de sexto año de secundaria.
¿A quiénes?	Periodo septiembre 2024- octubre 2014
¿Cuándo?	Unidad Educativa Brasil
¿Dónde?	Dos veces
¿Cuántas veces?	Observación- Encuesta.
¿Qué técnicas de recolección?	Ficha de observación, Cuestionario estructurado.
¿Con que?	

Cuadro N° 4. Recolección de Información

Elaboración propia

4. RESULTADOS

Una vez realizada la investigación en la institución sobre: La Cultura Física en la Formación Integral, en los estudiantes del sexto año de secundaria de la Unidad

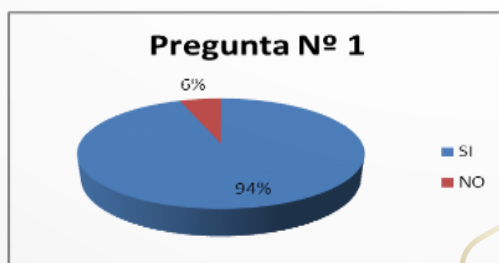
Educativa Brasil de la ciudad de El Alto, se desprende que no hay otro trabajo relacionado con el tema por lo que será el primero en realizar esta actividad que sin lugar a dudas redundará en beneficio de los estudiantes, así como de la comunidad.

En base a las encuestas aplicadas a los estudiantes se han obtenido los siguientes resultados, los mismos que arrojan las siguientes interpretaciones.

1. ¿Le gusta realizar actividades físicas?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	85	94
NO	5	6
TOTAL	90	100

Cuadro N° 5. Pregunta N° 1



Fuente: Encuesta

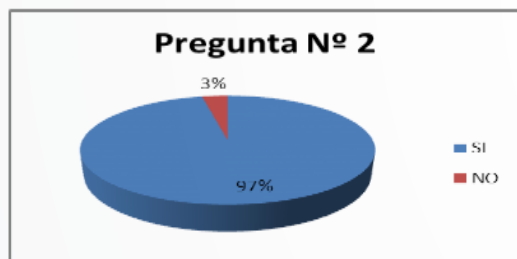
Elaborado por : Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

De las encuestas realizadas a los 90 estudiantes, con respecto a esta pregunta el 94% que corresponde a 85 encuestados respondieron que si les gusta realizar actividades físicas y el 6% correspondiente 5 estudiantes no practican la actividad física. Esto indica estudiantes si les gusta realizar actividades físicas.

2. ¿Con la práctica de la Cultura Física identifica manifestaciones socio-culturales?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	87	97
NO	3	3
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

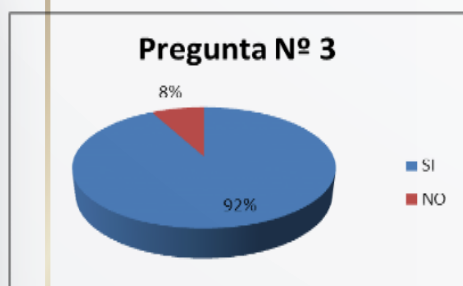
Elaborado por : Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

El 97% de los estudiantes que corresponde a 87, dice que, si se identifican las manifestaciones culturales, el 3% que corresponde a 3 estudiantes no tienen conocimiento. Esto indica que los estudiantes que con la práctica de la Cultura Física identifica manifestaciones socio-culturales.

3. ¿Con la práctica de la Educación Física mejora sus capacidades físicas?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	83	92
NO	7	8
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

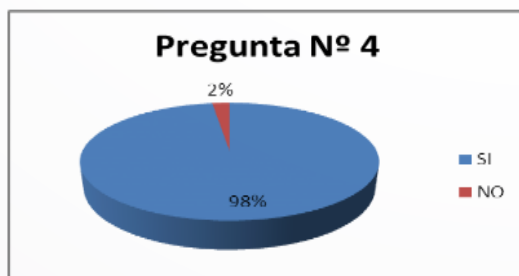
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

El 92% correspondiente a 83 estudiantes indican que la práctica de la Educación Física mejora sus capacidades físicas, el 8% que corresponde a 7 estudiantes desconocen lo preguntado. Esto indica que Con la práctica de la Educación Física mejora sus capacidades físicas.

4. ¿Las actividades-deportivas, recreativas que oferta la institución propende la formación integral?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	88	98
NO	2	2
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

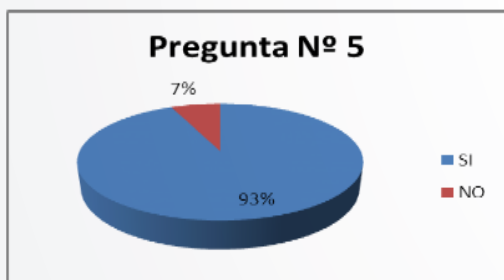
Análisis e interpretación.

El 98% que corresponde a 88 estudiantes responde que las disciplinas deportivas que oferta la institución si ayudan en la formación integral, el 2% que son 2 estudiantes responden que no es cierto. Esto indica que las actividades-deportivas, recreativas que oferta la institución propende la formación integral

5. ¿Considera Ud. que los postulados de la actividad Física para una formación

integral en los estudiantes se están cumpliendo?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	84	93
NO	6	7
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

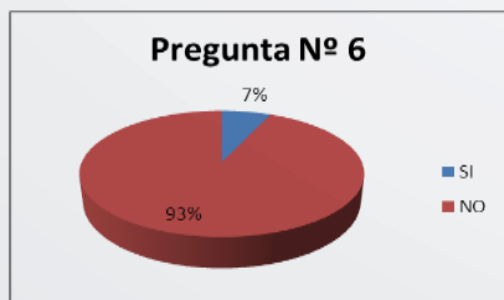
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

El 93% que son 84 estudiantes opinan que es verdadero que los postulados de la actividad Física práctica propenden al mejoramiento de una Formación Integral, el 7% que son 6 no lo piensan así. Esto indica que los postulados de la actividad Física se están cumpliendo para una formación integral en los estudiantes.

6. ¿La práctica deportiva propicia el dialogo, la comunicación, la creatividad y desarrollo del pensamiento?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	6	7
NO	84	93
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

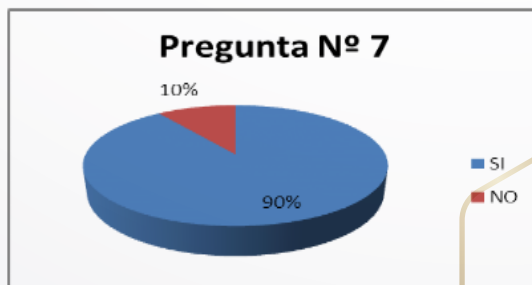
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

Los estudiantes en un 7% correspondiente a 6 estudiantes, opinan, que la práctica deportiva propicia el dialogo, la comunicación, la creatividad y desarrollo del pensamiento, y el 93% que son 84 estudiantes opinan lo contrario. Esto indica que la práctica deportiva propicia el dialogo, la comunicación, la creatividad y desarrollo del pensamiento

7. ¿Los conocimientos sobre las actividades físicas- deportivas-recreativas le sirven para ponerlo en práctica en su diario vivir?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	81	90
NO	9	10
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

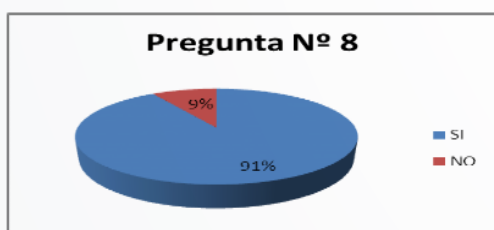
Análisis e interpretación.

Los estudiantes opinan en un 90% correspondiente a 81 encuestados que, las actividades físicas- deportivas-recreativas le sirven para ponerlo en práctica en su diario vivir los postulados mientras que el 10% que son 9 no opinan lo mismo. Lo que podemos indicar es que los conocimientos sobre las actividades

físicas-deportivas-recreativas le sirven para ponerlo en práctica en su diario vivir.

8. ¿La práctica de las actividades físicas recreativas propenden al mejoramiento físico e intelectual de los estudiantes?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	82	91
NO	8	9
TOTAL	90	100



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

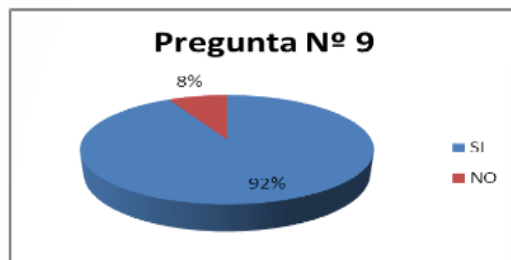
Análisis e interpretación.

El 91% correspondiente a 82 encuestados manifiestan que las La práctica de las actividades físicas recreativas propenden al mejoramiento físico e intelectual de los estudiantes, no piensan así el 9% que son 8 estudiantes. Esto indica que La práctica de las actividades físicas recreativas propende al mejoramiento físico e intelectual de los estudiantes.

9. ¿Los docentes de actividad Física aprovechan las experiencias y conocimientos para compartir nuevos procesos de aprendizaje?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	83	92
NO	7	8
TOTAL	90	100

Fuente: Encuesta



Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

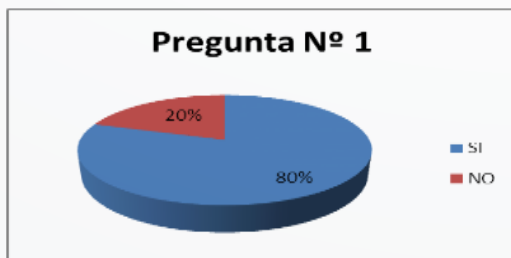
Análisis e interpretación.

Los estudiantes respondieron que los docentes de la institución aprovechan las experiencias y conocimientos para compartir nuevos procesos de aprendizaje en un 92%, y el 8% correspondiente a 8 estudiantes no piensan así. Esto indica que los docentes de actividad Física aprovechan las experiencias y conocimientos para compartir nuevos procesos de aprendizaje

Análisis de los resultados de autoridades y docentes.

1. ¿Cree usted que a los estudiantes les gusta realizar actividades físicas?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



Fuente: Encuesta

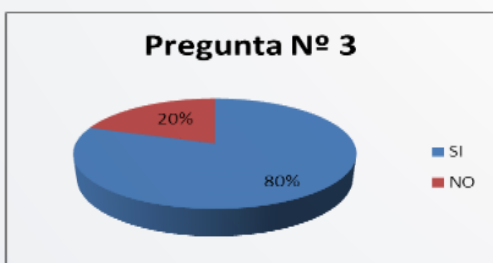
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

De los datos obtenidos en las encuestas realizadas a los 5 encuestados, con respecto a esta pregunta el 80% que corresponde a 4 encuestados respondieron que si les gusta realizar actividades físicas y el 20% correspondiente 1 estudiante no practica la actividad física. Esto indica que a los encuestados si les gusta realizar actividades físicas.

2. ¿En el proceso enseñanza-aprendizaje de las actividades físicas-deportivas-recreativas el docente propende la formación integral de sus estudiantes?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



Fuente: Encuesta

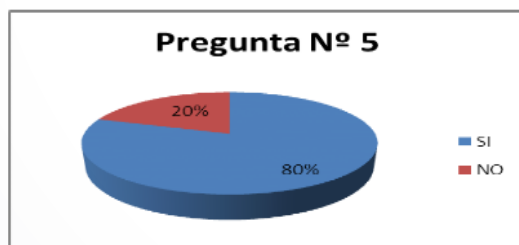
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

El 80% que corresponde a 4, los encuestados responden que el proceso enseñanza-aprendizaje de las actividades físicas-deportivas-recreativas el docente propende la formación integral de sus estudiantes, el 20% que es 1 encuestado responden que no es cierto. Esto indica que la enseñanza-aprendizaje de las actividades físicas-deportivas-recreativas el docente propende la formación integral de sus estudiantes

3. ¿El desarrollo físico e intelectual de los estudiantes en su diario vivir se sustenta en la práctica cotidiana de las actividades físicas-deportivas-recreativas?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



Fuente: Encuesta

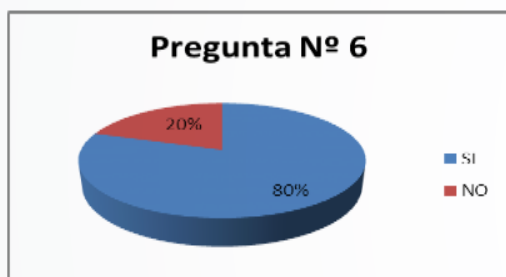
Elaborado por: Lic. Napoleon G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

Los encuestados opinan en un 80% correspondiente a 4 encuestados, que las actividades físicas-deportivas-recreativas se sustentan en la práctica cotidiana, mientras que el 20% que es 1 no opina lo mismo. Esto indica que el desarrollo físico e intelectual de los estudiantes en su diario vivir se sustenta en la práctica cotidiana de las actividades físicas-deportivas-recreativas.

4. ¿Estarían dispuestos a participar con los estudiantes en talleres extracurriculares de Cultura Física en actividades para su formación integral?

Escala de valoración	Población	Porcentaje
SI	4	80
NO	1	20
TOTAL	5	100



Fuente: Encuesta

Elaborado por: Lic. Napoleón G. Lipa M.

Análisis e interpretación.

El 80% correspondiente a 4 de los encuestados respondieron que si participarían en talleres extracurriculares de actividad Física en actividades para su formación integral, y el 20% correspondiente a 1 encuestado respondió que no les sirve participar en los talleres.

5. DISCUSIÓN

El ser humano necesita ser influenciado con hábitos de practicar las actividades físicas como vía para la consecución de los más grandes objetivos plasmados en acrecentar las funciones que lleva intrínsecamente la práctica de las actividades Física promoviendo una salud integral para atender las necesidades sociales.

Lo enunciado anteriormente no cristaliza en la formación y desarrollo de los estudiantes, en razón de que los docentes no colaboran en la construcción de una sociedad justa y democrática, no hay conciencia de su formación en valores como la solidaridad, no hay la tenacidad, perseverancia, sentido de pertenencia, generando profesionales que no les permite potenciar sus capacidades físicas e intelectuales y mejorar la convivencia, no aprovechan todos los recursos didácticos técnicos y tecnológicos a su alcance y que logren un nivel óptimo de

preparación en actividades físicas-deportivas-recreativas que contribuyan a su formación integral, a la conservación y mejoramiento de la salud y consoliden hábitos de práctica sistemática de ejercicios que perduren en la vida familiar, social y profesional, así como también no aprovechan la utilización correcta del tiempo libre, para evitar el sedentarismo y lograr una mejor calidad de vida.

La inadecuada metodología de los docentes provoca en los estudiantes un nivel del rendimiento insatisfactorio, porque los alumnos no captan todos por igual, por esa razón es primordial utilizar estrategias activas de aprendizaje con los grupos de estudiantes más vulnerables, así también la desactualización y la aplicación tradicional de las actividades Físicas influyen en la Formación Integral pues hasta la presente no se ha dado el interés para la elaboración de proyectos extracurriculares relacionados a fortalecer la práctica de la Cultura Física generando un impacto negativo en las interrelaciones maestro alumno.

6. CONCLUSIONES

Después de desarrollar con la metodología, en el recabado de información y su respectivo análisis, se llega a las siguientes conclusiones:

- En la mayoría de estudiantes encuestados les gusta realizar actividades físicas en las diferentes disciplinas deportivas y opinan que dichas actividades propician una buena salud.
- Las actividades físicas, deportivas, recreativas son acciones en las que el estudiante desarrolla a la par con el razonamiento lógico, la inteligencia, el pensamiento, lo psicomotor y socio afectivo.
- Los encuestados coinciden que con la práctica de las actividades físicas y deportivas se evita el ocio,

se aprovecha el tiempo libre y se mejora la calidad de vida.

- Los estudiantes están claros que el aprendizaje es un proceso de interrelación en el que se va adquiriendo conocimientos, habilidades, destrezas, actitudes, tomando en cuenta conceptos, experiencias, ideas, instrucciones, reglas y actuaciones para su formación integral.

7. BIBLIOGRAFÍA:

Carratala, V. y Carratala, E. (1999). *El judo en edades tempranas. Una propuesta de competición*. Ponencia en el I Congreso sobre la actividad física

Ari y Razavich. (2015). Investigación Científica Social. Editorial Kapelusz. Buenos Aires – Argentina.

Ballesteros, J. y Alvarez, J. (2010). Manual didáctico de Atletismo. Colección de Educación Física. Editorial Kapelusz. Buenos Aires - Argentina.

Basco, M. (2012). Perfiles ocupacionales por competencias. Editorial Universidad

Pedagógica Franck Pais García. Cuba.

Dyson, G. (2016). Mecánica del Atletismo. Editorial Instituto Nacional de Educación Física y Deportes. Madrid – España.

Donskoi, D. (2020). Biomecánica con fundamentos de la técnica deportiva. Editorial Pueblo y Educación. La Habana – Cuba.

Garcia, M. (2014). El juego predeportivo en la Educación Física y el Deporte. Editoria Pila Teleña. Madrid – España.

IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD Y SU DESARROLLO EN NIÑOS Y NIÑAS DEL NIVEL INICIAL

IMPORTANCE OF PSYCHOMOTORTICITY AND ITS DEVELOPMENT IN BOYS AND GIRLS AT THE INITIAL LEVEL

Ramiro Pablo Alanoca Copa
DOCENTE UPEA - EL ALTO
alanocaramiro09@gmail.com

RESUMEN

La psicomotricidad es crucial en el desarrollo integral de los niños y niñas en la primera infancia. En el contexto boliviano, y específicamente en el departamento de La Paz, es fundamental comprender cómo esta disciplina influye en el aprendizaje y el desarrollo social de los más pequeños. Este artículo analiza la importancia de la psicomotricidad, presenta datos estadísticos relevantes y examina la situación actual en el nivel inicial. La psicomotricidad fomenta la percepción espacial y la coordinación, y ayuda en la regulación de las emociones y el comportamiento de los niños y niñas. Un enfoque educativo que promueva actividades psicomotrices facilita un aprendizaje más dinámico e inclusivo, permitiendo que los niños y niñas puedan explorar y de esta manera aprendan de manera integral.

El desarrollo psicomotor está formado por una serie de aprendizajes que el ser humano realiza a través del movimiento. El movimiento es un acto voluntario dirigido a un fin determinado, algo planificado e intencionado, es más que la contracción de algún músculo. A través del movimiento exploramos y experimentamos con el mundo que nos rodea y así conocemos los límites de nuestro cuerpo y nuestras capacidades. Incorporar ejercicios psicomotrices en el currículo del nivel inicial no solo promueve el desarrollo físico, sino que también refuerza aspectos cognitivos y emocionales esenciales para un crecimiento equilibrado.

PALABRAS CLAVE: Desarrollo, Psicomotricidad, Movimiento, Neuromotricidad.

ABSTRACT

Psychomotor skills are a crucial aspect in the comprehensive development of boys and girls in early childhood. In the Bolivian context, and specifically in the department of La Paz, it is essential to understand how this discipline influences the learning and social development of the little ones. This article analyzes the importance of psychomotor skills, presents relevant statistical data and examines the current situation at the initial level. Psychomotor skills promote spatial perception and coordination, and help in the regulation of children's emotions and behavior. An educational approach that promotes

psychomotor activities facilitates more dynamic and inclusive learning, allowing boys and girls to explore and thus learn in a comprehensive way.

Psychomotor development is made up of a series of learning that human beings carry out through movement. Movement is a voluntary act directed towards a specific goal, something planned and intentional, it is more than the contraction of a muscle. Through movement we explore and experiment with the world around us and thus we know the limits of our body and our capabilities. Incorporating psychomotor exercises into the initial level curriculum not only promotes physical development, but also reinforces cognitive and emotional aspects essential for balanced growth.

KEYWORDS: Development, Psychomotor skills, Movement, Neuromotor skills.

1. INTRODUCCIÓN

Se debe considerar la importancia del desarrollo de la psicomotricidad en niños y niñas, ya que esto permite que estén en contacto con el ambiente que les rodea, potenciando el proceso de enseñanza y aprendizaje y permitiendo el desarrollo de los infantes. Es por esto que en la etapa escolar los niños aprenden a través de actividades motrices, esto les permite la interacción con su medio; por esta razón la psicomotricidad es considerada una herramienta que ayuda al estudiante a tomar conciencia del tiempo, espacio y de su cuerpo (Hernández, 2021).

Según Mila (2018), señala a la psicomotricidad como una disciplina que tendrá diferentes prácticas, aplicando distintas técnicas según el objeto de estudio considerando las manifestaciones, limitaciones del cuerpo, esto permite generar la estrategia a demanda de las necesidades de los sujetos investigados. En este sentido podemos resaltar a la psicomotricidad con una visión de la globalidad de la persona donde se integran las diferentes dimensiones cognitivas, emocionales, sensoriales y motrices y sus acciones manifestadas a través de la capacidad de expresarse en diferentes contextos de su desarrollo.

El desarrollo de la psicomotricidad permite favorecer la adaptación del niño y niña al

contexto con el que se relaciona. Esto está condicionado por la maduración global y estrechamente unida al desarrollo afectivo, cognitivo, psicosocial y emocional.

Bases neurobiológicas del desarrollo psicomotor

Es importante tomar en cuenta que el desarrollo y maduración del sistema nervioso se produce en la etapa prenatal y posnatal del niño o niña, en el que se pueden distinguir dos momentos clave: primero la neurogénesis y luego la maduración. Este último es esencial en la adquisición gradual de las destrezas psicomotoras, pues es necesario considerar que las áreas motoras implicadas maduren para que se perfeccionen estas destrezas en el desarrollo del niño y niña.

Importancia de la Psicomotricidad en el desarrollo infantil

- **Desarrollo Motor:** La psicomotricidad favorece el desarrollo de habilidades motoras tanto gruesas como finas. La motricidad gruesa se refiere a habilidades como correr, saltar y lanzar, mientras que la motricidad fina involucra acciones más precisas, como el agarre de objetos y la escritura. Un desarrollo

motor adecuado es esencial para la autonomía y la participación en actividades diarias.

- **Desarrollo Cognitivo:** Las actividades psicomotrices estimulan procesos cognitivos fundamentales. El movimiento y la actividad física están vinculados a la mejora de la atención, la memoria y la concentración. La interacción entre el cuerpo y la mente en estas actividades favorece un aprendizaje más significativo.
- **Desarrollo Emocional y Social:** A través de juegos y actividades grupales, los niños aprenden a compartir, colaborar y resolver conflictos. La psicomotricidad también ayuda a regular las emociones, promoviendo una autoestima positiva y una mejor autoconfianza.
- **Prevención de Problemas:** Un enfoque en la psicomotricidad puede ayudar a prevenir problemas de desarrollo. Según la Organización Mundial de la Salud, el 15% de los niños en edad preescolar pueden experimentar algún tipo de trastorno del desarrollo. La implementación de programas de psicomotricidad puede disminuir este porcentaje al abordar áreas críticas desde una edad temprana.

En la actualidad podemos contar con bastante información teórica sobre la importancia del desarrollo psicomotor en los niños y niñas del nivel inicial, pero también podemos identificar que existen deficiencias en su aplicación concreta, donde se devuelven los niños y niñas con las propias características de ese contexto educativo. Todo esto implica conocer a la infancia no solo es un concepto social o como fracción de una población en el

contexto mundial. En la actualidad, la infancia es un factor social que plantea nuevas reflexiones sobre su rol, desde la perspectiva de la sociedad, la cultura y la educación.

2. DESARROLLO

La psicomotricidad y el desarrollo del niño y niña

La psicomotricidad es parte del desarrollo de todo ser humano, relaciona dos aspectos: Funciones neuromotrices, que dirigen la actividad motora, el poder para desplazarnos y realizar movimientos con nuestro cuerpo como gatear, caminar, correr, saltar, coger objetos, escribir, etc. y las funciones psíquicas, que engloba procesos de pensamiento, atención selectiva, memoria, pensamiento, lenguaje, organización espacial y temporal.

La psicomotricidad es un aspecto fundamental en el desarrollo integral de niños y niñas en el nivel inicial (de 3 a 6 años). A continuación, te presento su importancia y cómo se desarrolla:

Importancia de la Psicomotricidad

- **Desarrollo motor:** Mejora la coordinación, equilibrio, fuerza y destreza.
- **Integración sensorial:** Ayuda a procesar y organizar información sensorial.
- **Autocontrol y regulación emocional:** Fomenta la gestión de emociones y conductas.
- **Desarrollo cognitivo:** Relacionado con la memoria, atención y resolución de problemas.
- **Socialización y comunicación:** Favorece la interacción y expresión.
- **Autoestima y confianza:** Contribuye a la formación de una imagen positiva de sí mismos.

- Preparación para la lectura y escritura: Desarrolla habilidades previas para la alfabetización.

Etapas del Desarrollo Psicomotor

- Etapa prepsicomotora (3-4 años): Exploración sensorial y motora básica.
- Etapa psicomotora (4-5 años): Desarrollo de habilidades motoras finas y gruesas.
- Etapa de integración psicomotora (5-6 años): Coordinación y control motor refinado.

Actividades para Fomentar la Psicomotricidad

- Juegos de movimiento: Correr, saltar, trepar, equilibrio.
- Actividades manipulativas: Puzzles, rompecabezas, dibujar.
- Juegos de coordinación: Lançamiento de objetos, equilibrio en un pie.
- Actividades rítmicas: Música, baile, movimiento creativo.
- Juegos de role-playing: Imitación, dramatización.
- Actividades de equilibrio y coordinación: Caminar sobre una línea, equilibrio en un balance.
- Juegos de resolución de problemas: Laberintos, juegos de estrategia.

Estrategias para Padres y Educadores

- Crear un ambiente seguro y estimulante.
- Fomentar la exploración y experimentación.
- Proporcionar retroalimentación positiva.
- Estimular la creatividad y imaginación.
- Incorporar actividades físicas regulares.
- Observar y evaluar el progreso.

- Colaborar con profesionales de la salud si se detectan dificultades.

Beneficios a Largo Plazo

- Mejora del rendimiento académico.
- Desarrollo de habilidades sociales y emocionales.
- Mayor autoconfianza y autoestima.
- Reducción del estrés y ansiedad.
- Mejora de la coordinación y equilibrio.
- Fomento de la creatividad y imaginación.
- Preparación para actividades deportivas y físicas.

Recursos Adicionales

- Ministerio de Educación de tu país.
- Asociaciones de Psicomotricidad.
- Libros especializados.
- Sitios web educativos.
- Consultas con profesionales de la salud y educación.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

Esta es una investigación de carácter documental o también conocida como revisión bibliográfica donde puede ser aplicada a cualquier ámbito de la investigación para determinar la importancia del mismo y asegurar la originalidad de una investigación. Además, permite que otros investigadores consulten las fuentes bibliográficas citadas, pudiendo entender y quizá continuar el trabajo realizado, el cual permitirá brindar mayores aportes en este ámbito.

4. RESULTADOS

La situación actual en La Paz muestra una clara necesidad de priorizar la psicomotricidad en la educación inicial. Los datos estadísticos revelan que la mayoría de los niños presentan retrasos en el desarrollo motor, lo cual puede tener un

impacto negativo en su desempeño académico y social a largo plazo. La falta de formación docente y de recursos adecuados es un obstáculo significativo que requiere atención.

Un informe del Ministerio de Educación de Bolivia (2022) reveló que el 60% de los niños en edad preescolar en áreas urbanas presenta retrasos en el desarrollo motor debido a la falta de actividades psicomotrices adecuadas en el currículo escolar.

A partir de la investigación realizada se plantea implementar juegos en las actividades que desarrollan los niños y niñas, potencializando las destrezas y visibilizando sus comportamientos de manera permanente. Para ello, la educadora o el educador deberá emplear realizando actividades de juegos con y sin materiales, estructurados o libres, debiendo adecuar de acuerdo al contexto de los niños y niñas, esto permitirá generar acciones que permitan lograr un desarrollo de la psicomotricidad de manera integral. Estos aspectos son de mucha importancia de la psicomotricidad en el desarrollo integral de los niños en Bolivia, y cómo su implementación en el ámbito educativo puede tener un impacto positivo significativo.

5. DISCUSIÓN

La etapa de la infancia es considerada una etapa muy importante para lograr el desarrollo la psicomotricidad del niño y niña, existen una variedad de estudios e investigaciones que proporcionan una información acerca del desarrollo del cerebro durante los primeros seis años de vida y sobre todo la importancia de la estimulación sensorial en los niños y niñas a temprana edad. A partir de esta etapa existe un contacto con el entorno o contexto a través de los sentidos y del movimiento; donde puede tocar, manipular y explora los objetos de su

entorno, en los primeros meses puede realizar sus primeros movimientos, puede levantar y girar su cabeza, luego sentarse, gatear, ponerse de pie para luego desplazarse de manera independiente, posteriormente podrá realizar mayores destrezas como correr y saltar.

- **Capacitación Docente:** Implementar programas de formación continua para educadores en el área de psicomotricidad, asegurando que tengan las herramientas necesarias para fomentar el desarrollo integral de los niños.
- **Inversión en Infraestructura:** Mejorar la infraestructura de las escuelas de nivel inicial para incluir espacios y materiales que faciliten actividades psicomotrices.
- **Políticas Educativas:** Promover políticas educativas que integren la psicomotricidad como parte esencial del currículo de educación inicial, reconociendo su rol en el desarrollo integral.

6. CONCLUSIÓN

La psicomotricidad es vital para el desarrollo integral de los niños y niñas en el nivel inicial. En La Paz, la situación actual refleja desafíos significativos que requieren atención inmediata. Fomentar la psicomotricidad no solo beneficiará a los niños en su desarrollo motor y cognitivo, sino que también contribuirá a una sociedad más saludable y con mayores oportunidades de aprendizaje. Es esencial que se implementen estrategias efectivas para superar los obstáculos actuales y asegurar un futuro prometedor para los más pequeños.

La psicomotricidad es esencial para el desarrollo integral de los niños y niñas. La falta de formación docente, la escasez de recursos y un enfoque académico limitado son barreras que deben ser

abordadas para asegurar que todos los niños tengan acceso a un desarrollo motor y cognitivo adecuado. Fomentar la psicomotricidad puede contribuir significativamente a mejorar la calidad de la educación y el bienestar de los más pequeños.

7. BIBLIOGRAFÍA

Asociación Internacional de Psicomotricidad y Educación (AIPE). (2020). *Fundamentos de la psicomotricidad en la educación infantil*.

Barrera, H., Flor, A., y Flor, F. (2018). *Estimulación temprana y desarrollo psicomotor en niños de 4 a 5 años*. Ciencia Digital, 2(1), 61-74. Recuperado de <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v2i1.5>

Cushqui Yanchaguano Joselyn Lizbeth (2023). Desarrollo psicomotor y aprendizaje en niños de educación inicial de unidades educativas públicas y privadas. Ecuador: Ambato

Hernández, Y. M. (2021). La psicomotricidad fina y la iniciación de la

escritura en los estudiantes de 1º grado de educación primaria

Gonzales Remigio, C. K. . (2022). *El desarrollo psicomotor y el aprendizaje de la iniciación de la lectoescritura en el nivel inicial*. Horizontes. Revista De Investigación En Ciencias De La Educación, 6(22), 163–171.

<https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v6i22.324>

Ministerio de Educación de Bolivia. (2022). Informe sobre el desarrollo motor en la educación inicial.

Silva, A., et al. (2021). *Psicomotricidad y desarrollo infantil en Brasil*. Revista Brasileira de Educação.

Ovejero, M. (2013). *Desarrollo cognitivo y motor*. Madrid, España: Macmillan Iberia, S.A. Recuperado de <https://elibro.puce.elogim.com/es/ereader/puce/43265>

INTERVENCIÓN PSICOMOTRIZ EN LA POSTURA DE NIÑOS DE 6 A 8 AÑOS EN EL CENTRO INFANTIL "HAPPY ELMO" AÑO 2024

PSYCHOMOTOR INTERVENTION IN THE POSTURE OF CHILDREN FROM 6 TO 8 YEARS OLD AT THE "HAPPY ELMO" CHILDREN'S CENTER
YEAR 2024

Liavel Laura Chambi Alberto
DOCENTE UPEA – EL ALTO
andisminka@gmail.com

RESUMEN

El objetivo de la investigación es evaluar la efectividad de una intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años que asisten al Centro Infantil "Happy Elmo" de la ciudad de La Paz. El enfoque de investigación es cuantitativo, el tipo de investigación, es un estudio no experimental de tipo transversal descriptivo. La muestra es no probabilística, se aplicó, una encuesta a 10 padres de familia que tienen sus hijos entre 6 a 8 años de edad inscritos en el centro infantil, los resultados evidenciaron que la intervención psicomotriz es un enfoque valioso no solo para la mejora de la postura, sino también promueve un desarrollo integral en los niños. La técnica que se utilizó es encuesta y el instrumento es el cuestionario cerrado, realizado a 10 padres de familia que tienen sus hijos entre 6 y 8 años de edad que estén inscritos en centro infantil "Happy Elmo". El estudio concluye que para intervención psicomotriz se puede realizar, previo, pruebas para luego abordar aspectos físicos del desarrollo infantil como también el desarrollo emocional. La percepción positiva por parte de los padres y educadores del centro infantil con relación a la necesidad de estudios adicionales para ver el impacto de las intervenciones en el desarrollo psicomotor y emocional de los niños. Al fomentar la autoconfianza, mejora las habilidades sociales, regula las emociones y promueve la autonomía personal, la psicomotricidad se convierte en una herramienta esencial para el crecimiento integral de los niños.

PALABRAS CLAVE: intervención, niños, postura, psicomotriz.

ABSTRACT

The objective of the research is to evaluate the effectiveness of a psychomotor intervention of posture in children aged 6 to 8 years who attend the "Happy Elmo" Children's Center in the city of La Paz. The research approach is quantitative, the type of research is a non-experimental descriptive cross-sectional study. The sample is non-probabilistic, a survey was applied to 10 parents who have their children between 6 and 8 years of age enrolled in the children's center, the results showed that psychomotor intervention is a valuable approach not only for improving posture, but also promotes comprehensive development in children. The technique used is a survey and the instrument is the closed questionnaire, carried out by 10 parents who have their children

between 6 and 8 years of age who are enrolled in the "Happy Elmo" children's center. The study concludes that for psychomotor intervention, tests can be carried out beforehand to then address physical aspects of child development as well as emotional development. The positive perception by parents and educators of the child care center regarding the need for additional studies to see the impact of interventions on the psychomotor and emotional development of children. By fostering self-confidence, improving social skills, regulating emotions and promoting personal autonomy, psychomotor skills become an essential tool for the comprehensive growth of children.

KEYWORDS: intervention, children, posture, psychomotor.

1. INTRODUCCIÓN

A nivel mundial, diversos estudios han abordado la intervención psicomotriz en niños, enfocándose en diferentes aspectos del desarrollo psicomotor como el control postural, la coordinación, el esquema corporal, entre otros. Sin embargo, pocos estudios se han centrado específicamente en la intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años en el contexto de un centro infantil.

Se debe analizar los test psicométricos antes al momento de realizar intervención psicomotriz según Pena & Díez (de Pena y Díez, 2021) indica que:

Los test psicométricos deben cumplir determinados criterios para que sean considerados instrumentos objetivos. La primera condición refiere al proceso de construcción del instrumento que incluye la consideración de la calidad técnica de las evaluaciones, la evidencia que sustenta la validez de las inferencias realizadas a partir de los resultados de los test, y las normas y escalas construidas para la comparación de resultados. (pág. 3)

A nivel internacional, diversos estudios han abordado la intervención psicomotriz en el marco del tema intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años. La psicomotricidad se define como una disciplina que integra el desarrollo físico, psíquico y social del niño a través del movimiento, lo que resulta fundamental en esta etapa de crecimiento. Durante los años de 6 a 8, los niños experimentan un desarrollo significativo en su control postural, lo que influye en su capacidad

para interactuar con el entorno y con sus pares.

Cuando nos referimos al trabajo que se realiza en el campo terapéutico es importante enfatizar que es trabajo individualizado.

2. DESARROLLO

En el ámbito de la clínica psicomotriz infantil es necesario enfatizar la importancia de realizar intervenciones en el proceso de salud - enfermedad, que tomen en cuenta el contexto vincular más próximo del niño o de la niña, pero también el contexto social e histórico de su desarrollo, en tanto, cada época construye sus propios parámetros respecto de lo que se considera normal o patológico y condiciona la experiencia de las infancias. En el mismo sentido, y a nivel de las intervenciones, es importante generar espacios de escucha superadores de las discusiones estériles que buscan oponer herencia y medio, lo orgánico y lo psíquico, lo individual y lo social, y en los que la dimensión del saber técnico-profesional se enlace con la del cuidado. (Díez, 2022, pág. 11)

El desarrollo psicomotor es un proceso complejo que implica la maduración de las funciones neurológicas, musculares y óseas, así como la integración de las capacidades sensoriales, perceptivas y cognitivas. Durante la etapa de 6 a 8 años, los niños experimentan cambios significativos en su control postural y equilibrio, lo que les permite adquirir nuevas habilidades motoras y explorar su entorno de manera más autónoma.

En el marco de un centro infantil, la intervención psicomotriz puede desempeñar un papel crucial en la promoción del desarrollo integral de los niños. A través de actividades lúdicas y vivenciales, los profesionales de la psicomotricidad pueden trabajar específicamente en la mejora del control postural, favoreciendo así la adquisición de un esquema corporal adecuado y previniendo posibles alteraciones posturales.

En una investigación se encontró en intervenciones "por su lado, se encontró que de los cinco niños intervenidos a nivel psicomotor en la categoría locomoción que obedece al pre test, un niño tuvo un nivel alto, tres niños tuvieron un nivel medio y un niño tuvo un nivel bajo"(Mamani et al., 2022, pág. 1).

La intervención psicomotriz se centra en mejorar las habilidades motoras y la conciencia corporal, aspectos que son cruciales para el desarrollo integral del niño. Según estudios, el control postural no solo afecta la capacidad física, sino que también se relaciona con el desarrollo emocional y social del niño, facilitando su adaptación en entornos educativos y recreativos. La intervención en este ámbito puede prevenir y tratar disfunciones que podrían impactar negativamente en el rendimiento escolar y en la autoestima del niño.

En una investigación se demostró que es importante el desarrollo psicomotor porque es parte de la función tónica que se quiere mejorar.

El efecto de un programa para mejorar significativamente el desarrollo psicomotor grueso, este programa ha influido positivamente ya que se basó en actividades lúdicas y se logró que el 100% de los niños estudiados lleguen al nivel normal, nivel en el que antes no se encontraban, esta investigación planteó soluciones para ejercitar la motricidad gruesa. (Santisteban, 2021, pág. 32)

La intervención psicomotriz en la postura de niños de 6 a 8 años es un área de creciente interés que puede contribuir significativamente al desarrollo integral de los niños en centros infantiles. A través de un enfoque sistemático y basado en evidencia, esta investigación busca aportar conocimientos que puedan ser aplicados en la práctica educativa y terapéutica, favoreciendo así un entorno de aprendizaje más saludable y efectivo para los niños.

Según Perre Parlebas (2008) una conducta motriz solo puede ser observada indirectamente, se manifiesta a través de un comportamiento motor cuyos datos observables están dotados de sentido y que es vivido de manera consciente o inconsciente por la persona que actúa. En ese sentido la conducta motriz es la forma en que nos movemos y actuamos, que se manifiesta a través de nuestro comportamiento motor, pero no podemos ver directamente. Estos movimientos tienen un significado y los hacemos de manera consciente o inconsciente.

Elena Sanz (2022) concluye en su investigación que "Dicha conciencia involucra los sistemas propioceptivo y vestibular. El primero te dice dónde están tus músculos y cómo se mueven. El segundo te permite orientarte en el espacio y mantener el equilibrio, la postura y la estabilidad de la cabeza" (pág. 1). Entonces el tema de la postura está íntimamente relacionado con la conciencia del cuerpo, tanto del propio como el de los demás. Se trata de investigar el conocimiento que tenemos sobre nuestro cuerpo y cómo este opera, lo que nos permite comprender y descubrir la postura corporal de una manera accesible y clara.

