

DIAGNÓSTICO DE LAS ESTRATEGIAS DE GESTIÓN QUE PERMITEN LA PROMOCIÓN DE ACTIVIDAD FÍSICA EN LOS ESCOLARES DE COLEGIOS DEL DISTRITO

Lorena Ramírez Cardona

Fecha de Recepción: 04 de Noviembre de 2011

Fecha de Aceptación: 06 de Diciembre de 2011

RESUMEN

El presente artículo es el resultado de un proyecto de investigación, el cual se enmarca en un estudio de tipo descriptivo, con un método cualitativo. Cuyo objetivo fue establecer un diagnóstico de las estrategias de gestión que permiten la promoción de la actividad física en los escolares de colegios del Distrito. La muestra se presenta en dos (2) fases. La primera fase corresponde a los Referentes de los Colegios (R.C), los cuales fueron 22 colegios distritales quienes participaron en la aplicación del primer instrumento, por tanto 22 docentes y/o coordinadores. La segunda fase son los Representantes de las Instituciones Externas (R.I.), quienes son una (1) universidad, tres (3) hospitales y dos personas (2) de una entidad pública distrital de recreación y deporte, fue un total de 6 personas. Respecto a las conclusiones, se identifican falencias en los parámetros de gestión para la promoción de la actividad física en los escolares para los colegios distritales, en los aspectos de cobertura, pertinencia y cumplimiento.

Palabras clave: Actividad Física, Escolares, Promoción De La Salud.

* Fisioterapeuta, Universidad del Rosario, Especialista Ejercicio Físico para la Salud, Universidad del Rosario, Estagario CELAFISCS Brasil, Magíster en Educación, Universidad Pontificia Universidad Javeriana, Doctoranda Ciencias de la Salud. Fundación H. A. Barceló, Docente Titular Metodología de la Investigación, Docente Maestría Gerontología Clínica, Coordinación Trabajos de Investigación Final, Carrera en Kinesiología y Fisiatría, Fundación de kinesiología, Fundación H. A. Barceló, e-mail: lorenaramirez1218@yahoo.com

DIAGNOSIS MANAGEMENT STRATEGIES TO ALLOW THE PROMOTION OF PHYSICAL ACTIVITY IN SCHOOL DISTRICT SCHOOL

ABSTRACT

This article aims to establish a diagnosis of management strategies that allow the promotion of physical activity in schoolchildren from schools in the District. This article is the result of a research project, which is part of a descriptive study with a qualitative method, the sample is presented in two (2) phases. The first phase corresponds to the Benchmarks for Schools (RC), which were 22 district schools who participated in the implementation of the first instrument, while 22 teachers and / or coordinators. The second phase are the representatives of external institutions (RIE), who are one (1) college, three (3) hospitals and two (2) of a public recreation and sports district, was a total of 6 people. Regarding the findings, identify weaknesses in management settings to promote physical activity in schools to district schools in the areas of coverage, relevance and compliance.

Key words: Physical Activity, Students, Promotion of Health.

INTRODUCCIÓN

Actualmente la existencia y prevalencia de los diferentes factores de riesgo son una de las principales problemáticas en salud, donde se involucra al sedentarismo y sobrepeso causantes de diferentes patologías crónicas no transmisibles. Se encuentran datos en Colombia como el Estudio Nacional de Factores de Riesgo de Enfermedades Crónicas (EN-FREC II) realizado en 1998, en donde muestra que la prevalencia de sedentarismo en adolescentes fue de 20,7%, en consecuencia, la de activo físicamente fue de 79,3%, distribuido en un 50% de irregularmente activos, 19,6% regularmente activos y 9,8% activos. En adultos, la prevalencia de sedentarismo fue de 51,2%; por tanto, la de activos físicamente fue de 48,8% repartidos entre 9,9 activos, 7,7% regularmente activos y 31,2% irregularmente activos.

Por su lado, la Encuesta de la Situación Nutricional en Colombia (ENSIN) 2005 para Bogotá, la cual reporta los siguientes datos que justifica el promover la actividad física en los colegios muestra que la población de 13 a 17 años que cumple con el mínimo de actividad física recomendada (60 minutos 5 días a la semana) es solamente del 25% en los niños y las niñas, el sedentarismo que se muestra está asociado con el tiempo que se dedica a ver televisión y uso de video juegos.

