



# AMEXCO

Revista Electrónica Educativa

Año 2022  
Núm. 6 (Septiembre-Diciembre)

## **Imagen de portada**

Clase de educación física de la profesora Diana Carolina López Figueroa. Sonora, México.

**AMEXCO Revista Electrónica Educativa. Año 2022, No. 6, septiembre-diciembre, es una publicación cuatrimestral editada por la Comisión Nacional de Investigación y Proyectos Innovadores de la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C. Calle Aurelio Breceda #160, Col. Nuevo Paseo, San Luis Potosí, S.L.P., C.P. 78328. Tel. 44-43-11-86-85, sitio web <https://revistaamexco.com.mx/index.php/ojs> Editor responsable: Guadalupe del Rosario Martínez Aguilera. Reserva de Derechos al Uso Exclusivo No. 04-2021-033012230000-102, e-ISSN (en trámite); ambos otorgados por el Instituto Nacional del Derecho de Autor. Fecha de última modificación 31 de diciembre del 2022. Las opiniones expresadas por los autores no necesariamente reflejan la postura del editor de la publicación. La reproducción total y parcial de los contenidos e imágenes puede realizarse siempre y cuando se cite la fuente original.**



## DIRECTORIO

### **HORACIO GARCÍA MATA**

Presidente de la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C.  
lachomata75@gmail.com

### **FELIPE DE JESÚS BELTRÁN PÉREZ**

Delegado Nacional de la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C.  
master.felbel@gmail.com

### **JOSÉ ANTONIO PREZA REYES**

Delegado Nacional Adjunto  
lefpreza399@gmail.com

### **EDUARDO QUIROZ SANDOVAL**

Secretario  
eduardoquirozsandoval@gmail.com

### **MARGARITA CHARLES FACUNDO**

Tesorería  
soyamexco@gmail.com

## EQUIPO EDITORIAL

### **GUADALUPE DEL ROSARIO MARTÍNEZ AGUILERA**

Director. Editor responsable.  
maguilera\_gpe@hotmail.com

### **ARCELIA MALENI FERNÁNDEZ VELÁZQUEZ**

Subdirectora  
maleni930210@hotmail.com

### **JESÚS RAFAEL VALDEZ CABRERA**

Secretario  
santirafa2014@hotmail.com

### **NAYELI GARCÍA CASTILLO**

Traducción  
ngc42@hotmail.com

## **ASISTENTES EDITORIALES**

**GERARDO ANTONIO DELGADILLO OLIVEROS**

[mtroantoniodelgadillo\\_ef@hotmail.com](mailto:mtroantoniodelgadillo_ef@hotmail.com)

**RUTH SARAÍ ROCHA GALVÁN**

[sarai.galvan97@hotmail.com](mailto:sarai.galvan97@hotmail.com)

**LUCERO GUTIÉRREZ GLORIA**

[luggloria@outlook.com](mailto:luggloria@outlook.com)

**LUIS FERNANDO CASTILLO REYES**

[lfc.02@outlook.com](mailto:lfc.02@outlook.com)

## **COMITÉ DE DICTAMINACIÓN**

**HORACIO GARCÍA MATA**

Universidad La Salle, Universidad Autónoma de Tamaulipas

[lachomata75@gmail.com](mailto:lachomata75@gmail.com)

**RAYMUNDO MURRIETA ORTEGA**

Benemérito Instituto Normal del Estado de Puebla

[murrieta.ortega.r@bine.mx](mailto:murrieta.ortega.r@bine.mx)

**JAVIER ARTURO HALL LÓPEZ**

Universidad Autónoma de Baja California

[javierhall@uabc.edu.mx](mailto:javierhall@uabc.edu.mx)

**PAULINA YESICA OCHOA MARTÍNEZ**

Universidad Autónoma de Baja California

[pochoa@uabc.edu.mx](mailto:pochoa@uabc.edu.mx)

**DIDIER ENRIQUE DELGADO MARTÍNEZ**

Secretaría de Educación Quintana Roo

[didier.delgado13@gmail.com](mailto:didier.delgado13@gmail.com)

**CIRIA MARGARITA SALAZAR C.**

Universidad de Colima

[ciria6@ucol.mx](mailto:ciria6@ucol.mx)