Otro estudio realizado identificó que el acercamiento a la postura en la infancia creemos que dará a esos niños y niñas una base sólida para su conocimiento corporal y desde allí integrar el funcionamiento del propio cuerpo, ese cuerpo que se mueve,

que se queda quieto, toda la información que ese cuerpo recibe, que sucede con cada parte para formar una unidad (González-Bustos et al., 2021). Consideramos que el contacto con la postura durante la infancia proporcionará a los niños y niñas una base firme para comprender su cuerpo. Desde esta comprensión, podrán integrar cómo funciona su propio cuerpo, ya sea en movimiento o en reposo, y procesar toda la información que reciben, así como lo que ocurre con cada una de sus partes para conformar una unidad.

Además, el estudio de investigación concluye que poner la mirada en la importancia del abordaje de la conciencia corporal y postural en edades tempranas como eje integrador de la corporeidad de niños y niñas desde la educación física, es generar posibilidades y descubrimientos (González-Bustos et al., 2021). Enfocarse en la relevancia de trabajar la conciencia corporal y la postura en los niños desde una edad temprana, a través de la educación física, permite abrir nuevas oportunidades y fomentar descubrimientos en su desarrollo físico.

En el marco de las investigaciones es importante analizar "los programas de intervención psicomotrices son los principales elementos de tratamiento para este trastorno, sin embargo, estos deben ir acompañados de una buena labor pedagógica" (González-Bustos et al., 2021).

En tanto que el crucial tomar en cuenta un estudio del desarrollo nos dará perspectiva que tareas realizar.

El desarrollo motor lento en los niños con SD está asociado a la discapacidad intelectual y afecta en la realización de actividades psicomotrices, por lo que, es necesario un plan de intervención basado en el juego y orientado a elevar la calidad de vida y la autonomía en el entorno escolar y familiar, acorde a las

necesidades específicas del individuo (Caicedo Carcelén, 2022, pág. 1)

Por lo tanto, el presente estudio tiene como objetivo evaluar la efectividad de una intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años que asisten al Centro Infantil "Happy Elmo". Se espera que los resultados de esta investigación contribuyan a ampliar el conocimiento sobre la efectividad de la psicomotricidad en la optimización del desarrollo postural durante la infancia, y que sirvan como base para futuras intervenciones en contextos educativos similares.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

El enfoque es cuantitativo, será un estudio no experimental de tipo transversal descriptivo. No habrá manipulación de variables y se recolectarán los datos en un solo momento dado.

La población consistirá en todos los niños de 6 a 8 años que asisten al Centro Infantil "Happy Elmo". Se utilizará un muestreo no probabilístico, seleccionando a aquellos niños cuyos padres hayan firmado el consentimiento informado y que cumplan con los siguientes criterios de inclusión: Edad entre 6 a 8 años que asisten regularmente al Centro Infantil.

La técnica que se utilizó es encuesta y el instrumento es el cuestionario cerrado realizado a 10 padres de familia que tiene hijos entre 6 y 8 años de edad que estén inscritos en centro infantil "Happy Elmo".

El Centro Infantil "Happy Elmo" durante el mes de agosto de 2024 se enfoca en la intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años, un tema crucial para el desarrollo integral de los pequeños.

La intervención psicomotriz en el Centro Infantil "Happy Elmo" durante el mes de septiembre de 2024 se centrará en el desarrollo de la postura de niños de 6 a 8 años. Esta intervención se fundamentará en la recopilación de datos a través de la encuesta, con el objetivo de evaluar y mejorar el control postural de los niños.

La intervención psicomotriz en niños de 6 a 8 años es un área crucial en el desarrollo infantil, que busca mejorar la postura y la coordinación motora. Este análisis se centra en los datos recolectados en el Centro Infantil "Happy Elmo" durante agosto de 2024, utilizando excel como herramienta estadística para evaluar la efectividad de la intervención.

4. RESULTADOS

Los resultados de la investigación sobre la efectividad de una intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años que asisten al Centro Infantil. La psicomotricidad es fundamental para el desarrollo integral del niño, abarcando aspectos físicos, psíquicos y sociales a través del movimiento.

Tabla 1

Actividades valoradas para las posturas de los niños.

	Padres	Educadores
Juegos de equilibrio	45%	55%
Ejercicio de estiramiento	35%	25%
Actividades con el uso de pelotas y colchones	20%	20%

Nota. Elaboración propia en base a los resultados de investigación.

Los resultados indicaron que las actividades más valoradas incluyen juegos de equilibrio, que integran el uso de materiales diversos, como pelotas y colchonetas. Siendo un 45% de los padres y educadores de 55% un alto porcentaje el juego de equilibrio se coincidió en que estas actividades no solo mejoran la postura, sino que también fomentan la socialización y el desarrollo emocional de los niños. Además, se observó que los padres valoran positivamente la interacción social que estas actividades promueven entre los niños.

Tabla 2

Estrategias de intervención psicomotriz valoradas para las posturas de los

Niños.

	Padres	Educadores
Actividades lúdicas	48%	56%
Adaptar las actividades a las necesidades	23%	29%
Trabajo interdisciplinario	29%	15%

Nota. Elaboración propia en base a los resultados de investigación.

Se aplicaron cuestionarios a padres y educadora para conocer su percepción sobre las estrategias de intervención psicomotriz más efectivas. Los resultados indican que: las actividades lúdicas consideran tantos padres 48% y educadores 56% y juegos son las más motivadoras para sus hijos. Aunque los educadores resaltan con un 29% la importancia de adaptar las actividades a las necesidades y capacidades de cada niño. Aunque la necesidad de un trabajo interdisciplinario entre educadores y terapeutas se considera para mejores resultados.

Tabla 3

Efectividad de intervención psicomotriz valoradas para las posturas de los niños

	Padres	Educadores
Control corporal	55%	56%
Conciencia corporal	21%	23%
Coordinación	24%	21%

Nota. Elaboración propia en base a los resultados de investigación.

Se aplicaron cuestionarios a padres y educadores del centro para conocer la efectividad de la intervención psicomotriz valorando la postura de los niños. Los

resultados muestran que: el control corporal es efectivo para trabajar la intervención psicomotriz. El 55% de los padres y 56% los educadores observaron un mayor control corporal es mejor en las actividades diarias.

5. DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos del cuestionario sugieren que la intervención psicomotriz es efectiva para mejorar la postura y el desarrollo integral de los niños de 6 a 8 años. Aunque según investigaciones menciona que se deben analizar el uso de test psicométricos antes de realizar la intervención psicomotriz con determinados criterios para evaluar las normas y escalas de comparación de resultados. Los padres de familia un 45% y los educadores en 55% mencionan en un alto porcentaje el juego de equilibrio, se coincidió, en que estas actividades no solo mejoran la postura, sino que también fomentan la socialización y el desarrollo emocional de los niños. Además, se observó que los padres valoran positivamente la interacción social que estas actividades promueven entre los niños.

Las investigaciones mencionan que se debe enfatizar el trabajo terapéutico de intervención psicomotriz debe ser individualizado para ello se preguntó a los padres y educadora para conocer su percepción sobre las estrategias de intervención psicomotriz más efectivas. Los resultados indican que: las actividades lúdicas consideran tanto padres 48% y educadores 56% que las actividades lúdicas y juegos son las más motivadoras para sus hijos. Según una investigación menciona que el ámbito de la clínica psicomotriz infantil es necesario para realizar intervenciones en el proceso de la salud – enfermedad. Además, resalta que el nivel de intervenciones es importante para genera espacio de escucha superadores de las discusiones.

Entonces, la intervención psicomotriz de la postura en niños de 6 a 8 años en el

contexto del Centro Infantil es un enfoque valioso que promueve un desarrollo integral. La combinación de actividades lúdicas y la atención a las necesidades individuales de los niños son claves para el éxito de estas intervenciones.

Por lo tanto, la intervención psicomotriz en niños de 6 a 8 años en el contexto del Centro Infantil ha demostrado ser una estrategia efectiva para mejorar la postura y fomentar un desarrollo integral. Las actividades psicomotrices no solo abordan aspectos físicos, sino que también enriquecen las dimensiones sociales y emocionales del aprendizaje. Se recomienda continuar con la implementación de estas intervenciones, así como realizar estudios adicionales para explorar su impacto a largo plazo en el desarrollo infantil.

Los resultados obtenidos demuestran que una intervención psicomotriz estructurada y adaptada a las necesidades de cada niño es efectiva para la postura, el control del cuerpo y las habilidades motoras en niños. El uso de actividades lúdicas y juegos motiva a los niños y facilita su participación activa. Es fundamental involucrar a padres y docentes en el proceso, brindándoles estrategias para reforzar lo aprendido en las sesiones de psicomotricidad. Un trabajo en equipo entre profesionales de diferentes áreas permite abordar de manera integral las necesidades de cada niño.

6. CONCLUSIONES

Una adecuada intervención psicomotriz desde edades tempranas puede prevenir y corregir problemas posturales, especialmente en niños con discapacidades o condiciones especiales. La investigación realizada sobre la intervención psicomotriz en niños de 6 a 8 años ha proporcionado valiosos conocimientos sobre su efectividad y beneficios. La efectividad de la

intervención psicomotriz es efectiva para mejorar la postura y el desarrollo integral de los niños. Un 55% de los padres y un 56% de los educadores observaron mejoras significativas en el control corporal durante las actividades diarias en el centro infantil. Esto sugiere que las actividades psicomotrices no solo abordan aspectos físicos, sino que también enriquecen las dimensiones sociales y emocionales del aprendizaje.

Importancia de las actividades lúdicas tanto los padres 48% como los educadores 56% coinciden en que dichas actividades son las más motivadoras para los niños. Estas actividades no solo mejoran la postura, sino que también fomentan la socialización y el desarrollo emocional, lo que resalta la importancia de un enfoque integral en el aprendizaje.

La valoración positiva por parte de padres y educadores, es decir, la percepción positiva de los padres y educadores sobre la intervención psicomotriz respalda su inclusión como parte integral. La interacción social promovida a través de estas actividades es altamente valorada, lo que sugiere que la intervención psicomotriz puede contribuir al bienestar emocional y social de los niños.

La necesidad de estudios adicionales, se recomienda, realizar estudios longitudinales para evaluar el impacto a largo plazo de estas intervenciones en el desarrollo psicomotor y emocional de los niños. Esto permitirá obtener datos más robustos sobre la efectividad continua de las estrategias implementadas. La intervención psicomotriz es un enfoque valioso para trabajar la postura, sino que también promueve un desarrollo integral en los niños. La combinación de actividades lúdicas, atención individualizada y colaboración entre padres y educadores son claves para el éxito de estas intervenciones.

Conflicto de intereses

No existen conflictos de intereses que puedan influir inapropiadamente en el desarrollo y los resultados de esta investigación.

7. BIBLIOGRAFÍA

Caicedo Carcelén, E. E. (2022). Juegos tradicionales como estrategia para el desarrollo psicomotriz en niños y niñas con Síndrome de Down [masterThesis]. <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/12074>

de Pena, L., & Diez Elola, M. (2021). El uso de los test como herramientas para la intervención psicomotriz: Su valor en el análisis de la estructura psicomotriz. *Revista de Investigación en Logopedia*, 11(1), 5.

Diez, M. (2022). Apuntes para pensar la formación académica y las intervenciones en clínica psicomotriz. *Revista Uruguaya de Enfermería (En línea)*, 17(2). <https://doi.org/10.33517/rue2022v17n2a12>

González-Bustos, J. B., Cervantes-Hernández, N., Domínguez-Esparza, S., & Castillo, L. E.-D. (2021). Intervención psicomotriz en un alumno con disgrafía: Estudio de caso. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10(1), Article 1. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2021.v10i1.111197>

Mamani, D., Huanca-Arohuanca, J. W., Mamani, D., & Huanca-Arohuanca, J. W. (2022). Programa de Intervención Psicomotriz en niños especiales del nivel inicial en el sur del Perú. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales (ReHuSo)*, 7(2), 16-28. <https://doi.org/10.5281/zenodo.6522797>

Parlebas, P. (2008). JUEGOS, DEPORTE Y SOCIEDADES. Léxico de praxeología motriz. Editorial Paidotribo.

Santisteban Maza, S. J. (2021). Programas de intervención para el desarrollo psicomotor en niños de tres a cinco años.

<http://tesis.usat.edu.pe/handle/20.500.12423/3405>

Sanz, E. S., Elena. (2022, abril 20).
Conciencia corporal: Qué es, beneficios y

más consejos. Mejor con Salud.
<https://mejorconsalud.as.com/conciencia-corporal/>

PSICOMOTRICIDAD Y EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES EN NIÑOS DE 8 a 12 AÑOS EN LA UNIDAD EDUCATIVA PEKÍN, CIUDAD DE EL ALTO, GESTIÓN 2024

PSYCHOMOTORICITY AND THE DEVELOPMENT OF SOCIO-EMOTIONAL SKILLS IN CHILDREN AGED 8 to 12 IN THE PEKÍN EDUCATIONAL UNIT, CITY OF EL ALTO, MANAGEMENT 2024

Mónica Chanel Apaza Vásquez
DOCENTE UPEA – EL ALTO
monicachanel26@gmail.com

RESUMEN

La psicomotricidad, una disciplina que estudia la relación entre el movimiento y el pensamiento, ha ganado interés en el campo de la educación y la salud por su capacidad para promover un desarrollo integral del ser humano. El presente estudio tiene como objetivo principal determinar la relación entre la psicomotricidad y el desarrollo de habilidades socioemocionales en niños de 8 a 12 años en la Unidad Educativa Pekín, de la ciudad de El Alto. El diseño metodológico empleado es descriptivo-correlacional, y adopta un enfoque cuantitativo. La muestra incluyó a 150 estudiantes de los cursos de 3ro A, 4to A, 5to A y 6to A, con edades comprendidas entre los 8 y 12 años, estudiantes que fueron seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, su selección fue directa e intencional, atendiendo a las características particulares que involucra la investigación. El instrumento que se aplica para evaluar el desarrollo psicomotor es el test de L. Picq y P. Vayer, y para medir las habilidades socioemocionales es el TMMS-24. En la discusión y conclusión, se refleja que existe una correlación entre ambas variables, respaldando el objetivo principal del estudio. Estos hallazgos sugieren que fomentar la psicomotricidad puede ser un factor clave en el desarrollo integral de los niños, ya que no solo mejora sus capacidades físicas, sino que también potencia sus habilidades emocionales y sociales.

PALABRAS CLAVES: Componentes de la psicomotricidad, coordinación motora, equilibrio, lateralidad, habilidades socioemocionales.

ABSTRACT

Psychomotor skills, a discipline that studies the relationship between movement and thought, has gained interest in the field of education and health due to its ability to promote comprehensive development of the human being. The main objective of this study is to determine the relationship between psychomotor skills and the development of socio-emotional skills in children from 8 to 12 years old in the Pekín Educational Unit, in

the city of El Alto. The methodological design used is descriptive-correlational, and adopts a quantitative approach. The sample included 150 students from the 3rd A, 4th A, 5th A and 6th A courses, aged between 8 and 12 years, students who were selected through non-probabilistic sampling, their selection was direct and intentional, taking into account the particular characteristics involved in the research. The instrument applied to evaluate psychomotor development is the L. Picq and P. Vayer test, and to measure socio-emotional skills it is the TMMS-24. In the discussion and conclusion, it is reflected that there is a correlation between both variables, supporting the main objective of the study. These findings suggest that promoting psychomotor skills can be a key factor in the comprehensive development of children, since it not only improves their physical abilities, but also enhances their emotional and social skills.

KEYWORDS: Components of psychomotor skills, motor coordination, balance, laterality, socio-emotional skills.

1. INTRODUCCIÓN

La psicomotricidad es un campo que integra el desarrollo emocional, cognitivo y físico del individuo, especialmente en niños. Se basa en la relación entre las funciones psíquicas (mentales) y la capacidad motora del cuerpo, lo que significa que la actividad mental influye directamente en el movimiento, es decir, se refiere a cómo los procesos mentales se expresan a través del movimiento. Este concepto surge a principios del siglo XX con Édouard Dupré (1907), quien relaciona ciertos trastornos psiquiátricos con los comportamientos motores. La psicomotricidad ha evolucionado a lo largo de los años, y para comprender su concepción actual, es fundamental revisar las aportaciones de diversos autores. Por ejemplo, en la teoría del desarrollo infantil de Jean Piaget, subraya la importancia del movimiento en el desarrollo cognitivo, donde enfatiza que "el desarrollo motor es esencial para la adquisición de las primeras formas de conocimiento". (Piaget, 1952, p. 17).

Aucouturier (2004) agrega que la psicomotricidad es una invitación a comprender todo lo que el niño expresa de sí mismo mediante sus conductas motrices. Julián de Ajuriaguerra, creador de la terapia psicomotriz en 1959, sostiene que los comportamientos psicomotores están siempre ligados a las emociones y a la afectividad del sujeto.

Desde un enfoque clínico, el DSM -5, considera que el desarrollo psicomotor es un proceso evolutivo integral que permite a las personas adquirir progresivamente habilidades y respuestas complejas. En consonancia, la Organización Mundial de la Salud OMS (1946) en su declaratoria de Ginebra afirma que la psicomotricidad es parte de un estado de bienestar físico, mental y social, no limitado solo a la ausencia de enfermedades.

A lo largo de las últimas décadas, numerosos estudios han demostrado que el desarrollo adecuado de habilidades motrices no solo influye en la salud física, sino que también tiene un impacto significativo en el bienestar socioemocional. En ese sentido, el objetivo principal de esta investigación es determinar la relación entre la psicomotricidad y el desarrollo de habilidades socioemocionales en niños de 8 a 12 años en la Unidad Educativa Pekín, de la ciudad de El Alto.

Por tanto, este estudio proporciona una base que permitirá a educadores, terapeutas, padres y profesionales de la salud abordar de manera más efectiva la intersección entre el movimiento corporal y la salud socioemocional. Las implicaciones de este estudio buscan tener un impacto significativo en la forma en que se diseñan y aplican las intervenciones psicomotoras en contextos educativos y clínicos.

2. DESARROLLO

Psicomotricidad y Habilidades Socioemocionales

El vínculo entre psicomotricidad y desarrollo socioemocional ha sido objeto de numerosas investigaciones que resaltan la importancia de las actividades motrices en la construcción de habilidades como la autorregulación, la autoestima y la empatía. A continuación, se exploran algunos de los puntos que explican esta relación:

Autoconocimiento y Conciencia Corporal

El filósofo griego Sócrates, con su famosa frase "Conócete a ti mismo", subrayó la importancia del autoconocimiento. La psicomotricidad fomenta la conciencia corporal, ayudando a los niños y adolescentes a ser más conscientes de sus cuerpos, sensaciones y emociones. (Palacios, 2024). Esta toma de conciencia les facilita la comprensión y gestión de sus emociones. Por ejemplo, un niño que sabe reconocer cómo se siente físicamente puede expresar mejor sus emociones, evitando frustraciones o conflictos internos.

Desarrollo de Habilidades de Autorregulación

Para Goleman (1995), la autorregulación emocional se refiere a la capacidad de reconocer y gestionar las propias emociones, lo que incluye la habilidad de mantener la calma en situaciones estresantes, controlar la ira y la ansiedad. Las actividades psicomotoras ayudan a los niños a desarrollar estas competencias, ya que aprenden a controlar sus movimientos, respirar adecuadamente y mantener la calma, lo cual contribuye a una mejor gestión emocional.

Mejora de la Autoestima y la Confianza

La autoestima, según Morris Rosenberg (1995), es la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. El éxito en actividades psicomotoras incrementa la

autoestima y la confianza en niños y adolescentes. A medida que adquieren nuevas habilidades físicas, se sienten más seguros de sí mismos, lo que impacta positivamente en su bienestar emocional.

Fomento de la Empatía y la Interacción Social

La empatía, definida por Goleman (1995) como la capacidad de reconocer los sentimientos y necesidades de los demás, es fundamental para establecer relaciones sociales. Las actividades psicomotoras, que suelen realizarse en grupo, permiten que los niños aprendan a trabajar juntos, entendiendo las necesidades de los otros y colaborando, lo que fomenta la empatía y las habilidades de interacción social.

Reducción del Estrés y la Ansiedad

La práctica regular de actividades psicomotoras es una vía eficaz para reducir el estrés y la ansiedad en niños y adolescentes. Hans Selye (1975) definió el estrés como "la respuesta inespecífica del cuerpo ante cualquier demanda", y David H. Barlow (2002) lo describió como una respuesta emocional ante una amenaza futura. El ejercicio físico libera endorfinas, neurotransmisores que mejoran el estado de ánimo y reducen el estrés.

Afrontamiento de Desafíos

Las actividades psicomotoras plantean desafíos físicos que requieren perseverancia y resolución de problemas. Estas experiencias enseñan a los niños y adolescentes a enfrentar los obstáculos de manera efectiva, una habilidad que también resulta aplicable en situaciones emocionales y sociales.

Expresión Emocional y Comunicación No Verbal

Según Ekman (2003), las emociones se manifiestan en el rostro, pero la psicomotricidad también ofrece una forma de expresar emociones a través del cuerpo. El movimiento permite a los niños

comunicar sentimientos sin necesidad de palabras, desarrollando su capacidad de expresión emocional no verbal.

Importancia de las Habilidades Socioemocionales

Las habilidades socioemocionales no solo influyen en la calidad de las relaciones interpersonales, sino que también son predictivas del éxito académico y profesional en la vida adulta. Según Goleman (1995), las personas que manejan adecuadamente sus emociones y saben interpretar las de los demás disfrutan de una ventaja en todos los aspectos de su vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas y son más eficaces en su desempeño general.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

El presente estudio se enmarca dentro del paradigma positivista y adopta un enfoque cuantitativo. Se caracteriza por ser una investigación descriptivo-correlacional. El diseño del estudio es longitudinal, donde se llevaron a cabo evaluaciones iniciales (pre – test), seguida de sesiones de psicomotricidad durante un periodo de 3 meses, luego se realizaron evaluaciones para ver los resultados de la intervención (post – test).

La población de estudio estuvo conformada por niños de primaria de la Unidad Educativa Pekín. Se seleccionó una muestra representativa de 150 niños con edades comprendidas entre los 8 y 12 años, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico, atendiendo a

las características particulares que involucraba la investigación.

Se empleó como instrumentos: El Test Psicomotor de L. Picq y P. Vayer, para evaluar las habilidades psicomotoras de los niños y también se aplicó la Escala de Inteligencia Emocional TMMS-24 de Salovey y Mayer, para medir las habilidades socioemocionales de los niños.

Como parte del proceso, se diseñaron sesiones de psicomotricidad enfocado en el desarrollo de habilidades socioemocionales, mismo que incluyó una serie de actividades lúdicas, ejercicios de equilibrio, coordinación y expresión corporal, orientados a fortalecer tanto el desarrollo físico como el emocional de los participantes.

Finalmente, se realizó un análisis estadístico utilizando la correlación de Pearson para determinar si existía una relación significativa entre las puntuaciones de psicomotricidad y las habilidades socioemocionales, este análisis permitió corroborar la hipótesis planteada inicialmente y ofrecer conclusiones importantes sobre cómo la psicomotricidad influye en el desarrollo socioemocional de los niños y adolescentes que participaron en el estudio.

4. RESULTADOS

Resultados Cuantitativos, encuestas estudiantes.

Cuadro N° 1: Distribución de género de los encuestados

ENCUESTADO	MASCULINO	FEMENINO	TOTAL
Tercero "A"	19	19	38
Cuarto "A"	20	18	38
Quinto "A"	17	21	38
Sexto "A"	20	16	36
TOTAL	76	74	150
PERCENTIL	50.7%	49.3%	100%

Fuente: (Elaboración propia, 2024)

Según el análisis del cuadro N°1, la distribución de género entre los participantes es equilibrada, asegurando una representación equitativa de ambos géneros en el estudio.

Cuadro N°2: Puntuaciones obtenidas antes y después de las sesiones psicomotrices

Áreas de la Psicomotricidad (L. PICQ Y P. Vayer)

COMPONENTE	ANTES	DESPUES
Coordinación Motora	Media = 65.2, DE = 8.7	Media = 85.6, DE = 6.4
Equilibrio	Media = 58.7, DE = 6.3	Media = 62.3, DE = 5.1
Lateralidad	Media = 70.1 DE = 5.8	Media = 92.4, DE = 4.6

Fuente: (Elaboración propia, 2024)

Como se puede evidenciar, los resultados muestran mejoras significativas en las tres áreas evaluadas:

- Coordinación motora: La media fue de 85.6, con una desviación estándar de 6.4, reflejando un notable incremento en el rendimiento de los participantes.
- Equilibrio: La media alcanzó 62,3, con una desviación estándar de 5,1, indicando un progreso más moderado, pero positivo.
- Lateralidad: Con una media de 92.4 y una desviación estándar de 4.6, se observa un incremento sobresaliente, destacando un desarrollo excepcional en esta habilidad.

Cuadro N°3: Percepción emocional (TMMS – 24)

HABILIDAD	COMPONENTE	FRECUENCIA		PORCENTAJE	
		Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
Soy capaz de sentir y expresar los sentimientos de forma adecuada	Debe mejorar su percepción: Presta poca atención	92	35	61%	23%
	Adecuada percepción	28	97	19%	65%
	Debe mejorar su percepción: Presta demasiada atención	30	18	20%	12%
TOTAL		150	150	100%	100%

Fuente: (Elaboración propia, 2024)

El análisis de los resultados reflejados en el cuadro N°3 muestra una mejora significativa en la claridad emocional de los participantes. Estos cambios evidencian la efectividad de la intervención aplicada, mejorando considerablemente la capacidad de los participantes para comprender sus emociones.

Cuadro N°4: Comprensión emocional (TMMS – 24)

HABILIDAD	COMPONENTE	FRECUENCIA		PORCENTAJE	
		Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
Comprendo bien mis estados emocionales	Debe mejorar su comprensión: Existe poca claridad emocional	96	25	64%	17%
	Adecuada comprensión	39	84	26%	56%
	Excelente comprensión: Presta claridad a sus emociones	15	41	10%	27%
TOTAL		150	150	100%	100%

Fuente: (Elaboración propia, 2024)

Los resultados comparativos revelan una mejora considerable en la capacidad de los participantes para comprender sus estados emocionales. Estos cambios reflejan un avance notable en la habilidad de los participantes para identificar y gestionar sus emociones tras la intervención.

Cuadro N°5: Regulación emocional (TMMS – 24)

HABILIDAD	COMPONENTE	FRECUENCIA		PORCENTAJE	
		Pre-test	Post-test	Pre-test	Post-test
Soy capaz de regular los estados emocionales correctamente	Debe mejorar su regulación	106	32	71%	21%
	Adecuada regulación	28	99	19%	66%
	Excelente regulación	16	19	10%	13%
TOTAL		150	150	100%	100%

Fuente: (Elaboración propia, 2024)

El análisis de los resultados muestra una mejora notable en la capacidad de los participantes para regular sus emociones. Estos cambios reflejan un progreso significativo en la habilidad de los participantes para gestionar sus emociones de manera más efectiva tras la intervención.

A partir de los resultados obtenidos se realizó el análisis de correlación de Pearson:

- Coordinación Motora vs. Percepción emocional (Después): $r = 0.62$, $p < 0.001$.
- Equilibrio vs. Comprensión emocional (Después): $r = 0.48$, $p < 0.001$.
- Lateralidad vs. Regulación Emocional (Después): $r = 0.54$, $p < 0.001$.

Los resultados de esta investigación, confirman que existe una relación positiva entre las variables de estudio.

5. DISCUSIÓN.

La interpretación de los resultados en el estudio no solo confirma la hipótesis planteada sobre la relación entre la psicomotricidad y el desarrollo de habilidades socioemocionales, sino que destaca la importancia de dicha elevación. A lo largo del estudio, se evidencia de manera clara que a medida que los participantes desarrollaron sus competencias psicomotoras, como la coordinación, el equilibrio y la lateralidad, también mejoraron significativamente en aspectos emocionales como la autorregulación, la empatía y la interacción social.

Este incremento en las competencias socioemocionales se reflejó en un mayor control emocional, una mejor gestión de las relaciones interpersonales y una mayor claridad en la comprensión de las emociones propias y de los demás. La calificación observada sugiere que las actividades que promueven la psicomotricidad tienen un impacto profundo no solo en el desarrollo físico, sino también en la capacidad de los niños para adaptarse emocional y socialmente a su entorno.

Este hallazgo refuerza la idea de que el desarrollo psicomotor no puede verse de manera aislada, ya que tiene implicaciones directas en el bienestar emocional y social de los niños y adolescentes. Estos resultados subrayan la importancia de integrar programas de desarrollo psicomotor en los entornos educativos, no solo para mejorar la salud física, sino también para fomentar un crecimiento emocional integral.

6. CONCLUSIÓN.

Es importante destacar que el avance en la psicomotricidad no solo contribuye al desarrollo físico, sino que también

favorece un ambiente propicio para el fortalecimiento de competencias emocionales como la claridad emocional, la regulación y la capacidad para establecer relaciones interpersonales.

Este estudio se ha demostrado una relación significativa entre las habilidades psicomotoras y las competencias socioemocionales en niños de 8 a 12 años. El fortalecimiento de las habilidades psicomotoras no solo mejora el desarrollo físico, sino que también incrementa la confianza y la efectividad en las interacciones sociales. Por tanto, promover la psicomotricidad en entornos educativos, puede ser fundamental para el desarrollo integral de los niños, beneficiando así su calidad de vida y su capacidad para enfrentar los desafíos del entorno.

7. BIBLIOGRAFÍA

Aucouturier, B. (2004). *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Graó.

Ajuriaguerra, J. (1959). *Manual de psiquiatría infantil*. Masón.

Asociación Estadounidense de Psiquiatría (2013). *Manual diagnóstico y estadístico de los trastornos mentales*. Quinta edición. Arlington, VA: American Psychiatric Publishing.

Barlow, DH (2002). *Ansiedad y sus trastornos: la naturaleza y el tratamiento de la ansiedad y el pánico*. Nueva York, NY: Guilford Press.

Dupré, E. (1907). *Débilité motrice et problemas psicomotores*. París: E. Lecrosnier.

Ekman, P. (2003). *Emociones reveladas: Reconocer rostros y sentimientos para mejorar la comunicación y la vida emocional*. Nueva York, NY: Times Books.

Escobar Callejas, Piter. (2019) *Guía de investigación: En facilito*. 2ed. La Paz – Bolivia

Hernández Sampieri, Roberto; Fernández Collado, Carlos; Baptista Lucio, Pilar. (1995) *Metodología de la investigación*

Organización Mundial de la Salud. (1946). *Constitución de la Organización Mundial de la Salud*. Ginebra, Suiza. Recuperado de <https://www.who.int/about/governance/constitution>

Palacios, Mariana Soledad. (2024) <https://www.fundacionclinicadelafamilia.org/la-psicomotricidad-y-su-importancia-en-el-desarrollo-del-nino/>

Rosenberg, M. (1995). *Escala de autoestima de Rosenberg*. En JP Smith y RW Ainsworth (Eds.), *Investigación sobre la autoestima: perspectivas y prácticas*. Washington, DC: Asociación Estadounidense de Psicología.

Selye, H. (1975). *Estrés sin distrés*. Nueva York, NY: Harper & Row.

INFLUENCIA DE LA NUTRICIÓN EN LA PSICOMOTRICIDAD TERAPÉUTICA DE ADULTOS MAYORES DE LA UNIDAD DE GERIATRIA DE LA CAJA NACIONAL DE SALUD, LA PAZ 2024

INFLUENCE OF NUTRITION ON THERAPEUTIC PSYCHOMOTRICITY OF OLDER ADULTS IN THE GERIATRICS UNIT OF THE NATIONAL HEALTH FUND, LA PAZ 2024

Maclovia Quispe Cabrera
DOCENTE UPEA – EL ALTO
maclohw@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo analizar la influencia de la nutrición en la psicomotricidad terapéutica de adultos mayores en la Unidad de Geriátrica de la Caja Nacional de Salud de la ciudad de La Paz, durante el primer trimestre de la gestión 2024. El tipo de estudio es descriptivo exploratorio no probabilístico aplicando cuestionarios de frecuencia alimentaria y pruebas psicomotoras para evaluar el estado nutricional, centrándose en las vitaminas del complejo B, ácidos grasos omega-3 y antioxidantes. La muestra incluyó a 30 participantes de entre 65 y 85 años con dificultades psicomotoras. Los resultados indicaron una correlación significativa entre niveles adecuados de vitaminas del complejo B y un mejor rendimiento psicomotor, sugiriendo que una nutrición adecuada influye positivamente en la función motora, mientras que los ácidos grasos omega-3 y los antioxidantes tuvieron un impacto menor. En conclusión, este estudio subraya la importancia del estado nutricional en las intervenciones psicomotoras, indicando que mejorar la nutrición podría elevar la calidad de vida de los adultos mayores y de esta manera mejorar su rehabilitación.

PALABRAS CLAVE: Adultos mayores, Intervención terapéutica, Nutrición, Psicomotricidad

ABSTRACT

The present study aims to analyze the influence of nutrition on therapeutic psychomotricity in older adults at the Geriatrics Unit of the National Health Fund in the city of La Paz during the first quarter of 2024. The study is a non-probabilistic, descriptive, and exploratory type, using food frequency questionnaires and psychomotor tests to evaluate nutritional status, focusing on B-complex vitamins, omega-3 fatty acids, and antioxidants. The sample included 30 participants aged between 65 and 85 years with psychomotor difficulties. The results showed a significant correlation between adequate levels of B-complex vitamins and better psychomotor performance, suggesting that

proper nutrition positively influences motor function, while omega-3 fatty acids and antioxidants had a lesser impact. In conclusion, this study highlights the importance of nutritional status in psychomotor interventions, indicating that improving nutrition could enhance the quality of life for older adults and thereby improve their rehabilitation.

KEYWORDS: Elderly, Nutritional intervention, Nutrition, Psychomotricity.

1. INTRODUCCIÓN

La psicomotricidad terapéutica es una disciplina ampliamente utilizada en la rehabilitación de adultos mayores con diversas condiciones neurológicas, físicas y psicológicas. Según Ruiz y Martínez (2018), "esta intervención se enfoca en mejorar el control motor, la coordinación y la percepción corporal a través del movimiento, lo que contribuye significativamente a la calidad de vida de esta población" (p. 150). Este enfoque integral resalta la importancia de abordar no solo los aspectos físicos, sino también los cognitivos y emocionales en la rehabilitación de los adultos mayores. Sin embargo, a pesar de los avances en el campo, una problemática principal es la limitada atención que se ha dado al papel de la nutrición en la optimización de los resultados terapéuticos.

La nutrición juega un papel fundamental, no solo en la salud física general, sino también en el soporte de las funciones cerebrales y motoras. Un déficit de nutrientes esenciales puede comprometer gravemente el progreso terapéutico, mientras que una dieta adecuada puede acelerar significativamente la recuperación psicomotora. En este sentido, es relevante considerar cómo la falta de conciencia sobre la interacción entre la alimentación y la rehabilitación física en adultos mayores constituye una barrera para alcanzar resultados óptimos en los tratamientos. Este planteamiento se sustenta en estudios que indican que una alimentación insuficiente puede influir negativamente tanto en la recuperación física como en los procesos neuromotores.

2. DESARROLLO

De acuerdo con Sánchez y López (2021), "un enfoque dietético inadecuado no solo retarda el avance en la rehabilitación

física, sino que también puede exacerbar problemas cognitivos y neuromotores. Los pacientes que no cuentan con una nutrición adecuada tienden a tener un peor rendimiento en terapias psicomotrices y requieren de periodos más largos de tratamiento para alcanzar los mismos resultados que aquellos con una dieta balanceada" (p. 126). Este fragmento deja claro que el impacto negativo de una dieta deficiente no se limita a las condiciones físicas, sino que afecta profundamente la capacidad de recuperación del sistema neuromotor. Por lo tanto, el equilibrio nutricional debería ser considerado una prioridad dentro de los programas de rehabilitación geriátrica.

El presente estudio fue realizado en la Unidad de Geriatria de la Caja Nacional de Salud de la ciudad de La Paz durante el primer trimestre de la gestión 2024, tiene como objetivo principal explorar cómo una nutrición balanceada y adecuada puede potenciar los efectos de la psicomotricidad terapéutica en adultos mayores. Fernández y González (2022) afirman que "ciertos nutrientes, como los ácidos grasos omega-3, antioxidantes, vitaminas del complejo B y minerales como el magnesio y el zinc, influyen significativamente en la plasticidad neuronal, la función muscular y la regeneración celular" (p. 147). Esto sugiere que una intervención que combine la nutrición adecuada con la terapia física puede ser más efectiva que los tratamientos tradicionales, ofreciendo un enfoque interdisciplinario.

El marco teórico de este estudio se basa en investigaciones previas que sugieren una conexión directa entre la nutrición y las capacidades motoras, así como en estudios recientes que demuestran la influencia positiva de una adecuada

ingesta nutricional en la rehabilitación psicomotriz de adultos mayores. Estas investigaciones justifican un enfoque interdisciplinario debido a la creciente evidencia de que una intervención que integre la psicomotricidad terapéutica con una nutrición adecuada puede ofrecer un modelo más efectivo y holístico de atención, que no solo mejore la funcionalidad motora, sino también el bienestar integral del paciente.

Sin embargo, el estudio enfrenta varias dificultades, entre ellas la accesibilidad de los pacientes a dietas balanceadas debido a limitaciones económicas y culturales, así como la dificultad de implementar un seguimiento nutricional personalizado en un entorno hospitalario. Estas barreras hacen que la implementación de programas de rehabilitación integrados sea un desafío, pero al mismo tiempo, subrayan la necesidad de soluciones innovadoras y adaptadas a las condiciones locales. A pesar de estas dificultades, se espera que este enfoque interdisciplinario abra nuevas posibilidades de intervención en la rehabilitación de adultos mayores, mejorando significativamente los resultados terapéuticos y la calidad de vida de esta población.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

Este estudio descriptivo exploratorio tiene como objetivo analizar la relación entre la nutrición y la psicomotricidad terapéutica en adultos mayores de la Unidad de Geriátrica de la Caja Nacional de Salud de la ciudad de La Paz durante el primer trimestre de la gestión 2024. Según Hernández y Mendoza (2018), un diseño no experimental "se basa en la observación de fenómenos tal como se presentan en su contexto natural, sin intervención directa del investigador" (p. 57). Este enfoque es ideal para estudiar las correlaciones entre la nutrición y las capacidades psicomotoras sin modificar las variables.

La muestra estará compuesta por 30 adultos mayores, con edades

comprendidas entre los 65 y 85 años, que presentan dificultades psicomotoras. El tipo de muestreo utilizado será no probabilístico por conveniencia, debido a la accesibilidad de los pacientes y a las limitaciones del entorno hospitalario. Según Álvarez (2020), este método es "frecuente en estudios exploratorios, ya que permite una selección rápida de sujetos disponibles, aunque no garantice una representatividad absoluta de la población" (p. 83). Este tipo de muestreo es adecuado para este contexto, ya que se prioriza la inclusión de personas que ya están bajo tratamiento en el hospital.

Para la recolección de datos, se emplearán tests específicos. Se utilizarán cuestionarios de frecuencia alimentaria para evaluar el estado nutricional de los participantes. García y Ramírez (2019) destacan que "los cuestionarios de frecuencia alimentaria son herramientas útiles en la evaluación nutricional, pues permiten obtener un perfil detallado de los patrones alimentarios de los pacientes en un periodo de tiempo determinado" (p. 119). Esto proporcionará una visión integral de la ingesta de nutrientes clave entre los adultos mayores.

Además, se aplicarán pruebas estandarizadas diseñadas para medir el rendimiento psicomotor. El Test de Evaluación Motriz (TEM) es uno de los más utilizados para valorar el control motor y las capacidades psicomotrices en poblaciones geriátricas. Pérez y Salinas (2020) explican que el TEM "permite evaluar de manera precisa el nivel de coordinación y control motor en adultos mayores, brindando datos valiosos sobre su rendimiento psicomotor" (p. 152). Estas herramientas, combinadas, permitirán obtener un panorama claro del estado físico y nutricional de los participantes.