En Bogotá un 70% de los niños(as) entre 5 y 12 años ven televisión durante dos horas o más, al día; cabe resaltar que en la Política Pública de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Bogotá, Distrito Capital 2007-2015 (2007), muestra que la proporción de jóvenes con sobrepeso, equivale a 11,9%, se advierte que por lo menos uno de cada cuatro jóvenes se encuentra mal nutrido, y el porcentaje tiende a incrementarse rápidamente si se considera la participación en la actividad física.

Otro dato relevante en colegios del Distrito Capital, informa que un 5,2% de preescolares con sobrepeso y en 141 colegios del Distrito Capital un 6,5% de escolares con sobrepeso menores a 10 años en el reporte realizado por Salud al Colegio con el diagnóstico nutricional 2006. Estas cifras que giran en torno al sedentarismo y sobrepeso en escolares, muestran que el trabajo realizando por diferentes sectores entorno a estas problemáticas debería fortalecerse.

En esta medida se hace necesario generar procesos de gestión, así como se plantea desde 1981 por la Organización Mundial de la Salud (OMS), proponiendo a estos, como una herramienta de desarrollo y cumplimiento de los objetivos planteados para generar salud para todos. Así mismo, se enmarca en el libro de Procesos de Gestión para el Desarrollo Nacional de la Salud

(OMS, 1981), que los procesos de gestión más que una metodología es un proceso sistemático y permanente para su planeación y la programación, comprendiendo la formulación de políticas y la definición de prioridades con sus respectivos programas, estrategias y/o planes de acción así como la vigilancia y evaluación.

En este sentido, se hace también evidente que existen diferentes planteamientos desde lo legislativo ante estas problemáticas, donde existen diferentes elementos de gestión así como la Ley 100 con su Reforma 1122, el Plan Nacional de Salud Pública o políticas públicas que sostienen actualmente al Distrito Capital como la de Prevención de Enfermedades Crónicas en Bogotá y de Seguridad Alimentaria y Nutricional para Bogotá 2007-2015.

Pero a pesar de estas acciones realizadas se muestran que las problemáticas de sedentarismo siguen acentuándose en la población escolar, por lo cual se hace necesario conocer de las intervenciones realizadas en los colegios del Distrito en torno a la gestión desde la temática de actividad física en los escolares, lo cual permita dimensionar las diferentes acciones en la temática y efecto que ocasionan.

Se plantea conceptualmente que la gestión deportiva surge debido a las deficiencias que presentaban los profesionales encargados de dirigir organizaciones deportivas en cuanto a planificación, organización y control de negocios que se presentan en el mundo deportivo, debido a la gran carencia de datos y conceptos relaciones a los principios básicos de la gestión, deportes, fitness, actividad física y recreación, observando de esta manera su aplicabilidad dependiendo el tipo de aplicación específica.

Según Contreras, Carvajal y Ruiz (1997), antiguamente no se tenía ilustración alguna para dirigir una empresa, negocio u organización con la exactitud que se plasmara en el éxito. Lo que limitaba al personal profesional del ámbito deportivo a encaminar proyectos con éxito. Pero a pesar de esto referencia los principios básicos de gestión (planificación, organización y control) siendo estos necesarios para asegurar la calidad de la organización.

Desde principios del siglo XX se han publicado y desarrollado importantes adelantos en cuanto al concepto y principios de la dirección en negocios mostrando diferentes escuelas de pensamiento, siendo los más importantes: movimiento científico/administrativo, el movimiento relativo al comportamiento y, por último, el movimiento contemporáneo (Minter, 1993, p. 229).