**DAVID IGNACIO ROJAS ESCÁRREGA**

Universidad Autónoma de Occidente, Sinaloa

[arqdaavidrojasescarrega@gmail.com](mailto:arqdaavidrojasescarrega@gmail.com)

**FELIPE DE JESÚS BELTRÁN PÉREZ**

Secretaría de Educación San Luis Potosí

[master.felbel@gmail.com](mailto:master.felbel@gmail.com)

**JESÚS FELIPE GONZÁLEZ ORTIZ**

Secretaría de Educación Coahuila

[feloentrenador@outlook.com](mailto:feloentrenador@outlook.com)

**JESÚS RAFAEL VALDEZ CABRERA**

Secretaría de Educación San Luis Potosí  
santirafa2014@hotmail.com

**MANUEL OCTAVIO LÓPEZ CAMACHO**

Universidad Autónoma de Occidente, Sinaloa  
tayo\_080386@hotmail.com

**FERNANDO ALFREDO MORALES DÍAZ**

Secretaría de Educación y Cultura Sonora  
didacticaefamexco@gmail.com

**JONATHAN MICHELLE CUNDAPI HERRERA**

Secretaría de Educación Chiapas  
jcundapi01@hotmail.com

**HOMERO SUÁREZ AVILÉS**

Escuela Normal de Educación Física de Morelia  
delfinrojo33@yahoo.com.mx

**SYBIL GONZÁLEZ TREVIÑO**

Benemérita y Centenaria Escuela Normal del Estado de San Luis Potosí  
sgonzales@beceneslp.edu.mx

**DIEGO ARMANDO LLANAS ÁVILA**

Secretaría de Educación de Nuevo León  
diegollanas26@gmail.com

**JOSÉ ANTONIO PREZA REYES**

Secretaría de Educación Veracruz  
lefpreza399@gmail.com

**ARTURO GUERRERO SOTO**

Secretaría de Educación de Baja California  
jesusguerreros@edubc.mx

**VIRIDIANA GUADALUPE GUTIÉRREZ CARVAJAL**

Secretaría de Educación de Guerrero  
viri.08.taz@gmail.com

**FRANCISCO MARTÍN DE LOS SANTOS PALACIOS**

Asociación Mexicana de Corporeidad A.C.  
fco.martindelossantos@gmail.com

**JOSÉ FRANCISCO MORA NUÑEZ**

Universidad del Atlántico, Colombia  
orientadorjosefrancisco21@gmail.com



# Contenido

<b>Presentación</b>	<b>9</b>
<b>Prólogo</b>	<b>11</b>
<b>Por: Felipe de Jesús Beltrán Pérez</b>	
<b>1. El juego cooperativo para combatir la violencia en educación física / Por: Diana Carolina López Figueroa</b>	<b>15</b>
<b>2. Ambientes de aprendizaje: una propuesta del docente de educación física ante la falta de una política educativa integradora en el Sistema Educativo Mexicano / Por: Daruin Emir Acevedo Alcocer</b>	<b>29</b>
<b>3. TOBY: proyecto de intervención que favorece la disminución de la obesidad en escuelas de educación básica / Por: Miguel Ángel Rendón Guillermo</b>	<b>47</b>





# Presentación

*AMEXCO Revista Electrónica Educativa* es una iniciativa creada con la misión de fortalecer y promover la difusión de las experiencias de investigación básica y didáctica de todos los profesores que buscan un espacio para dar a conocer sus manuscritos, creando a su vez una comunidad de diálogo, de intercambio multidisciplinario y retroalimentación que permite seguir mejorando sus competencias y habilidades en la investigación educativa.

Este proyecto surge desde la Comisión de Investigación y Proyectos Innovadores de la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C. con la motivación de apoyar a los profesores por medio de una experiencia formativa que le permita iniciarse en este camino de la divulgación de la investigación científica acogiendo sus anhelos por compartir y aportar significativamente sus conocimientos para mejorar la práctica docente en distintos niveles y áreas del ámbito educativo.