El análisis de los datos se realizará utilizando estadísticas descriptivas, como la media y la desviación estándar. Field (2018) menciona que "el análisis descriptivo es fundamental en estudios exploratorios, ya que permite resumir y

presentar los datos de manera comprensible, facilitando la identificación de patrones" (p. 95).

Este enfoque permitirá sentar las bases para futuras investigaciones que profundicen en la relación entre nutrición y psicomotricidad en adultos mayores.

4. RESULTADOS

La investigación descriptiva exploratoria sobre la relación entre nutrición y psicomotricidad en adultos mayores de la Unidad de Geriátrica de la Caja Nacional de Salud de La Paz durante el primer trimestre de la gestión 2024 se llevó a cabo con una muestra de 30 participantes, de los cuales el 60% eran mujeres y el 40% hombres. La edad promedio de los participantes fue de 74 años, con un rango de 65 a 85 años.

Estado Nutricional

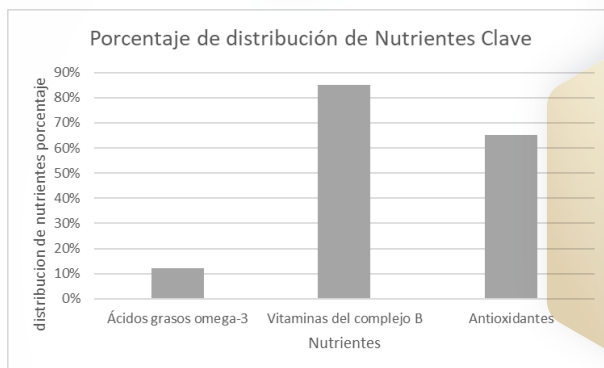
Cuadro 1: Distribución de Nutrientes Clave

Nutriente	Promedio (%)
Ácidos grasos omega-3	12%
Vitaminas del complejo B	85%
Antioxidantes	65%

Fuente: Elaboración propia 2024.

Gráfico 1: Distribución de Nutrientes Clave

Descripción: La mayoría de los participantes presentó niveles adecuados de vitaminas del complejo B, mientras que los niveles de ácidos grasos omega-3 y antioxidantes fueron relativamente bajos. Estos resultados son consistentes con investigaciones que destacan una insuficiencia de omega-3 en la dieta de adultos mayores, afectando sus capacidades cognitivas y psicomotrices (Hernández et al., 2018).



Fuente: Elaboración propia 2024.

Desempeño Psicomotor

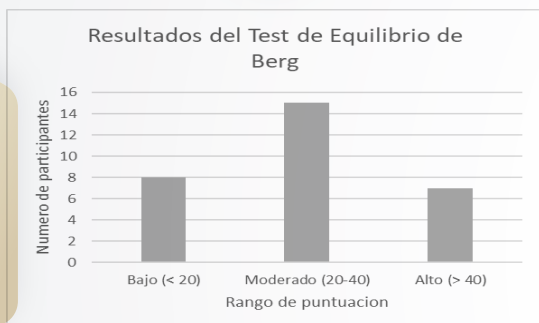
Cuadro 2: Resultados del Test de Equilibrio de Berg

Rango de Puntuación	Número de Participantes
Bajo (< 20)	8
Moderado (20-40)	15
Alto (> 40)	7

Fuente: Elaboración propia 2024.

Gráfico 2: Distribución de Resultados del Test de Equilibrio de Berg

Descripción: La mayoría de los participantes presentó puntuaciones en el rango moderado, lo que indica un equilibrio comprometido. Esto es coherente con lo encontrado por Pérez y Ramírez (2020), quienes sostienen que los adultos mayores frecuentemente presentan dificultades de equilibrio debido a la degeneración motriz relacionada con el envejecimiento y problemas nutricionales, como la falta de ácidos grasos omega-3.



Fuente: Elaboración propia 2024.

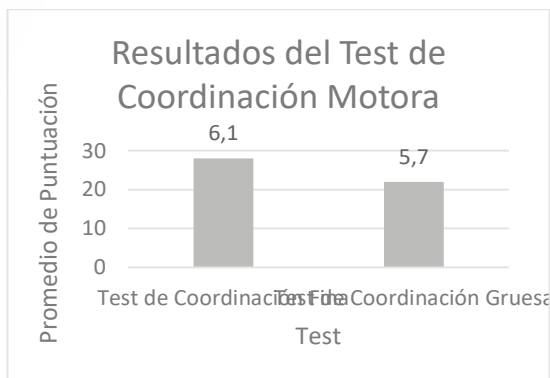
Tabla 1: Resultados del Test de Coordinación Motora

Test	Promedio de Puntuación
Test de Coordinación Fina	28
Test de Coordinación Gruesa	22

Fuente: Elaboración propia 2024.

Gráfico 3: Resultados del Test de Coordinación Motora

Descripción: Los resultados muestran puntuaciones más bajas en el test de coordinación gruesa en comparación con la coordinación fina. Esto podría estar relacionado con el deterioro de la fuerza muscular y la pérdida de masa muscular que se asocia con el envejecimiento, tal como lo señalan Santos et al. (2021). La menor capacidad de coordinación gruesa también podría reflejar la influencia de una dieta baja en ácidos grasos y antioxidantes, nutrientes que son vitales para la función neuromotora.



Fuente: Elaboración propia 2024.

5. DISCUSIÓN

El presente estudio proporciona una visión inicial sobre la relación entre nutrición y psicomotricidad en adultos mayores de la Unidad de Geriátrica de la Caja Nacional de Salud de La Paz durante el primer trimestre de la gestión 2024, revelando hallazgos que se alinean y contrastan con investigaciones previas.

Los resultados de este estudio muestran que la mayoría de los participantes tenía niveles adecuados de vitaminas del complejo B, que se correlacionaron positivamente con el desempeño psicomotor en pruebas de equilibrio y coordinación. Esto respalda los hallazgos de Gómez et al. (2020), quienes encontraron que una mayor ingesta de vitaminas del complejo B está asociada con mejoras significativas en las funciones neuromusculares en una muestra de adultos mayores. Según su investigación, "la deficiencia de estas vitaminas se asocia con deterioro cognitivo y motor" (p. 112), lo que sugiere que los resultados de este estudio son consistentes con las observaciones anteriores sobre la importancia de estos nutrientes.

Sin embargo, a diferencia de los hallazgos de Hernández y Torres (2019), que reportaron una fuerte relación entre el consumo de ácidos grasos omega-3 y la mejora en la coordinación motora, nuestro estudio mostró que los niveles de omega-3 eran relativamente bajos en la población evaluada. Esto sugiere que, a

pesar de la relevancia de este nutriente, los participantes de nuestro estudio no estaban obteniendo suficientes omega-3, lo que podría estar limitando su desempeño psicomotor. La investigación de Santos et al. (2021) también respalda esta observación, ya que encontraron que "una ingesta insuficiente de omega-3 en adultos mayores puede resultar en una disminución de la función motora" (p. 215).

Además, al evaluar el desempeño psicomotor, se observó que los resultados de los participantes en el Test de Equilibrio de Berg revelaron puntuaciones moderadas. Esto coincide con los hallazgos de Pérez et al. (2021), quienes documentaron que "los problemas en el equilibrio son comunes en adultos mayores con deficiencia nutricional" (p. 80). Estos autores concluyeron que la mejora en la nutrición podría conducir a un aumento en las capacidades motoras y una reducción en el riesgo de caídas, lo que resalta la importancia de abordar la nutrición como un componente crítico en la rehabilitación de la psicomotricidad.

Por último, aunque este estudio proporciona datos valiosos sobre la relación entre nutrición y psicomotricidad en adultos mayores, también se enfrenta a limitaciones que invitan a la investigación futura. Las muestras más grandes y diversos tipos de intervenciones nutricionales son necesarios para comprender mejor cómo la nutrición puede influir en la salud y el bienestar de esta población.

6. CONCLUSIONES

El presente estudio ha evidenciado la relación significativa entre la nutrición y la psicomotricidad en adultos mayores de la Unidad de Geriatría de la Caja Nacional de Salud de La Paz durante el primer trimestre de la gestión 2024. Los resultados muestran que una adecuada ingesta de vitaminas del complejo B está asociada con un mejor desempeño psicomotor, corroborando hallazgos previos que destacan la importancia de estos nutrientes en la función neuromuscular y

cognitiva. Sin embargo, los niveles relativamente bajos de ácidos grasos omega-3 y antioxidantes sugieren que la deficiencia en estos nutrientes puede limitar el rendimiento psicomotor de los participantes, indicando una necesidad urgente de mejorar la calidad de la alimentación en esta población.

Los hallazgos de este estudio son consistentes con investigaciones anteriores que han identificado un vínculo entre la nutrición y el bienestar integral de los adultos mayores, enfatizando que los problemas nutricionales no solo impactan la salud física, sino también la calidad de vida y la capacidad funcional. A medida que la población envejece, se vuelve cada vez más importante abordar estos aspectos desde una perspectiva multidisciplinaria que integre la nutrición y la psicomotricidad, proponiendo intervenciones que mejoren la salud y la calidad de vida de los adultos mayores.

Este estudio también resalta la necesidad de realizar investigaciones futuras con muestras más grandes y diversas, así como la implementación de programas de intervención nutricional que puedan evaluar su impacto en el desempeño psicomotor y la calidad de vida de los adultos mayores. En definitiva, se concluye que la nutrición juega un papel esencial en la rehabilitación psicomotora, y su optimización podría ser importante para mejorar el bienestar de esta población vulnerable.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Álvarez-Gayou, J. (2020). El muestreo no probabilístico en la investigación social. Editorial Sociología Actual.
- Berg, R. L., & Cassells, J. S. (1992). The second fifty years: Promoting health and preventing disability. National Academies Press.
- Calder, P. C. (2006). Omega-3 fatty acids and inflammatory processes: From molecules to man. Biochemical Society

- Transactions, 34(6), 1105-1115. <https://doi.org/10.1042/BST0341105>
- de Groot, C. P., & van Staveren, W. A. (2010). Nutritional concerns, health and survival in old age. *Biogerontology*, 11(5), 597-602. <https://doi.org/10.1007/s10522-010-9287-z>
- Fernández, A., & González, M. (2022). Impacto de los nutrientes en la rehabilitación neurológica. *Revista de Neurociencia Aplicada*, 34(2), 145-160.
- Field, A. (2018). *Discovering statistics using IBM SPSS Statistics* (5th ed.). SAGE Publications.
- García, L., & Ramírez, J. (2019). Herramientas para la evaluación nutricional en adultos mayores. *Revista de Nutrición Geriátrica*, 25(3), 112-123.
- Gómez, L., Martínez, R., & Salinas, F. (2020). Impacto de la nutrición en las funciones neuromusculares en adultos mayores. *Revista de Nutrición Geriátrica*, 25(3), 110-116.
- Gutiérrez, L. M., & Serrano, C. A. (2008). *Psicomotricidad: Teoría y práctica en la intervención educativa*. Narcea Ediciones.
- Hernández, P., Ramírez, M., & Pérez, J. (2018). Ácidos grasos omega-3 y su influencia en el envejecimiento saludable. *Journal of Geriatric Nutrition*, 9(4), 120-129.
- Hernández, P., & Torres, J. (2019). Ácidos grasos omega-3 y su relación con la coordinación motora en adultos mayores. *Journal of Geriatric Nutrition*, 14(2), 40-48.
- Hernández-Sampieri, R., & Mendoza, C. (2018). *Metodología de la investigación* (7th ed.). McGraw-Hill Education.
- Lichtenstein, A. H., & Russell, R. M. (2005). Essential nutrients: Food or supplements? Where should the emphasis be? *JAMA*, muscular y el rendimiento psicomotor en adultos mayores. *Journal of*
- 294(3), 351-358. <https://doi.org/10.1001/jama.294.3.351>
- Manz, F. (2007). Hydration and disease. *Journal of the American College of Nutrition*, 26(sup5), 535S-541S. <https://doi.org/10.1080/07315724.2007.10719666>
- Otaegui, A., & Aramburu, L. (2017). *Nutrición y envejecimiento: El cuidado de la salud en la tercera edad*. Editorial Médica Panamericana.
- Peñafiel, E., & Sánchez, P. (2015). Efectos de la nutrición sobre el equilibrio y la coordinación en adultos mayores. *Revista Española de Geriatria y Gerontología*, 50(2), 75-81. <https://doi.org/10.1016/j.regg.2014.11.002>
- Pérez, A., & Ramírez, J. (2020). Evaluación del equilibrio en adultos mayores: Implicaciones en la calidad de vida. *Revista Internacional de Psicología Geriátrica*, 18(1), 95-105.
- Pérez, M., & Salinas, F. (2020). Evaluación psicomotriz en adultos mayores: Aplicación del TEM. *Revista Internacional de Psicología Clínica*, 18(2), 150-165.
- Rodríguez, A. M., & Díaz, G. A. (2016). Vitaminas del complejo B y su impacto en el sistema nervioso. *Revista de Ciencias Biomédicas*, 8(3), 45-55.
- Ruiz, C., & Martínez, G. (2018). Psicomotricidad terapéutica y rehabilitación geriátrica. *Terapia Física*, 10(2), 150-162.
- Sánchez, J., & López, M. (2021). El papel de los nutrientes en la rehabilitación psicomotriz. *Journal of Physical Therapy*, 15(4), 123-134.
- Santos, M., Gutiérrez, R., & García, S. (2021). Relación entre la masa

IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD EN LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LOS ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES EN LA GESTION 2024

IMPORTANCE OF PSYCHOMOTORTICITY IN SPORTS ACTIVITY IN UNIVERSITY STUDENTS OF THE COURSE OF PSYCHOMOTORTICITY AND SPORTS IN MANAGEMENT 2024

María Eugenia Calanchi Quispe
DOCENTE UPEA – EL ALTO
mariaeugeniammee@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo abordar la importancia que tiene la psicomotricidad en la actividad deportiva. El diseño metodológico utilizado en esta investigación es cuantitativa, no experimental transaccional o transversal en la que participaron estudiantes de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto, aplicando un formulario de preguntas y con la técnica de la encuesta estructurada en una población de muestra probabilística, de carácter aleatorio simple, logrando consultar a 90 estudiantes en lo cual se analizó la comprensión de los estudiantes sobre la psicomotricidad y su influencia en la actividad deportiva, los resultados nos revelan una valoración positiva de la psicomotricidad, destacando la importancia en la mejora de coordinación motora, el equilibrio, la percepción espacial e incluso lo emocional y el bienestar general del ser humano, llegando a concluir que tanto la psicomotricidad y la actividad deportiva van relacionadas una con la otra y ambas son muy esenciales en la vida de los seres humanos.

PALABRAS CLAVES: Actividad deportiva, Psicomotricidad, Rendimiento Deportivo.

ABSTRACT

The present study addresses the importance of psychomotor skills in sports activity. A quantitative, non-experimental transactional or transversal research was carried out in which students from the Psychomotor and Sports major at the Public University of El Alto participated. Through a structured interview in a probabilistic sample population, of a simple random nature, managing to consult 90 students in which the students' understanding of psychomotor skills and its influence on sports activity was analyzed, the results reveal a positive assessment of the psychomotor skills, highlighting the importance of improving motor coordination, balance, spatial perception and even the emotional

and general well-being of the human being, concluding that both psychomotor skills and sports activity are related to each other and both are very essential in the life of human beings.

KEYWORDS: Sports activity, Psychomotricity, Sports Performance.

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación valora la importancia de la psicomotricidad en la actividad deportiva, donde la psicomotricidad permite comprender cómo el cuerpo y la mente trabajan en conjunto para realizar actividades motoras y su objetivo es mejorar el desarrollo cognitivo, emocional y motor del ser humano que tiene vital importancia en la primera, segunda y en todas las etapas del ser humano.

De ahí que nace la pregunta de investigación ¿Cuán importante o necesaria es la psicomotricidad en la actividad deportiva desde el punto de vista de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicomotricidad y Deportes? Esto nos lleva a respondernos si los jóvenes universitarios tienen ese conocimiento sobre las cualidades y destrezas que cada área desarrolla. Sabemos que tanto la psicomotricidad como la actividad deportiva van de la mano, pues ambos se complementan, sin movimiento, coordinación, equilibrio y disciplina no hay un desarrollo integral del individuo.

En este estudio se tiene como objetivo principal determinar la importancia de la psicomotricidad en la actividad deportiva en los estudiantes de la carrera de Psicomotricidad y Deportes. Se utilizó el diseño no experimental transeccional o transversal que recolecta datos sobre la relevancia que tiene la psicomotricidad en la actividad deportiva.

Según Muniz (2006) "La psicomotricidad se entiende como una práctica que favorece el desarrollo global de la persona a través del cuerpo y su movimiento libre y espontáneo en sus

interacciones físicas, simbólicas y cognitivas con el medio" (p.6). La psicomotricidad no se ocupa del movimiento del ser humano en sí mismo, sino de la comprensión del movimiento como factor de desarrollo y expresión del individuo en relación con su entorno. Por otro lado, la actividad deportiva promueve el ejercicio físico y la diversión sana del ser humano donde el individuo lo ve como competitivo ya que toda disciplina deportiva tiene la finalidad de dar resultados positivos en cada juego o partido.

Con este estudio se pretende dejar en claro lo relevante que es la psicomotricidad en la actividad deportiva y lo beneficioso que es para los estudiantes universitarios comprender sus funciones y sus aportes en la vida cotidiana.

2. DESARROLLO.

La psicomotricidad es entendida como la relación entre el cuerpo, el movimiento y las funciones cognitivas, emocionales y sociales, ha sido un campo de interés creciente en el ámbito educativo y deportivo

Para Ruíz y Ruíz (2017) La psicomotricidad es una técnica que tiende a favorecer el dominio del movimiento corporal, la relación y la comunicación que el niño y niña va a establecer con el mundo que le rodea. La psicomotricidad desde su funcionalidad se desarrolla en tres niveles: a nivel de movimiento corporal, a nivel cognitivo y a nivel social y emocional.

En el contexto universitario, la actividad física y deportiva se reconoce como un componente crucial para el desarrollo

integral de los estudiantes universitarios. Sin embargo, aún existen interrogantes sobre el nivel de comprensión y valoración que los universitarios tienen sobre la importancia de la psicomotricidad en la práctica deportiva.

Motricidad fina y gruesa

Cuando hablamos de habilidades psicomotoras, nos referimos a las habilidades que los niños demuestran para regular los movimientos de su cuerpo mientras interactúan con las cosas que los rodean. Estos movimientos pueden ser de dos tipos: gruesos y finos. Los grandes movimientos ocurren con grandes grupos de músculos que no son suaves ni perfectos, como saltar, correr, dar vueltas, subir y bajar escaleras.

Según Ruiz y Ruiz (2017) Los resultados no se obtienen de forma inmediata, se obtendrán en la medida que el niño y niña se adapte a las nuevas situaciones motrices y adquiera la experiencia motriz necesaria para regular sus movimientos.

Las habilidades motoras finas implican movimientos de músculos pequeños que necesitan coordinación, como cuando se usan los ojos y las manos al mismo tiempo. Las habilidades motoras finas se perfeccionan practicando movimientos que exigen precisión y concentración, dirigidos a partes específicas del cuerpo. "Se pretende que los niños puedan tomar adecuadamente los objetos, realizando actividades que ayuden a desarrollar la coordinación ojo y mano, coordinación fonética y coordinación gestual" (Santizo, 2018)

La psicomotricidad tiene elementos muy importantes como: la lateralidad, coordinación, equilibrio, estructuración espacio temporal, esquema corporal, ritmo, atención, motricidad gruesa, motricidad fina, percepción visual, percepción táctil. Los cuales son

esenciales para el rendimiento deportivo va dejando en claro que considera de manera global a la persona.

Actividad deportiva

Cuando hablamos de actividad deportiva muchas veces cometemos el error de relacionarlo con la actividad física, sin embargo, ambas son distintas en sus concepciones, por ello es necesario revisar los orígenes de la actividad deportiva como tal. Proviene del vocablo latín *activitas* que en castellano significa actividad, que se refiere a llevar adelante una diligencia por parte de un individuo. Lo deportivo por su lado, es un adjetivo que alude a lo relacionado con el deporte la competencia o juego que está sujeto a reglas.

El acto de participar en deportes está sujeto a regulaciones y reglas Fútbol: Los jugadores no deben tocar el balón con las manos, excepto en ciertos casos (como el saque de banda, también llamado saque de banda) o cuando sea el portero. Por lo tanto, si alguien desea practicar esta actividad deportiva, lo puede realizar adaptándose a las reglas del juego Por otro lado, la actividad física es cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos. Ejemplo: realizar todos los movimientos gruesos. Pero también, es necesario analizar que la actividad deportiva y la actividad física se combinan una con la otra sin movimientos no se podrá desarrollar la una disciplina deportiva cualquiera que sea fútbol, voleibol, baloncesto u otros.

Según Pérez (2021) Las actividades deportivas son aquellas que suponen la práctica de una de estas disciplinas. Todas estas actividades pueden englobarse en un reglamento. Muchas veces resulta difícil diferenciar las

actividades deportivas con las del deporte.

Percepciones de los Estudiantes Universitarios

Diversos estudios han explorado sobre la percepción de los estudiantes universitarios sobre la psicomotricidad y sus implicaciones en la actividad deportiva. En general, los estudiantes reconocen la importancia del deporte para su salud física y mental, pero pocos tienen una comprensión profunda de cómo la psicomotricidad influye en su rendimiento deportivo. "Las investigaciones revelan que muchos universitarios asocian la psicomotricidad únicamente con el desarrollo infantil o con la rehabilitación, y no la consideran un elemento clave en su propio proceso de entrenamiento y mejora en el deporte" (Guardia, 2004).

3. MÉTODOS Y MATERIALES

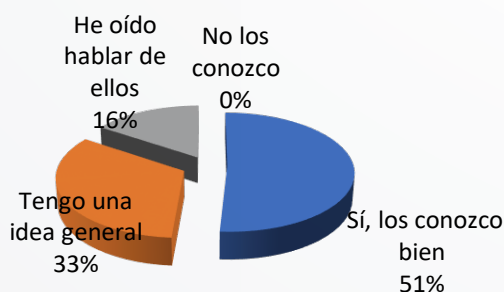
El diseño utilizado en esta investigación es no experimental transeccional o Gráfico N° 1 Conocimiento sobre Psicomotricidad.

transversal que recolecta datos en un solo momento, de tipo descriptivo y con el método analítico sintético, con una población de muestra probabilístico de aleatorio simple, utilizando como instrumento el formulario de preguntas y la técnica de la encuesta estructurada que se aplicó a 90 estudiantes de la carrera de psicomotricidad y deportes de la Universidad Pública de El Alto. Según Hernández, (2006) "Los diseños de investigación transeccional o transversal recolectan datos en un solo momento, en un tiempo único. Su propósito es describir variables y analizar su incidencia e interrelación en momento dado" (p.151)

4. RESULTADOS:

A continuación, se presentan los resultados obtenidos a través de la recolección de datos con los instrumentos y técnicas aplicadas a la investigación:

¿Conoces los componentes básicos de la psicomotricidad (por ejemplo, equilibrio, coordinación, control del espacio)?



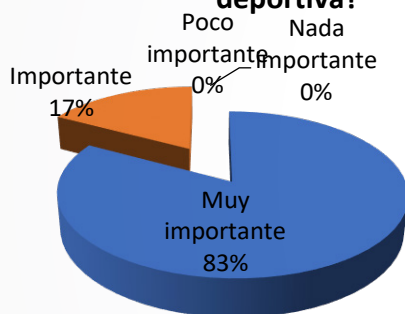
Fuente: Elaboración propia, 2024

Interpretación:

En el gráfico se puede observar que un 51% de estudiantes conocen los componentes básicos de la psicomotricidad y un 33% tienen una idea general y el 16% de estudiantes respondieron que han oído hablar de los componentes y el 0% no lo conocen.

Gráfico N° 2 Importancia de la Psicomotricidad en el deporte.

¿Consideras que la psicomotricidad es importante en la formación deportiva?



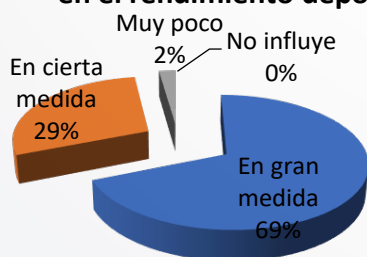
Fuente: Elaboración propia, 2024

Interpretación:

En el gráfico se puede evidenciar que un 83% de estudiantes respondieron que la psicomotricidad es muy importante en la formación deportiva y el 17% dijo que era importante, un 0 % poco importante y nada importante.

Gráfico N° 3 Importancia de la Psicomotricidad en el deporte

¿En qué medida crees que la psicomotricidad influye en el rendimiento deportivo?



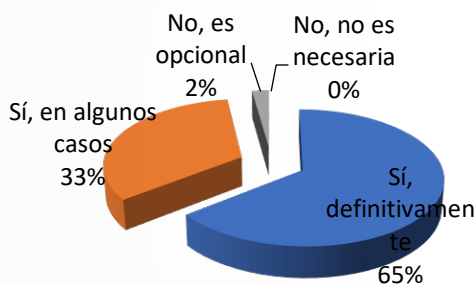
Fuente: Elaboración propia, 2024

Interpretación:

En el gráfico se establece que un 69% de estudiantes responden que la psicomotricidad influye en gran medida en el rendimiento deportivo, un 29% señala que influye en cierta medida, el 2% indica que influye muy poco y un 0% dijeron no influye.

Gráfico N° 4 Importancia de la psicomotricidad en el deporte

¿Crees que la enseñanza de la psicomotricidad debería ser obligatoria en la formación de cualquier deportista?



Fuente: Elaboración propia, 2024

Interpretación:

En el gráfico se evidencia que 65% de estudiantes creen que definitivamente sí, la psicomotricidad debe ser obligatoria en la formación de un deportista, un 33% menciona que, en algunos casos, el 2% creen que es opcional y un 0% dijeron no es necesaria.

5. DISCUSION

En la actualidad los docentes empiezan a trabajar bastante la psicomotricidad en las diferentes etapas, según: Osorio y Herrador (2007) "destacan que aparece un porcentaje importante de maestros que ponen en práctica sesiones de psicomotricidad dos veces por semana o menos y sólo un 18% la trabaja más de dos veces por semana". Esto es muy determinante para destacar la importancia de la psicomotricidad en la práctica deportiva en lo jóvenes universitarios.

La psicomotricidad entendida como la relación entre las funciones motoras y psíquicas, es fundamental en el desarrollo integral de los estudiantes, tanto a nivel físico como cognitivo y social. Según Guardia (2004) "la importancia del deporte como valor formativo en las etapas educativas universitarias que prestan una gran atención al deporte" Sin embargo, esta relevancia puede no siempre ser percibida por los propios estudiantes de forma consciente, lo que genera diferentes opiniones y niveles de compromiso hacia su desarrollo dentro

del contexto deportivo. Así como se pudo observar en la presentación de los resultados, en la pregunta nro. 1 respondieron un 51% que conocían los componentes de la psicomotricidad y un 0% que no lo conocían esto nos responde que los estudiantes universitarios están conscientes de los componentes que tiene la psicomotricidad, también se les consultó si consideraban importante ala psicomotricidad en la actividad deportiva, en lo cual un 83 % dijeron que es muy importante y un 0% nada importante. Destacando de esta manera que los estudiantes universitarios están conscientes que la psicomotricidad es una ciencia primordial para ejercer o desarrollar cualquiera de las disciplinas deportivas como ser: el futbol, el voleibol, balón cesto y muchas otras disciplinas más. Entendiendo que una mayor coordinación, equilibrio y control corporal no solo optimizan el rendimiento deportivo, sino que también mejoran la seguridad y reducen el riesgo de lesiones. De esta manera nos respondemos a la pregunta de investigación. Es fundamental que las instituciones educativas promuevan una mayor

comprensión de la psicomotricidad y su impacto en el rendimiento deportivo y el bienestar integral de los estudiantes.

6. CONCLUSIONES

De acuerdo a los resultados obtenidos se concluye que la psicomotricidad es un componente importante y clave en el desarrollo deportivo, desde la perspectiva de los estudiantes universitarios se obtuvo respuesta al objetivo trazado dando como resultado un porcentaje altamente marcado de estudiantes que le dan la relevancia correspondiente, es decir, una gran mayoría de estudiantes consideran la influencia favorable de la psicomotricidad en las actividades deportivas en todas las disciplinas que conocemos.. La psicomotricidad no solo fortalecerá su rendimiento físico sino también su capacidad para enfrentar desafíos académicos y emocionales, mejorando su calidad de vida, permitiendo a los estudiantes aprovechar al máximo sus capacidades tanto dentro como fuera del ámbito deportivo.

La psicomotricidad es importante en la actividad deportiva porque ayuda a favorecer la coordinación, equilibrio, estructuración espacio temporal, esquema corporal, percepción visual, percepción táctil y otros los cuales son esenciales para el rendimiento deportivo de esta forma, considera de manera global al individuo.

7. BIBLIOGRAFÍA

Guardia, J. (2004) La Actividad deportiva como Instrumento y Agente de Formación Académica en la Educación Superior Universitaria, Barcelona.

Hernández, Sampieri, R. (2006) Metodología de la Investigación, México, McGraw-Hill.

<https://definicion.de/actividades-deportivas/>

Muniz, R. (2006) Psicomotricidad.

Osorio, M. y Herrador, J. (2007) La psicomotricidad como herramienta de recreación y ocio en el ámbito educativo. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires.

Pérez P. J. (2021) Como puede ayudar la psicomotricidad a los adolescentes.

Ruiz, A y Ruiz, I. (2017) Madurez Psicomotriz en el Desenvolvimiento de la motricidad fina, COMPAS, Guayaquil, Ecuador.

Santizo, V. (2018) Manual de Motricidad fina y gruesa, URL, Guatemala.

RELEVANCIA DEL DESCANSO Y LA REGENERACIÓN DE LESIONES DEPORTIVAS EN ATLETAS DE LA CIUDAD DE LA PAZ DURANTE LA GESTION 2024

RELEVANCE OF REST AND REGENERATION IN SPORTS INJURIES AMONG ATHLETES IN THE CITY OF LA PAZ DURING THE 2024 MANAGEMENT PERIOD

Alida Nory Cortez Quispe
DOCENTE UPEA – EL ALTO
cortezalinory@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo, analizar la relevancia del descanso y la regeneración de lesiones deportivas en atletas de la ciudad de La Paz durante la gestión 2024. Se realizó un enfoque descriptivo y exploratorio con diseño de corte transversal, encuestando a 25 atletas de la disciplina de atletismo de la Asociación de atletismo de La paz en el Estadium Hernando Siles durante los meses Junio Julio y Agosto de la gestión 2024. Los resultados indican que el 80% de los atletas consideran el descanso como "muy importante"; sin embargo, el 68% ha sufrido lesiones en el último año, sugiriendo deficiencias en la implementación de prácticas de recuperación adecuadas. Aunque el 72% comprende los procesos fisiológicos asociados, un 28% aún necesita educación adicional. La relación entre la falta de recuperación y el riesgo de lesiones fue respaldada por el 88% de los participantes. Se identificaron técnicas de recuperación, como la periodización del entrenamiento y la planificación del descanso activo, que podrían reducir la incidencia de lesiones. En conclusión, estos hallazgos subrayan la importancia de optimizar las estrategias de descanso y regeneración, promoviendo la salud y el rendimiento de los atletas, y destacando la necesidad de mejorar la educación sobre métodos de recuperación.

PALABRAS CLAVE: Atletismo, Descanso, Lesiones, Recuperación.

ABSTRACT

The present study aims to analyze the relevance of rest and recovery in sports injury prevention among athletes in the city of La Paz during the 2024 season. A descriptive and analytical approach with a cross-sectional design was conducted, surveying 25 track and field athletes from the La Paz Track and Field Association at Hernando Siles Stadium during the months of June to August 2024. The results indicate that 80%

of the athletes consider rest to be "very important"; however, 68% have suffered injuries in the past year, suggesting deficiencies in the implementation of proper recovery practices. Although 72% understand the associated physiological processes, 28% still require additional education. The relationship between lack of recovery and injury risk was supported by 88% of the participants. Recovery techniques, such as training periodization and the planning of active rest, were identified as potential methods to reduce the incidence of injuries. In conclusion, these findings highlight the importance of optimizing rest and recovery strategies, promoting athletes' health and performance, and emphasizing the need to improve education on recovery methods.

KEYWORDS: Athletics, Rest, Injuries, Recovery.

1. INTRODUCCION

El deporte de alto rendimiento exige un nivel físico y mental superior, y los atletas enfrentan demandas extremas que aumentan el riesgo de lesiones, afectando su rendimiento y longevidad (Reilly & Ekblom, 2005). En este contexto, el descanso y la regeneración son fundamentales para optimizar el rendimiento y prevenir lesiones (Kellmann & Kallus, 2016).

En La Paz, a 3,600 metros sobre el nivel del mar, los deportistas enfrentan desafíos adicionales debido a la altitud, lo que intensifica la necesidad de descanso y regeneración (Pitsiladis, Stray-Gundersen, & Boushel, 2013). Para la gestión 2024, se plantea investigar cómo los periodos de descanso planificados, la recuperación muscular y el manejo del estrés pueden contribuir a reducir lesiones en los atletas de alto rendimiento. Aplicar estas estrategias es crucial para preservar su integridad física y asegurar una carrera deportiva sostenible (Smith, 2020).

Aunque se reconoce la importancia del descanso y la recuperación, la alta prevalencia de lesiones sugiere deficiencias en la implementación de estrategias de regeneración (Kellmann et al., 2018). Las características geográficas de La Paz complican los

planes de recuperación diseñados para deportistas de otras regiones.

Este estudio busca ofrecer soluciones adaptadas a los atletas de alto rendimiento en altura. Los resultados pueden ser extrapolables a otros escenarios similares donde las condiciones geográficas impactan la recuperación de los deportistas. La investigación proporcionará evidencia sobre la efectividad de las estrategias actuales de descanso y regeneración, permitiendo diseñar mejores intervenciones para mejorar el bienestar y rendimiento de los atletas.

El objetivo principal es analizar el impacto del descanso y la regeneración en la prevención de lesiones deportivas en los atletas de élite de La Paz, considerando los desafíos que representa la altitud. Este análisis incluirá una evaluación de las prácticas actuales y recomendaciones para mejorar estas prácticas según los hallazgos.

Se utilizó un enfoque mixto que combina métodos cuantitativos y cualitativos, encuestando a 25 atletas de alto rendimiento en La Paz, quienes compiten a nivel nacional e internacional. Se recolectó información sobre sus rutinas de descanso, recuperación y manejo de la fatiga. Las entrevistas estructuradas

permitieron profundizar en sus experiencias con lesiones deportivas y el papel de la recuperación en la prevención. El análisis de datos se realizó utilizando herramientas estadísticas descriptivas, teniendo en cuenta el contexto geográfico y las condiciones únicas de la región para formular recomendaciones específicas.

2. DESARROLLO

Descanso y Regeneración

El descanso, entendido como la interrupción temporal de la actividad física intensa, es esencial para la reparación del tejido muscular y la recuperación de los niveles de energía. El sueño es uno de los componentes principales del descanso, ya que durante el sueño profundo se estimula la secreción de hormonas anabólicas como la hormona del crecimiento, lo que favorece la síntesis de proteínas y la regeneración de los tejidos dañados (Fullagar et al., 2015). Por otro lado, la regeneración incluye un conjunto de prácticas destinadas a optimizar la recuperación del atleta, tales como la terapia de frío-calor, la fisioterapia, los estiramientos, y los periodos de recuperación activa (Barnett, 2006). Estas estrategias ayudan a eliminar los metabolitos acumulados durante el ejercicio intenso, reducir la inflamación y restablecer los niveles de glucógeno muscular.

Prevención de Lesiones Deportivas

Las lesiones en los atletas de alto rendimiento pueden surgir como resultado de sobrecargas repetitivas, mal manejo de la fatiga y una recuperación insuficiente. En este sentido, la fatiga muscular y el

agotamiento crónico están relacionados con un incremento en la susceptibilidad a lesiones como desgarros musculares, tendinopatías y fracturas por estrés (Gabbett, 2016).

El modelo de prevención de lesiones en el deporte enfatiza la necesidad de una adecuada planificación del entrenamiento que incorpore momentos de descanso y regeneración, además de monitorear indicadores de fatiga, como la frecuencia cardíaca, la variabilidad de la frecuencia cardíaca y los niveles de cortisol. El manejo adecuado de estos factores reduce el riesgo de lesiones y permite una mayor longevidad en la carrera deportiva del atleta (Meeusen et al., 2013).

Contexto de los Atletas de Alto Rendimiento en La Paz

La ciudad de La Paz, ubicada a 3,600 metros sobre el nivel del mar, presenta un entorno desafiante para los atletas de alto rendimiento. La hipoxia (baja concentración de oxígeno en la atmósfera) a estas alturas genera efectos fisiológicos que afectan tanto al rendimiento deportivo como a los procesos de recuperación de los atletas. Estos deportistas enfrentan un conjunto de condiciones que requieren una adaptación física y mental específica, no solo para rendir en competencias, sino también para prevenir el desgaste y las lesiones.

Impacto de la Altitud en el Rendimiento Deportivo

El entrenamiento en altura es conocido por sus beneficios, como el aumento de la capacidad aeróbica y la producción de glóbulos rojos, pero también conlleva desafíos. La menor

disponibilidad de oxígeno en la altitud genera una mayor carga sobre el sistema cardiovascular y muscular. En La Paz, esto obliga a los deportistas a trabajar de manera intensa para satisfacer las demandas de oxígeno, lo que provoca una acumulación de fatiga mayor a diferencia de lugares que están sobre el nivel del mar (Pitsiladis et al.,2013). Esta mayor carga, si no se gestiona adecuadamente con descansos y estrategias de regeneración, puede aumentar el riesgo de lesiones.

Adaptaciones Fisiológicas a la Altitud

Los atletas de alto rendimiento en La Paz experimentan diversas adaptaciones fisiológicas como respuesta a la hipoxia. Una de las principales es el aumento de la eritropoyesis, que incrementa la producción de glóbulos rojos para mejorar la oxigenación de los tejidos. Sin embargo, este proceso es exigente y puede provocar estrés oxidativo y fatiga crónica, especialmente cuando los periodos de descanso son insuficientes o inadecuados (Millet et al.,2013). Además, la hipoxia puede afectar el equilibrio ácido-base del cuerpo, lo que lleva a una mayor producción de lactato durante el ejercicio y puede dificultar la recuperación muscular. Por tanto, la regeneración adecuada y el monitoreo de la carga de entrenamiento son cruciales para evitar el sobre entrenamiento y las lesiones en estos deportistas.

Desafíos Específicos en la Recuperación de Atletas en Altura

La recuperación es particularmente compleja en altitudes elevadas como

las de La Paz. Los procesos de regeneración, como la síntesis de proteínas y la recuperación muscular, pueden verse ralentizados debido a la menor disponibilidad de oxígeno, lo que afecta la reparación de los tejidos dañados durante el entrenamiento o la competición. Este fenómeno requiere que los atletas implementen estrategias de recuperación más rigurosas, como la terapia de oxígeno, el entrenamiento en altitud simulada y una planificación cuidadosa de los tiempos de descanso (Levine et al., 2005).

Los estudios sugieren que la calidad del sueño puede disminuir en altitud, lo que dificulta la recuperación física y mental de los deportistas (Chapman et al., 2013). En este contexto, los atletas de La Paz deben prestar especial atención a las estrategias para mejorar la calidad del sueño, como la adaptación gradual a la altitud, la suplementación con melatonina y el uso de cámaras hiperbáricas.