Por su lado Hersey y Blanchard (1982) citados por Parks y Zanger (1993), proponen la gestión de la siguiente manera: trabajar con y por los individuos y grupos para conseguir la realización de las metas propuestas por la organización desarrollando así una mirada a la macro perspectiva y la micro perspectiva del funcionamiento de la organización. Se reconoce en estos procesos de gestión que la planificación estratégica es uno de los elementos fundamentales a tener en cuenta es así que Mestre (2004), la define como una situación de necesidad, diagnóstico de esta situación, evaluación de los recursos disponibles, toma de decisión acerca de las actuaciones a emprender, ejecución además de análisis de resultados; de igual manera, lo anterior está sujeto a las políticas del club o entidad que lleve a cabo el proyecto donde las necesidades son reflejadas como problemas de tipo individuales, sociales y organizacionales. (Cumplimiento, pertinencia y cobertura).

Particularmente existe una necesidad de buscar en el escolar una práctica regular de actividad física para su salud; según Devis, Peiro, Perez, Ballester, Gomar y Sánchez (2000), la salud es logro del elevado nivel de bienestar físico, mental, social y de capacidad de funcionamiento, así como el reducido nivel de enfermedad que permitan los cambiantes y modificables factores políticos, sociales, económicos y medio ambientales en los que vive inmersa la persona y la colectividad.

Por evidencia se conocen los efectos en la salud de un escolar activo describiendo la ayuda a controlar el peso, reducción de grasa corporal, previene o retrasa el desarrollo de presión sanguínea elevada y ayuda a reducir la presión sanguínea en algunos adolescentes con hipertensión, reducción del riesgo

de muerte por enfermedades coronarias y el desarrollo de presión sanguínea elevada, cáncer de colon y diabetes. Así mismo puede ayudar a reducir la presión sanguínea en algunas personas con hipertensión, ayuda a mantener los huesos, músculos y articulaciones sanos, reduce los síntomas de ansiedad y depresión y fomenta mejoras de humor y sentimientos de bienestar. (Washington, 2001).

Estos múltiples beneficios sin embargo se vivencian con un trabajo continuo, para obtener beneficios que se muestran en las diferentes fuentes bibliográficas, así como lo reafirma Barbany (2006): la repetición periódica de una actividad saludable conseguirá que el organismo se adapte mejor a ella, produciendo cambios permanentes y beneficiosos al organismo.

Se aconseja realizar en niños y jóvenes de 5 a 17 años un mínimo de 60 minutos diarios con una intensidad moderada a vigorosa en su mayor parte aeróbica, resaltando que un tiempo superior este tiempo de realización reportara un beneficio aun mayor (OMS 2011 & U.S Departamento Health & Human Service, 2008). Otras recomendaciones entorno a su práctica son el no entrenar la fuerza, se debe intentar realizar una gran diversidad de actividades físicas (favoreciendo la adquisición del esquema corporal y de la coordinación), ejercicios dinámicos de grandes grupos musculares y en los juegos. Además, conviene practicar en distintos medios y entornos naturales. (Washington, 2001).

Dado el desarrollo conceptual de la gestión y actividad física en el escolar donde no se muestra claramente una definición conjunta, por lo cual se pretende tener un acercamiento teniendo como primera referencia la OMS en 1981, identificando la gestión con elementos de planificación, organización, coordinación y control. Por tanto es un proceso sistemático y permanente de planificación y programación. Comprende la *formulación de las políticas en actividad física* y la definición de las prioridades basadas en la situación de sedentarismo en la temática. Incluye la preparación de programas para dar efecto a esas prioridades y necesidades, la *habilitación de créditos o recursos* preferentes para esos programas y

la integración de los diferentes programas en el sistema general de salud. Trata también de la *ejecución de las estrategias* y los *planes de acción*, de los programas, servicios e instituciones que han de ejecutarlos, así como la *vigilancia y evaluación* con miras a *modificar* los planes existentes o a *preparar* otros nuevos. La cual requiere que estos procesos se realicen permanentemente.

MÉTODO

La presente investigación se enmarca en un estudio de tipo descriptivo, para lo cual se utilizó un método cualitativo. Se creó y aplicó una encuesta con categorías que correspondían a algunos elementos de la gestión. Estas fueron la pertinencia, cobertura y cumplimiento. Se desarrollaron preguntas cerradas utilizando la escala de likert, tomando como indicadores: Totalmente de Acuerdo (T.A), De acuerdo (D.A), Ni de Acuerdo Ni en Desacuerdo (N.A.N.D), En Desacuerdo (E.D), Totalmente en Desacuerdo (T.D).