Esperamos que encuentren en este espacio respuestas a sus interrogantes y la inquietud por seguir haciendo preguntas. Los invitamos a publicar, a colaborar en el comité científico y sumar esfuerzos para seguir avanzando en la meta y desafío por construir una cultura de investigación en el magisterio, pues solo al andar se hace el camino.

**Mtra. Guadalupe del Rosario Martínez Aguilera**

**Directora. Editor responsable.**

*AMEXCO Revista Electrónica Educativa*



# Prólogo

La educación es uno de los pilares fundamentales de cualquier sociedad. A través de ella, las personas adquieren conocimientos, habilidades y valores que les permiten desenvolverse de manera efectiva en su entorno, contribuir al desarrollo de su comunidad y realizarse como individuos.

Así pues, estamos en vías de que la educación se base en un enfoque integral, que tome en cuenta no solo conocimientos académicos, sino también habilidades sociales y emocionales, así como intereses y necesidades particulares para que los ciudadanos puedan entonces, resolver problemas y tomar decisiones informadas ante los cambios y desafíos que presenta la vida.

*AMEXCO Revista Electrónica Educativa*, en este su número 6, ofrece una apreciación sobre cómo favorecer los aprendizajes, hábitos y conductas en los estudiantes, propiciando que sean ciudadanos responsables y comprometidos con su comunidad a partir del cuidado de su propia imagen y valorando los escenarios donde han de desenvolverse.

En el artículo de intervención “El juego cooperativo para combatir la violencia en educación física”, Diana Carolina López Figueroa, describe la evolución de un grupo de tercer grado de educación primaria en cuanto a la percepción de la violencia antes y después de un proceso de sensibilización mediante el trabajo cooperativo en Educación Física, proponiendo que, para que el juego cooperativo tenga éxito, es necesario que se establezcan vínculos afectivos previos entre los integrantes del grupo.

En el ensayo “Ambientes de aprendizaje: una propuesta del docente de educación física ante la falta de una política educativa integradora en el Sistema Educativo Mexicano”, Daruin Emir Acevedo Alcocer, plantea

cómo la educación física es fundamental en la formación integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes, y está reconocida en los planes y programas educativos, así como en tratados internacionales. Sin embargo, las políticas educativas no siempre abonan a la situación específica de cada contexto educativo, mostrando para el efecto, cómo el ambiente de aprendizaje puede ser una herramienta valiosa en el desarrollo integral de los estudiantes, destacando sus ventajas, características y requisitos para su implementación.

Por su parte, el autor Miguel Ángel Rendón Guillermo en su artículo “TOBY: proyecto de intervención que favorece la disminución de la obesidad en escuelas de educación básica”, sensibiliza sobre la relevancia en materia de prevención y mantenimiento de un estilo de vida saludable, destacando que los padres y otros cuidadores ejercen una gran influencia sobre los patrones de dieta y ejercicio, especialmente cuando los niños son pequeños, por lo que, es importante para ellos comprender los riesgos de salud que esto conlleva, así como las estrategias de prevención para generar cambios básicos de estilo de vida, como lo son patrones de alimentación y actividad física.

*AMEXCO Revista Electrónica Educativa* reconoce y agradece el interés de quienes contribuyen para que este proyecto se mantenga en crecimiento permanente, sin duda alguna las buenas voluntades y profesionalismo irán consolidando este esfuerzo conjunto por contribuir al desarrollo de la investigación en México. A nombre de la estructura nacional de la Asociación Mexicana de Corporeidad AC, me permito reiterar: “seamos todos líderes y no paremos de compartir, es esa la riqueza del conocimiento”

**Felipe de Jesús Beltrán Pérez**  
**Docente en la Secretaría de Educación de San Luis Potosí**  
**Delegado Nacional de la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C**





# El juego cooperativo para combatir la violencia en educación física

<sup>1</sup> López Figueroa, Diana Carolina

Secretaría de Educación Sonora, México  
diana\_lopez\_18@hotmail.com

## Resumen

El trabajo da cuenta de los resultados obtenidos de una intervención en el que se buscó reconocer la percepción de la población referente a cuestiones de maltrato y/o violencia dentro del centro escolar y es a través de este que se presenta la descripción analítica de los resultados obtenidos, para lo cual se determinó la muestra de estudio considerando a aquellos que actualmente cursan el tercer grado en la escuela primaria María de la Luz Márquez ubicada en Pueblo Yaqui, Cajeme. La recopilación de avances se reflejó a través de tres insumos; rubrica de observación, encuesta de sondeo y cuestionario de satisfacción, con los cuales se resalta el impacto de atender de manera pertinente las necesidades de formación de los estudiantes desde una perspectiva de sensibilización para romper las relaciones que generan violencia.