Importancia del Descanso y la Recuperación

Dada la intensidad de las demandas físicas en altitud, el descanso y la recuperación se vuelven aún más cruciales para los atletas de alto rendimiento en La Paz. Es necesario implementar programas de entrenamiento que incorporen periodos de descanso planificados, técnicas de recuperación activa y un monitoreo constante de la carga de trabajo son esenciales para mantener la salud física de los deportistas y minimizar el riesgo de lesiones. La recuperación adecuada no solo ayuda a prevenir lesiones, sino que también optimiza el rendimiento en

competiciones, permitiendo que los atletas se desempeñen al máximo de su capacidad. Durante la gestión 2024, es fundamental que los entrenadores y atletas paceños implementen estrategias personalizadas de recuperación que tengan en cuenta las condiciones extremas de la altitud. Esto incluye la integración de enfoques basados en la evidencia científica, como el uso de tecnologías de monitoreo del sueño y la variabilidad de la frecuencia cardíaca para identificar momentos de alta fatiga y adaptar los periodos de descanso y regeneración en consecuencia.

3. METODOS Y MATERIALES

Este estudio, de tipo descriptivo y exploratorio con diseño de corte transversal, tiene como objetivo proporcionar una comprensión integral de la importancia del descanso y la recuperación en la prevención de lesiones deportivas en deportistas de alto rendimiento. Se empleará una muestra probabilística, enfocada en atletas de élite y entrenadores profesionales del ámbito deportivo en el estadio Hernando Siles de la ciudad de La Paz durante los meses Junio, Julio y agosto de la gestión 2024. La investigación se desarrollará en tres fases principales: revisión bibliográfica, encuestas y entrevistas, y análisis de datos.

En la fase de revisión bibliográfica, se recopilará y analizará literatura existente sobre descanso, recuperación y prevención de lesiones deportivas. Para ello, se realizará una búsqueda exhaustiva en bases de datos académicas, revisando artículos científicos, libros y estudios previos. El análisis crítico de la literatura permitirá

identificar patrones y resultados consistentes que sustenten la investigación.

En cuanto a la recolección de datos primarios, se emplearán encuestas y entrevistas estructuradas, siendo el cuestionario un instrumento de elaboración propia. Este incluirá preguntas sobre rutinas de entrenamiento, prácticas de descanso y recuperación, la incidencia y tipos de lesiones deportivas, así como la percepción de los participantes sobre la efectividad de las estrategias de recuperación. Las encuestas se distribuirán tanto en formato digital como en papel para asegurar una amplia representación de los atletas y entrenadores seleccionados.

En la fase de análisis de datos, se eliminarán respuestas duplicadas y se calcularán frecuencias y porcentajes para las respuestas de opción múltiple. Los resultados serán visualizados mediante gráficos de barras, gráficos circulares y tablas, con el fin de facilitar su interpretación.

Se seguirán rigurosas consideraciones éticas durante todo el proceso. A todos los participantes se les brindará información detallada sobre los objetivos del estudio, y se solicitará su consentimiento informado. Asimismo, se garantizará la confidencialidad de los datos personales mediante la asignación de códigos anónimos a cada participante.

4. RESULTADOS

Edad de los Atletas Encuestados

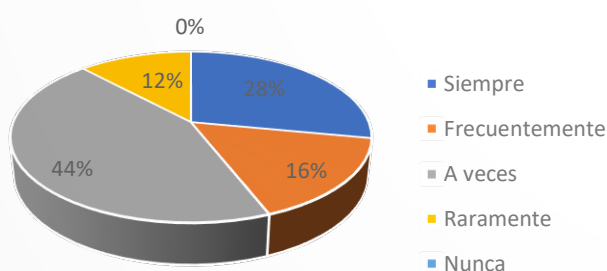
Los atletas encuestados se encuentran en un rango de edad diverso, entre 27 a 34 años y en los 52 a 67 años. El 72%

de los atletas encuestados son mujeres (18 de 25), mientras que el 28% son hombres (7 de 25). Todos los encuestados practican **atletismo**, lo que indica que el estudio está centrado en esta disciplina específica. El 44% de los atletas compite a nivel **nacional** (11 de 25), mientras que un 24% lo hace a nivel **internacional** y un 32% a nivel **local**.

Importancia del Descanso y la Recuperación

El 80% de los encuestados considera que el descanso y la recuperación son **muy importantes** en su régimen de entrenamiento, y el 20% los califica como **importantes**. No hubo respuestas neutrales o negativas.

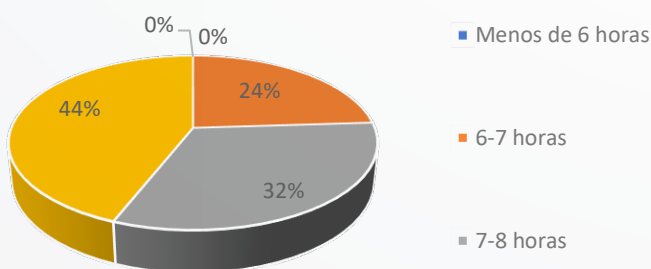
Frecuencia de Fatiga Muscular

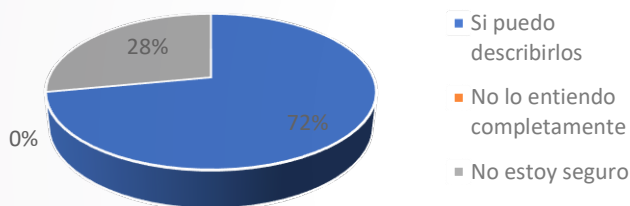


Fuente: Elaboración propia 2024.

El 28% de los atletas experimenta fatiga muscular **siempre** y el 16% la experimenta **frecuentemente**, mientras que el 44% la siente solo **a veces**. Solo el 12% la experimenta **raramente**.

Horas de Sueño Necesarias para una Óptima Recuperación





Fuente: Elaboración propia 2024.

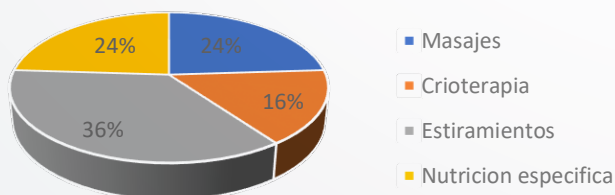
El 44% de los atletas considera que necesita **más de 8 horas** de sueño para una recuperación óptima, mientras que el 32% considera que entre **7-8 horas** es suficiente. Un 24% estima que **6-7 horas** son necesarias.

Conocimiento de los Procesos Fisiológicos Durante el Descanso y Recuperación

Fuente: Elaboración propia 2024.

El 72% de los encuestados **puede describir** los procesos fisiológicos que ocurren durante la recuperación, mientras que el 28% **no está seguro** de poder hacerlo.

Técnicas para Facilitar la Recuperación Muscular



Fuente: Elaboración propia 2024.

Las técnicas más utilizadas para la recuperación incluyen **estiramientos** (36%) y **nutrición específica** (24%), seguidas por **masajes** (24%) y **crioterapia** (16%). El 68% de los atletas encuestados ha sufrido

alguna lesión en los últimos 12 meses, mientras que el 32% no ha tenido lesiones.

8. Relación entre la Falta de Recuperación y el Riesgo de Lesiones

El 52% de los atletas está **totalmente de acuerdo** y el 36% **de acuerdo** en que la falta de recuperación aumenta el riesgo de lesiones. Un 12% se muestra **neutral**. No hubo desacuerdos, lo que indica que existe una percepción

generalizada de que la recuperación es clave para prevenir lesiones.

9. Recomendación de Técnicas para Mejorar la Recuperación

La **periodización del entrenamiento** (48%) y la **planificación del descanso activo** (44%) son las estrategias más recomendadas por los atletas para mejorar la recuperación. El uso de **tecnologías de recuperación** es recomendado por el 8%. El 72% de los atletas recibe asesoramiento profesional regular o frecuente, mientras que un 12% lo hace ocasionalmente.

5. DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio evidencian una alta conciencia entre los atletas de la ciudad de La Paz sobre la importancia del descanso y la recuperación, con un 80% de ellos considerándolo "muy importante". Este hallazgo concuerda con la literatura existente, donde se destaca que la recuperación adecuada es crucial para optimizar el rendimiento y prevenir lesiones (Kellmann & Kallus, 2016). Sin embargo, la discrepancia entre la percepción de la importancia del descanso y la alta incidencia de lesiones (68%) sugiere que, a pesar de la comprensión teórica, las prácticas de recuperación actuales son insuficientes. Esto se alinea con los hallazgos de Reilly & Ekblom (2005), quienes mencionan que la falta de estrategias de recuperación efectivas puede contribuir significativamente a la aparición de lesiones.

El hecho de que más del 40% de los atletas reporten fatiga muscular regular o frecuente es alarmante.

Según un estudio de Smith (2020), la fatiga muscular prolongada no solo afecta el rendimiento, sino que también incrementa el riesgo de lesiones, sugiriendo que las técnicas de recuperación empleadas pueden no estar adecuadamente adaptadas a las demandas físicas de los atletas de alto rendimiento en condiciones de altitud. Este contexto geográfico añade un nivel adicional de estrés fisiológico que requiere un enfoque de recuperación más robusto (Pitsiladis et al., 2013).

El reconocimiento de la necesidad de más de 8 horas de sueño por parte del 44% de los atletas indica una comprensión de la relación entre el sueño y la recuperación. Sin embargo, el hecho de que la fatiga y las lesiones persistan sugiere que las horas de sueño no se están cumpliendo consistentemente. Investigaciones previas han mostrado que el sueño insuficiente puede deteriorar la recuperación muscular y aumentar la susceptibilidad a lesiones (Hirshkowitz et al., 2015). Por lo tanto, mejorar la calidad del sueño debe ser una prioridad en los programas de entrenamiento de los atletas de alto rendimiento.

Un hallazgo positivo es que el 72% de los atletas puede describir los procesos fisiológicos que ocurren durante el descanso y la recuperación. Este nivel de conocimiento es alentador y sugiere que se pueden implementar técnicas más efectivas en las rutinas de entrenamiento. Sin embargo, el 28% restante que carece de esta comprensión destaca la necesidad de programas educativos más amplios, como lo sugieren Vetter et al. (2015), quienes afirman que una educación adecuada sobre la recuperación

puede mejorar significativamente la implementación de estrategias personalizadas.

La dependencia en técnicas de recuperación tradicionales, como estiramientos (36%) y nutrición (24%), refleja un enfoque conservador que puede ser insuficiente. Aunque estas prácticas son efectivas, la falta de uso de métodos como la crioterapia (16%) y tecnologías de recuperación (8%) indica que los atletas pueden estar perdiendo oportunidades para optimizar su recuperación. La literatura también respalda la incorporación de tecnologías avanzadas y técnicas de recuperación modernas como esenciales para el desarrollo deportivo (McHugh et al., 2017).

El consenso de que la falta de una adecuada recuperación aumenta el riesgo de lesiones, con un 88% de atletas de acuerdo, resalta la importancia de mejorar la implementación de estrategias de recuperación. Esto se alinea con las recomendaciones de la literatura, que enfatiza la necesidad de una planificación adecuada del descanso y la periodización del entrenamiento (Bourdon et al., 2017). La implementación de estas recomendaciones puede ayudar a reducir el riesgo de lesiones y mejorar la longevidad de la carrera deportiva.

A pesar de que el acceso al asesoramiento profesional es alto, con un 72% de los atletas recibiendo orientación regular, la posibilidad de que un 12% solo lo haga ocasionalmente indica una brecha que debe cerrarse. Los estudios han mostrado que el asesoramiento profesional continuo es fundamental

para el desarrollo de estrategias de recuperación efectivas (Towlson et al., 2017).

Los hallazgos de este estudio subrayan la importancia de la recuperación en el rendimiento deportivo, pero también indican un desfase entre la conciencia teórica y la práctica efectiva. La educación continua sobre los mecanismos de recuperación y la integración de técnicas avanzadas son esenciales para abordar este problema, lo que podría llevar a una reducción en la incidencia de lesiones y a una mejora en el rendimiento general de los atletas de alto rendimiento en La Paz.

6. CONCLUSIONES

El estudio reveló que los atletas de alto rendimiento de la ciudad de La Paz reconocen en su mayoría la importancia crítica del descanso y la regeneración en su régimen de entrenamiento, con el 80% de los encuestados considerando el descanso como "muy importante". Sin embargo, a pesar de esta comprensión, la elevada incidencia de lesiones sugiere que existen deficiencias en la implementación de prácticas de recuperación adecuadas, lo que resalta la necesidad de una mayor atención a la calidad del descanso y la planificación efectiva de la recuperación dentro de sus rutinas deportivas.

La fatiga muscular frecuente reportada por el 44% de los atletas, combinada con el elevado número de lesiones en el último año, respalda la hipótesis de que una recuperación insuficiente es un factor clave en la ocurrencia de lesiones. Por lo tanto, es

crucial que los atletas adopten estrategias más efectivas de recuperación para reducir su vulnerabilidad a las lesiones. En este sentido, el 88% de los encuestados concuerda en que la falta de una recuperación adecuada incrementa el riesgo de lesiones deportivas, lo que refuerza la necesidad de implementar métodos más eficientes.

Asimismo, los atletas recomendaron ampliamente la periodización del entrenamiento y la planificación del descanso activo como estrategias clave para mejorar la recuperación y prevenir lesiones. Estas técnicas buscan optimizar el balance entre el esfuerzo y la recuperación, reduciendo el riesgo de sobreentrenamiento y permitiendo una mejor regeneración muscular. Además, el uso de tecnologías de recuperación y otras técnicas como los masajes, la crioterapia y la nutrición específica deberían ser adoptados con mayor frecuencia, ya que pueden acelerar la recuperación y mejorar el rendimiento general.

Finalmente, se sugiere que una mayor educación y formación sobre los mecanismos fisiológicos del descanso y la recuperación es esencial para maximizar los beneficios de estas prácticas en la prevención de lesiones. Implementar programas educativos dirigidos a los atletas sobre la importancia del descanso y técnicas avanzadas de recuperación puede contribuir a una disminución significativa en la incidencia de lesiones y a la prolongación de sus carreras deportiva.

7. BIBLIOGRAFIA

Barnett, A. (2006). Using recovery modalities between training sessions in elite athletes: Does it help? *Sports Medicine*, 36(9), 781-796. <https://doi.org/10.2165/00007256-200636090-00002>

Bompa, T., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training*. Human Kinetics.

Bourdon, P. C., Cardinale, M., Murray, N. B., & Gabbett, T. J. (2017). Monitoring athlete training loads: Consensus statement. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 12(2), 161-170. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2016-0305>

Fullagar, H. H., Skorski, S., Duffield, R., Hammes, D., Coutts, A. J., & Meyer, T. (2015). Sleep and athletic performance: The effects of sleep loss on exercise performance, and physiological and cognitive responses to exercise. *Sports Medicine*, 45(2), 161-186. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0260-0>

Gabbett, T. J. (2016). The training-injury prevention paradox: Should athletes be training smarter and harder? *British Journal of Sports Medicine*, 50(5), 273-280. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095788>

Hirshkowitz, M., Whiton, K., Albert, S. M., Alessi, C., Bruni, O., DonCarlos, L., & Gamaldo, C. E. (2015). National Sleep Foundation's sleep time duration recommendations: Final report. *Sleep Health*, 1(1), 40-43. <https://doi.org/10.1016/j.sleh.2014.12.010>

Kellmann, M., & Kallus, K. W. (2016). *Recovery and stress in sport: A manual for testing and assessment*. Routledge.

Kellmann, M., et al. (2018). Recovery and performance in sport: Consensus statement. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, 13(2), 240-247. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2018-0223>

Levine, B. D., & Stray-Gundersen, J. (2005). Living high-training low: Effect of moderate-altitude acclimatization with low-altitude training on performance. *Journal of Applied Physiology*, 83(1), 102-112. <https://doi.org/10.1152/jap.1999.83.1.102>

McHugh, M. P., & Cosgrave, C. H. (2017). To stretch or not to stretch: A systematic review of the literature. *British Journal of Sports Medicine*, 41(7), 431-439. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2007.037325>

Meeusen, R., Duclos, M., Foster, C., Fry, A., Gleeson, M., Nieman, D., & Urhausen, A. (2013). Prevention, diagnosis, and treatment of the overtraining syndrome: Joint consensus statement of the European College of Sport Science and the American College of Sports Medicine. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 45(1), 186-205. <https://doi.org/10.1249/MSS.0b013e318279a10a>

Millet, G. P., Faiss, R., & Brocherie, F. (2013). Hypoxic training and team sports: A challenge to traditional methods? *British Journal of Sports Medicine*, 47(1), i6-i7. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-092523>

Pitsiladis, Y., Stray-Gundersen, J., & Boushel, R. (2013). *Altitude training for elite endurance athletes: A review*. Springer.

Pitsiladis, Y. P., Stray-Gundersen, J., & Boushel, R. (2013). The role of altitude in elite athlete performance. *European Journal of Sport Science*, 13(4), 441-448. <https://doi.org/10.1080/17461391.2012.744095>

Reilly, T., & Ekblom, B. (2005). The use of recovery methods post-exercise. *Journal of Sports Sciences*, 23(6), 619-627. <https://doi.org/10.1080/02640410400023659>

Smith, D. J. (2020). A framework for the integration of recovery strategies into athlete training programs. *Journal of Sports Sciences*, 38(12), 1399-1407. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1758576>

Smith, J. (2020). Optimizing performance through recovery: A guide for elite athletes. *Journal of Athletic Health and Fitness*, 9(4), 233-245.

Towson, C., McHugh, P., & H. M. (2017). The importance of professional guidance in strength training programs for young athletes. *Strength and Conditioning Journal*, 39(3), 1-8. <https://doi.org/10.1519/SSC.00000000000000326>

Vetter, M. L., & B. C. (2015). Effects of a recovery training program on athletic performance. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 29(3), 806-811. <https://doi.org/10.1519/JSC.00000000000000326>

EQUILIBRIO Y COORDINACIÓN DURANTE EL RENDIMIENTO DEPORTIVO DE ESTUDIANTES DE LA CARRERA PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES GESTIÓN 2024

BALANCE AND COORDINATION DURING THE
SPORTS PERFORMANCE OF STUDENTS OF THE
PSYCHOMOTORICITY AND SPORTS
MANAGEMENT 2024 COURSE

Griselda Choque Jallaza
DOCENTE UPEA – EL ALTO
grisspring7@gmail.com

RESUMEN

La presente investigación tiene como objetivo identificar las deficiencias que existen en las capacidades físicas del equilibrio y coordinación de los estudiantes para un buen desempeño deportivo. Estos problemas suelen presentarse en las primeras etapas de la niñez; y muchas veces persisten en la adolescencia, la adultez y vejez. La metodología es a través de un enfoque cuantitativo y un diseño descriptivo-correlacional, se medirán las habilidades de equilibrio y coordinación mediante pruebas estandarizadas como las pruebas de: Quadrant Jump, Squat Thrust, Stork Balance y test de ktk, se analizará su relación con el rendimiento deportivo, utilizando pruebas físicas. La muestra que se tomó en cuenta son 54 estudiantes de la carrera psicomotricidad y deportes seleccionados mediante un muestreo intencional.

Los resultados permitieron identificar deficiencias significativas en equilibrio y coordinación, y su impacto en el rendimiento deportivo, proporcionando información útil para el desarrollo de estrategias de intervención. El análisis estadístico incluye correlaciones entre las variables y comparaciones entre diferentes grupos. En conclusión, con esta investigación se busca contribuir al diseño de programas de entrenamiento enfocados en mejorar el equilibrio y la coordinación, aspectos fundamentales en la preparación física de los estudiantes de la carrera psicomotricidad.

PALABRAS CLAVE: Capacidades, Control, Coordinación, Equilibrio, Rendimiento.

ABSTRACT

The objective of this research is to identify the deficiencies that exist in the physical abilities of balance and coordination of students for good sports performance. These problems usually occur in the early stages of childhood; and often persist into adolescence, adulthood and old age. The methodology is through a quantitative approach and a descriptive-correlational design, balance and coordination skills will be measured through standardized tests such as: Quadrant Jump, Squat Thrust, Stork Balance and ktk tests, their relationship with sports performance, using physical tests. The sample that was taken into account is 54 students of the psychomotor and sports major selected through intentional sampling.

The results allowed us to identify significant deficiencies in balance and coordination, and their impact on sports performance, providing useful information for the development of intervention strategies. Statistical analysis includes correlations between variables and comparisons between different groups. In conclusion, this research seeks to contribute to the design of training programs focused on improving balance and coordination, fundamental aspects in the physical preparation of psychomotor students.

KEYWORDS: Capacities, Control, Coordination, Balance, Performance.

1. INTRODUCCIÓN

En Bolivia, el desarrollo deportivo de los jóvenes enfrenta múltiples desafíos, entre los cuales mencionamos la deficiencia en habilidades motoras como el equilibrio y la coordinación. Estas capacidades son esenciales para un rendimiento óptimo en cualquier disciplina deportiva, ya que permiten a los deportistas mantener el control de su cuerpo, ejecutar movimientos precisos y responder adecuadamente a las demandas físicas en su entrenamiento. Sin embargo, diversos estudios y observaciones en el contexto universitario han evidenciado que muchos estudiantes de carreras relacionadas con la Psicomotricidad y Deportes muestran dificultades significativas en estos aspectos, lo que afecta su capacidad para alcanzar un rendimiento adecuado.

El impacto de esta problemática es considerable, ya que los estudiantes

que presentan deficiencias en el equilibrio y la coordinación no solo ven disminuido su rendimiento deportivo, sino que también enfrentan un mayor riesgo de lesiones y limitaciones en su progreso académico y profesional. En un país como Bolivia, donde el acceso a entrenamientos especializados y programas deportivos integrales sigue siendo limitado, esta situación adquiere una relevancia crítica. La falta de intervención oportuna en la corrección de estas deficiencias compromete el desarrollo personal de los estudiantes, afectando su capacidad de destacarse en competencias deportivas o aplicar sus conocimientos en contextos educativos.

La deficiencia en la capacidad del equilibrio y coordinación no solamente puede presentarse durante las primeras etapas de la niñez, sino también durante la juventud, adultez y vejez de las personas; es por la misma razón que este trabajo se enfocara en

estos aspectos de flexibilidad y la capacidad de coordinación durante el rendimiento deportivo de los estudiantes de 3ro y 4to semestre, comparándolos con otros estudios recopilados.

Por ejemplo en una investigación en la Universidad Santo Tomás de Tunja, donde participaron 36 estudiantes de 2do y 9no semestre se determinó por medio de las diferentes pruebas que se aplicaron de Quadrant Jump, Squat thrust y Stork balance, en la prueba de Squat Thrust (Coordinación) con una diferencia de (1,62). Para la tercera prueba, tuvo un mejor nivel coordinativo el grupo noveno en Stork Balance (Equilibrio) con una diferencia de (8,57) de estas pruebas es la calificación media. (García y Muñoz, 2023).

Entendiendo que la investigación toma como objeto de estudio a estudiantes de 3er y 4to semestre de la carrera de Psicomotricidad y Deportes tomando en cuenta la "la Ley 804 del 2016 el cual estipula que los artículos son de cumplimiento obligatorio por las personas naturales y jurídicas, públicas y privadas, en el marco de la promoción, organización, fomento, administración y práctica del deporte, cultura física y recreación deportiva de alcance nacional" (SEA, 2016) En este sentido la Universidad Pública de El Alto incentiva siempre al fomento e investigación del ámbito deportivo, orientada a la formación de los jóvenes por la búsqueda y construcción de conocimiento científico que brinde soluciones a diversas problemáticas del contexto local, regional, y nacional

2. DESARROLLO

Las Capacidades Físicas Básicas son los factores que determinan la Condición

física del individuo, que lo orientan hacia la realización de una determinada actividad física y posibilitan el desarrollo de su potencial físico mediante su entrenamiento. (Álvarez, 2002).

Son capacidades internas de cada organismo, que genéticamente se pueden mejorar a través de la preparación física, esto aportará en la persona para su crecimiento personal y grupal.

Por tanto, "Se define a la capacidad de coordinación como la capacidad compleja necesaria para la regulación y organización del movimiento." (Jimenez, 2004); las capacidades físicas coordinativas están profundamente vinculadas a la disposición ordenada de cada acción para cumplir un objetivo en específico durante el rendimiento deportivo, además la coordinación se la va adquiriendo mientras el cuerpo está en constante crecimiento, sabemos que dentro del organismo trabaja el sistema nervioso, este sistema es el que nos permite desarrollar la capacidad coordinativa, de organizar y regular nuestros movimientos tanto en el rendimiento deportivo como en el diario vivir.

La coordinación es una capacidad presente al realizar eficientemente movimientos tanto en el ámbito diario como en cada deporte, de manera rápida precisa y ordenada. "La coordinación es la sincronía entre el sistema nervioso y la estructura músculo-esquelética al realizar una acción determinada. La coordinación puede efectuarse en forma consciente o inconsciente, dependiendo del grado de automatización del movimiento" (Martínez, 2000).

Esta Capacidad debe estar presente siempre en el deportista, es importante para un correcto desempeño dentro del campo, además facilitó que el funcionamiento del jugador sea mejor, tanto en el juego con y sin balón. La Coordinación se trabaja mucho en un calentamiento antes de cualquier disciplina deportiva, hay muchos ejercicios de Coordinación que se pueden trabajar para ir perfeccionando esta Capacidad, es indispensable aprender en edades tempranas, ya que después será más complicado dominar ejercicios de Coordinación. En las prácticas deportivas el entrenador siempre deberá aplicar ejercicios de Coordinación para un correcto aprendizaje, esto le aportará a futuro a mejorar su habilidad en el deporte de su preferencia.

La clasificación de la coordinación se basa en dos tipos:

a) **Coordinación Fina:** "Es cuando ya existe un elevado desarrollo del sistema nervioso y los movimientos son técnicos, continuos y fluidos. Los movimientos son más complejos, pero con menos gasto de energía. En este tipo de coordinación están situados los movimientos específicos utilizados en el deporte." (Martinez, 2000). En esta fase el deportista ya cuenta con el sistema nervioso desarrollado, los movimientos que realizó, serán más técnicos, esto le permitió seguir perfeccionando todos los ejercicios propuestos.

b) **Coordinación Gruesa:** "Se da cuando nuestro sistema nervioso no se encuentra plenamente maduro o no se ha ejercitado plenamente en comparación con los movimientos eslabonados de la coordinación fina. Algunos autores mencionan a la coordinación gruesa como general y

le dan un enfoque directo con la maduración nerviosa y los movimientos básicos como caminar, saltar, jalar, etc. Aquí los movimientos son torpes, lentos y carentes de fluidez." (Martinez, 2000). Los jóvenes en esta fase llegaron a desarrollar completamente el sistema nervioso, en la Coordinación gruesa los movimientos de las personas son lentos, por lo que requieren ejecutar más ejercicios que les permita llegar a mejorar su Coordinación.

Factores condicionantes de la coordinación:

- Edad.
- Control de movimientos con respecto al centro de gravedad.
- Maduración del sistema nervioso.
- Maduración del sistema muscular y esquelético.
- Grado de educación corporal (movimientos).
- Grado de relación entre el sistema nervioso y el sistema músculo esquelético.

Estos factores que nos menciona el autor están involucrados en la Coordinación, por lo general las personas tienen que desarrollar mejor su sistema nervioso.

Como parte de la capacidad coordinativa se encuentra el "equilibrio"; en esta capacidad coordinativa es fundamental que el estudiante sepa dominar el equilibrio, es necesario para poder realizar cualquier movimiento estático o dinámico, en el rendimiento deportivo es primordial mejorar esta capacidad a la perfección para realizar ejercicios sin inconvenientes. "Se dice que un cuerpo se encuentra en equilibrio cuando la sumatoria de todas las fuerzas que actúan sobre él es nula, o cuando dichas fuerzas son

compensatorias para el centro de gravedad corporal; el equilibrio corporal es el conjunto de reacciones del sujeto a la gravedad. Dicho de otra manera; el equilibrio es el resultado de los efectos coordinativos y regulados de las sensaciones mismas del sujeto con respecto a su centro de gravedad y aun punto fijo o de referencia." (Martinez, 2000).

Los educandos se encuentran realizando el calentamiento, lo cual para realizar este ejercicio requiere de mucho equilibrio para resistir un tiempo determinado estático sin movimiento en el puesto; la capacidad de equilibrio depende mucho también del entrenamiento que reciba para mejorar al máximo, si perfecciona el equilibrio esto ayudará a estabilizar el cuerpo cuando esté realizando ejercicios deportivos.

La capacidad de equilibrio también cuenta con su respectiva clasificación, las cuales son:

Equilibrio Estático: Es cuando el cuerpo se mantiene sin movimiento; por ejemplo, el estar parado cuando este está realizando algún ejercicio. En la posición de pie se realiza movimientos acordes a esta capacidad, con esto mejoramos el equilibrio en los jóvenes durante las clases, para esto el estudiante debe tener buen equilibrio y coordinación.

Equilibrio Dinámico: Los jóvenes demostraron tener buen equilibrio estático y dinámico, existe falencias donde se corrigieron, poco a poco fueron perfeccionando la Capacidad equilibrio dinámico.

Es de importancia saber que "cuando un cuerpo se encuentra en movimiento sin perder su postura o posición con respecto a su

desplazamiento y punto de referencia; ejemplo, correr, saltar, etc.; el centro de gravedad corporal se mantiene en desplazamiento, pero estableciendo su relación con el punto de referencia." (Martinez, 2000).

La capacidad del estudiante de mantener su propio cuerpo en una posición de control y estabilidad realizando movimientos compensatorios que impliquen el uso de la motricidad gruesa y fina, verifica el estado de la capacidad de rendimiento ante el deporte. La motricidad gruesa hace referencia a los grandes movimientos que se realiza, ya sean de cuerpo completo o simplemente las extremidades, al contrario de la motricidad fina, en el deporte, son movimientos minuciosos que deben realizarse con precisión utilizando los dedos, las manos, las muñecas, etc.

3. MÉTODOS Y MATERIALES:

El enfoque de la investigación es cuantitativo con un diseño descriptivo-correlacional, que permitirá medir las variables de equilibrio, coordinación y rendimiento deportivo, así como analizar la relación entre ellas. A su vez se usó la técnica documental a causa de que el objetivo de investigación elabora un marco teórico conceptual para formar un cuerpo de ideas sobre el objeto de estudio, es decir en los estudiantes de 3ro y 4to semestre de la carrera de psicomotricidad y deportes gestión 2024.

Para un mejor análisis en el tema de investigación se utilizaron la ficha bibliográfica y fichas de resumen para poder describir los datos referenciales de los materiales bibliográficos que brindan información para elaborar todo el documento en base a opiniones hechas por el investigador;

permitiendo un mejor recojo de información de manera sintetizada, sobre lo más importante e interesante que contienen los textos bibliográficos, combinando los términos de los autores y las opiniones propias del investigador.

Los test para la medición del equilibrio y coordinación usados como instrumento son la Prueba de Quadrant Jump, (esta prueba de agilidad mide la capacidad de moverse en un espacio pequeño con la máxima velocidad posible, manteniendo el equilibrio y el control de la coordinación de los pies juntos.) la prueba de Stork balance, (el sujeto se quitará los zapatos y ubicará las manos a la altura de las caderas. Apoyará la pierna no dominante cerca de la rodilla interior de la pierna de apoyo. El sujeto deberá levantar el talón para mantener el equilibrio sobre la punta del pie con una duración de TABLA N° 1

DISTRIBUCIÓN DE POBLACION DEMOGRAFICA

ENCUENTADOS	MASCULINO	FEMENINO	TOTAL
3RO SEMESTRE	6	5	11
4TO SEMESTRE	33	10	43
PERCENTIL	72%	28%	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

Se puede evidenciar que un mayor porcentaje de los estudiantes universitarios son varones con un 72% frente a un 28% que representan a las mujeres de una población de 54 estudiantes universitarios representando el 100%.

60 segundos.) (Muñoz y Galviz, 2023). La prueba de valoración de coordinación Körper koordinations test für kinder (KTK) (abarca componentes de la coordinación motora y consta de cuatro tareas: (1) caminar hacia atrás a lo largo de tres listones de madera de ancho decreciente: 6,0, 4,5 y 3,0 cm; (2) salto lateral de dos pies a uno y otro lado de una tira de madera durante 15s; (3) desplazarse hacia los lados sobre tablas de madera durante 20 s; y (4) saltos monopedales, que consiste en saltar con una sola pierna por encima de planchas de gomaespuma apiladas, aumentan la altura). (Macedo, 2022).

4. RESULTADOS

A continuación, se expone los resultados obtenidos a través de la recolección de datos con los instrumentos y técnicas aplicados en la investigación:

TABLA N° 2

PRUEBA DE EQUILIBRIO DE QUADRANT JUMP

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	31	57%

PRUEBA DE COORDINACIÓN
KÖRPER KOORDINATIONS TEST FÜR
KINDER (KTK) TIPO 3

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	29	54%
NO ACERTADAS	25	46%
TOTAL	54	100%
NO ACERTADAS	23	43%
TOTAL	54	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

En esta prueba de equilibrio se evidencio que un 57% de los estudiantes de 3ro y 4to semestre poseen un equilibrio favorable dentro de las capacidades básicas, por el contrario, el 43% de los estudiantes no poseen un adecuado equilibrio.

TABLA N° 3

PRUEBA DE EQUILIBRIO DE
SQUAT THRUST

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	29	54%
NO ACERTADAS	25	46%
TOTAL	54	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

El 54% de los estudiantes que realizaron esta prueba demostraron tener un buen rendimiento en el equilibrio de todo el cuerpo, rindiendo así en las

capacidades básicas ante un 46% que no tuvo un buen control del equilibrio en el cuerpo.

TABLA N° 4

PRUEBA DE EQUILIBRIO DE STORK
BALANCE

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	37	69%
NO ACERTADAS	17	31%
TOTAL	54	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

Los estudiantes universitarios cuentan con un control favorable del equilibrio en ambos pies con un 69%, frente a un 31% de los cuales tienen problemas de sujeción en ambos pies demostrando así una mala estabilización del sujeto.

TABLA N° 5

PRUEBA DE COORDINACIÓN KÖRPER
KOORDINATIONS TEST FÜR KINDER
(KTK) TIPO 1

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	36	67%
NO ACERTADAS	18	33%
TOTAL	54	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

En esta prueba realizada "caminata hacia atrás" se demostró que un 67% de los estudiantes universitarios cuentan con una buena coordinación

consiente de las lateralidades y un 33% aún tiene problemas de coordinación demostrando así tener problemas en el cerebelo el cual, es el que lo coordina.

TABLA N° 6

PRUEBA DE COORDINACIÓN KÖRPER KOORDINATIONS TEST FÜR KINDER (KTK) TIPO 2

INDICADOR	RESPUESTA	%
ACERTADAS	37	69%
NO ACERTADAS	17	31%
TOTAL	54	100%

Fuente: Elaboración propia, 2024.

Durante la prueba de "saltos monopodales", un 31% de los estudiantes cuentan con mayor inestabilidad de la coordinación en el pie izquierdo y derecho ante un 69% de los estudiantes que tiene un buen rendimiento en la coordinación ambidiestra en los pies.

TABLA N° 7

Fuente: Elaboración propia, 2024.

En la prueba de desplazamiento de objeto la coordinación en los estudiantes universitarios, un 46% tuvo problemas frente a un 54% que paso la prueba con facilidad, aseverando así que la brecha es muy corta entre los que tienen y no tienen coordinación.

5. DISCUSIÓN

Entre los resultados obtenidos de la investigación se destacan a tres enunciados de los cuales se tomó como guía y elemento importante en la investigación, los mismos fueron debidamente analizados para su

posterior aplicación en los estudiantes de 3ro y 4to semestre de la carrera de psicomotricidad y deportes de la Universidad Pública de El Alto.

La descripción de los resultados se realizó mediante la compilación de información; uno de los enunciados es, en el que se comparó la coordinación motriz de los universitarios de segundo y noveno semestre, el siguiente es aquel estudio que verificó la confiabilidad de los test que miden las capacidades coordinativas en deportes acíclicos en los que la secuencia y movimientos están en constante variación, por último, el enunciado que en base a su investigación utiliza el test de coordinación motriz: Cómo valorar y analizar su ejecución (Garcia y Muñoz, 2023). Estos tres enunciados utilizan instrumentos basados en las pruebas de equilibrio y coordinación aplicada a estudiantes, los cuales demuestran efectividad al momento de medir capacidades básicas para el rendimiento deportivo; además de sugerir pruebas para la medición del equilibrio y coordinación.

Por otro lado la importancia de estudiar el desarrollo del equilibrio y coordinación tiene su importancia en la formación de deportistas. "Dentro de los factores físicos se pueden mencionar: el desarrollo de flexibilidad, equilibrio, fuerza y coordinación que, en conjunto, repercuten en la adopción de una mejor postura corporal para evitar lesiones (Ayala y Coque , 2021).

Al realizar la respectiva aplicación de estas pruebas de valoración de la coordinación y el equilibrio en los estudiantes universitarios se pudo evidenciar que un porcentaje mayor de 61% si cuenta con un buen control

y percepción de la coordinación y equilibrio, esto demuestra que en los artículos mencionados, demostraron tener similitud con las pruebas realizadas, esto afirma que solo un menor porcentaje de 39% de los sujetos de estudio poseen problemas en la coordinación y equilibrio debido a factores diversos desde enfermedades y problemas no verificados durante la niñez. También se demostró que estas pruebas si cumplen con su función de verificación en las capacidades básicas.

Los resultados positivos de la investigación no suprimen el grupo con dificultad por un lado por el otro mencionamos debemos enfatizar la valoración contante de estas habilidades como parte del desarrollo integral del ser humano. "La educación física y la psicomotricidad ayuda a la formación integral del ser humano, con su práctica se impulsan los movimientos creativos e intencionales, la manifestación de la corporeidad a través de procesos afectivos y cognitivos" (Pastrana y Zúñiga, 2023).

6. CONCLUSIONES

Concluimos que las dificultades en equilibrio y coordinación detectadas en estudiantes de la carrera de Psicomotricidad y Deportes en Bolivia tienen un impacto directo en su rendimiento deportivo. Estas deficiencias limitan su capacidad de ejecutar movimientos precisos y fluidos, lo que no solo compromete su desempeño en las competencias deportivas, sino que también los coloca en una situación de vulnerabilidad ante posibles lesiones físicas.

En el caso investigado los resultados de las pruebas aplicadas respecto a la valoración de la coordinación y el equilibrio en los estudiantes universitarios se pudo evidenciar que un porcentaje mayor de 61% si cuenta con un buen control y percepción de la coordinación y equilibrio, esto demuestra que en los artículos mencionados, demostraron tener similitud con las pruebas realizadas, esto afirma que solo un menor porcentaje de 39% de los sujetos de estudio poseen problemas en la coordinación y equilibrio. En conclusión, la información detallada que se encuentra, se ha centrado en la investigación de las causas y consecuencias del deterioro del equilibrio y coordinación.

Desigualdad en el acceso a programas de entrenamiento, en nuestro contexto, la falta de acceso a infraestructura adecuada y programas de entrenamiento específicos en habilidades motoras representan un obstáculo significativo para la mejora de estas capacidades. Esta situación afecta de manera particular a estudiantes de regiones rurales o áreas con menos recursos, generando una brecha entre lo que se espera de ellos como futuros profesionales del deporte y su desarrollo real. Esta también se puede considerar un efecto directo para el desarrollo físico motor de los estudiantes

Necesidad de intervención académica: La ausencia de un enfoque claro en el desarrollo de habilidades motoras fundamentales, como el equilibrio y la coordinación, dentro de los planos curriculares universitarios de carreras deportivas, requiere una atención urgente.

7. BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, V. (2002). Las Capacidades Físicas. Obtenido de I.E.S. La Aldea de San Nicolás:
<http://www.ieslaaldea.com/documentos/edufisi/cualidbasicas.pdf>

Ayala Obando, D., & Coque Martinez, A. I. (17 de Junio de 2021). SEMANTIC SCHOLAR. Obtenido de <https://www.semanticscholar.org/paper/Los-ejercicios-isom%C3%A9tricos-como-preparaci%C3%B3n-f%C3%ADsica-Ayala-Obando-Coque-Martinez/62c480d053553b72380c48ed621c413731855fc1>

Eusebio, L. S. (2021). Capacidades Físicas y Rendimiento Deportivo de Fútbol de los estudiantes de segundo grado de la IES Aplicación ISPA. Perú.