La muestra fue no probabilística tipo causal; su diligenciamiento fue en forma presencial, presentando una primera fase en la cual se tuvo acercamiento a colegios distritales y específicamente a docentes o coordinadores (Referentes de los Colegios R.C.). Una segunda fase, a las personas que trabajaban en las instituciones que permiten para la promoción de la actividad física de los escolares (Representantes de las Instituciones R.I), estas instituciones fueron identificados con una pregunta realizada en la primera fase.

Finalmente la muestra en la primera fase (Referentes de los Colegios R.C) fue de 22 colegios distritales quienes participaron en la aplicación del primer instrumento por tanto 22 docentes o coordinadores. En la segunda fase (Representantes de las Instituciones R.I): 1 universidad, 3 hospitales y 2 personas de una entidad pública distrital de recreación y deporte para un total de 6 personas.

RESULTADOS

A continuación se presentan los datos más relevantes del análisis de datos.

1. Fase: Colegios Distritales:

Un 41% (9) de los encuestados plantean que las acciones no son suficientes para los escolares equivalente a 9 personas, el 32% (7) plantea estar En Desacuerdo; ante la suficiencia de las actividades para mantener la salud de los escolares, un 41%(9) respondió En Desacuerdo y el 32% (7) Totalmente en Desacuerdo.

Ante si los espacios físicos y su pertinencia se encontró que un 41%(9) estar De Acuerdo, por su parte un 32% (7) muestran estar en Total Desacuerdo; el tiempo y su pertinencia de las actividades en Totalmente en Desacuerdo se encuentra un 36%(8), un 27% (6) respondieron Ni Acuerdo Ni en Desacuerdo; La frecuencia con la que se programan las actividades un 36%(8) respondieron Totalmente en Desacuerdo, el 23%(5) en Desacuerdo.

En cuanto a la suficiencia del talento humano que realiza las actividades se encontró con un 32% (7) calificaron estar En Desacuerdo y esta misma cantidad hizo referencia a Totalmente Desacuerdo; A la pregunta el talento humano que realiza las actividades es idóneo se encontró un 23% (5) respondieron Totalmente en Desacuerdo, 23% (5) en Desacuerdo y Ni de Acuerdo ni es Desacuerdo.

Refiriéndose a los materiales son adecuados, los dos criterios obtuvieron un igual porcentaje en las opciones de respuesta Totalmente en Desacuerdo y en Desacuerdo con un 32% (7); En cuanto al estado de los materiales utilizados en las actividades es el adecuado, se encontró un 36% (8) están Totalmente en Desacuerdo, un 27% (6) en Desacuerdo.

Por su lado, un 45%(10) referencian estar en De Acuerdo con la pertinencia de las actividades, un 18%(4) están Totalmente en Desacuerdo; Finalmente el cumplimiento de los acuerdos estipulados con las entidades la repuesta a esta pregunta estuvieron compartidas entre los parámetros Totalmente en Desacuerdo, En Desacuerdo, Ni Acuerdo Ni Desacuerdo, De Acuerdo con un 23%(5) por criterio.

2. Fase: Personas de instituciones externas que permiten la promoción de actividad.

Ante la suficiencia de las actividades un 47% (4) respondió estar En Desacuerdo y 33% (2) expresan está Totalmente en Desacuerdo, por tanto no existe una suficiencia de las actividades ofrecidas; por su parte un 83%(5) están En Desacuerdo y un 17%(1) están Total Desacuerdo con la suficiencia de las actividades para mantener la salud de los escolares.

Respecto a si los espacios físicos y su pertinencia se encontró en las opciones de respuesta Totalmente de Acuerdo y En Desacuerdo en cada una un 33% (2) y un 17% (1) Ni en Acuerdo Ni en Desacuerdo y Totalmente en Desacuerdo 17% (1); En cuanto a los tiempos y pertinencia se encuentran compartidos las perspectivas ya que un 33% (2) manifiestan estar en Total Desacuerdo, este mismo porcentaje plantea estar En Desacuerdo, por su parte un 17% (1) manifiesta estar De acuerdo, así mismo este mismo porcentaje plantea estar Totalmente de Acuerdo; Respecto a la frecuencia de la programación de actividades se encuentra que un 67% (4) están En Desacuerdo, por su 17% (1) están en Total Desacuerdo. Contradictoriamente un 17% manifiesta estar Totalmente de Acuerdo.