**Palabras Clave:** Juegos cooperativos, maltrato, resolución de conflictos, violencia.

## Abstract

The work gives an account of the results obtained from an intervention in which it was sought to recognize the perception of the population regarding issues of abuse and / or violence within the school center and it is through this that the analytical description of the results is presented. obtained, for which the study sample was determined considering those who are currently in third grade at the María de la Luz Márquez elementary school located in Pueblo Yaqui, Cajeme. The compilation of advances was reflected through three inputs; observation rubric, poll survey and satisfaction questionnaire, with which the impact of attending to the training needs of students in a pertinent manner is highlighted from an awareness perspective to break the relationships that generate violence.

**Keys Words:** Cooperative games, abuse, conflicto resolution, violence.

## I. Introducción

En la Educación Básica Obligatoria, en el Plan y Programas de Estudio Aprendizajes Clave para la Educación Integral (SEP, 2017) establece que la estructura y contenidos curriculares deben estar vinculados desde un enfoque humanista. Dentro de los once ámbitos

que componen el perfil de egreso de la Educación Obligatoria se encuentran el desarrollo del pensamiento crítico y solución de problemas, colaboración y trabajo en equipo; habilidades y principios, para que los alumnos logren desenvolverse y convivir en la vida en sociedad.

De acuerdo a Delors (1996) la Educación Integral se estructura en cuatro pilares del conocimiento: Aprender a conocer, aprender a hacer, aprender a vivir juntos y aprender a ser persona. Por su parte, en Educación Física integramos estos cuatro pilares en contenidos didácticos: conceptual, procedimental y actitudinal. Dicho esto, vincular en los alumnos el “saber, hacer y sentir” es primordial para una educación armónica en valores y a su vez para la paz. Comenzar desde un proceso de autoconocimiento, pasando por la sensibilización confianza y empatía hasta tener como resultado un juego rico en valores, libre de violencia.

Desde este tenor es hiperactivo cuestionarse ¿De qué manera atender y lograr la resolución de conflictos desde la sesión de Educación Física?

Cabe resaltar la importancia de responder a las necesidades y características del contexto en el que se desenvuelve nuestra labor, recobrar el interés y el sentido para que los alumnos aprendan desde una sana convivencia en condiciones de igualdad para que, se realicen plenamente y participen activa, creativa y responsablemente. En ese sentido, este trabajo tiene como propósito describir la evolución de un grupo de tercer grado de educación primaria en cuanto a la percepción que tienen acerca de la violencia antes y después de un proceso de sensibilización mediante el trabajo cooperativo.

## **II. Referentes teóricos**

Si bien, el juego cooperativo es seleccionado como la principal herramienta didáctica para este trabajo de intervención, es relevante mencionar que para la SEP (2017) señala la importancia del juego como vehículo importante para el aprendizaje de los alumnos, ya que a través de este “los niños aprenden a escuchar, comprender y comunicarse con claridad; en relación con la convivencia social, aprenden a trabajar de forma colaborativa para conseguir lo que se proponen y a regular sus emociones” (SEP, 2017, p. 71 ). Sin embargo, en ocasiones los diferentes enfoques del juego como los de competición, por ejemplo, tienden a generar o reforzar situaciones de rivalidad que afectan directamente la confianza y comunicación del grupo y a su vez desvalorizan el matiz de garantizar la participación de todos los integrantes. Por su parte, respecto a los juegos cooperativos:



“Pueden definirse como aquel en los que los jugadores dan y reciben ayuda para contribuir a alcanzar objetivos comunes. Por ello se considera al juego cooperativo una actividad liberadora de la competición, de la eliminación y libre de crear sus propias reglas” (SEP, 2009 p. 265).