García Galviz, L. A., & Muñoz Casallas, D. C. (25 de julio de 2023). Comparación de la coordinación motriz de los universitarios de segundo y noveno semestre de una facultad de deportes. craiusta. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11634/51497>

García, G. L., & Muñoz, C. D. (25 de julio de 2023). Comparación de la coordinación motriz de los universitarios de segundo y noveno semestre de una facultad de deportes. craiusta. Obtenido de <http://hdl.handle.net/11634/51497>

Jimenez, R. (2004). Valoración de las capacidades físicas condicionales. Suba, s.f.

Macedo, L. S. (12 de octubre de 2022). Tipos de confiabilidad de la prueba de coordinación motora gruesa KTK para niños y adolescentes: Una revisión sistemática. Sport TK-EuroAmerican Journal of Sport Sciences. Obtenido de <https://revistas.um.es/sportk>

Martínez, J. (2000). Capacidades físicas educación.

Muñoz Casallas, D. C., & García Galviz, L. A. (25 de Julio de 2023). Comparación de la Coordinación Motriz de los Universitarios de Segundo y Noveno Semestre de una Facultad de Deportes. Universidad Santo Tomas. Obtenido de Universidad Santo Tomas: <https://repository.usta.edu.co/handle/11634/51497>

Pastrana, P. S., Pastrana, P. M., & Zúñiga, D. M. (Noviembre - Diciembre de 2023). CIENCIA LATINA INTERNACIONAL. Obtenido de https://pdfs.semanticscholar.org/b856/55d05bf9ac320b93a6b92189dc10fa8923aa.pdf?_gl=1*1akzeli*_gcl_au*MTAxMTE0MzI1My4xNzI4MjI4MDYw*_ga*MjMyMjU2Nzg5LjE3MjgyMjgwNjA.*_ga_H7P4ZT52H5*MTcyODkxOTQ3My45LjEuMTcyODkyMDY5MS41OS4wLjA

SEA, L. A. (11 de Mayo de 2016). Obtenido de https://sea.gob.bo/digesto/Compendio/U/215_L_804.pdf

IMPACTO DE LA DANZA Y EXPRESIÓN CORPORAL EN EL DESARROLLO NEUROPSICOPEDAGÓGICO DE ESTUDIANTES DE PSICOMOTRICIDAD- UPEA GESTIÓN 2024

IMPACT OF DANCE AND BODY EXPRESSION ON THE
NEUROPSYCHOPEDAGOGICAL DEVELOPMENT OF
PSYCHOMOTRICITY STUDENTS – UPEA MANAGEMENT 2024

Sandy Melissa Medina Jiménez
DOCENTE UPEA – EL ALTO
sandymels37@gmail.com

RESUMEN:

El objetivo del estudio es evaluar el impacto de la danza y la expresión corporal en el desarrollo neuropsicopedagógico de los estudiantes de quinto semestre de psicomotricidad en la Universidad Pública de El Alto. Se analizan los efectos de la danza clásica, folclórica y contemporánea en áreas neurológicas, psicológicas y pedagógicas, desarrollado en rendimiento académico, comportamiento, desarrollo cognitivo, emocional y social, además de analizar la función cerebral.

La investigación tiene un enfoque cualitativo y cuantitativo con diseño cuasi-experimental, con un pre y pos-test, durante 4 meses y medio, realizada dos veces por semana. Se usaron técnicas de observación directa, entrevistas abiertas en grupos focales y encuestas, bajo instrumentos de registro de observación y evaluación kinestésica, analizados con el software estadístico Excel.

Los resultados muestran mejoras significativas en el rendimiento académico, comportamiento y competencias neuropsicopedagógicas, con un aumento en las calificaciones de 1.5 a 4.8 en una escala de 5. Las mujeres destacaron en disciplina y autoconfianza. La danza también mejoró la conciencia espacial y la propiocepción, esenciales para planificar y ejecutar movimientos, y tuvo un impacto positivo en las redes emocionales del cerebro, incrementando la autoconfianza y reduciendo comportamientos disruptivos.

En conclusión, la intervención en danza y expresión corporal tiene un impacto significativo y positivo de los niveles neuropsicopedagógicos, desde la perspectiva neurológica (estructura y función cerebral) facilita la planificación y ejecución de movimientos, desde la psicología, área socioemocional (confianza, disciplina y

bienestar emocional), por parte pedagogía (aprendizaje observacional y kinestésico) además del aporte al curricular- académico de los estudiantes.

PALABRAS CLAVE: Kinestésico, neurociencias, pedagogía, psicomotricidad, psicología.

ABSTRACT

The objective of the study is to evaluate the impact of dance and body expression on the neuropsychopedagogical development of fifth semester students of psychomotor skills at the Public University of El Alto. The effects of classical, folkloric and contemporary dance are analyzed in neurological, psychological and pedagogical areas, developed in academic performance, behavior, cognitive, emotional and social development, in addition to analyzing brain function.

The research has a qualitative and quantitative approach with a quasi-experimental design, with a pre and post-test, for 4 and a half months, carried out twice a week. Direct observation techniques, open interviews in focus groups and surveys were used, under observation recording instruments and kinesthetic evaluation, analyzed with the Excel statistical software.

The results show significant improvements in academic performance, behavior and neuropsychopedagogical skills, with an increase in grades from 1.5 to 4.8 on a scale of 5. Women stood out in discipline and self-confidence. Dance also improved spatial awareness and proprioception, essential for planning and executing movements, and had a positive impact on the emotional networks of the brain, increasing self-confidence and reducing disruptive behaviors.

In conclusion, the intervention in dance and body expression has a significant and positive impact on the neuropsychological levels, from the neurological perspective (brain structure and function) it facilitates the planning and execution of movements, from the psychological, socio-emotional area (confidence, discipline and emotional well-being), from the pedagogical part (observational and kinesthetic learning) in addition to the contribution to the academic curriculum of the students.

KEYWORDS: Kinesthetic, neuroscience, pedagogy, psychomotor skills, psychology.

1. INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, ha crecido el interés por comprender cómo diversas formas de expresión artística, como la danza y la expresión corporal, pueden influir en el desarrollo integral de las personas. La danza, en particular, no solo involucra la ejecución de movimientos rítmicos, sino que también conlleva un complejo proceso cognitivo, emocional y social. Este enfoque interdisciplinario sugiere que

la práctica de la danza puede tener efectos más allá de los beneficios físicos, impactando el desarrollo neuropsicopedagógico se refiere a la interrelación entre el aprendizaje, el comportamiento, y las funciones neurológicas y psicológicas que subyacen a estos procesos. Entender cómo actividades como la danza pueden influir en estas áreas es fundamental para diseñar intervenciones educativas psicomotrices

En este contexto, surge la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo influye la práctica de la danza y la expresión corporal en el desarrollo neuropsicopedagógico de los estudiantes de psicomotricidad? en términos de rendimiento académico, comportamiento, desarrollo cognitivo, emocional y social, así como en la modificación de la estructura y función cerebral

2. DESARROLLO

Según Damasio (1994), aprender y crear memoria implica "esculpir, modelar, dar forma y rehacer nuestros cableados cerebrales". Esto sugiere que la danza no solo mejora la habilidad motriz, sino que también promueve la neurogénesis y la plasticidad neuronal, lo que es vital en todas las etapas de la vida, incluso en personas adultas. Algunos estudios han demostrado que la danza influye positivamente en el bienestar emocional y social de los individuos, la práctica de la danza ha mostrado mejorar la percepción de felicidad y autoconcepto en niños y adolescentes, lo que a su vez se relaciona con un mejor rendimiento académico y comportamental. La danza también se ha identificado como una herramienta eficaz para trabajar habilidades metacognitivas y emocionales, facilitando la expresión de sentimientos y la comunicación no verbal. Según Cobos (1999) y Picq y Vayer (1977) la psicomotricidad contempla un desarrollo global que, partiendo de la educación del movimiento y gesto, posibilita alcanzar la función simbólica y la interacción correcta con el medio ambiente.

El estudio busca investigar el impacto de la práctica de la danza y la expresión corporal en el desarrollo neuropsicopedagógico, evaluando

los efectos de la danza en las áreas neurológica, psicológica y pedagógica. La finalidad es contribuir al entendimiento de cómo la danza puede influir positivamente en el desarrollo integral de los estudiantes, promoviendo la incorporación de actividades de danza en los programas educativos para mejorar el aprendizaje y bienestar, diseñando intervenciones psicomotrices basadas en la danza y aportando evidencia científica sobre su impacto en la neuroplasticidad. La hipótesis principal es que la práctica regular de la danza y la expresión corporal tendrá un impacto positivo en el desarrollo neuropsicopedagógico, evidenciado por mejoras significativas en el rendimiento académico, comportamiento y desarrollo cognitivo, emocional y social, así como cambios medibles en la estructura y función cerebral, mayor bienestar psicológico, autoestima y habilidades sociales y una correlación positiva entre el tiempo dedicado a la danza y el grado de mejora en las variables estudiadas.

La creciente evidencia científica respalda la importancia del movimiento y la actividad física en el desarrollo cognitivo y emocional. Investigaciones recientes han demostrado que la plasticidad del cerebro, es decir, su capacidad para adaptarse y cambiar a lo largo de la vida, se ve significativamente influenciada por experiencias sensoriales y motoras. Pablo Luna, académico de Pedagogía en Educación Física, señala que la actividad física y sensorial beneficia significativamente el funcionamiento cognitivo y social lo cual es crucial dado el contexto actual de sedentarismo Luna (n.d.). La danza

actúa como un medio de expresión que puede facilitar la comunicación y la interacción social, elementos cruciales en el desarrollo integral de los estudiantes. Por lo tanto, este estudio busca aportar información valiosa sobre cómo integrar la danza en el currículo educativo puede optimizar el desarrollo neuropsicopedagógico, aprovechando la plasticidad neuronal para mejorar el aprendizaje y la salud emocional de estudiantes.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

El estudio adoptó un enfoque cualicuantitativo bajo un diseño de tipo cuasiexperimental. Experimento con una intervención determinada, resultados medidos y unidades experimentales Cook y Campbell (1979). Para evaluar el impacto de la danza en el desarrollo neuropsicopedagógico de los estudiantes de psicomotricidad. El estudio empleó un diseño experimental con medidas pre y post intervención. Todos los participantes fueron evaluados antes del inicio de la intervención y nuevamente al final.

El método se realizó a partir de la intervención de danza categorizada en base clásica y folklore desde las posiciones de ballet clásico y el análisis del folclor boliviano de manera teórica y práctica. y se utilizaron herramientas de evaluación para medir los resultados en los aspectos clave del desarrollo neuropsicopedagógico como ser nivel de aprendizaje, desarrollo del comportamiento en función a la disciplina y autoconfianza; la comparación de datos antes y después de la intervención para identificar cambios significativos.

La principal técnica utilizada fue la observación directa. Según Tamayo (2007) un método de recolección de

datos que permite al investigador observar y registrar comportamientos o eventos en su contexto natural. Se emplearon durante las sesiones de danza para registrar el comportamiento y actitudes de los estudiantes y entrevista abiertas en grupos focales con una serie de preguntas del avance personal en consecuencia a la danza y el trabajo en expresión corporal y se aplicaron encuestas de medición para evaluar el rendimiento académico, comportamiento, disciplina y autoconfianza en relación a la expresión corporal y danza.

Los instrumentos fueron elaborados especialmente para la evaluación y medición de la presente investigación en primera instancia bajo las escalas de aprendizaje y comportamiento; CETYS Universidad - Manual de Medición del Aprendizaje en el cual se analiza los componentes de competencias, productos de aprendizaje y criterios de desempeño, además de basarse en LLECE (Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de Calidad de la Educación) que implementa estudios como el ERCE, que mide logros en aprendizaje y habilidades socioemocionales, permitiendo un enfoque integral hacia la evaluación del aprendizaje en jóvenes, diseñados para medir el rendimiento académico en relación a la práctica activa de danza, en la escala se valoró la disciplina, autorregulación personal, control de impulsos, puntualidad y cumplimiento de normas.

Bajo el cuestionario de entrevista cualitativa, se midió la percepción de autoconfianza y autoestima de los participantes incluyendo preguntas sobre autoimagen, seguridad en las habilidades personales y percepción

del propio valor en relación a estructura del esquema corporal. Y finalmente un registro de observaciones directas utilizado para documentar comportamientos observados durante las sesiones de danza, incluyendo interacción social, actitud y desempeño en la clase.

El procedimiento se basó en la recolección de datos pre-test, antes del inicio del programa de danza, se administraron los cuestionarios y evaluación de estructura corporal y coreográfica. En la implementación de la intervención los participantes asistieron a clases de danza clásica básica y de folklore dos veces por semana durante 1 hora de actividad práctica y 30 minutos de preparación coreográfica y de estructura corporal por sesión, durante un período de 4 meses y medio. En la etapa de recolección de datos post-test se administraron los cuestionarios y escalas para evaluar los cambios. También se realizaron observaciones directas durante las sesiones de danza.

Con relación a las técnicas para la recolección de datos se realizó las pruebas de comparación estadísticas para comparar los datos pre y post test para determinar la significancia de las diferencias, análisis de datos descriptivo para describir los resultados de los cuestionarios y escalas y análisis

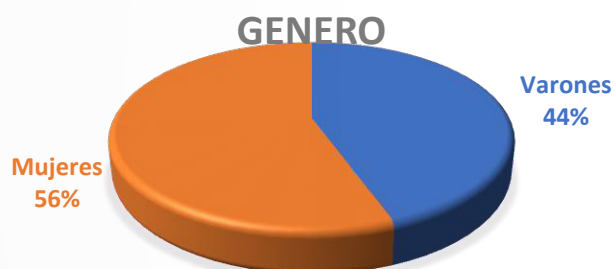
cualitativos observaciones directas para identificar patrones y temas recurrentes en el comportamiento y actitud de los participantes. Los datos recolectados fueron codificados y organizados en una base de datos utilizando software estadístico en Excel. Se verificó la consistencia de los datos y se realizó un análisis preliminar para asegurar la calidad de los datos. Los datos cuantitativos fueron analizados para determinar la significancia de los cambios observados en el rendimiento académico, comportamiento, disciplina y autoconfianza. Los resultados se interpretaron en función de las diferencias entre las medidas pre y post intervención, y se realizaron análisis descriptivos y comparativos.

Los materiales empleados fueron cuestionarios, escalas y herramientas de observación adaptadas para el estudio, además de material de danza como ropa y accesorios adecuados para las clases de danza clásica y de folklore, incluyendo vestimenta cómoda y calzado adecuado. Para el análisis de la investigación se utiliza el software de análisis estadísticos Excel.

La metodología y el procedimiento se empleó en 95 estudiantes de quinto grado divididos en dos paralelos de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto.

4. RESULTADOS

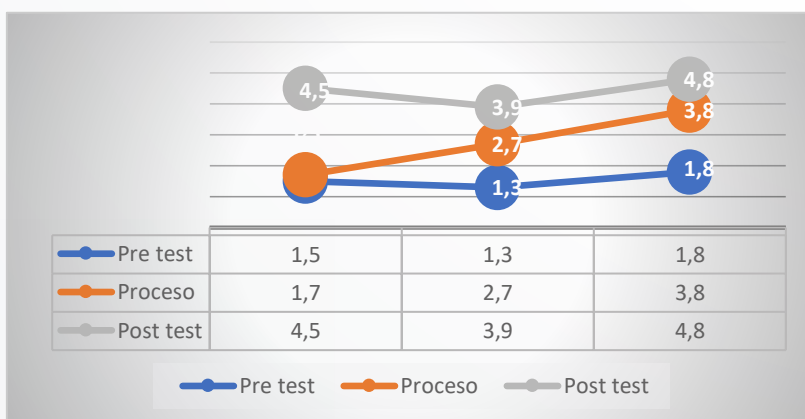
Gráfico N° 1: PORCENTUALIDAD POR GENERO



Elaboración Propia

Este gráfico muestra el porcentaje de participantes por género donde existieron 50 mujeres representando el 56% y 40 varones representando el 44% de la población estudiada.

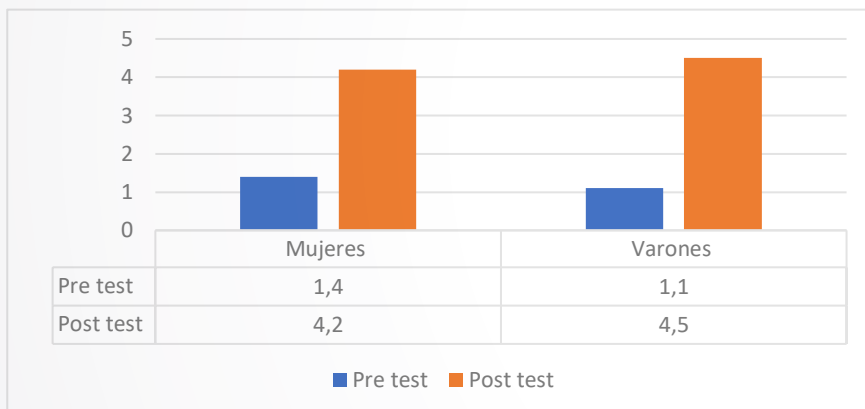
Gráfico N° 2: NIVEL DE PROGRESO - INTERVENCIÓN



Elaboración Propia.

El presente gráfico muestra el progreso en general de las habilidades y competencia obtenidas a lo largo de la intervención de danza y expresión corporal, en el pre test en un primer momento se obtuvo un 1,5 de puntos sobre 5 los siguientes datos fueron de 1,3 y 1,8 en una entendiendo estos datos como bajos en nivel de aprendizaje. Durante el proceso las evaluaciones neuropsicopedagógicas en el primer momento 1,7 (datos de inicio) 2,7 (datos de desarrollo) y logrando un 3,8 antes del post test donde se llegó como máxima puntuación final un 4,8/5 en capacidades neuropsicopedagógicas desde de todo el avance y práctica de danza.

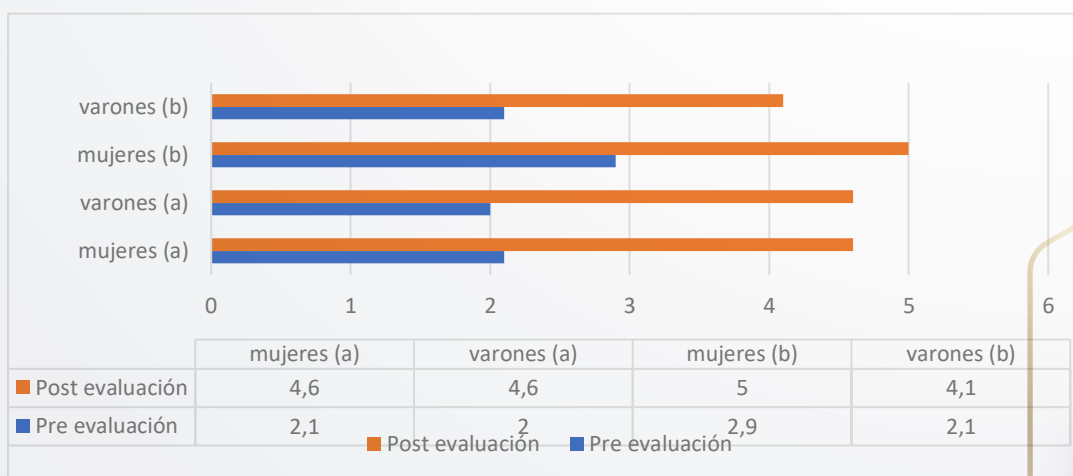
Gráfico N° 3: NIVEL DE DISCIPLINA (PRE Y POSTEST)



Elaboración Propia.

El gráfico representa el nivel de disciplina inicial y el alcanzado tras control y conciencia de la expresión corporal a través de la danza categorizada por género, varones y mujeres iniciando con 1,4 en las mujeres y 1,1 en varones y finalizando con un 4,2 las mujeres de autodisciplina y en varones 4,5.

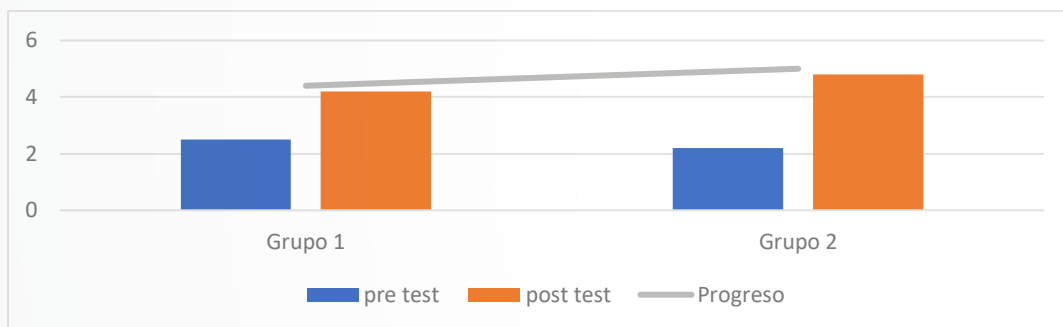
Gráfico N° 4: SEGURIDAD SOCIOEMOCIONAL Y CORPORAL



Elaboración Propia.

Bajo el presente gráfico se observa los grados de seguridad expresados desde la pre evaluación hasta la evaluación final después de la intervención, donde al iniciar la investigación el grupo femenino inició con 2,1/5 de seguridad y autoconfianza y al finalizar obtuvo un progreso al 4,6. En tanto, los varones iniciaron con un nivel 2. El segundo grupo las mujeres iniciaron con 2,9 y llegaron a 5 en cambio los varones iniciaron en 2,1, llegando a 4,1. Mostrando que las damas tienen un ligero nivel más alto que los varones en la seguridad personal a través de danza y expresión corporal.

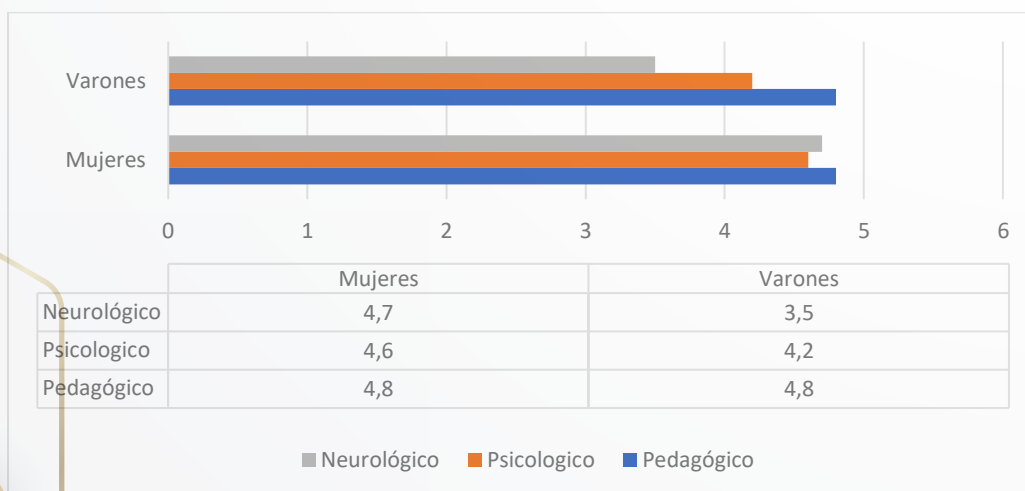
Gráfico N° 5: NIVEL DE APRENDIZAJE KINESISTICO Y COGNITIVO



Elaboración Propia

Según los resultados del presente gráfico se puede observar que el nivel aprendizaje después de la intervención en los dos diferentes paralelos fueron altamente similar con un ligero mayor progreso en el segundo grupo de 4,4 en el primer grupo y 5 en el segundo mostrado un alto desarrollo de aprendizaje en general de ambos paralelos después de la intervención en danza sustentada en realización cognitiva coreográfica y práctica kinestésica del cuerpo en danza.

Gráfico N° 6: EVALUACIÓN – PROCESO NEUROPSICOPEDAGOGICO



Elaboración Propia.

En este gráfico se observa del progreso de la intervención en danza para el desarrollo de neuropsicopedagógico donde se observa un progreso de 4,7 en mujeres y 3,5 en varones del área neurológica entendiendo la diferencia por género donde en la investigación la población femenina tuvo un mayor

impacto en el entendimiento y configuración cerebral por la danza que los varones. En el área psicológica las mujeres tuvieron un desempeño del 4,6 y los varones un 4,2, esto bajo el análisis observacional de conducta y comportamiento asertivo. Por otro lado el área pedagógica mostró el

nivel más alto de ambos géneros con el 4.8/5 entendido como nivel de aprendizaje, el cual fue evaluado por evaluaciones kinestésicas y cognitivas.

5. DISCUSIÓN

Los resultados indican que la intervención en danza tiene un impacto positivo en varios aspectos del desarrollo neuropsicopedagógico. La mejora en el rendimiento académico y la reducción de comportamientos disruptivos reflejan un efecto positivo en el aprendizaje y el comportamiento de los estudiantes. La intervención también mostró una mejora en la disciplina y la autoconfianza, sugiriendo que la danza puede fortalecer la autorregulación y la autoestima, además de la reeducación kinestésica la cual de manera pedagógica muestra un claro desempeño de competencia y habilidades en danza y expresión corporal. Boulch, (1996) discute cómo la danza clásica no solo es una forma de arte, sino también una herramienta para el desarrollo físico y emocional de los bailarines.

Neurológico

Estos hallazgos pueden ser traducidos en un gran aporte para las áreas de las neurociencias (cerebro) , psicología y pedagogía ya que en un principio existen cambios de estructura y función cerebral a partir de prácticas de movimiento del cuerpo y también aprendizaje por observación al ver al bailarín. El cerebro cuenta con el área de corteza cerebral donde se encuentra la corteza motora primaria las neuronas de esta zona están organizadas por partes del cuerpo y son estas las que envían señales a través de sus acciones hasta la médula espinal donde activan a otras neuronas que envían a su vez señales

a los músculos haciendo que estos se contraigan lo cual corresponde a la etapa del proceso motor conocida como ejecución del movimiento. Las áreas cerebrales que se activan al observar danza, destacando la importancia de las neuronas espejo en la comprensión del movimiento Calvo (2006). Para todo ese proceso, fue necesario trabajar la planeación del movimiento y trabajar con cada miembro del cuerpo para obtener movimientos rítmicos y secuenciados, para ella fue esencial trabajar en la corteza premotora y la corteza motora suplementaria.

La ubicación del espacio fue esencial para trabajar tanto en la expresión corporal la cual permite el relacionamiento incluso social y por otro la ubicación de espacio en danza para lo cual es fundamental conocer sobre la propiocepción que gracias a los receptores en las articulaciones del cuerpo permiten enviar la información a la corteza sensorial del esquema corporal en el lóbulo parietal de cada participante de la investigación, el cerebelo a permitido integrar toda esa información de coordinación de movimientos y corrección de errores.

De esta manera la danza pudo fortalecer la información sensorial visual, espacial y propioceptiva del cuerpo para la planificación y ejecución del movimiento en danza, además de que según la investigación apoyada de los estudios que anteceden a la investigación, bailar mejoró la conciencia espacial, el sentido de la posición corporal y el balance coordinación métrica. Bläsing (2012) indica que la práctica de la danza mejora el control postural y el equilibrio, implicando diversas áreas del cerebro.

Psicología

Ahora bien el aporte de la danza a diferencia de otras disciplinas no solo involucra el movimiento del cuerpo si no también implica las áreas emocionales del cerebro la cual se describe de manera más clara gracias al enfoque psicológico de la investigación, ya que las expresiones artísticas conllevan una intención de expresión emocional a partir de la interacción de redes motoras con el sistema emocional y esto se pudo evidenciar debido al cambio de conductas disruptivas que existía en algunos participantes los cuales fueron tomados en cuenta como comportamiento social ya que la principal fuente de unidad de análisis fueron los dos cursos analizados en general por lo que los datos muestran un incremento de disciplina, es decir, mayor autocontrol del comportamiento en el aula durante el proceso de la intervención, y también, al finalizar, un mayor sentido de autoconfianza en los participantes para la expresión corporal en danza. Esto está asociado al sistema límbico del cerebro lo cual también está relacionado con la lingüística y la comunicación social ya que trabaja directamente con la música. Dedicar (2017) examina cómo la danza contribuye al bienestar psicológico y a la integración social en personas.

Otro hallazgo es que los participantes que mostraban mejores habilidades en danza y manejo de expresión corporal eran los que tenían más conciencia de sus estados corporales, tanto propios como el de sus compañeros pudiendo así interpretar ciertos movimientos inconscientes que al momento de preguntarles al curso estos participantes podían identificarlos con mayor facilidad. Esto bajo un análisis

científico podría explicar el trabajo de la ínsula cerebral la cual se ve relacionada con la capacidad interoceptiva y visceral donde los bailarines tienen una mayor capacidad de conocer la cognición corporal de su cuerpo a diferencia de las personas que no danzan. Otro elemento asociado a eso también podría ser los niveles de dopamina neurotransmisor asociado con el placer ya que las expresiones artísticas motivan a la segregación de esta hormona, lo que para la investigación fue de gran ayuda ya que las y los participantes que ya tenían una pre concepción y gusto por la danza era más capaces de desarrollar sus habilidades en general.

Pedagogía

Por otro lado el área pedagogía estudiada y analizada en la investigación determina que algunos participantes aprenden más rápido que otros a través de la observación, elemento especial en este proceso debido a que antes de un paso o coreografía antes como instructor se debe dar el ejemplo dancístico y en la mayoría de las ocasiones de la investigación este ejemplo debía repetirse varias veces para que el nivel cognitivo del cerebro pueda realizar una representación mental y posteriormente realizar la práctica kinestésica. Muñoz (2020) Analiza cómo la danza clásica contribuye al desarrollo psicomotor en niños, resaltando su importancia pedagógica en el contexto educativo.

Es importante notar que algún participante tiene la red de observación de la acción más desarrollada que otros por lo que bastaría hacer una primera

observación para luego tener la secuencia rítmica de los pasos ya representada mientras para otros es necesaria mayor observación y práctica. Esto puede ser explicado desde el sistema de neuronas espejo compuesta por las cortezas frontales de movimiento y cortezas parietales que procesan la información visual y espacial por lo que esta red se activaba cuando los participantes observan los movimientos que realizaba mi persona, como ejemplo para la danza. Lo que involucra, para los participantes, simular mentalmente la acción que activa también la corteza primaria y suplementaria. A lo largo de la investigación se observó que a mayor número de práctica kinestésica no solo dentro del aula de control, sino también de algunos participantes que practicaban ciertas coreografías desde casa la red de interacción para estos estudiantes fue aún más sólida para observación y nivel de aprendizaje en la siguiente coreografía de danza. Por lo que para las personas con mayor habilidad en baile es suficiente con ver movimientos conocidos para practicarlo mentalmente esto estaría relacionado con el desarrollo cerebral del giro temporal superior encargado de la audición lo cual es muy similar en los músicos, por lo que sería más fácil la sincronización de la música, ritmo y melodía con el movimiento.

En este apartado también se puede destacar que algunos de los participantes que se les hacía más complicado sincronizar ritmos y movimientos, gracias a las prácticas y estructuración corporal, lograron tener una mejora significativa como muestran los resultados, a esto se entiende científicamente como la neuroplasticidad que al ser la

población joven, permite que el entrenamiento de estas capacidades de movimientos, cambien la función y/o estructura cerebral para conseguir mejores habilidades así como los diferentes estilos de danza.

6. CONCLUSIONES

Los resultados de esta investigación confirman que la intervención en danza tiene un impacto significativo y positivo en múltiples aspectos del desarrollo neuropsicopedagógico. La danza y la expresión corporal a través de la danza básica de folklore son efectivas para el desarrollo neuropsicopedagógico en estudiantes de psicomotricidad. La intervención mejoró significativamente el aprendizaje, comportamiento, disciplina y autoconfianza de los participantes. La mejora en el rendimiento académico, acompañada de una mejoría de comportamientos fortaleciendo las capacidades cognitivas.

Desde una perspectiva neurológica, los resultados indican que la práctica regular de la danza puede llevar a cambios en la estructura y función cerebral, especialmente en áreas clave como la corteza motora, el cerebelo y la corteza sensorial. Estos cambios facilitan una mejor planificación y ejecución de los movimientos, así como una mayor conciencia espacial y propioceptiva, lo cual

En términos psicológicos, la danza no solo mejora las habilidades motoras, sino que también interactúa profundamente con las redes emocionales del cerebro. Esto se evidencia en el aumento de la autoconfianza y la autorregulación entre los participantes, quienes mostraron una mayor capacidad para

manejar sus emociones y una mejor disposición hacia la expresión artística. La interrelación entre las áreas motoras y el sistema límbico sugiere que la danza puede ser una herramienta poderosa para mejorar el bienestar emocional y social de los estudiantes.

Desde el enfoque pedagógico, la danza se presenta como un medio eficaz para el aprendizaje observacional y kinestésico. La investigación demostró que algunos estudiantes desarrollan una mayor competencia a través de la observación y la repetición, lo que se asocia con la activación de la red de neuronas espejo y la neuroplasticidad. Este hallazgo resalta la importancia de integrar prácticas de danza en el currículo académico para fomentar el desarrollo integral de los estudiantes, aprovechando la capacidad del cerebro para adaptarse y mejorar a través del entrenamiento continuo.

Estos hallazgos respaldan las líneas de investigación de la expresión corporal en los diferentes ámbitos de la psicomotricidad además de posibles incorporaciones de programas de danza en la educación para fomentar un desarrollo integral en la población y como recomendación realizar estudios adicionales para explorar la influencia de diferentes estilos de danza y su impacto en otros aspectos del desarrollo personal y académico.

7. BIBLIOGRAFÍA

Bläsing, B, et al. (2012). El papel del cerebelo en la coordinación del movimiento y la sincronización en la danza. *Cognitive Processing*.

Boulch, J. (1996). *La danza clásica* promotor del desarrollo psicomotor.

Calvo-Merino, Grèzes, Glerean, & Decety, J. (2006). *Neural correlates of*

watching dance: A PET study. *NeuroImage*,

CETYS Universidad. (2019). *Manual de medición del aprendizaje* . Recuperado de repositorio.cetys.mx

Cobos, M. (1999). *Expresión corporal*. Artículo- Opositet.

Cook, T. D., & Campbell, D. T. (1979). *Quasi-experimentation: Design and analysis issues for field settings*. Boston: Houghton Mifflin Company.

Dedicár, A. (2017). Impacto de la danza en el bienestar psicológico: Autorregulación autodeterminación y habilidades sociales. *Alternativas*.

Luna, P. (n.d.). Impacto de la actividad física en el desarrollo psicosocial y cognitivo. Universidad San Sebastián.

LLECE (Laboratorio Latinoamericano de Evaluación de Calidad de la Educación) . (2020). *Estudio Regional Comparativo y Explicativo (ERCE)*.

Muñoz Elizalde, E. (2020). La danza clásica como promotor del desarrollo del esquema corporal y coordinación en niños de nivel primaria y sus beneficios. *Revista Psicomotricidad Movimiento y Emoción (PsiME)*.

Tamayo, M. (2007). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.

DESARROLLO INFANTIL TEMPRANO EN NIÑOS MENORES DE 2 AÑOS DE LA LOCALIDAD DE COLQUENCHA, DEPARTAMENTO DE LA PAZ, 2024

EARLY CHILDHOOD DEVELOPMENT IN CHILDREN
UNDER 2 YEARS OF AGE IN THE TOWN OF
COLQUENCHA, DEPARTMENT OF LA PAZ, 2024

María Victoria Chambi Parisaca
DOCENTE UPEA – EL ALTO
vickparis10@gmail.com

RESUMEN

El desarrollo infantil temprano refleja la importancia de estimular áreas necesarias, con ser la motricidad gruesa, motricidad fina, la parte socioemocional, la parte cognitiva, comunicación y lenguaje, el objetivo de este estudio es identificar el grado de desarrollo infantil temprano en los niños menores de 2 años, de la localidad de Colquenchá, Municipio de Colquenchá, el tipo de metodología empleada en la presente investigación es de tipo no experimental, descriptivo, correlacional, con un enfoque cuantitativo, de corte transversal, de tipo prospectivo, de paradigma positivista, con muestreo no probabilístico por conveniencia. La técnica es tipo observacional, evaluación y encuesta, dentro de los instrumentos es un cuestionario con preguntas dirigidos a los padres de familia, un formulario de evaluación de desarrollo infantil temprano, que se aplica a los niños.

Como resultados obtenidos, es importante mencionar que los niños de 1 año presentan un rezago moderado en el desarrollo, en la que el área cognitiva, es el más afectado, es decir que el niño no logra comprender ordenes sencillas, como señalar las partes de su cuerpo, el diferenciar algunos objetos. En la edad de los 2 años, igual el área más deficiente es la cognitiva, donde el niño no entiende ciertas cosas, como ser el recoger sus juguetes en una caja, no comprende conceptos de encima y debajo, no logra nombrar 3 o más partes del cuerpo. En conclusión, se llega a decir que los niños menores de 1 año son los que tienen mayor rezago según la evaluación de las 5 áreas del desarrollo infantil temprano.

PALABRAS CLAVE: Cognitivo, desarrollo, estimulación, motricidad, socioemocional.

ABSTRACT

Early childhood development reflects the importance of stimulating necessary areas such as gross motor skills, fine motor skills, the socio-emotional part, the cognitive part, communication and language. The objective of this study is to identify the degree of early childhood development in children under 2 years of age, from the town of Colquenchá, Municipality of Colquenchá. The type of methodology used in this research is non-experimental, descriptive, correlational, with a quantitative approach, cross-sectional, prospective, positivist paradigm, with non-probabilistic sampling for convenience. The technique is observational, evaluation and survey type, within the instruments is a questionnaire with questions directed to parents, an early childhood development evaluation form, which is applied to children.

As results obtained, it is important to mention that 1-year-old children show a moderate developmental delay, in which the cognitive area is the most affected, that is, the child fails to understand simple orders, such as pointing out the parts of his body, differentiating some objects. At the age of 2, the most deficient area is the cognitive one, where the child does not understand certain things, such as putting his toys in a box, does not understand the concepts of above and below, and cannot name 3 or more parts of the body. In conclusion, it is said that children under 1 year of age are those with the greatest lag according to the evaluation of the 5 areas of early childhood development.

KEYWORDS: Cognitive, development, stimulation, motor skills, socio-emotional

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo tiene por objetivo el de determinar el desarrollo infantil temprano en los niños de 1 a 2 años, otro aspecto importante es de identificar el grado de conocimiento de los padres de familia sobre la estimulación temprana en el desarrollo infantil, el conocer la importancia de los primeros mil días en los niños, el conocer los diferentes factores que pueden influir en el desarrollo infantil temprano, el distinguir los aspectos sociales, socioeconómicos, el hábito nutricional de las familias.

El hablar de desarrollo infantil temprano, es entrar en un campo extenso, reflejando la importancia de la misma, por eso necesario mencionar los diferentes puntos de vista de cada autor, que fueron estudiando y conceptualizando según su criterio,

por ejemplo, según Garibotto (2023) refiere que el desarrollo infantil temprano es la "condición óptima de un niño o una niña para enfrentar los desafíos, las diferentes transiciones y los cambios en la primera etapa de su vida" (p.7). Así misma cita a (Pridi, 2011) quien menciona sobre la importancia fundamental que el niño pueda obtener las habilidades, destrezas físicas, motoras, cognitivas, psicoemocional y social.

2. DESARROLLO

Desarrollo infantil temprano

En el Perú, el Ministerio de Desarrollo e inclusión Social (2019) enfatiza que el desarrollo infantil temprano es:

Un proceso progresivo, multidimensional, integral y oportuno que se traduce en la construcción de capacidades cada vez más

complejas, que permiten a la niña y el niño ser competentes a partir de sus potencialidades para lograr una mayor autonomía en interacción con su entorno en pleno ejercicio de sus derechos. (p. 9)

En México una de las estrategias es el desarrollo infantil temprano (DIT) y lo definen como un "proceso de cambios fisiológicos y neurológicos que ocurren entre el período intrauterino y los primeros seis años de vida de una persona, los cuales determinan en gran medida el potencial de la persona" (Ramírez & Becerra, 2023, p. 9).