A la pregunta dirigida a la suficiencia del talento humano que realiza las acciones en los escolares para la realización de la actividad física, un 33% (2) Total Desacuerdo, 33% en De acuerdo y 33% Ni acuerdo ni en desacuerdo; En cuanto a la idoneidad del talento humano se encuentra que un 50% (3) están totalmente de acuerdo y 33% (2) En Desacuerdo.

Al referirse a los materiales si estos son adecuados se encontró en las categorías De Acuerdo y Totalmente de Acuerdo con un porcentaje en cada uno de 33% (2) y un 17% (1) a Totalmente de Acuerdo; En cuanto al estado de los materiales se muestra en igual proporción a las opciones de respuesta De Acuerdo y Totalmente de De acuerdo con un porcentaje cada uno de 33% (2).

En la pertinencia de las actividades para los escolares el porcentaje mayor a Totalmente Deacuerdo con un 67% (4), seguida por Ni en Acuerdo Ni Desacuerdo y En Desacuerdo cada una con 17% al referirse al cumplimiento en general se muestra un mayor porcentaje en Ni Acuerdo Ni en Desacuerdo 50% (3), seguido por un 33% (2) en la categoría De Acuerdo y un 17% a Totalmente en Desacuerdo.

DISCUSIÓN

La temática de actividad física es hoy en día un área de investigación en salud por su importancia para beneficio en los diferentes ciclos vitales entre ellos los que corresponden en la etapa escolar, uno de los aspectos a reconocer son los procesos de gestión que se desarrollan para su dinamización y particularmente en la población como estrategia de promoción de la salud, para así dar respuesta a los problemática de factores de riesgo otras problemáticas existentes en el este campo.

En esta medida, se encuentra que la gestión involucra diversos elementos de mucha diversidad y amplitud los cuales deben ser tenidos en cuenta como cobertura, eficiencia, pertinencia entre otros, que se articulan con la temática de actividad física y su dinámica de acción.

En la gestión de la actividad de física el cubrimiento de las acciones se hace un indicador a medir encontrando para esta investigación que tanto para los Referentes de los Colegios (R.C), como las personas Representantes de alguna Institución (R.I) siendo estas últimas identificadas como las que fortalecen las acciones de realización de actividad física en los escolares, que no existe una totalidad de cubrimiento escolar en las instituciones.

Se referencia actualmente de los múltiples beneficios de la actividad física con su realización en la infancia trayendo beneficios físicos, mentales y sociales para la salud (Ministerio de Educación y Ciencia, España, 2006). Por tanto se hace pertinente conocer la percepción de la suficiencia de las actividades para la salud donde parámetros como intensidad,

frecuencia y duración están inmersos dentro de sus recomendaciones. Encontrando en forma general que los criterios se mantuvieron en T.D y E.D en las dos muestras, identificando así una falencia.

De igual forma, se enmarca que la práctica de actividad física de los escolares se requiere de diferentes elementos para su operacionalización como recurso humano, materiales y espacios que confluyen para el éxito con miras a la calidad y así mismo de los objetivos planteados. Aunque se hace necesario aclarar que la calidad es percibida como un total, así como lo referencia Juran y Gryna (1995), descrito como el uso dado a un producto y del nivel de satisfacción. Es la totalidad de las características de una entidad. Encontrando para estos elementos de operativización que ante los recurso humano, materiales y espacios los criterios de satisfacción T.A y D.A no superan un porcentaje mayor al 50%.

Refiriéndose a estos resultados, se muestra la necesidad de intensificar los proceso de control como lo manifiestan Contreras, (1997); Parks y Zarger, (1993) siendo un elemento dentro de la gestión que permite ser el punto de partida para nuevas ideas de gestión, así como procesos de reestructuración y/o cambio con un mayor eficacia. El encontrar en forma general insatisfacción de las tanto de los docentes o coordinadores como los referentes de las instituciones invita a seguir trabajando en torno a esta temática que puede ser una aspecto que mejore el impacto a la población escolar y por ente la salud de esta población.