Desde este enfoque el juego se convierte en una actividad inclusiva, todos los participantes adquieren un sentido de victoria y no de derrota, nadie pierde, por tanto, nadie sale del juego y tampoco nadie se convierte en observador, desarrolla la autoconfianza y genera entre los jugadores un sentido de unidad donde el éxito es compartido.

Sin embargo, para que el juego cooperativo tenga un verdadero impacto es necesario que este sea totalmente voluntario, es decir, que el alumno decida por cuenta propia que desea participar, para ello, un punto clave es tratar el tema de la diversidad. “En el aula el trabajo cooperativo debe estar enfocado al desarrollo de las capacidades y talentos diversos; cada alumna o alumno, a su modo, puede contribuir a lograr la meta común” (CDHDF, 2007, p. 69).

Cascón y Martín (1995) sugieren un proceso de evolución del grupo previo a la aplicación de juegos de resolución de conflictos; en otro sentido, es necesario que primero todos los integrantes establezcan vínculos afectivos (conocer gustos, pasatiempos, etc.), sin esta base el grupo no puede avanzar a realizar actividades de confianza ya que muy lejos de beneficiar, pudiera ser contraproducentes, generar susceptibilidad, desconfianza e inseguridad entre los mismos.

Dicho esto, los autores sugieren que los juegos cooperativos pueden darse en el siguiente orden:

1. Se tiene el primer acercamiento y contacto. La finalidad es aprenderse los nombres y características mínimas. – Juegos de presentación
2. El grupo debe conocerse entre sí y cada participante a su vez debe auto-conocerse, se intenta ir creando un ambiente positivo. - Juegos de conocimiento.
3. Hacer conscientes las propias limitaciones, facilitar el reconocimiento de las propias necesidades y poderlas expresar de forma verbal y no verbal potenciando la aceptación de todos. – Juegos de afirmación.

4. Realizar ejercicios físicos para probar y estimular la confianza en uno/a mismo/a y en el grupo. Construir la confianza en el grupo los prepara para un trabajo en común. – Juegos de confianza.
5. Favorecer la escucha activa en la comunicación verbal y estimular la comunicación no verbal (gestual, contacto físico, mirada, etc.) – Juegos de comunicación.
6. Disminuir la competición, tratar de que todos/as participen, no hacer de la exclusión/discriminación el punto central del juego. –Juegos de cooperación.
7. Dar el espacio para aprender a describir conflictos, reconocer sus causas y sus diferentes niveles e interacciones, buscar posibles soluciones. – Juegos de resolución de conflictos.
8. Romper situaciones de monotonía o tensión, rompe hielo, liberar energía, hacer reír, estimular el movimiento. – Juegos de distensión.

Es importante destacar que no existe una regla específica para que dicho orden de desarrollo lúdico deba aplicarse tal cual, dado que cada grupo presenta características y necesidades diferentes, la propia interacción y experiencia con los involucrados permitirá al docente saber que actividades son pertinentes o no para los niños y a su vez de qué manera va evolucionando el ambiente laboral entre ellos.

### **III. Metodología**

La presente investigación es un estudio de caso mediante el método de investigación acción, donde la población de estudio fue sometida a una serie de actividades observándose el desarrollo del impacto de estas en los individuos mediante un insumo de escala cualitativa aplicada al inicio y al final del estudio y dos instrumentos en escala cuantitativa para medir la percepción de la población de estudio, los resultados son presentados por medio de un análisis descriptivo; elementos que permitieron reconocer el proceso de desarrollo de la población del muestreo y en qué medida fueron capaces de poder o no enfrentarse a la resolución efectiva de conflictos.

Se utilizó como estrategia didáctica *Juegos Cooperativos* en un tiempo aproximado de 2 meses (8 sesiones), los resultados señalados en este documento aún no son definitivos

puesto que el grupo aun continua en proceso de avance y solo se presentan las evoluciones obtenidas.

### Tamaño de la Muestra

En esta intervención, la muestra se conformó por un grupo de alumnos que oscilan entre las edades de 7 y 8 años que cursan el tercer año de educación primaria durante el Ciclo Escolar 2019-2020 en la Escuela Primaria María de la Luz Márquez ubicada en Pueblo Yaqui, Cajeme, en el Estado de Sonora.