Dentro del marco normativo de Bolivia se encuentra la Norma de vigilancia del desarrollo infantil temprano, en la que indica que "El desarrollo infantil temprano (DIT) se refiere a los cambios a nivel físico, mental, emocional y social que se producen desde la concepción, hasta los cinco años cumplidos" (Ministerio de Salud Bolivia, 2020, p. 19). Por lo tanto se debe dar énfasis e importancia en los primeros años de vida.

Así mismo un estudio psicológico sobre el desarrollo socio-emocional y la regulación emocional realizado en Santiago Chile, revela la importancia sobre la relación con los primeros años de vida, "La habilidad infantil para regular apropiadamente las emociones e interactuar positivamente con otros forma parte del desarrollo socio-emocional y es clave para la construcción de vínculos saludables y el bienestar general" (Olhaberry & Sieverson, 2022, p. 359).

Importancia de los mil días

Para profundizar la comprensión sobre el desarrollo infantil temprano, es necesario ahondar sobre la

importancia de los primeros mil días de la vida del ser humano, en esta etapa se presenta características significativas para un buen desarrollo del niño. "El periodo de los primeros 1.000 días de vida abarca desde la concepción hasta los dos años de edad, y se caracteriza por ser la ventana más crítica del crecimiento y desarrollo humano dada su naturaleza extremadamente dinámica" (Campoy, et al, 2023, p. 442)

Para Lipina (2018) dice que es necesario asegurar una alimentación equilibrada y el cuidado de las madres y sus hijos para precautelar el desarrollo adecuado de las habilidades y oportunidades, así mismo se lo puede considerar como determinantes para el desarrollo humano durante el resto de la vida, como la educación, el parte cognitivo, el desarrollo del lenguaje y el parte socioafectivo.

Nutrición

"La nutrición durante las etapas tempranas de la vida puede influir en el desarrollo y en la aparición de enfermedades en la edad adulta, lo cual tiene importantes implicaciones clínicas y de salud pública" (Moreno & Collado, 2018, p. 219).

Campoy (2023) afirma que una nutrición adecuada de la madre en la etapa de gestación, la lactancia y la alimentación complementaria puede causar o acelerar cambios a corto y largo plazo sobre diferentes estructuras y funciones del organismo. Así mismo indica que una correcta nutrición durante los periodos pre y posnatal es importante para un óptimo desarrollo del feto, peso adecuado al nacimiento y un patrón de crecimiento sano hasta la edad de los 2 años,

como a la misma vez lograr un peso y estatura adecuada al llegar a la edad adulta, presentar un óptimo rendimiento escolar y reducir el riesgo de sufrir algunas enfermedades no transmisibles.

Dentro de las investigaciones recopiladas, es necesario mencionar que la evaluación a los niños lo realizan según un parámetro ya establecido, utilizando instrumentos ya avalados por las instancias competentes en educación, como en salud, el más utilizado en Bolivia desde el 2018, es el formulario de evaluación del desarrollo infantil temprano, que evalúa desde el nacimiento hasta los cinco años del niño, clasificando el desarrollo en parámetros de rezagos, sea grave, moderado, leve y muy leve. Por lo se puede hacer el análisis correspondiente y poder aplicar la estimulación temprana. (Ministerio de Salud Bolivia, 2020)

3. MÉTODOS Y MATERIALES

El presente estudio se caracteriza por un diseño de investigación no experimental, de tipo descriptivo, observacional, con un enfoque cuantitativo, de corte transversal, de tipo prospectivo, de paradigma positivista.

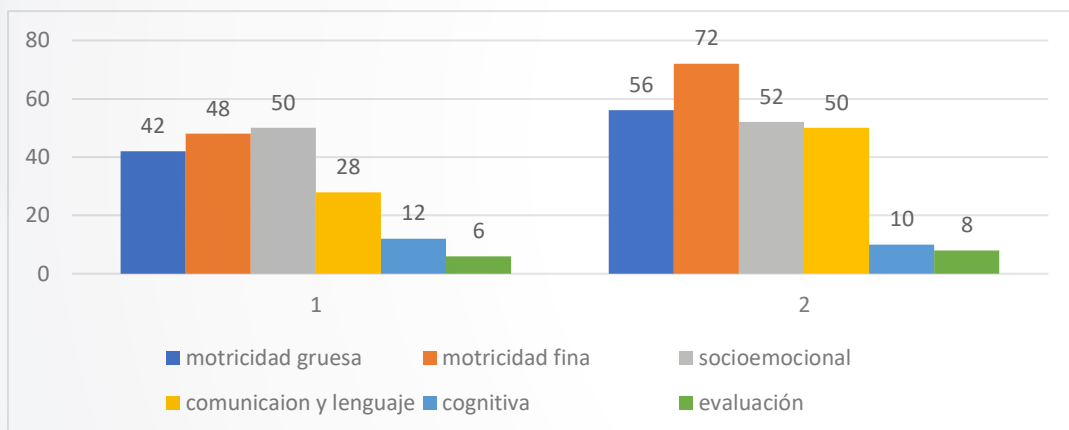
Según el Instituto Nacional de Estadística, el sector de Colquencha cuenta con una población de 250 niños y niñas menores de 2 años, para lo cual la muestra de selección es de tipo probabilístico por estrato, aplicando la fórmula de muestra, en la que el nivel de confianza es de 95%, el margen de error es de 5%, lanzando una muestra de 74 niños y niñas menores de 2 años.

Dentro de la técnica de la selección de muestra se trabaja con la técnica observacional y de evaluación, aplicando los instrumentos para la recolección de datos el formulario de evaluación de desarrollo infantil temprano ya establecido por el Ministerio de Salud Bolivia, para la representación de los gráficos estadísticos se emplea la tabla de frecuencia del programa Excel.

4. RESULTADOS

Se realiza la evaluación del desarrollo infantil temprano a los 74 niños del sector de Colquencha, menores de 2 años, el instrumento que se aplica es el formulario de evaluación de desarrollo infantil temprano propuesto por el Ministerio de Salud (2020), en este formulario se realiza la valoración por edades y los aspectos más considerados para la evaluación son 5 pilares fundamentales las cuales son el desarrollo motriz gruesa, el desarrollo motriz fina, el desarrollo del aspecto socioemocional, el desarrollo cognitivo del niño y por último el desarrollo de la comunicación y lenguaje.

Gráfico N°1 Evaluación de desarrollo infantil temprano de 1 y 2 años



Fuente: Elaboración propia (2024)

Por lo tanto, se describe los resultados obtenidos en el desarrollo infantil temprano según las edades, en el gráfico n°1 en la evaluación de desarrollo infantil temprano, en la que se refleja el desarrollo en las 5 áreas, según el Cuadro n°1 que muestra los niveles de evaluación de desarrollo infantil temprano, dando las

puntuaciones a los niveles de rezago, por lo que los niños de 1 año tienen un nivel de desarrollo, de rezago moderado, en la que el área con menos desarrollo es la parte cognitiva, seguido de la comunicación y lenguaje a lo contrario las áreas de mayor desarrollo es la motricidad gruesa y fina.

Cuadro N°1 Evaluación de desarrollo infantil temprano

	DIAGNÓSTICO	PUNTUACIÓN	CON o SIN SEÑALES DE RIESGO ASOCIADO:
1	Desarrollo Integral Adecuado	10 Puntos	
2	Rezago Leve	8 Puntos	
3	Rezago Moderado	6 Puntos	
4	Rezago Grave	4 o menos puntos	

1. Macrocefalia o Microcefalia (alteraciones del perímetro cefálico)
2. 2 o más alteraciones fenotípicas
3. Palidez palmar intensa
4. Desnutrición crónica
5. Desnutrición grave
6. Otros

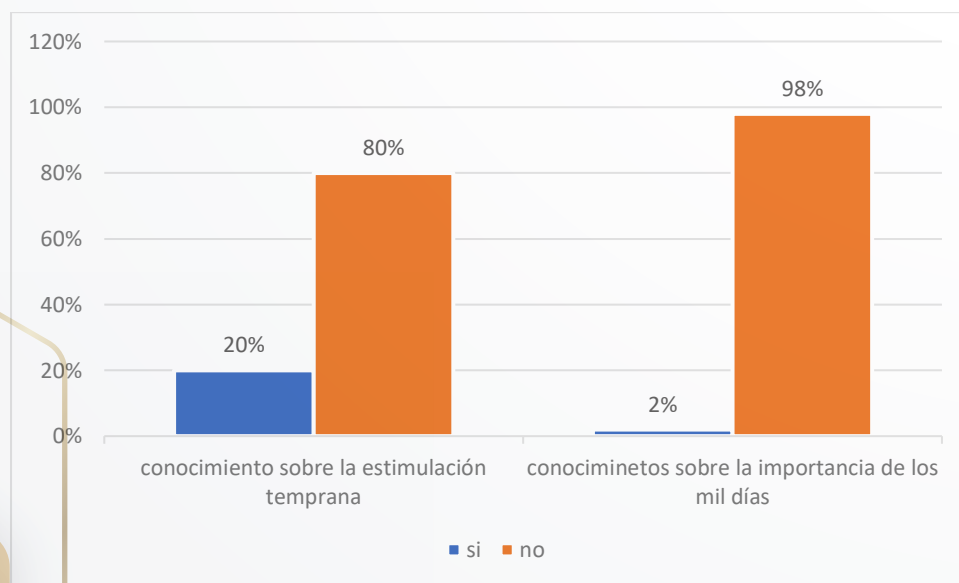
Fuente: Unidad de desarrollo infantil temprano (2019)

Dentro de la evaluación de desarrollo infantil temprano, en los niños de 2 años, en el mismo grafico n° 1 muestra un nivel de rezago leve, en la que se marca el área con menos desarrollo la parte cognitiva, muy de lejos se encuentra comunicación y lenguaje, las áreas más desarrolladas es la motricidad fina y gruesa. Gracias a la evaluación se le debe de tomar mucha atención al desarrollo infantil temprano, ya que el desarrollo mencionado presenta un cierto rezago en ambas

edades, siendo la edad de 1 año la más afectada, con un rezago más avanzado.

es de importancia el conocer en qué áreas se debe de trabajar, en el momento de la estimulación temprana en los niños, esto nos muestra que en ambas edades el área más descuidada por lo padres de familia es la parte cognitiva, el llamarle de su nombre, el mostrarle objetos, el enseñante colores, palabras, el hablar con el niño, pese que tal vez no nos comprenda en su totalidad.

Gráfico N°2 Nivel de conocimiento de los padres de familia sobre el desarrollo infantil temprano



Fuente: Elaboración propia (2024)

Dentro de los factores encontrados que afectan el desarrollo infantil temprano, las madres de los niños de 1 año, en su mayoría refieren que no tienen conocimiento sobre el estimular las cinco áreas en los niños, sin embargo, en los niños de 2 años las madres refieren que tienen

conocimiento, pero no tienen el tiempo necesario de poder estimular a sus hijos ya que deben de asumir ciertas responsabilidades que les quita el tiempo.

También se obtuvo resultados sobre la alimentación, el tipo de alimentación obtenida que las familias en la

comunidad perciben, los padres de familia solo cuentan con productos alimenticios hechos en la comunidad, en su mayoría son alimentos ricos en carbohidratos, como ser las papas, chuño, tunta, y en las ferias adquieren arroz y fideo, sabiendo que los carbohidratos solo proporcionan energía, la cual no está mal porque ellos necesitan energía para desempeñar sus actividades, pero no tienen un balance en la nutrición, muy pocas familias cuentan con un invernadero para la cosecha de verduras y mucho menos aun de las frutas, en cuanto a la carne, el mayor consumo es de oveja. Por esto se dice que no hay una distribución adecuada de los nutrientes como las proteínas, minerales, vitaminas y carbohidratos.

5. DISCUSIÓN

Como lo refiere en el Manual de desarrollo infantil temprano (2020), el trabajar la estimulación temprana en los niños desde la concepción, se logrará el desarrollo pleno, optimo en los niños, así beneficiando el desempeño educativo, el poder ejecutar actividades físicas, el comprender con facilidad los problemas matemáticos, y demás actividades. Por lo tanto la investigación se apoya utilizando el instrumento de evaluación de 5 áreas fundamentales para un buen desarrollo completo del niño, que el presente manual lo aplica, haciendo un análisis del formulario de evaluación de desarrollo se reconoce que tomas aspectos importantes como ser la motricidad gruesa, fina, el área socioafectivo, que muestra la emoción del niño, la facilidad en la que el niño puede expresar sus sentimientos, la comunicación y lenguaje y por último la parte cognitiva, la comprensión a

ciertos ordenes, el identificar objetos, áreas de sus cuerpo y demás aspectos.

Según el Ministerio de desarrollo e inclusión social (2019), en Perú se implementa el Manual de desarrollo infantil temprano en niñas y niños menores de 6 años en la que muestra los posibles factores que influyen en un buen desarrollo infantil temprano, menciona a 7 factores como ser: un nacimiento saludable, el apego seguro, un adecuado estado nutricional, una comunicación verbal efectiva, que camina solo, el de regular las emociones y comportamientos y por último una función simbólica. Pero no se observa el aspecto social que los padres de familia, que en esta investigación se fue observando la predisposición de los padres, la economía, la falta de instrucción de los padres, la deficiencia en el conocimiento de la importancia de la estimulación en los primeros mil días de los niños.

El presente trabajo trata de mostrar que es necesario implementar programas en el área educativa, en el área de salud para la estimulación temprana en los niños, ya que existe manuales para poder implementar, pero que hasta el momento no se ha logrado llegar a regiones rurales con la información respectiva a los padres de familia, por ello el desconocimiento, haciendo una comparación en México se hizo masiva la información de la importancia de los primeros mil días para el bebé, así lo muestra Pérez y Rizzoli (2017), en su artículo de avances del desarrollo infantil temprano desde programas en gran escala.

6. CONCLUSIÓN

En conclusión, es necesario resaltar el avance del desarrollo de los niños de 1

a 2 años, los niños de 1 año el desarrollo motriz gruesa y fina son aceptables, ya que presentan un buen desarrollo, pero en el desarrollo cognitivo presenta una deficiencia, en la que el niño no puede comprender ciertas ordenes, llamadas, o llegar a nombrar objetos, reconocer ciertas áreas de su cuerpo, el comprender algunas palabras que son sencillas. En la edad de los 2 años de igual manera el área motriz gruesa, fina presenta un desarrollo óptimo, seguido del desarrollo socioafectivo, que es aceptable para edad, sin embargo el desarrollo cognitivo se muestra con una cierta deficiencia en la que se sugiere trabajar desde edades muy tempranas, respaldados en los estudios demostrados, en la que el niños desde el momento de la concepción puede ya ir desarrollado las áreas más importantes para luego en su etapa de niñez este pueda reconocer ciertas ordenes, señales que guarda en su subconsciente.

En cuanto a los padres de familia, ellos reconocer que no disponen de tiempo para sus hijos, por ciertos factores que se presenta, dentro de estos factores es uno la economía, ya que los padres deben de salir a trabajar, hacer ciertas actividades en sus parcelas, en área rural el trabajo en campo es dura, sacrificada, que absorbe el tiempo de calidad con sus hijos, dejando al niño al cuidado de sus abuelas, de terceras personas que no tienen el entendido de la estimulación del desarrollo temprano en los niños. Otro aspecto que es importante señalar es la falta de instrucción de las madres de familia, que no comprenden, que el estimular a los niños desde las edades tempranas, inclusive desde el embarazo, es beneficioso para el buen desempeño escolar, el lograr que el

niño pueda ser asumir responsabilidades, ejecutar actividades físicas. Las madres desconocen que es importante el estimular en los primeros mil días del niño. El tratar de concientizar a mamás que prestan poca atención a las recomendaciones, el explicar la importancia del desarrollo infantil, la importancia de los primeros mil días del niño, es un poco complicado, que amerita tiempo, constancia, pero que al final se puede obtener resultados favorables. Por esto se puede decir que no es imposible el cambiar el pensamiento de las mamás, la actitud, el que la madre practique desde el embarazo la estimulación al bebé y en los niños, logrando captar el interés mediante los juegos lúdicos, que es una estrategia ya aplicada desde mucho tiempo atrás y que ha dado resultados favorables. Otro de los factores que influye en el desarrollo infantil temprano es el tipo de alimentación, que las familias consumen cotidianamente.

CONFLICTO DE INTERESES

El presente trabajo de investigación es un estudio cuantitativo, en la que se analiza los niveles de rezagos de los niños menores de 2 años, por lo que no se presentó percances en tomar la evaluación de desarrollo infantil temprano, cumpliendo con el propósito.

7. BIBLIOGRAFIA

Campoy Folgoso, C., Martínón Torres, N., & Martínez, B. M. (2023). Nutrición durante los primeros 1.000 días de vida. *Protoc diagn ter pediatr.*, 1, 441-454. Obtenido de www.aeped.es/protocolos/

Garibotto, G. (2023). Instrumentos y metodologías de evaluación del

desarrollo infantil temprano (Primera ed.). Argentina: Flacso.

Lipina, S. (2 de mayo de 2018). Pobreza y desarrollo infantil: más allá de los primeros 1000 días de vida. *El País*, págs. 1-12.

Ministerio de Desarrollo e inclusión Social. (2019). *Desarrollo Infantil Temprano en niñas y niños menores de 6 años de edad*. Lima, Perú. Recuperado el 10 de agosto de 2024, de www.inei.gob.pe

Ministerio de Salud Bolivia. (2020). *Norma para la vigilancia del desarrollo infantil temprano (2° ed.)*. La Paz, Bolivia: Multigráfica digital. Recuperado el 10 de 08 de 2024, de www.misalud.gob.bo

Moreno Villares, J. M., & Collado, M. C. (23 de diciembre de 2018). Los primeros

1000 días: una oportunidad para reducir la carga de las enfermedades no transmisibles. *Nutr Hosp*, 36(1), 218-232.

doi:<http://dx.doi.org/10.20960/nh.02453>

Olhaberry, M., & Sieverson, C. (2022). Desarrollo socio-emocional temprano y regulación emocional. *Med. Clin. Condes*, 33(4), 358-366. doi:doi.org/10.1016/j.rmcl.2022.06.002

Pérez, R., & Rizzoli, A. (17 de marzo de 2017). Avances en el desarrollo infantil temprano: desde neuronas hasta programas a gran escala. *Bol Med Hosp Infant Mex.*, 4(2), 86-97. Obtenido de www.elsevier.es/bmhim

Ramírez Medina, E., & Becerra Pérez, M. (2023). *Desarrollo infantil temprano en México*. México, México: Ceey. Obtenido de www.ceey.org.mx

INTELIGENCIA EMOCIONAL EN ESTUDIANTES DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES DE LA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO, GESTIÓN 2024

EMOTIONAL INTELLIGENCE IN STUDENTS OF THE PSYCHOMOTORIC AND SPORTS COURSE AT THE PUBLIC UNIVERSITY OF EL ALTO, YEAR 2024

Grecia Gonzales Trigueros
DOCENTE UPEA – EL ALTO
greciagonzt@gmail.com

RESUMEN

Los componentes emocionales son relevantes en el contexto educativo considerando su intervención durante su formación, entrenamiento y el momento de la competición de los deportistas. Por la importancia de las emociones en el deporte, el presente estudio tiene como objetivo, conocer el nivel de la inteligencia emocional de los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto. La inteligencia emocional hace referencia a la capacidad del manejo adecuado del autoconocimiento, autocontrol emocional, automotivación, empatía y habilidades sociales, mismos que contribuyen en el óptimo rendimiento de los deportistas. En la investigación se empleó la metodología de investigación cuantitativa, de tipo descriptivo y de diseño no experimental. La población que se estudió es una muestra no probabilística de tipo intencional representados por estudiantes segundo semestre "B" de la carrera de Psicomotricidad y Deportes. Se utilizó la técnica de aplicación de prueba y el instrumento empleado fue el cuestionario de inteligencia emocional de H. Weisinger. Los resultados revelan que estos estudiantes, presentan un nivel variable con respecto al manejo de la inteligencia emocional. En conclusión, los datos hallados exponen que los estudiantes de la investigación presentan ciertas falencias al momento de reconocer, comprender, gestionar y razonar con sus emociones.

PALABRAS CLAVE: Deporte, estudiantes, inteligencia emocional, deporte.

ABSTRACT

Emotional components are relevant in the educational context considering their intervention during the formation, training and competition of athletes. Due to the importance of emotions in sports, the present study aims to know the level of

emotional intelligence of second semester students of the Psychomotricity and Sports degree at the Public University of El Alto. Emotional intelligence refers to the ability to adequately manage self-knowledge, emotional self-control, self-motivation, empathy and social skills, which contribute to the optimal performance of athletes. The study was carried out on a population of 53 second semester students, parallel "B", of the Psychomotricity and Sports degree, and was developed using a quantitative research methodology, of a descriptive type and of a non-experimental design. In the study, the technique of applying a psychological test was used and the instrument used was the emotional intelligence questionnaire by H. Weisinger. The results reveal that second semester students of the parallel "B" present a variable level with respect to the management of emotional intelligence. In conclusion, the data found show that the students in the research have certain shortcomings when it comes to recognizing, understanding, managing and reasoning with their emotions.

KEYWORDS: Sport, students, emotional intelligence, sport.

1. INTRODUCCIÓN

Actualmente, se reconoce que las emociones son determinantes en el contexto deportivo, motivo por el cual, el estudio de las emociones desde el ámbito de la psicología es un tema de relevancia, ampliándose al área de la psicología educativa. Esta rama de la psicología, estudia los procesos cognitivos, emocionales y conductuales de los individuos en el contexto educativo, permitiendo el análisis de la conducta antes, durante y después de la actividad educativa considerando aspectos como la personalidad y las emociones. La inteligencia emocional hace referencia a la capacidad de comprender emociones y conducirlas, de forma que se puedan manejar para guiar la propia conducta y procesos de pensamiento, con el fin de producir resultados satisfactorios.

Debido a la importancia que tienen los factores emocionales en el desarrollo de diversos aspectos de la vida, incluyendo los referentes al contexto deportivo, se encuentra necesario desarrollarlos para que los deportistas afronten con más y mejores herramientas psicológicas las

situaciones de entrenamiento y competición (Castro, 2018, p. 56).

Así también, Garaigordobil y Peña indican que "la inteligencia emocional es el conjunto de factores personales, emocionales y sociales que determinan la capacidad del deportista para afrontar situaciones de presión y alta exigencia cognitiva, como son las competiciones deportivas" (2014, p. 551- 567).

De acuerdo a la relevancia de los factores emocionales en el área deportivo, es necesario que los deportistas desde su temprana formación, cuenten con herramientas psicológicas durante el entrenamiento y la competición para lograr un óptimo rendimiento; incrementando sus capacidades de autoconcepto, autocontrol, automotivación, empatía, habilidades sociales, resiliencia y, disminuyendo los niveles de ansiedad y estrés. De esta forma, el presente estudio tiene como objetivo, conocer el nivel de la inteligencia emocional de los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto,

2. DESARROLLO

Inteligencia emocional

La inteligencia emocional según Goleman, "es la capacidad de reconocer los sentimientos propios y los de los demás, para así manejar bien las emociones y tener relaciones más productivas con quienes nos rodean" (1996, p. 79). Por otro lado, Weisinger indica que:

La inteligencia emocional es, en pocas palabras, el uso inteligente de las emociones: de forma intencional, hacemos que nuestras emociones trabajen para nosotros, utilizándolas con el fin de que nos ayuden a guiar nuestro comportamiento y a pensar de manera que mejoren nuestros resultados. La inteligencia emocional se utiliza de forma intrapersonal e interpersonal (200, p. 153).

De forma general, la inteligencia emocional permite a la persona interactuar con los demás, trabajar en equipo, tolerar escenarios difíciles y de conflicto, fortalecer vínculos afectivos, establecer empatía social, gestionar los impulsos y mantener actitudes positivas.

La perspectiva psicológica presenta las siguientes divisiones con respecto a la inteligencia emocional: La social, la de personalidad y la de las emociones. La primera busca definir las habilidades o competencias que ayudan a entender, manejar y actuar a una persona en un contexto social; a través de la segunda, se pretende comprender la influencia de las características estables de la personalidad en situaciones diferentes; y, en el contexto emocional se

exploran las diferencias de desarrollo del afecto, según las situaciones y características demográficas y culturales.

Competencias emocionales

Daniel Goleman (1996), identifica dos áreas de competencias en la inteligencia emocional: la competencia personal, que determina el dominio de uno mismo; y, la competencia social, que determina el manejo adecuado de las relaciones con los demás.

Competencias personales

- **Autoconocimiento.** Se refiere al conocimiento de los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones.
- **Autocontrol.** Se enfoca en la capacidad de manejar los propios estados internos, impulsos y recursos.
- **Automotivación.** La motivación se refiere a las tendencias emocionales que guían o facilitan la obtención de las metas

Competencias sociales

- **Empatía.** La empatía hace referencia a la capacidad de captar de sentimientos, necesidades e intereses.
- **Habilidades sociales.** Las habilidades sociales están relacionadas a las habilidades para inducir en los otros las respuestas deseadas

Inteligencia emocional y el deporte

La práctica de ejercicios físicos regulados y competitivos presenta grandes exigencias, por este motivo, la

inteligencia emocional es fundamental en los contextos deportivos, porque permite gestionar las emociones, ser perseverante, disfrutar aprendiendo, tener confianza en uno mismo, ser capaz de sobreponerse a las derrotas, trabajar en equipo, entender al oponente. Así, implantando técnicas y herramientas emocionales mediante psicólogos del deporte se logra mejorar el rendimiento de los deportistas.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

El presente estudio se desarrolló bajo un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo descriptivo y con diseño no experimental.

El universo de estudio estuvo conformado 222 estudiantes matriculados en la carrera de Psicomotricidad y Deportes parte del Área Ciencias de la Educación de la Universidad Pública de El Alto, en la gestión 2023.

La población que se estudiará es una muestra no probabilística de tipo intencional, "La definición de una muestra depende de la decisión del investigador, él es quien determina el número de sujetos o elementos de la muestra" (Hernández, Fernández y Baptista, 1998, p. 226). La población de estudio se constituye por 53 personas, la muestra se realizó de acuerdo a las siguientes características: estudiantes de ambos géneros, con edades comprendidas entre 20 y 26 años de edad, de segundo semestre, paralelo "B", de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto.

La técnica que se utilizó en el estudio fue la aplicación de pruebas, para determinar y registrar información referida a la gestión emocional de los

estudiantes. La aplicación de pruebas forma parte de un proceso de evaluación psicológica que se efectúa con la administración de pruebas como los cuestionarios.

El instrumento de medición para evaluar el nivel de la inteligencia emocional se utilizó el Cuestionario de Inteligencia Emocional diseñado por H. Weisinger, que mide el nivel de la capacidad del sujeto en cinco competencias: Autoconocimiento, Autocontrol, Automotivación, Empatía y Habilidades sociales. Este instrumento valora 45 ítems, mediante una escala de Likert de cinco alternativas de respuestas, donde: 1. Nunca, 2. Casi nunca, 3. A veces, 4. Casi siempre, 5. Siempre. Este cuestionario fue validado por Weisinger (2001), presentando una confiabilidad de 0,80, demostrando ser confiable.

Para la recogida de datos en el mes de septiembre se contactó a los estudiantes de segundo semestre, paralelo "B", de la carrera de Psicomotricidad y Deportes, a quienes, se les planteó los fines del estudio, teniendo el consentimiento de la mayoría para su participación se procedió a la administración de los cuestionarios de forma colectiva en 30 minutos. Concluyendo la evaluación se procedió a interpretar los resultados de forma cuantitativa para identificar el nivel de inteligencia emocional de cada estudiante.

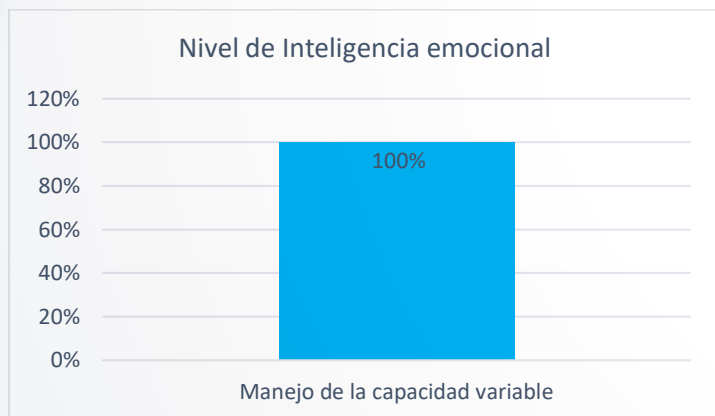
4. RESULTADOS

A continuación, se exponen los resultados obtenidos con el Cuestionario de Inteligencia Emocional de H. Weisinger, mediante el cual valoró la Inteligencia Emocional de los estudiantes de segundo semestre, paralelo "B", de la carrera de

Psicomotricidad y Deportes, de la Universidad Pública de El Alto.

Nivel de inteligencia emocional

Figura 1. Nivel de la inteligencia emocional

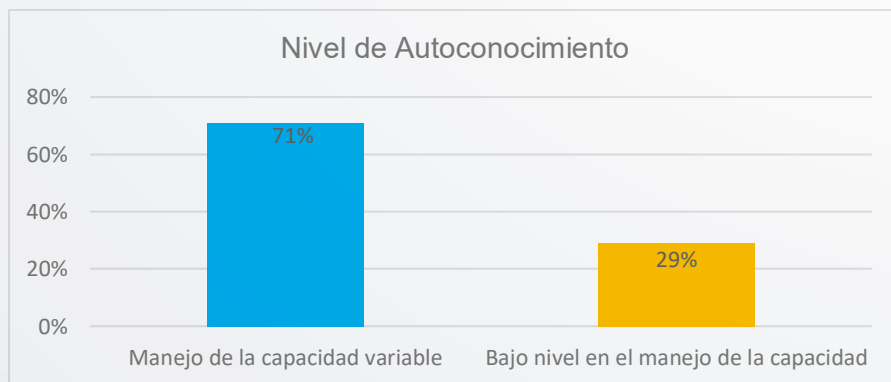


Fuente: Elaboración propia (2024)

Nota. El 100% de los estudiantes que conformaron parte del estudio revelaron un nivel variable con respecto al manejo de inteligencia emocional.

Niveles de las capacidades emocionales personales

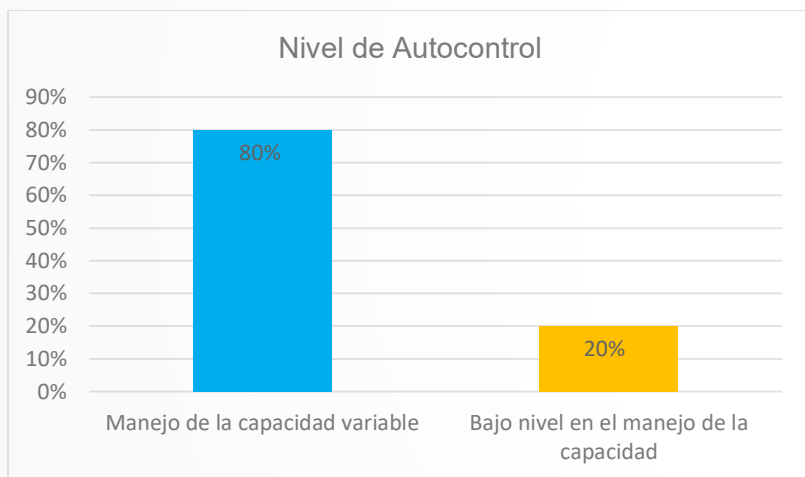
Figura 2. Nivel de autoconocimiento



Fuente: Elaboración propia (2024)

Nota. Del 100% de los estudiantes, el 71% presenta un nivel variable en el manejo de la capacidad de autoconocimiento y el 29% exterioriza un bajo nivel en el manejo de la capacidad.

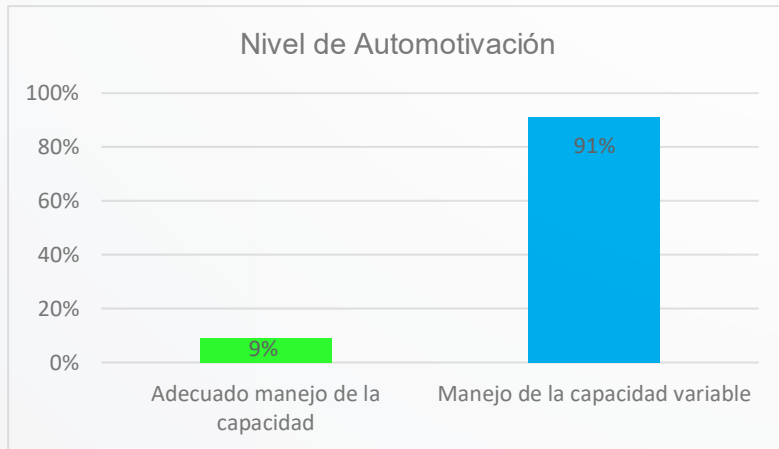
Figura 3. Nivel de autocontrol



Fuente: Elaboración propia (2024)

Nota. De un 100% de los estudiantes el 80%, presentan manejo variable en la capacidad de autocontrol y en el 20% se identifica un bajo nivel en el manejo de la capacidad.

Figura 4. Nivel de automotivación

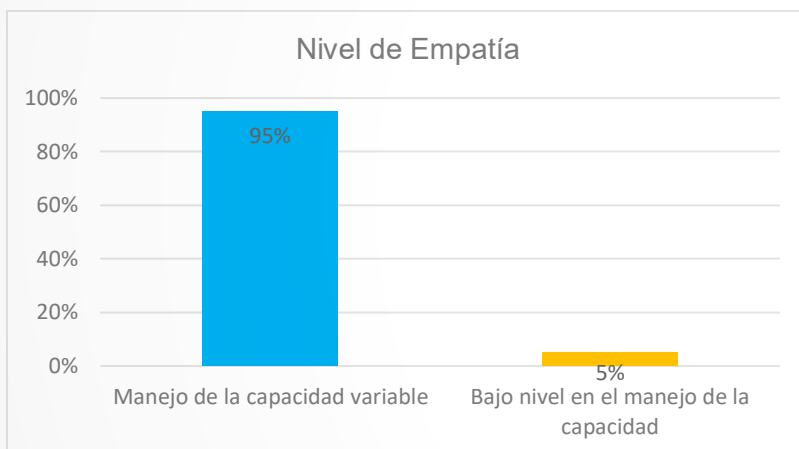


Fuente:
Elaboración propia (2024)

Nota. De la totalidad de la población de estudio, el 9% de los estudiantes presentan adecuado manejo de automotivación y el 22% manifiesta un manejo variable de la misma capacidad.

Nivel de las competencias sociales

Figura 5. Nivel de empatía

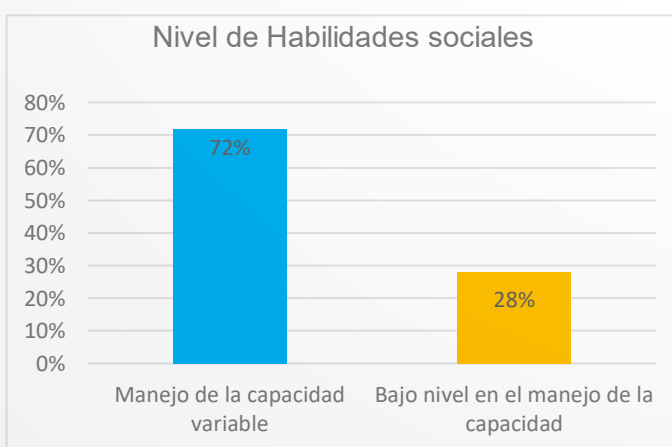


Fuente:

Elaboración propia (2024)

Nota. Se identifica que del 100% de los estudiantes 95% presentan un manejo variable de la capacidad de empatía y el 5% exteriorizan un bajo nivel en el manejo de la capacidad.

Figura 6. Nivel de habilidades sociales



Fuente:

Elaboración propia (2024)

Nota. Del 100% de los estudiantes el 72% presenta un nivel variable en el manejo de habilidades sociales y el 28% manifiestan un bajo nivel en el manejo de la capacidad.

5. DISCUSIÓN

Los profesionales en los diferentes deportes cada vez se interesan más en los aspectos psicológicos, buscan incorporar a sus programas de entrenamiento técnicas psicológicas

que contribuya a controlar el estrés y ansiedad de la competición, a mejorar la concentración, a aumentar la confianza y motivación en sí mismos, como también a incrementar el nivel de comunicación y la fluidez de las relaciones interpersonales dentro de los equipos deportivos. De esta forma, es

imprescindible que los futuros profesionales en deportes desarrollen un nivel adecuado de inteligencia emocional.

El cuestionario de inteligencia emocional de Weisinger valora el nivel de inteligencia emocional de forma general y de forma específica evalúa tres competencias personales (autoconocimiento, autocontrol y automotivación) y dos competencias sociales (empatía y habilidades sociales).

De acuerdo a los resultados, se identificó que los estudiantes de segundo semestre, paralelo "B", de la carrera de Psicomotricidad y Deportes, de la Universidad Pública de El Alto, a nivel general precisan desarrollar el manejo adecuado de la inteligencia emocional, puesto que, se identificó falencias en la gestión de las emociones propias y en la interacción con los demás.

De forma específica en la capacidad de autoconocimiento, gran parte de los estudiantes presentan cierta dificultad al momento de identificar los propios estados internos, preferencias, recursos e intuiciones. De esta forma, es primordial fortalecer su capacidad de descifrar quiénes son, porque el conocer sus propias emociones, valores y metas, favorecerá positivamente en su formación y rendimiento deportivo.

Con respecto al autocontrol, se identificó cierto conflicto en el adecuado control de sus estados, impulsos y recursos internos, aparentemente la mayoría de los estudiantes se dejan llevar por los sentimientos del momento. De tal forma, es posible que dentro del

entorno deportivo surjan situaciones en donde les dificulte afrontar emociones, pensamientos y acciones negativas.

En la competencia de automotivación, se revela que, si bien existen estudiantes con adecuado manejo de esta competencia, la mayoría presentan ciertas falencias al momento de encontrar fuentes y tendencias emocionales que puedan guiar o facilitarles la obtención de sus objetivos, esta situación obstaculiza su pasión por alcanzar y satisfacer sus propias necesidades y objetivos internos. De esta forma, es probable que los estudiantes presenten poco ánimo al momento de competir y tomen distancia de sus compañeros de equipos deportivos.

Con respecto a la capacidad de empatía, la mayoría de los estudiantes manifiestan desatino al momento de captar los sentimientos, necesidades y preocupaciones de los demás, este hecho podría obstaculizar sus relaciones sociales y vínculos personales, presentando dificultades tanto en las relaciones entre compañeros de equipo, como en el trabajo en unidad durante la competencia.

Asimismo, es necesario desarrollar adecuadamente las habilidades sociales en los estudiantes porque se identificó cierta dificultad al momento de actuar de acuerdo con las emociones de los demás, comunicarse, expresar las ideas, demostrar asertividad y paciencia con los demás, esta situación posiblemente este obstaculizando su desenvolvimiento deportivo.

6. CONCLUSIONES

El presente estudio permitió lograr el objetivo planteado, mediante el cual

se pretendió conocer el nivel de la inteligencia emocional de los estudiantes de segundo semestre de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto.

De esta forma, se logró identificar que los estudiantes de segundo semestre presentan un nivel variable en inteligencia emocional lo cual se detecta en desaciertos al momento de manejar adecuadamente sus emociones, puesto que, gran parte de ellos suelen aguantar y acumular sus emociones hasta llegar a explotar, desencadenando tensión, estrés y ansiedad.

Así también, se pudo conocer que existe mayor dificultad en el manejo de competencias sociales, lo cual se pudo evidenciar en los resultados de las competencias de empatía y habilidades sociales. Por otro lado, es importante desarrollar las competencias personales hasta alcanzar el nivel adecuado en el autoconocimiento, autocontrol y automotivación. Puesto que, según autores, la inteligencia emocional garantiza el 80% de éxito en los diferentes ámbitos de la vida.