CONCLUSIONES

Se identifica una falencia en los parámetros de gestión para la promoción de la actividad física en los escolares para los colegios distritales, en aspectos cobertura, pertinencia y cumplimiento, por lo cual se sugiere aumentar la tasa de respuesta ante la satisfacción de los procesos y actividades realizadas, no solo por las personas que reciben la intervención sino también por las personas que desarrollan y ejecutan las actividades.

Reconociendo la pertinencia de trabajar en las fallencias detectadas, se hace necesario plantear nuevos procesos de evaluación y reestructuración de los procesos realizados en esta temática, para así mejorar su accionar en la población escolar siguiendo las recomendaciones a nivel mundial con miras a reducir a futuro el desarrollo Enfermedades Crónicas no Transmisibles, así mismo con la visión de las adherencia a estas actividades donde el recurso humano, materiales entre otros elementos podrían ser elementos influyentes para el cumplimiento de este objetivo.

Finalmente, se hace necesario que vuelva la cultura investigativa a los colegios, donde ellos se sientan cómodos con dichos procesos y sean vistos como un beneficio a futuro para la mejora de la escuela, evitando así la presencia de barreras para estos procesos desde su planteamiento como su dinamización los cuales fueron vivenciados en esta investigación. Así mismo se realiza un llamado a seguir con los procesos investigativos en gestión de la actividad física que podrían permitir establecer diálogos con entidades involucradas en la temática con fines de mejora en su accionar.

REFERENCIAS

- Barbany, J. (2006). Fundamentos de Fisiología del Ejercicio y del Entrenamiento. Barcanova, Barcelona.
- Contreras, E., Carvajal, H. y Ruiz, G. (1997). *Gestión, organización y legislación deportiva*. Universidad de Pamplona.
- Devis, J., Peiró, C., Pérez, V., Ballester, E., Gomar, M. y Sanchez, R. (2000). *Actividad física, deporte y salud*. INDE publicaciones. Barcelona, España
- El Consejo Europeo de Información sobre la Alimentación <http://www.eufic.org/article/es/page/BARCHIVE/expid/basics-actividad-fisica/>
- Juran, J. y Gryna, F. (1995). *Análisis y Planeación de la Calidad* - 3a. Ed. McGraw Hill. USA.
- Ministerio de Educación y Cultura Secretaría General de Educación, *actividad física y salud*, recuperado 18/05/09 de http://www.educared.pe/startDownload.asp?File=F:%5Cweb%5Ceducared%5Cmodulo%5Cupload%5Cguia_para_padres_actividad_fisica_beneficiosa_para_la_salud.pdf&Name=guia_para_padres_actividad_fisica_beneficiosa_para_la_salud.pdf&Size=2477349. Marín Álvarez hermanos
- Ministerio de protección social y col deportes, *guía para el desarrollo de programas intersectoriales y comunitarios para la promoción de la actividad física*, recuperado 18/05/09 de <http://www.minproteccion-social.gov.co/vBeContent/library/documents/DocNewsNo15136DocumentNo1907.PDF>
- Mestre, J. y García, E. (1999). *La gestión del deporte municipal*. 2da edición. Editorial INDE Publicaciones. España.
- Mestre, J. (2004). *Estrategias de gestión deportiva local*. 1era edición. Editorial INDE Publicaciones. España.
- Organización Mundial de la Salud (2011). *Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud*.
- Parks, J. y Zanger, B. (1993). *Gestión deportiva*. Editorial ediciones Martínez Roca S.A. España.
- U. S. Department of Health and Human Services. *Physical Activity and Health: Surgeon General's Report*. Atlanta, GA: U. S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention. National Center for Chronic Disease Prevention and Health Promotion; 1996. p 20.
- U. S. Department of Health and Human Services. *Physical Activity and Health: Surgeon General's Report*. Atlanta, GA: U. S. Department of Health and Human Services, Centers for Disease Control and Prevention. Chapter 3: Active Children and Adolescent.
- Washington, R. (2001). Organized sports for children and preadolescents. *Pediatrics*, 107, 6, 1459-62.