Tabla 1. Estadística de alumnos atendidos (elaboración propia)

GRUPO	N° HOMBRES	N° MUJERES	TOTAL
3A	10	14	24
3B	12	12	24
TOTAL	22	26	

El desarrollo de la intervención se distribuyó en ocho sesiones de 50 minutos con las siguientes actividades (véase Cascón y Martín 1995 para conocer el desarrollo y características de las actividades). En las sesiones 1 y 2 (juegos de presentación y conocimiento) se abordó el primer contacto con el grupo, conocer el nombre y algunos datos básicos de los integrantes del grupo; en las sesiones 3 y 4 (juegos de afirmación) se dió apertura a reconocer las propias necesidades y poder expresarlas; en las sesiones 5 y 6 (juegos de confianza y comunicación) creación de un clima favorable para el desarrollo de la comunicación verbal y escucha activa; y finalmente en las sesiones 7 y 8 (juegos cooperativos y resolución de conflictos) desarrollo en la capacidad de compartir bajo el esquema en el que los conflictos no es algo a evitar, sino a resolver de forma creativa.

Tabla 2. Desarrollo de la secuencia aplicada con el tipo de actividades desarrolladas  
(Elaboración propia)

<b>Momento de aplicación</b>	<b>Categoría</b>	<b>N° Ficha/Nombre De La Actividad</b>
Sesión 1 y 2	Juegos de presentación y conocimiento.	003/ Estoy sentado/a y amo muy en secreto... 005/ Me pica aquí. 006/ El nombre que te alcanzo 007/ Juego de los nombres 1.01/ Entrevistas mutuas
Sesión 3 y 4	Juegos de afirmación.	2.04/ Abrazos cooperativos musicales 2.06/ Lavacoches 2.10/ Sentir en el suelo 2.12/ La Espiral 2.13/ Afecto no verbal
Sesión 5 y 6	Juegos de confianza y comunicación.	3.03/ Elefantes 4.03/ A la escucha 4.08/ El zoológico 4.13/ Fila de cumpleaños 4.14/ Barómetro de valores
Sesión 7 y 8	Juegos cooperativos y resolución de conflictos.	5.01/ Rompecabezas colectivo 5.02/ Pintura alternativa 5.06/ Aros musicales cooperativos 5.16/ Hagamos juntos números, formas y letras. 6.09/ La dinámica de los cubos.

## Instrumentos de evaluación

- Rubrica

Se aplicó rubrica de observación al inicio de la investigación a través de la actividad “Fotos conflictivas/ficha 6.05” (Cascón, 1995, p. 116) para conocer el nivel en el que se encontraban los grupos en tema de resolución de conflictos (ver tabla 4). Al finalizar el bimestre se aplicó nuevamente la rúbrica en cada una de las categorías de juegos cooperativos donde el desempeño grupal se evaluó en escala cualitativa: excelente, bueno, insuficiente, deficiente.

Tabla 4. Rubrica de observación de nivel de desempeño (elaboración propia)

Categoría	Excelente	Bueno	Insuficiente	Deficiente
<b>Presentación y conocimiento</b>	Se presentan y comparten gustos, pasatiempos o aficiones.	Se presentan y medianamente comparten gustos, pasatiempos o aficiones.	Se presentan y no comparten gustos, pasatiempos o aficiones.	No se presentan y no comparten gustos, pasatiempos o aficiones.
<b>Afirmación</b>	Identifican las cualidades y limitaciones que poseen de acuerdo a sus características personales.	Reconoce algunas de sus cualidades y limitaciones de acuerdo a sus características personales	Presentan dificultad en reconocer sus cualidades y limitaciones de acuerdo con sus características personales	No reconoce sus cualidades y limitaciones según sus características personales
<b>Confianza y comunicación</b>	Utilizan sus valores personales para mejorar la convivencia grupal	Utilizan algunos de sus valores personales para mejorar la convivencia grupal	Utilizan poco sus valores personales para mejorar la convivencia grupal	Les cuesta poner al servicio del grupo sus valores personales para mejorar la convivencia grupal.
<b>Cooperación y resolución de conflictos</b>	Respetan siempre la participación y opinión de sus compañeros	Respetan parcialmente la participación y opinión de sus compañeros	Respetan la participación, pero no la opinión de sus compañeros	No respetan la participación y opinión de sus compañeros