Definitivamente aún existe un largo proceso para obtener más evidencia

de la importancia de la inteligencia emocional en los diferentes contextos deportivos, pero se considera que el presente estudio va a contribuir en futuras investigaciones en esta área.

7. BIBLIOGRAFÍA

Castro, M. (2018). Análisis de diversos factores psicológicos en diferentes modalidades deportivas en función del nivel competitivo. Tesis doctoral: Universidad de Jaén.

Garaigordobil, M. y Peña, A. (2014). Intervención en las habilidades sociales: efectos en la inteligencia emocional y la conducta social. *Psicología conductual*, 22(3), 551- 567.

Goleman, D. (1996). La inteligencia emocional. México: Ediciones S.A.

Hernández, R., Fernández, C. Y Baptista, P. (1998). Metodología de la Investigación. México, D.F.: McGraw-Hill.

Weisinger, H. (2001). La inteligencia emocional en el trabajo: la comprensión de las propias emociones como una forma de lograr la comunicación óptima, Editorial Punto de Lectura, España.

PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO EN FÚTBOL AMATEUR CLUB DEPORTIVO ACCIÓN CON BALÓN, LIGA ATIPIRIS DISTRITO 8 CIUDAD DE EL ALTO, 2024

AMATEUR FOOTBALL TRAINING PLANNING
ACTION WITH BALL SPORTS CLUB ATIPIRIS LEAGUE
DISTRICT 8 CITY OF EL ALTO, 2024

René Julio Marín Perez
DOCENTE UPEA – EL ALTO
comunpacha65@gmail.com

RESUMEN:

El trabajo se analizó sobre las características de planificación del entrenamiento en el Club Deportivo Acción Con Balón (A.C.B) del fútbol masculino amateur en la Liga Atipiris en la ciudad de El Alto, durante la temporada de segundo trimestre de 2024. Tiene como objetivo o el propósito de describir la planificación del entrenamiento en el fútbol amateur. El entrenamiento del fútbol en este contexto específico y para la organización de este proceso, lo que amerita muchas veces, es adaptar o contextualizar el modelo externo a un ámbito totalmente diferente y con pocos recursos. Ante este desafío se ha escogido recurrir a la metodología para este trabajo, el tipo de estudio descriptiva, y con diseño no experimental. Asimismo, para la recolección de datos, se diseñó una entrevista personal y su respectivo guía para la aplicación a los entrenadores del equipo mencionado del fútbol masculino amateur, donde se recolectó información, con el siguiente resultado: los entrenadores del futbol amateur ejecutan su planificación a un 50%, fundamentalmente en preparación física, táctica y técnica. Que me ayudó a concluir que la planificación en este club, fueron insuficientes, para el buen desarrollo de la condición física de los jugadores, producto de las dificultades del contexto, el control del entrenamiento escaso por los entrenadores.

PALABRAS CLAVES: Amateur, Entrenamiento, Fútbol, Planificación.

ABSTRACT:

The work was carried out on the characteristics of training planning in the club action with ball (A.C.B.) amateur men's soccer in the Atipiris League, in the city of El Alto, during the second quarter season of 2024. It has as an objective or the purpose of describing the planning of amateur football. Soccer training in this specific context and for the organization of this process, what is often required, is to adapt

and contextualize the external model to a totally different field and with few resources. Faced with this challenge, it has been chosen to resort to the methodology for this job, the type of descriptive study, and with a non-experimental design. Also for the data collection, a personal interview was designed and its respective guide for application to the coaches of the aforementioned amateur men's soccer team, where information with the result: amateur soccer coaches execute their planning at 50%, mainly in physical, tactical, and technical preparation. Was collected that helped me conclude that the planning in this club were insufficient for the proper development of the physical condition of the players, as a result of the difficulties of the context, the control of training by the coaches.

KEYWORDS: Amateur, Football, Planning, Training.

1. INTRODUCCIÓN

El rol de la planificación en el entrenamiento deportivo, se realiza para proyectar un plan de trabajo apoyándose sobre las reglas determinadas con la finalidad de formación deportiva clasificadas en edades de los deportistas.

Los siguientes eslabones como componentes de una planificación: son estudios previos diagnóstico de las condiciones y del contexto; definición de objetivos; calendario de competición; racionalización de las estructuras intermedias (periodizaciones del entrenamiento); elección de los medios y métodos de trabajo; distribución de las cargas de entrenamiento dosificación del entrenamiento. Según (Garcia, 1996)

Asimismo, indica (Camacho, 2019), se clasifica a los modelos de planificación en dos grandes grupos: tradicionales y contemporáneos, entre los primeros encontramos, el clásico de Matveev, el de Macro ciclo...

Estos modelos tradicionales son eficaces en la mejora del rendimiento de los deportistas y también, han ido variando con el avance de los años. Donde señalan (Gonzales, & Reve, 2015) fueron diseñados en función de los deportes individuales, sin embargo

es aplicado en deportes grupales, Los nuevos sistemas de entrenamientos "integrales" o "contemporáneos" son específicos de cada disciplina deportiva, ya que perciben y piensan al deporte seleccionado desde el enfoque de la complejidad.

Estas maneras de pensar en la preparación de planificación de entrenamiento amateur en la Liga Atipiris de la ciudad de El Alto son consideradas globales, ya que trabajan los componentes del entrenamiento de manera conjunta técnico, táctico, condicional y psicológico. En este entendido los autores denomina el entrenamiento estructurado (Seirulo, & Vargas, 2017) y la periodización táctica (Tamarit, & Gimeno, 2013) Ambas coinciden en que las estructuras que conforman la preparación de los deportistas, deben ser trabajadas de forma integrada y simultánea en el campo.

2. DESARROLLO

Por otro lado (Navaro, 2001) la elección por algunos de estos modelos debe ser específica al deporte a entrenar y a los deportistas, tanto por su experiencia y nivel, ya que son considerados condicionantes de la planificación. En este estudio abordamos la planificación de los entrenamientos en el fútbol amateur, a

un deporte grupal como es el fútbol. El poco conocimiento científico alrededor del entrenamiento del fútbol amateur en este contexto específico, es inconveniente para la organización del proceso de entrenamiento, lo que lleva muchas veces, adaptar el modelo del alto rendimiento a un contexto totalmente diferente y con menores recursos. Entre las pocas investigaciones halladas, que aportaron datos sobre el entrenamiento del fútbol amateur, tanto para elite como para los aficionados amateur. En este sentido, (Naclerio, 2011) agrega que los objetivos de los entrenamientos suelen buscar la mejora en la fuerza, y la resistencia (...).

Este trabajo, tiene como objetivo describir las características de la planificación del entrenamiento del club deportivo Acción. Con Balón (A.C.B.) de fútbol amateur masculino en zona atipiris, específicamente el segundo trimestre 2024. En esta liga los futbolistas aficionados compiten semestralmente una vez por semana y tienen dos o tres entrenamientos cada semana. Según el entrenador Prof. José Paty el Prof. Marcelo Angulo.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

Para el presente trabajo se consideró el tipo de diseño no experimental. Según (Carrasco, 2006) Son aquellos cuyas variables (...) carecen de manipulación intencional, analiza y estudia los hechos y fenómenos de la realidad después de su ocurrencia. Y el tipo de estudio aplicada en este artículo es descriptivo que garantice el logro del propósito. Porque este tipo de investigación se describe tal cual como se encuentra en la realidad en este caso como indica (Carrasco, 2006) Este diseño se utiliza para realizar estudios de hechos y fenómenos de la

realidad en un momento determinado del tiempo...

En este trabajo se desarrolló la siguiente técnica, la entrevista y su respectiva guía de entrevista, como instrumento, posterior aplicación en el trabajo de campo, asimismo se tomó encuesta la recolección de información bibliográfica, En cuanto a la técnica nos describe (Carrasco, 2006) Sin duda son numerosas las técnicas e instrumentos para la recolección de datos, pero este estudio solo vamos a considerar las más usadas tales como (...) y la entrevista. A continuación se describe:

Técnica e Instrumento Aplicado

Población: Entrenadores de futbol amateur

Técnica: Entrevista

Instrumento Guía de entrevista

Para el desarrollo de este trabajo tiene como objetivo o el propósito, describir la planificación del entrenamiento en el fútbol amateur del club deportivo Acción Con Balón (A.C.B.) de liga Atipiris distrito 8 ciudad de El Alto, durante segundo trimestre gestión 2024, para este cometido se elaboró un cuestionario estructurado, para ser aplicado mediante entrevista personal a los entrenadores del club deportivo A.C.B. Acción Con Balón) de segundo trimestre 2024. Este trabajo de campo se llevó a cabo entre los meses junio, julio y agosto. Con un diseño de investigación no experimental descriptiva, donde se recolectó información que me permitió conocer la planificación de los entrenamientos del fútbol amateur.

La elección de este instrumento se justificó porque su procedimiento y los

resultados arrojados, son de fácil aplicación y comprensión. Se establecieron guías de entrevista para aplicar la entrevista a 2 entrenadores. Con esta técnica se estudiaron los siguientes bloques temáticos:

- **La planificación realizada durante la temporada:** modelos de planificación empleados según la proposición de objetivos previos al inicio de temporada, horas semanales, cantidad de sesiones y duración del tiempo, tipo, modelo y metodología de planificación del entrenamiento y porcentaje de tiempo dedicado a las capacidades físicas.
- **Los medios y herramientas de entrenamiento empleadas:** son las instalaciones del entrenamiento disponibles, la frecuencia de utilización, y los medios de entrenamiento elegidos según el momento de la temporada.
- **Las capacidades y las relaciones:** La utilización y prevención de lesiones, métodos para trabajar la resistencia y la flexibilidad.
- **Control del entrenamiento:** controlar y verificar los entrenamientos competencias amistosas
- **Información general.** Se consultó sobre la regularidad de los jugadores a entrenamientos y partidos, en la temporada.

4. RESULTADOS

A continuación, se muestran los datos de la entrevista a los entrenadores de fútbol amateur, los cuales fueron seleccionados y resumidos de la siguiente manera.

Características del cuerpo técnico

- El 60% de los entrenadores estuvo a cargo de la preparación física

durante la temporada completa (3 meses).

- El 50% afirmó estar informado sobre el planteamiento de objetivos institucionales es decir dirigentes, del club.
- El 60% de los entrenadores realizó su trabajo de manera individual y conjunta.
- El 90% de los entrenadores entrevistados cuenta con un título Profesor en Educación Física, asimismo indicaron siguen capacitándose en temas relacionados a la actividad deportiva.
- El 80% de los entrenadores han sido jugadores de la asociación de fútbol de La Paz.

Características de los modelos de planificación y periodos del entrenamiento en el fútbol amateur

- El 50 % de los entrenadores realizó las actividades para la planificación para completar la temporada. En general, la fuerza y la flexibilidad fueron los contenidos a trabajar durante esta etapa., con una frecuencia de tres veces por semana y una duración de 60 minutos aproximadamente. asimismo los jugadores también realizan por su propia cuenta.
- Los entrenadores que llevan a cabo la temporada, la realizaron durante cuatro y seis semanas de preparación.
- Los entrevistados planificaron tanto a partir de lo tradicional y contemporánea en realidad se cumple un 60%
- Todos los entrenadores indicaron que a la hora de planificar tuvo problemas en la evidencia científica.

Contenidos, métodos, medios y monitoreo del entrenamiento

- Entre las acciones utilizadas por parte de los entrenadores, para el entrenamiento de la fuerza se encuentran con ejercicios del propio peso corporal, el trabajo de musculación a partir de pesas es por su propia cuenta del jugador.
 - Los métodos de los entrenadores, para la resistencia específica, fueron el intermitente de alta intensidad. Además, utilizaron para entrenar esta capacidad: los métodos continuos, fraccionados y los integrales.
 - Para la flexibilidad, los entrenadores usaron la elongación pasiva, y también, a los ejercicios de movilidad articular y elongación activa.
- En cuanto a los medios de entrenamientos, el control de los estímulos son los siguientes:
- Medios: circuitos de resistencia, técnicos, tácticos y de fuerza, multi saltos, carreras resistidas.
- A continuación, se presenta una tabla resumida de actividades del entrenamiento que desarrollan en los entrenadores de fútbol amateur, datos relacionados a los contenidos de entrenamiento durante la temporada
- Tiempo aproximado dedicado de entrenamiento
- Preparación física, táctica, técnica y otros
- Tabla Resumida de Actividades: N°1

Actividad	Capacidad física	Porcentaje
Trabajo Técnico Táctico	Resistencia	50 %
	Fuerza	30 %
	Prevención de lesiones	10 %
	Flexibilidad	10 %
Preparación física	Resistencia	70 %
	Fuerza	15 %
	Prevención de lesiones	10 %
	Flexibilidad y velocidad	5 %
Preparación física	Velocidad coordinada	50 %
	Velocidad-agilidad coordinada	30 %
	Agilidad	10 %
	Otros	10 %

Fuente: elaboración propia

5. DISCUSIÓN

Características del cuerpo técnico

Los entrenadores planifican teniendo en cuenta su experiencia en el ámbito de la preparación física del fútbol

amateur. Sin embargo tuvieron la oportunidad de trabajar una temporada. Según autores sostienen que una adecuada planificación a nivel institucional y luego del cuerpo técnico, es pilar fundamental para

trazar objetivos, ya que se trata de un proceso continuo que permite comparar resultados previstos y alcanzados (García, 1996)

Características de los modelos de planificación y periodos del entrenamiento en el fútbol amateur

Según (Castellon, 2016) "La forma de programar en el contexto amateur (...) entendemos por proceso de entrenamiento: planificar, intervenir y evaluar". Los datos muestran que la planificación es muy precaria que presenta en el fútbol amateur por cuestiones de falta de recursos, el ausentismo de los jugadores. Asimismo la evaluación se lo realiza un 50%, casi todos los entrenadores encuestados dividen la temporada en preparatoria y competitiva, en la mayoría de los casos la temporada era de cuatro y seis semanas de preparación previa a la competencia.

Según este autor (Lapresa, 2002) dice que se requieren de seis a ocho semanas de puesta a punto (...). Al realizarse la temporada en un periodo de cuatro semanas, los jugadores podrían no alcanzar el nivel óptimo de rendimiento, por la cantidad de entrenamientos técnicos, tácticos y funcionales que se requieren para el fútbol. Una tendencia general (...) trabajar la condición física de los jugadores, en mayor porcentaje de tiempo e intensidad durante la temporada. En cambio, la preparación técnica táctica fue abordada con mayor énfasis, durante la competencia, cuando tomaba mayor relevancia.

El sistema de entrenamiento de planificación utilizada de los entrenadores es más utilizado es el modelo tradicional. En este

sentido, (Moliner, 2010) afirman que en los equipos españoles se utilizan ambos grupos de sistemas de planificación (...). Los modelos teóricos tradicionales, implican la consecución de picos de forma que no se adecuan a las demandas de los calendarios competitivos de los deportes de equipo, por lo que son limitados para el rendimiento en estas especialidades. También es necesaria la aplicación prioritaria de un trabajo integrado de los factores condicionales, técnico-tácticos, eligiendo como prioridad a los modelos globales.

En cuanto a los entrenadores del club deportivo Acción Con Balón (A.C.B.) de la Liga Atipiris, se describe como dificultoso, el cumplimiento del entrenamiento programado, en tres sesiones de entrenamiento de una hora de duración donde se puede notar, por no poder ser monitoreados por terceros.

Contenidos, métodos, medios y monitoreo del entrenamiento

Las principales cualidades a entrenar: Según (Bangsbo, 1997) aconseja para el nivel aficionado, hacer énfasis en la resistencia aeróbica y en la resistencia a la velocidad, coincidiendo con lo trabajado en los clubes (...) Los datos recabados muestran que la resistencia específica de los futbolistas, se trabajaba mediante el método intermitente de alta intensidad.

Para programar correctamente el método intermitente, es necesario evaluar la resistencia específica del fútbol y según la información recopilada, muy pocos entrenadores la han evaluado. Por otro lado, los métodos de entrenamiento integrales que permiten alcanzar intensidades

altas a partir de ejercicios jugados con balón, también eran para el trabajo de la resistencia.

(Navaro, 2001) evidencia que en los juegos reducidos, los jugadores amateurs completan un menor porcentaje de pases exitosos, pierden mayor cantidad de posesión de balón y cubren menos distancia a máxima velocidad y perciben un esfuerzo mayor, en comparación a jugadores profesionales. Por lo que a la hora de planificar estas actividades integrales, se deberían tener en cuenta estas limitaciones, para conseguir los objetivos propuestos en este tipo de ejercicios.

(Borbon, 2013) En la Liga principalmente, la entrenan mediante ejercicios de elongación muscular pasiva. En cuanto a la organización de los contenidos de entrenamiento en la sesión, los entrenadores sostuvieron no acordar una ubicación específica dentro de cada estímulo. Lo que asemeja con (Moliner, 2010) quienes dicen que esta situación se debe generalmente, responsabilidades en las tareas integrales tácticas, lo que merece una revisión en la manera de trabajar de los cuerpos técnicos.

6. CONCLUSIONES

Este trabajo sobre las características de planificación del entrenamiento en el fútbol amateur del club deportivo Acción Con Balón (A.C.B.) en la ciudad de El Alto, de Liga Atipiris. A continuación, describiremos las siguientes conclusiones:

- La planificación tiende a ser consecuentemente improvisada. Esto es producto de inconvenientes y limitaciones del entorno amateur: una escasa bibliografía sobre planificación

deportiva en estos contextos, la irregularidad del entrenamiento de los jugadores, el déficit de materiales y la insuficiencia económica del club deportivo A.C.B.

- Los periodos, métodos, los medios y las tareas de entrenamiento no son extensa para asegurar una optimización de la condición física de los jugadores, aunque esto depende de la planificación de los entrenadores.
- Los controles de entrenamiento merecen ser tomados con mayor importancia por los entrenadores, por la poca cantidad de evaluaciones y el aprovechamiento del periodo son resultado en el fútbol amateurismo.

Para finalizar la planificación del entrenamiento del club deportivo A.C.B. (Acción Con Balón), podría servir de reflexión y motivación para los actores del fútbol amateur. Además, se hace necesario orientar el trabajo investigativo hacia este ámbito del entrenamiento deportivo, y de esta manera comenzar a producir datos científicos desde el amateurismo. En consecuencia se motiva a construir un modelo de planificación específico e integral que considere las particularidades del fútbol amateur.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Bangsbo, J. (1997). El entrenamiento de la condicion fisica en el futbol . Barcelona, España : Paidotribo.
- Borbon, O. &. (2013). Futbol entrenamiento actual de la condicion fisica del futbolista.
- Camacho, J. O. (2019). Revision teorica de la planificacion tradicional y contemporanea en el entrenamiento

deportivo. Actividad física y deportes ,5 (2) , 171-181.

Carrasco, D. S. (2006). Metodología de la Investigación Científica. Lima: San Marcos.

Castellon, J. &. (2016). El arte de planificar en fútbol. Barcelona: fútbol del Libro.

García J., N. M. (1996). Planificación del entrenamiento deportivo. Madrid: Gymnos.

González Reve, F. N. (2015). La planificación del entrenamiento deportivo. revista del entrenamiento deportivo 29 (1).

Lapresa, A. D. (2002). Orientaciones formativas para el entrenador del fútbol. Universidad de la Rioja.

Moliner, U. D. (2010). Características de la planificación del entrenamiento en los deportes del equipo españoles de élite. educación física y deportes (102), 62-69.

Naclerio, F. (2011). Entrenamiento deportivo fundamentos y aplicaciones en diferentes deportes . Madrid : Medica panamericana .

Navarro, F. (2001). Modelos de planificación según el deportista y el deporte. Educación física y deporte, 9 (67) , 11-28.

Seirulo Vargas, F. (2017). El entrenamiento en los deportes de equipo. Barcelona: Biocorp Europa.

Tamarit Gimeno, X. (2013). Periodización táctica vs periodización táctica . Madrid : MBF.

EL BRAZILIAN JIU JITSU COMO MÉTODO EN EL DESARROLLO DE LA AUTONOMÍA DE LAS PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL EN EL CLUB DEPORTIVO INFINIX DE LA CIUDAD DE EL ALTO, GESTION 2024

BRAZILIAN JIU JITSU AS A METHOD IN THE DEVELOPMENT OF THE AUTONOMY OF PEOPLE WITH INTELLECTUAL DISABILITIES IN THE INFINIX SPORTS CLUB OF THE CITY OF EL ALTO, MANAGEMENT 2024

César Benedicto Laura Luna
DOCENTE UPEA – EL ALTO
Cesarlaura9@gmail.com

RESUMEN

El presente trabajo Científico presenta un estudio y análisis sobre uso del Brazilian Jiu Jitsu como método en el desarrollo de la autonomía de las personas con discapacidad intelectual, con el objetivo de conocer las características y bondades del Jiu Jitsu en el ámbito personal, así mismo promover la inclusión social y mejorar la calidad de vida en personas con discapacidad intelectual, presentando posturas y lineamientos teóricos sobre la práctica de esta disciplina, y el impacto que genera en las personas con discapacidad intelectual. La metodología utilizada en el presente artículo científico está basada en un enfoque cualitativo, tomando en cuenta una revisión bibliográfica minuciosa como la aplicación de entrevistas de personas con discapacidad intelectual. En relación a los resultados obtenidos se identificó que la práctica del Brazilian Jiu Jitsu promueve el desarrollo de la autonomía personal de las personas con discapacidad, en las diferentes áreas como ser: cognitiva, social y motriz, se ha demostrado que el Jiu Jitsu como método puede ser utilizado por profesionales en psicomotricidad y deportes para el desarrollo de la autonomía

promoviendo así la inclusión social y una mejor calidad de vida de las personas con discapacidad intelectual.

PALABRAS CLAVE Desarrollo de la autonomía, desarrollo cognitivo, desarrollo de la autonomía, desarrollo de la autonomía, desarrollo cognitivo, jiu jitsu, inclusión social.

ABSTRACT

This Scientific Article presents a study and analysis on the use of Brazilian Jiu Jitsu as a method in the development of autonomy of people with intellectual disabilities, with the objective of knowing the characteristics and benefits of Jiu Jitsu in the personal sphere, as well as promoting social inclusion and improving the quality of life in people with intellectual disabilities, presenting positions and theoretical guidelines on the practice of this discipline, and the impact it generates on people with intellectual disabilities. The methodology used in this scientific article is based on a qualitative approach, taking into account a thorough bibliographic review such as the application of interviews of people with intellectual disabilities. In relation to the results obtained, it was identified that the practice of Brazilian Jiu Jitsu promotes the development of personal autonomy of people with disabilities, in different areas such as: cognitive, social and motor, it has been shown that Jiu Jitsu as a method It can be used by professionals in psychomotor skills and sports for the development of autonomy, thus promoting social inclusion and a better quality of life for people with intellectual disabilities.

KEYWORDS Development of autonomy, cognitive development, development of autonomy, development of autonomy, cognitive development, jiu jitsu, social inclusion.

1. INTRODUCCIÓN

En el presente artículo científico en relación a la práctica del JIU JITSU y el desarrollo de la autonomía, tiene su impacto desde el punto de vista inclusivo, Kant (1724-1804) definió a la autonomía mediante tres temas relativos a la ética contemporánea, la autonomía como el derecho de uno a tomar sus propias decisiones excluyendo cualquier interferencia de otros, así mismo, la autonomía como la capacidad de tomar tales decisiones a través de la propia independencia mental y tras una reflexión personal, y por último como una forma ideal de vivir la vida de forma autónoma.

2. DESARROLLO

Las personas con discapacidad intelectual poseen características cognitivas y sociales diferentes ante las personas con capacidades regulares, para la OMS (1968) definió "La capacidad intelectual sensiblemente inferior a la media que se manifiesta en el curso del desarrollo y se asocia a una clara alteración en los comportamientos adaptativos".

Todas las personas tienen los mismos derechos y obligaciones, es importante que las personas con discapacidad intelectual tengan las mismas oportunidad y alcances que le permitan desarrollarse plenamente en varios ámbitos, la autonomía les permite integrarse a la sociedad y

generar prácticas de inclusión social promoviendo así una mejor calidad de vida.

La autonomía es un procedimiento de educación social que enseña al niño a liberarse del egocentrismo para socializar su conducta y pensamiento tomando en cuenta el punto de vista moral e intelectual con el objetivo de promover bienestar social y mejorar la calidad de las personas en general. (PIAGET, 1968).

El JIU JITSU es un arte marcial, practicado y desarrollado en Brasil, la cual se centra principalmente en la lucha cuerpo a cuerpo en el suelo, usando para ello luxaciones, estrangulaciones, inmovilizaciones y derribos. El principal objetivo del artículo es el estudio de la disciplina del jiu-jitsu como método en el desarrollo de la autonomía de las personas con discapacidad intelectual.

Las personas con discapacidad intelectual, si bien tienen un desarrollo cognitivo limitado por sus características personales, sin embargo, las personas con discapacidad intelectual poseen aquellas habilidades físicas tanto de fuerza y equilibrio que pueden ser fortalecidas mediante un del Jiu Jitsu te permitió mejorar y comprender tu entorno social

entrenamiento físico guiado, el jiu-jitsu brasileño puede llegar a promover el desarrollo de otras áreas y habilidades que fortalezcan su inclusión social.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

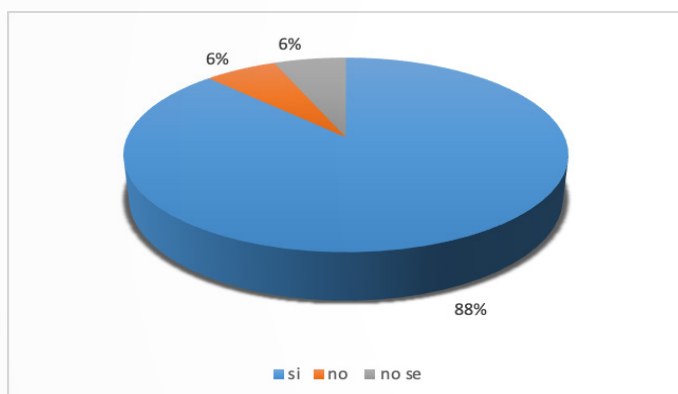
En el presente artículo científico para su abordaje se utilizó métodos cualitativos, en base al método analítico y sintético que permitió generar un análisis en relación al tema abordado, mediante entrevistas estructuradas "es la que se realiza a partir de una guía prediseñada que contiene las preguntas que serán formuladas al entrevistado." (Arias, 2006, p. 73)

La entrevista estructurada fueron realizadas a personas con discapacidad intelectual del centro deportivo Infinix y personas entendidas en el arte marcial del JIU JITSU.

El tipo de muestra para la selección de los personajes fue de tipo no probabilística, la cual permitió identificar a las personas con discapacidad en función a la disponibilidad y predisposición personal.

4. RESULTADOS

Gráfico N°1 La práctica

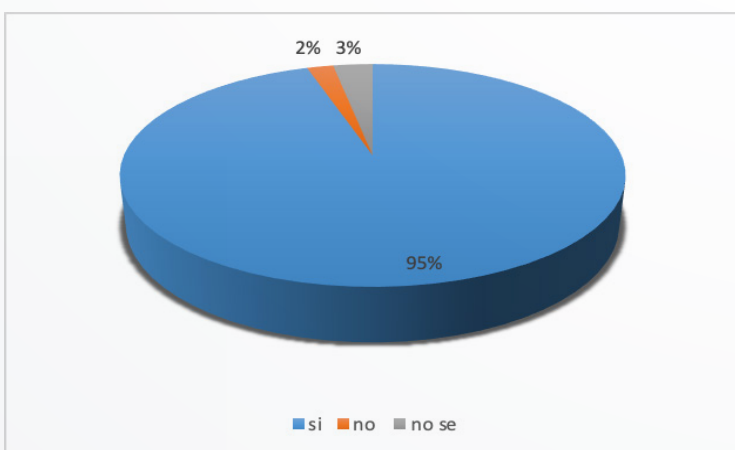


Fuente: elaboración propia

Interpretación

Las personas con discapacidad intelectual a través de la práctica del Jiu Jitsu desarrollaron habilidades de defensa y así mismo habilidades comunicativas y sociales que les permiten integrarse a la sociedad y así participar de otros entornos del diario vivir.

Gráfico N°2 El Jiu Jitsu te permitió socializar y hacer amistades con tus demás compañeros

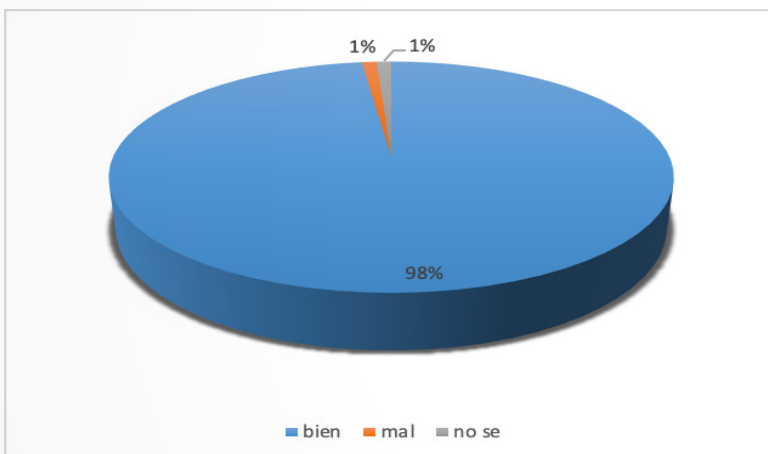


Fuente: elaboración propia

Interpretación

El Jiu Jitsu permitió fortalecer las capacidades de integración a la sociedad y así mismo fortalecer el inóculo de amistad que promueven la confianza y la autonomía personal.

Gráfico N°3 Cómo te sientes ahora al haber aprendido el Jiu Jitsu

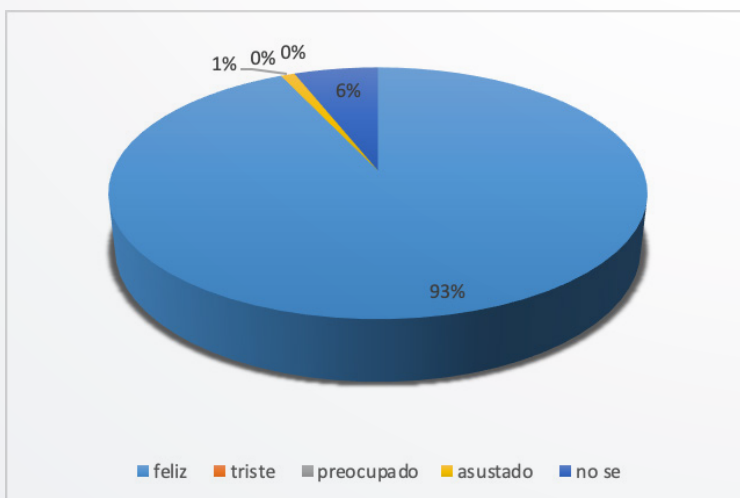


Fuente: elaboración propia

Interpretación

Se evidencio que la disciplina del Jiu Jitsu promueve el bienestar personal, y el equilibrio emocional en las personas con discapacidad intelectual

Gráfico N°4 Desde que aprendiste el Jiu Jitsu como te sientes emocionalmente

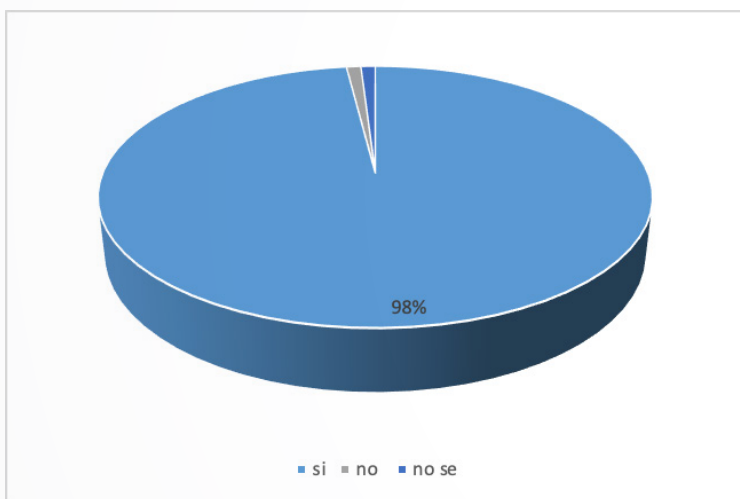


Fuente: elaboración propia

Interpretación

Las personas con discapacidad intelectual que practican el Jiu Jitsu desarrollan capacidades emocionales y una paz mental, debido a que llegan a sentirse felices y esto contribuye al desarrollo social y autónomo de la persona.

Gráfico N°5 El Jiu Jitsu te enseñó a sentirte más seguro cuando sales a la calle

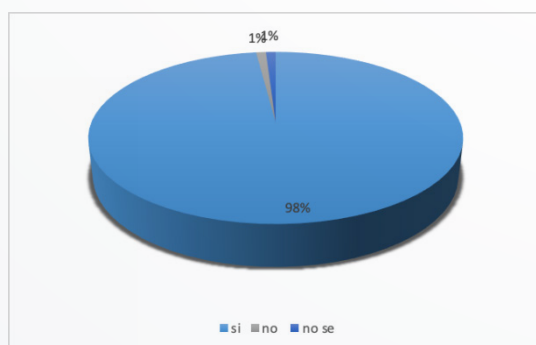


Fuente: elaboración propia

Interpretación

El Jiu Jitsu desarrolla habilidades de autodefensa ante los diferentes factores externos que pueden presentarse en el diario vivir promoviendo así la seguridad y la confianza autonómica de las personas con discapacidad intelectual.

Gráfico N°6 Después de aprender el Jiu Jitsu puedes comprender mejor la lectura y escritura

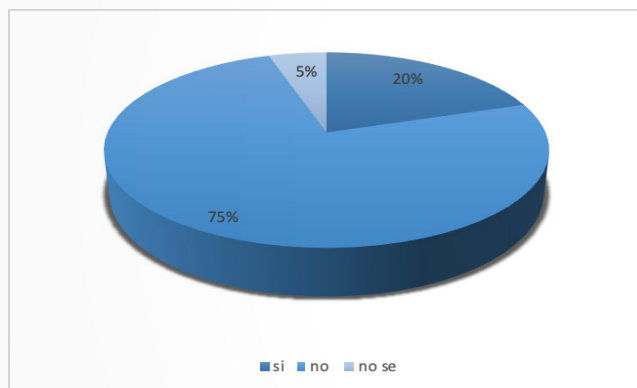


Fuente: elaboración propia

Interpretación

La disciplina del Jiu Jitsu en las personas con discapacidad promueven las conexiones neuronales y la capacidad de asimilacion de contenidos fortaleciendo asi el aprendizaje.

Gráfico N°7 Después de la práctica del Jiu Jitsu realizas tus actividades personales con ayuda de tus familiares o amigos



Fuente: elaboración propia

Interpretación

Las personas con discapacidad que practican el Jiu Jitsu desarrollan la capacidad de autonomía en las diferentes actividades del diario vivir, fortalecen la confianza y promueven la toma de decisiones de manera asertiva.

5. DISCUSIÓN

La importancia de la autonomía se relaciona con las funciones psicológicas que se desarrollan a través de este proceso de individuación. No se trata simplemente de una cuestión de comportamiento, relacionada con las acciones que una persona realiza de forma independiente a diario, por lo cual se refleja la importancia en la formación de la identidad del niño o persona. De esta manera, la persona con discapacidad intelectual adquirirá las habilidades necesarias para convertirse en un adulto capaz de tomar decisiones por sí mismo, evaluar lo que es imprescindible en cada situación y actuar en consecuencia. También desarrollará una comprensión de su propia identidad, emociones y necesidades. Todo esto tendrá un impacto significativo en su autoestima y en su crecimiento emocional.

Aprender a defenderse suele ser el motivo principal por el que alguien decide apuntarse a Brazilian Jiu Jitsu. En BJJ, sin embargo, la práctica de la disciplina sin bien desarrolla habilidades de defensa en corta distancia y sin necesidad de golpear al rival. También desarrollarás habilidades para lidiar con una situación de peligro.

La filosofía del Jiu-Jitsu es clara al enfatizar que la mente también debe estar presente en el combate, dominar lo que hará el luchador es fundamental para alcanzar la victoria, como en todas las artes marciales, en esta disciplina no hay lugar para elecciones aleatorias.

La práctica del Jiu Jitsu un arte marcial de carácter físico, según la afirmación de autores, empero así mismo intelectual, postura psicológica que toma en cuenta a un desarrollo físico y las destrezas de autodefensa personal, en ese entendido se conoce que toda actividad física conlleva procedimientos y pasos que se deben seguir, las cuales están sujetas a generar un aprendizaje cognitivo, el Jiu Jitsu al promover una acción de autodefensa permite entender y practicar la disciplina con un enfoque

psicológico, mostrándose así el desarrollo de habilidades cognitivas, sociales y personales que repercuten en su diario vivir y por supuesto en la autonomía que las personas con discapacidad deben de desarrollar y practicar a los largo de su vida.

6. CONCLUSIÓN

Los resultados obtenidos en el presente artículo científico en relación a la práctica del Jiu Jitsu y el desarrollo de la autonomía en personas con discapacidad intelectual se obtuvieron las siguientes conclusiones:

Aprender a defenderse suele ser el motivo principal por el que alguien decide practicar el Brazilian Jiu Jitsu. Defensa física en corta distancia y sin necesidad de golpear al rival. También desarrollarás habilidades para lidiar con una situación o entornos de peligro.

La práctica de esta disciplina desarrolla confianza la cual es esencial a medida que mejoran tus habilidades de combate, pensamiento y la resolución de problemas.

A medida que el Jiu Jitsu se practique y se genere destrezas en el combate, la confianza crecerá de forma exponencial y naturalmente, el aspecto psicológico juega un papel crucial en los partidos de Jiu Jitsu, ya

que debe existir concentración y disciplina.

La práctica del Jiu Jitsu en personas con discapacidad intelectual promueve la confianza en diversos aspectos de la vida cotidiana, resolución de problemas, la inclusión social, toma de decisiones, una mentalidad equilibrada y por supuesto a través de todas estas destrezas adquiridas una mejor calidad de vida.

7. BIBLIOGRAFÍA

Arias, F. (2006 a). El proyecto de investigación: Introducción a la metodología científica (5a ed.). Caracas: Episteme.

Kant, Immanuel (2002), *Crítica de la razón práctica* (traducción de Roberto Aramayo). Madrid: Alianza Editorial.

Piaget, J. & Heller, J. (1968). *“La autonomía en la escuela”* Barcelona: Paidós.

OMS (1968) “las personas con discapacidad intelectual indicadores” EE.UU.

A Itahajhy (2014) *“Brazilian jiu jitsu, libro básico de Brazilian jiu jitsu”* recuperado de: https://www.amazon.es/Brazilian-Jiu-Jitsu-Libro-b%C3%A1sico/dp/842030574X/ref=sr_1_1?s=books&ie=UTF8&qid=1516603552&sr=1-1&keywords=jiu+jitsu

PSICOMOTRICIDAD COMO CARRERA UNIVERSITARIA EN LOS ESTUDIANTES DE LA UNIVERSIDAD PÚBLICA DE EL ALTO DE LA GESTIÓN 2024

PSYCHOMOTRICITY AS A UNIVERSITY CAREER IN THE STUDENTS OF THE PUBLIC UNIVERSITY OF EL ALTO DE LA GESTIÓN 2024

Sarah Yesmi Vásquez Salazar
DOCENTE UPEA – EL ALTO
sarahyesmi@gmail.com
Magdalena Ilaluke Mamani
DOCENTE UPEA – EL ALTO
Magdalenailaluke@gmail.com

RESUMEN

El presente estudio tiene como objetivo analizar la percepción de los estudiantes universitarios de la carrera de Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto (UPEA) sobre la relevancia de la psicomotricidad como carrera universitaria en el año 2024. Desde su creación, esta carrera ha surgido como una respuesta a la necesidad de formar profesionales especializados para el contexto alteño y boliviano, siendo la pionera en este ámbito.

La metodología empleada es de tipo descriptivo, de enfoque mixto, se utilizó la revisión documental y un análisis cualitativo, complementado con un cuestionario de encuesta aplicado a una muestra representativa de 100 estudiantes para un análisis cuantitativo. Los resultados indican que los estudiantes matriculados en la carrera de Psicomotricidad y Deportes, valoran positivamente la formación académica lo que refleja un reconocimiento significativo de la importancia formativa de la disciplina y las oportunidades de desarrollo profesional. Sin embargo, la percepción sobre su valoración en el mercado laboral es más baja, lo que sugiere preocupaciones sobre las oportunidades laborales y el reconocimiento profesional. Además, se identificaron estrategias para mejorar la visibilidad de la carrera, como establecer convenios institucionales y organizar eventos promocionales.

Se concluye que hay una fuerte valoración académica del potencial transformador de la Carrera de Psicomotricidad y Deportes y así como expectativas positivas sobre el desarrollo profesional. Sin embargo, se identifican aspectos que requieren mejoras en el posicionamiento laboral y la visibilidad social de la carrera.

PALABRAS CLAVE: Psicomotricidad; Formación Académica; Competencias laborales; Mercado laboral

ABSTRACT

The present study aims to analyze the perception of university students of the Psychomotricity and Sports career of the Public University of El Alto (UPEA) on the relevance of psychomotricity as a university career in the year 2024. Since its creation, this career has emerged as a response to the need to train specialized professionals for the El Alto and Bolivian context, being the pioneer in this field.

The methodology used is descriptive, with a mixed approach, using documentary review and qualitative analysis, complemented by a survey questionnaire applied to a representative sample of 100 students for quantitative analysis. The results indicate that the students enrolled in the Psychomotricity and Sports career positively value the academic training, which reflects a significant recognition of the formative importance of the discipline and the opportunities for professional development. However, the perception of their valuation in the labor market is lower, suggesting concerns about job opportunities and professional recognition. In addition, strategies were identified to improve the visibility of the career, such as establishing institutional agreements and organizing promotional events.

It is concluded that there is a strong academic valuation of the transformative potential of the Psychomotor and Sports Career and positive expectations about professional development. However, aspects are identified that require improvements in labor positioning and social visibility of the career. It is essential to strengthen academic training, integrating theory and practice, and addressing the competencies necessary for professional practice in order to maximize its social impact. Recommendations include improving the facilities and equipment of the career; increasing the dissemination of the career to highlight the importance and role of the psychomotor therapist in society and establishing institutional agreements to enhance its social and labor impact.

KEYWORDS: Psychomotor skills; Academic Training; Job skills; Labor market

1. INTRODUCCIÓN

La psicomotricidad es una disciplina integral que aborda la estrecha relación entre el movimiento corporal y los procesos psíquicos, reconociendo que el desarrollo motor no ocurre de manera aislada, sino que esta intrínsecamente ligado a los aspectos cognitivos, emocionales y sociales del ser humano. Este estudio cualitativo describe los principales fundamentos científicos que deben caracterizar a los profesionales en este campo, abarcando desde la formación académica hasta las competencias

necesarias para un desempeño excelente.

En las últimas décadas, la psicomotricidad ha ganado un reconocimiento significativo en diversos campos, lo que exige una comprensión profunda de los fundamentos que sustentan la práctica profesional y responde a la necesidad de una base científica sólida de esta disciplina.

El objetivo de este estudio es analizar la percepción de los estudiantes universitarios de la carrera de

Psicomotricidad y Deportes de la Universidad Pública de El Alto (UPEA) sobre la relevancia de la psicomotricidad como carrera universitaria en el año 2024.

2. DESAROLLO

La psicomotricidad tiene sus inicios a principios del siglo XX en la neurología y en la psicobiología, a partir de entonces diferentes escuelas de pensamiento se desarrollaron y empezaron a coexistir, entre ellas la corriente psicobiológica de Henri Wallon (motricidad y tono), la psicología del conocimiento y la importancia del movimiento según Piaget, las aportaciones del psicoanálisis en la motricidad como un sistema de relación; la teoría madurativa de Gessell que trata los procesos internos madurativos en el desarrollo motor; y la aproximación psicopedagógica con autores como Guilmain, Picq y Vayer, Lapierre y Aucouturier, Aguriaguerra, Jean Le Bouch, entre otros (Gallo, 2015).

La ciencia de la motricidad humana,

El portugués Manuel Sergio Vieira e Cunha publica el texto "*Para uma Epistemologia da Motricidad Humana*" donde propone la creación de Facultades de Motricidad Humana. El pensamiento de Manuel Sergio se centra el resaltar el nacimiento de la Ciencia de la motricidad humana y en la década de los ochenta se encarga de recorrer las universidades de Brasil para abordar la necesidad de crear un espacio académico para abordar la "Epistemología de la Motricidad Humana" (Gallo, 2015).

En Latinoamérica, la psicomotricidad se establece como licenciatura en el año 1978, en la Universidad de la Republica de Montevideo de Uruguay,

dicho proceso ha sido acompañado por el desarrollo de la psicomotricidad en países como Argentina, Brasil, Paraguay, Chile y Bolivia (Mila 2018) citado en (Hernández Lechuga & Martínez Mínguez, 2022).

Formación Académica

El psicomotricista es un profesional con formación específica "hay especificidad en el ámbito de trabajo y en el tipo de planteamiento, lo que justifica plenamente la existencia de un profesional con competencias propias (Boscano, 1987, 1988, 1990, 1992: Bemporat, 1987; Sassano y Bottini, 1992)" citado en (Berruezo y Adelantado, 2000). El movimiento es el medio a través de cual el individuo comunica y transforma el mundo que le rodea. El estudio del movimiento humano es un medio para conocer al hombre en su totalidad indivisa y no es una pura descripción física y muscular.

Competencias

De acuerdo al desarrollo de la disciplina, las competencias del profesional en psicomotricidad se concretan en las siguientes áreas generales:

- Área de diagnóstico, cuya finalidad es la comprensión global de la persona mediante la aplicación de instrumentos específicos de valoración, entre los que cabe destacar el balance psicomotor y la observación psicomotriz.
- Área de prevención, cuya finalidad es la detección y prevención de trastornos psicomotores o emocionales en poblaciones de riesgo o en etapas concretas de la vida.
- Área de educación, cuya finalidad es facilitar la maduración

psicomotriz en el marco curricular del centro educativo.

- Área de terapia, cuya finalidad es la intervención psicomotriz sobre trastornos psicomotores del desarrollo, así como sobre alteraciones emocionales y de la personalidad, en función de un proyecto terapéutico realizado sobre la base de un diagnóstico.
- Área de formación, investigación y docencia, ética profesional cuya finalidad es la capacitación para el desarrollo de la actividad profesional, la profundización en
- Ámbitos diversos, donde pueden incorporarse a servicios de salud, educación o servicios sociales, ya que su campo de acción no se limita a la patología o la infancia, sino puede estar presente en todas las etapas de la vida.
- Deporte, los psicomotricistas también tienen implicaciones en el campo del deporte, trabajando la estimulación, la variabilidad, el desarrollo motor y "habilidades psicomotoras importantes como: potencia y resistencia muscular, flexibilidad, equilibrio, coordinación, relajación diferencial autorregulación" (Stallings, 1982).

Psicomotricidad y Deportes en la Universidad Pública de El Alto

En 1972, el concepto de psicomotricidad llega a Bolivia como información, pero lamentablemente no existe formación académica alguna que otorgue un grado académico de formación en psicomotricidad.

En el contexto boliviano surge en el año 2019 la decisión de establecer la carrera de Psicomotricidad y Deportes en la Universidad Pública de El Alto, respondiendo a la necesidad de formar profesionales especializados que

sus ámbitos de competencia y la transmisión de los contenidos ligados a la práctica.

El trabajo del psicomotricista se desarrolla en diversos contextos:

- Prevención y Educación, promoviendo el desarrollo psicomotor saludable desde edades tempranas.
- Reeducción y Terapia, donde intervienen es caso de dificultades o trastornos del desarrollo psicomotor.

puedan abordar de manera integral el desarrollo humano y la práctica científica del deporte, en diversas etapas de la vida. Esta carrera no solo se enfoca en la prevención, tratamiento de trastornos psicomotores, también promueve el bienestar general. La Universidad Pública de El Alto logra ser la primera universidad pública que se decide ofrecer esta formación, contribuyendo a llenar el vacío en la educación superior boliviana.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

Este estudio emplea un enfoque mixto, cuantitativo y cualitativo, la investigación cualitativa surge como un paradigma emergente y novedoso, su finalidad es proporcionar una mayor comprensión, significados e interpretación que el hombre da a las actividades, a través de diferentes diseños investigativos (Corona Lisboa, 2018). El enfoque cuantitativo por permitirá realizar el análisis de los datos numéricos.

La metodología de la presente investigación se realizó mediante un diseño de estudio exploratorio y descriptivo, con técnicas de análisis documental y un análisis cualitativo de sistematización, y la aplicación de una encuesta con escala tipo Likert para

medir las percepciones sobre la carrera, oportunidades laborales e impacto en la sociedad.

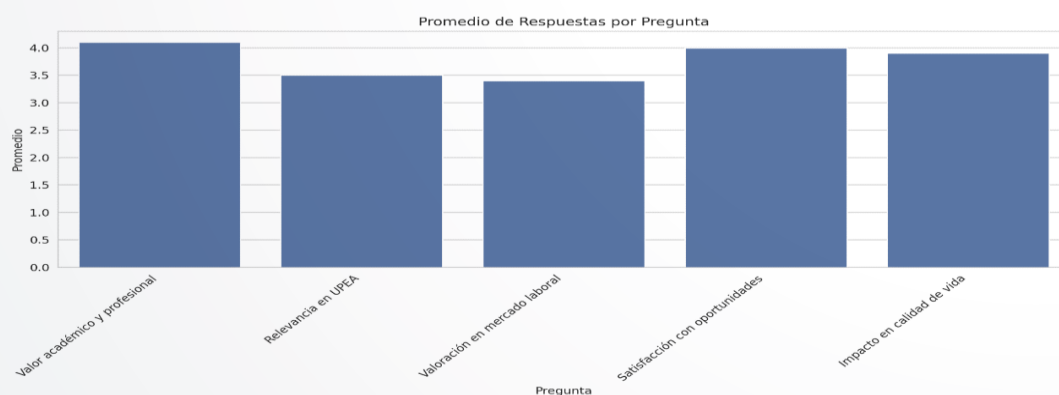
La población considerada, son los estudiantes universitarios matriculados un tamaño de muestra de 100 participantes (varones y mujeres).

en la carrera de Psicomotricidad y Deportes en la Universidad Pública de El Alto. Se selecciono una muestra representativa estratificada, con

4. RESULTADOS

Los resultados obtenidos del análisis de la aplicación de la encuesta se reflejas en el Grafico 1.

GRAFICO 1. ANALISIS DE LA PERCEPCION SOBRE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTES

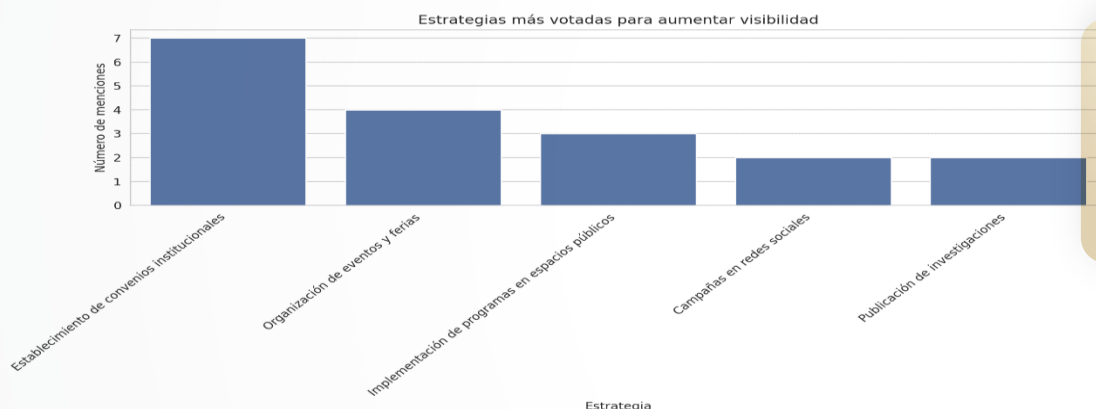


FUENTE: ELABORACIÓN PROPIA

El Grafico 1. Sobre la percepción de la carrera de Psicomotricidad en la UPEA: el valor académico y profesional de la carrera obtuvo el promedio más alto 4.0 sobre 5.0, o que indica un fuerte reconocimiento de la importancia formativa de la disciplina. La percepción sobre la valoración en el

mercado laboral obtuvo el promedio mas bajo 3.3 puntos, los que sugiere cierta preocupación sobre las oportunidades laborales y el reconocimiento profesional. Este aspecto merece especial atención en las estrategias de desarrollo de la carrera.

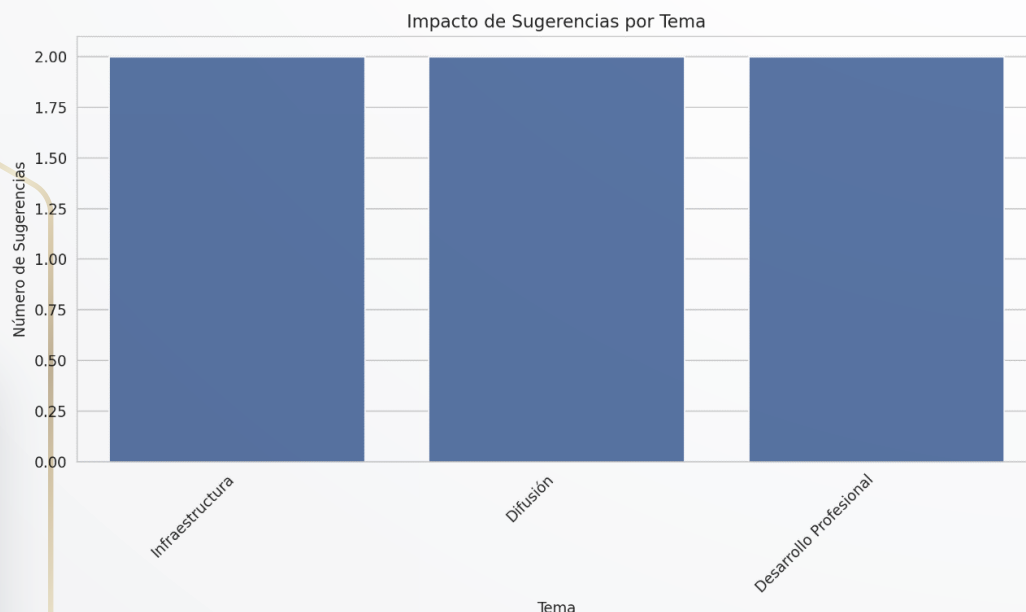
GRAFICO 2. ESTRATEGIAS PARA AUMENTAR LA VISIBILIDAD LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD



FUENTE: Elaboración propia

mayor visibilidad a la carrera, la organización de eventos y ferias para la población en general, donde se promoció el rol del profesional en psicomotricidad.

SUGERENCIAS PARA MEJORAR LA VISIBILIDAD E IMPACTO DE LA CARRERA DE PSICOMOTRICIDAD Y DEPORTE



Fuente: Elaboración Propia

de la Carrera de Psicomotricidad y Deportes los resultados muestran una

distribución equitativa de preocupaciones de los estudiantes en tres áreas principales: se evidencia una demanda significativa de mejora en instalaciones físicas de la carrera, una biblioteca especializada, espacios psicomotrices y deportivos específicos. La difusión de la carrera de igual manera muestra un igual peso en preocupaciones, los estudiantes sugieren la necesidad de estrategias comunicacionales efectivas, reflejando la importancia de la promoción profesional, y trabajar la necesidad de reconocimiento social. El desarrollo profesional mantiene el mismo nivel de prioridad, los estudiantes indican tener una preocupación por el futuro laboral, muestran un profundo interés por la consolidación de la disciplina. La proyección profesional es vista como fundamental.

5. DISCUSIÓN

Los resultados de este estudio nos brindan un conocimiento y una comprensión profunda y contextualizada de los elementos esenciales que perciben los estudiantes de la carrera de Psicomotricidad y Deportes. Los estudiantes de la carrera de Psicomotricidad y Deportes, refleja el reconocimiento de la solidez formativa de la carrera, como disciplina que integra aspectos físicos, emocionales y sociales del desarrollo humano.

La formación académica integral es fundamental para el desarrollo de un psicomotricista competente. Esta formación no solo debe incluir conocimientos teóricos, sino también prácticas que permitan a los estudiantes aplicar los conocimientos en contextos reales. Según García et al. (2020) "una educación integral en psicomotricidad permite a los futuros

profesionales abordar de manera holística las necesidades de las personas". Esto implica que los programas académicos deben ser diseñados para fomentar tanto el aprendizaje teórico como la experiencia práctica, asegurando que los profesionales estén preparados para enfrentar los desafíos.

Se evidencia la necesidad de fortalecer el posicionamiento profesional en el mercado laboral, por medio de la integración institucional. El desarrollo de las competencias específicas son otro aspecto crítico en la formación de psicomotricistas, una variedad de habilidades técnicas y metodológicas que son necesarias para realizar intervenciones efectivas. Según Martínez (2021) se deben tomar en cuenta la evaluación del desarrollo motor, la planificación de intervenciones e integrar el factor emocional. La adquisición de estas competencias permite a los profesionales tratar adecuadamente las necesidades e implementar estrategias efectivas para su desarrollo.

6. CONCLUSIONES

Se concluye que hay una fuerte valoración académica del potencial transformador de la Carrera de Psicomotricidad y Deportes y así como expectativas positivas sobre el desarrollo profesional. Sin embargo, se identifican aspectos que requieren mejoras en el posicionamiento laboral y la visibilidad social de la carrera. Es esencial fortalecer la formación académica, integrando teoría y práctica, y abordando las competencias necesarias para el ejercicio profesional para maximizar su impacto social. Las recomendaciones incluyen la mejora de las instalaciones y equipamiento de la carrera;

aumentar la difusión de la carrera para resaltar la importancia y el rol del psicomotricista en la sociedad y establecer convenios institucionales para potenciar su impacto social y laboral.

La formación académica del psicomotricista es crucial para un desarrollo profesional competente y especializado. La especificidad del trabajo de psicomotricista justifica la necesidad de una formación que aborde no solo los aspectos teóricos, sino también las competencias prácticas que son esenciales para su ejercicio profesional.

7. BIBLIOGRAFIA

Berruezo y Adelantado, P. (2000). Hacia un marco conceptual de la psicomotricidad a partir del desarrollo de su práctica en Europa y en España . Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado, nº 37, Abril, 21 - 33.

Bisquerra, R. (. (2019). Metodología de la investigación educativa (6.a ed.). Madrid : La Muralla

Corona Lisboa, J. (2018). Investigación cuallitativa: Fundamentos

epistemológicos, teóricos y metodológicos. Vivat Academia, núm. 144, 69-76. doi: <https://doi.org/10.15178/va.2018.144.69-76>

Fonseca, V. d. (2000). Estudio y génesis de la psicomotricidad. Barcelona - España: INDE Publicaciones.

Gallo, C. L. (2015). Cuatro hermenéuticas de la educación física en Colombia. Colombia: Universidad de Antioquia.

Hernández Lechuga, M., & Martínez Mínguez, L. (2022). Presencia de la psicomotricidad y psicomotricistas en la normativa educativa chilena en infancia. Un analisis documental . Perspectiva Educacional, 61(1), 127 - 151.

Larrey, L. G., López, G., Mozos, P. A., & López, G. B. (2013). Desarrollo cognitivo y motor . España : McGraw-Hill.

Poca Silvestre, N. E. (2011). La psicomotricidad y la construcción del espacio. Scientia, Año 1, Nº1.

Stallings, L. (1982). Aprendizaje motor: de la teoría a la práctica . Estados Unidos : Mosby.

IMPACTO DE LA PSICOMOTRICIDAD EN EL DESARROLLO DE HABILIDADES EN NIÑOS CON TRASTORNO DEL ESPECTRO AUTISTA (TEA)

IMPACT OF PSYCHOMOTORICITY ON THE DEVELOPMENT OF SKILLS IN CHILDREN WITH AUTISM SPECTRUM DISORDER (ASD)

Juan Carlos Quenta Condori
jcquenta24@gmail.com
DOCENTE – UPEA – EL ALTO
Javier Cortez Candia
legislacion627@gmail.com
DOCENTE – UPEA – EL ALTO

RESUMEN

El Trastorno del Espectro Autista (TEA) es un desorden neurobiológico cuyos mecanismos fisiopatológicos, aunque en la actualidad aún son desconocidos, se conocen los síntomas y características clínicas con las que se manifiestan. El TEA es un Trastorno del Neurodesarrollo que afecta la comunicación, la interacción social y se caracteriza por patrones de comportamiento restringidos y repetitivos, con un inicio temprano del sistema nervioso central, aproximadamente antes de los tres años de edad, quien presenta un deterioro generalizado en tres áreas: interacción social, procesos comunicativos y comportamiento repetitivo e inflexible, característica en su mayor parte de un retraso del desarrollo. Estos síntomas aparecen a las edades en las cuales el niño debería experimentar los eventos como juegos motrices que permiten el desarrollo óptimo.

El desarrollo del niño desde que nace pasa por diferentes etapas a nivel sensoriomotor-cognitivo y, por tanto, posiciona su motricidad en una función esencial: la psicomotricidad. Esta disciplina posibilita actuar sobre el sujeto como un ser único e individual, con sus propias reacciones, siempre de manera activa e indelegable, y tiene un papel educativo, restituyendo nociones básicas y de relacionamiento, al igual que preventivo. Esta investigación se apoya en una investigación documental o revisión bibliográfica puede ser aplicada a cualquier tema de investigación para determinar la relevancia e importancia del mismo y asegurar la originalidad de una investigación. Además, permite que otros investigadores consulten las fuentes bibliográficas citadas, pudiendo entender y quizá continuar el trabajo realizado y generar nuevos aportes en esta temática.

PALABRAS CLAVE: Psicomotricidad, Aprendizaje, Trastorno del Espectro Autista, Neurodesarrollo.

ABSTRACT

Autism Spectrum Disorder (ASD) is a neurobiological disorder whose pathophysiological mechanisms, although currently still unknown, the symptoms and clinical characteristics with which they manifest are known. ASD is a Neurodevelopmental Disorder that affects communication, social interaction and is characterized by restricted and repetitive patterns of behavior, with an early onset of the central nervous system, approximately before three years of age, who presents a generalized deterioration in three areas: social interaction, communicative processes and repetitive and inflexible behavior, characteristic for the most part of a developmental delay. These symptoms appear at the ages at which the child should experience events as motor games that allow optimal development.

The development of the child from birth goes through different stages at the sensorimotor-cognitive level and, therefore, positions their motor skills in an essential function: psychomotor skills. This discipline makes it possible to act on the subject as a unique and individual being, with its own reactions, always in an active and non-delegable way, and has an educational role, restoring basic notions and relationships, as well as preventive. This research is supported by documentary research or bibliographic review and can be applied to any research topic to determine its relevance and importance and ensure the originality of a research. In addition, it allows other researchers to consult the cited bibliographic sources, being able to understand and perhaps continue the work carried out and generate new contributions on this topic.

Keywords: Psychomotor skills, Learning, Autism Spectrum Disorder, Neurodevelopment.

1. INTRODUCCIÓN

El Trastorno del Espectro Autista, con sus conocidas siglas TEA, es un trastorno neurológico que afecta los circuitos cerebrales implicados en las capacidades de interacción social, la comunicación y la flexibilidad del comportamiento. Entre el 70% y el 90% de los niños con autismo presentan problemas de psicomotricidad. Definir exactamente a qué se refiere la psicomotricidad en el propio contexto del autismo resulta dificultoso. En principio esta se encuentra asociada a todas las estrategias que se efectúan con el fin de aumentar o mejorar las habilidades motrices del niño. Comprende a su vez conceptos tan

amplios y algo ambiguos como la noción de conciencia motriz, la noción tónica o la noción espacio-temporal. En el desarrollo evolutivo de los niños con autismo, algunos resaltan la importancia de la conciencia motriz propia, entendida como la habilidad de exteriorizar, mediante el comportamiento, las emociones y deseos.

La psicomotricidad cobra una importancia indiscutible, dada la relación entre el dominio cognitivo, emocional y social. A pesar de ello, la bibliografía revisada parece escasa en cuanto a la concreción de los elementos psicomotrices y de cómo abordarlos. Esto determina proceso

elemental para comprender que hace más de tres cuartas partes de siglo que el movimiento fue entendido como una forma más de comunicación. En la actualidad, es sabido que el desarrollo excesivamente limitado, llevan al niño a no desarrollar variables sensoriomotrices. A ello le podemos sumar que en niños con una patología hiperquinética, el exceso de movimientos los vuelve, por lo general, intolerantes a situaciones que conlleven desafiar sus límites motores, esto es lo que en muchos casos sucede en niños que presentan el Trastorno del espectro autista. Como consecuencia de ello, van experimentando en el desarrollo motor nuevas sensaciones que les permiten adquirir nuevos aprendizajes del ámbito psicomotriz. Por lo general, mejora la inestabilidad tónico-postural, hipertonía, ectomorfismo, atonía, entre otras que se manifiesta en el desarrollo de los niños con este tipo de trastorno.

2. DESARROLLO

En la actualidad la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima a nivel mundial, se calcula que 1 de cada 100 niños tiene autismo, pero la prevalencia varía considerablemente entre los distintos estudios, tomando este dato de acuerdo con el SIPRUNPCD, en Bolivia hay registradas 2,046 personas con Trastorno del Espectro Autista (TEA). Sin embargo, la Red de Padres de Personas con Autismo estima que en el país hay alrededor de 40,000 personas con diagnóstico de autismo.

Podemos observar que el autismo como ya mencione en un comienzo, nos preocupa y ocupa a todos (familias, profesionales y educadores) su aumento desmedido en los últimos 30 años nos pone en un lugar importante para comprender,

cooperar y atender las necesidades de las personas con autismo y sus familias. La Academia Americana de Pediatría (Johnson y Myers, 2007) y la Academia Americana de Neurología (Filipek et al., 1999) han presentado diferentes guías de buenas prácticas para poder lograr la identificación y diagnóstico en la práctica clínica basadas en la evidencia, estos lineamientos proponen diferentes estrategias y métodos de evaluación.

En psicomotricidad nos disponemos en la actualidad de evaluaciones estandarizadas propias para personas dentro de autismo, con lo cual nuestro mayor aliado es el análisis mediante la observación, que dicho sea de paso, es quizás lo más subjetivo que tenemos pero también lo más concreto. Vale decir que una evaluación mediante un test, prueba u otras herramientas estandarizadas son un primer acercamiento, que nos muestra información concreta pero no reemplazan a la observación terapéutica tan utilizada por todas las disciplinas de la salud.

Rodríguez Santos (2011) hace referencia a la variedad de instancias que se deben tener presente para la correcta valoración del desarrollo, poniendo las rutinas del niño, el seguimiento del pediatra, cuestionarios de screening y las evaluaciones neuropsicológicas que suponen una paulatina determinación diagnóstica y de necesidad de intervención.

Para Alvarez Toro (2013) en su libro "Evaluación psicomotriz vivenciada a niños autistas" pone un énfasis en este aspecto, siendo un acercamiento al autismo desde la psicomotricidad y donde expone su trabajo de evaluación desde lo vivencial. En niños

mayores se puede utilizar la batería psicomotora de Da Fonseca (1998), es una herramienta que permite evaluar las habilidades psicomotoras en niños y adolescentes, la cual se ha convertido en una de las pruebas más utilizadas en el ámbito clínico y educativo. Pero también dar mención al enorme aporte de la integración sensorial la cual se refiere a la organización de sensaciones para lograr las conductas adaptativas y aprendizajes, esto permite un buen funcionamiento de los procesos sensoriales del cerebro y todo el cuerpo. En relación al trabajo interdisciplinario y colaborativo con la psicomotricidad. Existen distintas definiciones acerca del autismo esto en algún momento puede generar confusión y debilitar la confianza en un diagnóstico, esta confusión ha sido causada por la falta de un acuerdo mundial, la Organización Mundial de la Salud ha elaborado un sistema de clasificación para alcanzar una denominación correcta de lo que es el autismo la cual se encuentra dentro de la Clasificación Internacional de Enfermedades (CIE- 11), sin embargo el DSM-V proporciona un marco comprensivo para el diagnóstico del TEA, enfatizando la variabilidad de los síntomas y su impacto en el funcionamiento diario de la persona. La clasificación en niveles de apoyo ayuda a personalizar las intervenciones y el tratamiento según las necesidades individuales.

Beneficios de la Psicomotricidad en Niños con TEA

- **Desarrollo Motor** La mejora en la coordinación y las habilidades motoras finas y gruesas es uno de los principales beneficios observados. Varios estudios han demostrado que los programas de psicomotricidad pueden resultar en avances significativos en la motricidad gruesa, facilitando actividades cotidianas como correr, saltar y lanzar.
- **Integración Sensorial** Los niños con TEA frecuentemente presentan dificultades en la integración sensorial. La psicomotricidad ofrece actividades que permiten a los niños experimentar diferentes estímulos sensoriales de manera controlada, ayudando a reducir la ansiedad y mejorar la adaptación a diversos entornos.
- **Habilidades Sociales** La participación en actividades grupales de psicomotricidad fomenta la interacción social. Los niños aprenden a compartir, esperar su turno y comunicarse con sus pares, habilidades esenciales para su desarrollo social.
- **Autoconocimiento y Autoestima** La mejora en las habilidades motoras y la participación en actividades grupales contribuyen a un aumento en la autoestima. Los niños que logran avances en sus capacidades físicas suelen mostrar una mayor autoconfianza y disposición para enfrentar nuevos desafíos.
- **Regulación Emocional** Las actividades psicomotoras permiten a los niños explorar y expresar sus emociones de forma segura. Esto puede resultar en una mejor regulación emocional y una disminución de comportamientos problemáticos asociados al TEA.

3. MÉTODOS Y MATERIALES

En la investigación se implementó la investigación documental o bibliográfica es un método de estudio que implica la recopilación y análisis de información existente a partir de fuentes escritas, las cuales son

revisadas de acuerdo a la temática planteada. Este enfoque se utiliza ampliamente en diversas disciplinas, como las ciencias sociales, la historia, la educación y la literatura, para explorar, comprender y contextualizar un tema específico. La investigación documental es un componente esencial en el proceso de construcción del conocimiento, ya que permite a los investigadores fundamentar sus estudios en un contexto más amplio. Al revisar y sintetizar la literatura existente, se contribuye al avance del conocimiento y se establecen las bases para futuras investigaciones en el campo seleccionado.

4. RESULTADOS

En el autismo se sabe que una intervención oportuna e intensiva mejora el pronóstico, dicha intensidad no está sujeta a la carga horaria o cantidad de terapias o tratamientos que pueda recibir, sino al conocimiento por parte del entorno como ser la familia para estimular el desarrollo de esa persona. En la actualidad hay infinidad de tratamientos para personas con autismo, muchos con aportes y estudios basados en la evidencia científica.

La psicomotricidad aporta en el aprendizaje a las personas con trastorno del espectro autismo, y estos aprendizajes son parte de esa gran caja de herramientas que llevamos todos para resolver la infinidad de problemáticas que nos presenta la sociedad y el contexto en el que nos desenvolvemos, de modo que la psicomotricidad le brinda al sujeto la posibilidad de crear, re-crear y volver a crear diversidad de experiencias que luego va a generalizar en los distintos escenarios que atraviesen a este niño, joven o adulto.

Entendiendo esta lógica de aprendizaje dentro del espectro autismo lo que busca el psicomotricista es brindar a las personas la capacidad de percibir, analizar y dar una respuesta correcta frente a un estímulo concreto. Este proceso muchas veces esta interferido por una mala descodificación del input sensorial, motivo por el cual es necesario el trabajo interdisciplinario o multidisciplinario con profesionales de diversas áreas, los cuales pueden aportar de gran manera el desarrollo de las habilidades de las personas que presentan el trastorno del espectro autista.

Más allá de la coordinación, postura, equilibrio, tono, esquema corporal, organización del cuerpo, entre otras, es importante comprender que el psicomotricista es un eslabón importante en la vida de las personas con autismo, no solo por su capacidad profesional, sino también por el impacto que tiene en el desarrollo de las personas con un diagnóstico de autismo TEA.

Las neurociencias en la actualidad brindan un aporte cada vez más a las ciencias de la salud y la diversidad de disciplinas, mejorando intervenciones y prácticas de los profesionales, brindando evidencias sobre aspectos inexplorados o con baja investigación,

5. DISCUSION

Los niños con autismo TEA a menudo enfrentan diversas dificultades psicomotrices que impactan su desarrollo integral. Estas dificultades incluyen problemas en la coordinación motora, tanto fina como gruesa, lo que puede afectar su capacidad para realizar tareas cotidianas, como escribir, recortar o participar en juegos físicos. Muchos presentan alteraciones

en el tono muscular, con hipotonía o hipertonía que influyen en su equilibrio y postura. Además, las dificultades en la planificación motora y en la percepción sensorial pueden llevar a movimientos descoordinados y a una limitada integración en actividades grupales.

La psicomotricidad, que se centra en la relación entre el cuerpo y la mente, ofrece un enfoque integral para abordar estas dificultades. A través de actividades lúdicas y ejercicios que estimulan la coordinación, el equilibrio y la motricidad, la psicomotricidad ayuda a los niños a mejorar su control motor, aumentar su autoestima y fomentar su autonomía. Estas intervenciones promueven no solo el desarrollo físico, sino también aspectos emocionales y sociales, facilitando la interacción con otros y el aprendizaje de habilidades sociales.

Fonseca (2017) ya establecía que la neuropsicomotricidad en relación al cuerpo, motricidad, cerebro y mente, cuatro campos importante en la psicomotricidad. Entonces desde el concepto de neuropsicomotricidad resulta importante para brindarle al niño, joven y adulto con Trastorno del espectro autista los beneficios del aprendizaje, las experiencias y la creatividad, siempre teniendo presente que cada uno de nosotros necesita un traje hecho a medida, a partir de ello se logra conocer el perfil de cada persona. Este perfil nos ayuda a identificar la manera con la cual aprende mejor, saber el ¿por qué? y ¿para qué? hacemos lo que estamos haciendo y lo más importante, poder organizar un plan de trabajo y tratamiento adaptado a las necesidades y requerimientos de la persona.

Si entendemos entonces como las personas con autismo procesan la información y la calidad de respuesta que emiten, estamos actuando en consecuencia de nuestros objetivos para mejorar la calidad de vida de esa persona. La Psicomotricidad es una disciplina que tiene mucho por aportar al autismo, por este motivo creo necesario poder afianzar el trabajo del psicomotricista en la ciencia, más específicamente en las neurociencias.

6. CONCLUSIÓN

Se concluye que la psicomotricidad se presenta como una intervención valiosa en el contexto del TEA, ofreciendo beneficios significativos en el desarrollo de habilidades motoras, sociales y emocionales. Aunque la investigación en este campo aún está en desarrollo, los estudios existentes sugieren que incorporar la psicomotricidad en los planes de intervención puede mejorar la calidad de vida de los niños con TEA. Futuros estudios longitudinales y ensayos controlados aleatorios son necesarios para fortalecer las evidencias y establecer protocolos más específicos.

La psicomotricidad es una disciplina que en la actualidad está teniendo un impacto cada vez más alto en la inserción de equipos interdisciplinarios y multidisciplinarios tanto en el ámbito de la salud como educativo. También con el surgimiento de las neurociencias, el concepto de Neuropsicomotricidad cobra una relevancia considerando como un avance de calidad del psicomotricista, plasmando un interés por entender los aportes de la ciencia a dicha disciplina y proponiendo al futuro psicomotricista nuevas líneas de investigación que aporten y beneficien el quehacer del profesional en el campo de la psicomotricidad.

En resumen, la identificación y el tratamiento de las dificultades psicomotrices en niños con autismo TEA, son fundamentales para su desarrollo. La psicomotricidad se presenta como una herramienta valiosa que contribuye a mejorar su calidad de vida, permitiéndoles participar más plenamente en su entorno y alcanzar su máximo potencial.

7. BIBLIOGRAFÍA

- Alcalá, G. C., & Ochoa Madrigal, M. G. (2022). Trastorno del espectro autista (TEA). *Revista de la Facultad de Medicina*, 65(1), 7-20. <https://doi.org/10.22201/fm.24484865e.2022.65.1.02>
- Álvarez Toro, L. J. (2013). *Evaluación psicomotriz vivenciada a niños autistas*. Editorial Académica Española.
- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Arlington, VA: Author.
- Ballarini, F. (2015). REC: Por qué recordando lo que recordamos y olvidamos lo que olvidamos. Sudamericana.
- Berruezo, P. P. (1999). El psicomotricista, un profesional para las necesidades especiales. En P. L. Linares & J. M. Arráez (Eds.), *Motricidad y necesidades especiales* (pp. XX-XX). Granada, España. [Nota: Reemplaza "XX-XX" con las páginas específicas del capítulo].
- Calmels, D. (2003). *¿Qué es la psicomotricidad?*. Lumen.
- Fonseca, V. (2017). *Neuropsicomotricidad: Ensayo sobre relaciones cuerpo-motricidad-cerebro-mente*. Cenepre.
- Johnson, C.P. and Myers, S.M. (2007) American Academy of Pediatrics, Council on Children with Disabilities. *Identification and Evaluation of Children with Autism Spectrum Disorders*. *Pediatrics*, 120, 1183-1215. <http://dx.doi.org/10.1542/peds.2007-2361>
- Ruggieri, V., & Cuesta Gómez, J. L. (2017). *Autismo: Cómo intervenir, desde la infancia a la vida adulta*. Paidós.
- Valdez, D., & Ruggieri, V. (2011). *Autismo: Del diagnóstico al tratamiento*. Paidós.
- Rivera Tucta. (2023). El juego como apoyo terapéutico en el desarrollo de habilidades sociales en un niño con trastorno del espectro autista: Estudio de caso. Repositorio de la Universidad Laica Vicente Rocafructe. <https://repositorio.ulvr.edu.ec>
- ALVAREZ TORO, L.J. (2013) "Evaluación psicomotriz vivenciada a niños autistas" España, Ed. Editorial Académica Española.
- BALLARINI, F. (2015) "REC: Por qué recordando lo que recordamos y olvidamos lo que olvidamos", Buenos Aires, Argentina. Ed. Sudamericana.
- BERRUEZO, P.P. (1999c): "El psicomotricista, un profesional para las necesidades especiales" en LINARES, P.L.; ARRÁEZ, J.M., A. (eds.): *Motricidad y necesidades especiales*. Granada, España.
- CALMELS, D. (2003): "¿Qué es la psicomotricidad?", Buenos Aires, Argentina. Ed. Lumen.
- DA FONSECA, V. (2017) "Neuropsicomotricidad, ensayo sobre relaciones cuerpo-motricidad-cerebro-mente" México, Ed. Cenepre.

RUGGIERI, V. & CUESTA GÓMEZ, J.L. (2017): "Autismo: Cómo intervenir, desde la infancia a la vida adulta" Buenos Aires, Argentina. Ed. Paidós.

VALDEZ, D. & RUGGIERI, V. (2011): "Autismo: Del diagnóstico al tratamiento", Buenos Aires, Argentina. Ed. Paidós

Rivera Tucta - 2023 - repositorio.ulvr.edu.ec. El juego como apoyo terapéutico en el desarrollo de

habilidades sociales en un niño con trastorno del espectro autista. Estudio de caso. ulvr.edu.ec

Alcalá, Ochoa Madrigal - Revista de la Facultad de Medicina, 2022 - scielo.org.mx. Trastorno del espectro autista (TEA). scielo.org.mx

Johnson CP, Myer SM. Identification and evaluation of children with autism spectrum disorders. Pediatrics 2007; 120(5): 1183-1215



Dirección UPEA: Av. Sucre s/n. Zona Villa Esperanza
Telf.:/interno 1304
e-mail:institutoparavulcaria@upea.bo