- Encuestas de sondeo

Se aplicaron 48 encuestas de sondeo entre los alumnos inscritos en el tercer año de educación primaria referente a situaciones de maltrato y violencia que se estuvieron observando. La estructura de los indicadores se formuló de tal manera que permitiera reconocer que alumnos se perciben como víctimas, y cuales se perciben como agresores. Las encuestas se aplicaron en dos momentos: al inicio de la investigación y al finalizar el primer bimestre. En cada insumo la escala cualitativa fue: Nunca, pocas veces y siempre, a través de los siguientes aspectos:

Tabla 3. Indicadores para valorar la percepción sobre aspectos de violencia en el espacio escolar (elaboración propia).

<b>Indicadores</b>	<b>Nunca</b>	<b>Pocas veces</b>	<b>Siempre</b>
Me golpean			
Hablan mal de mi			
Me ponen apodosos que me ofenden			
Me insultan			
No me dejan participar			
Me ignoran			
Golpeo			
Hablo mal de mis compañeros			
Pongo apodosos que ofenden			
Insulto			
No dejo participar a los (as) compañeros que me caen mal			
Ignoro			

- Cuestionario de satisfacción

Al final del bimestre los alumnos realizaron el llenado del *cuestionario de satisfacción* en el cual el alumno señaló en escala numérica (del 1 al 5) el grado de satisfacción personal en relación al nivel de complacencia experimentada durante las actividades, donde: 1: No me gustó participar, 2: Me gustó un poco participar, 3: Me gusto participar por momentos, 4: Me gusto participar, 5: Me gustó muchísimo participar.

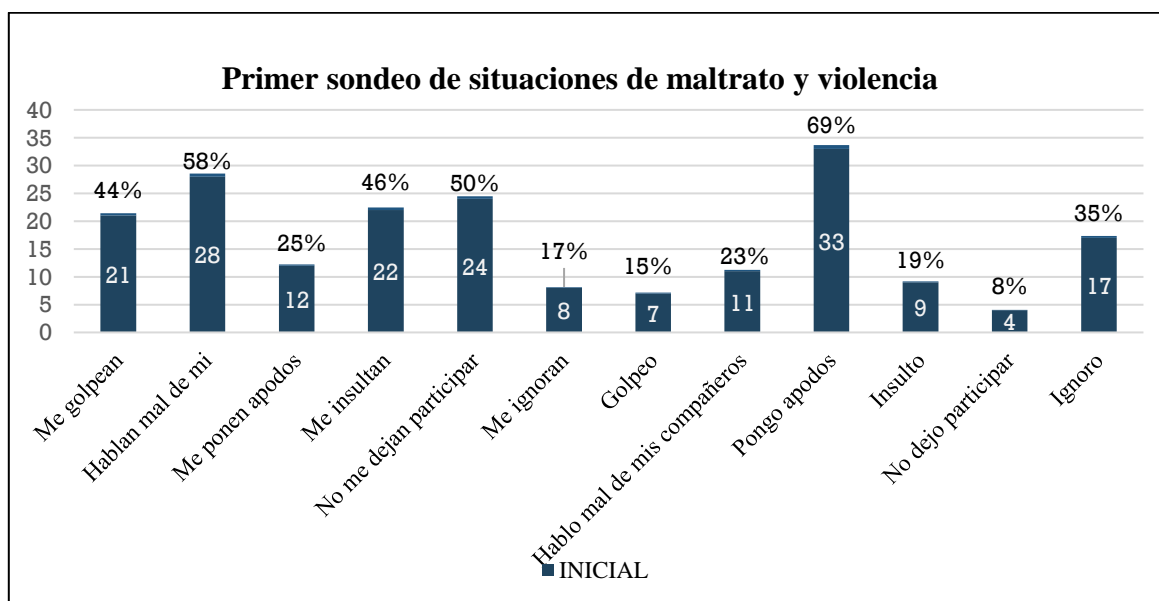
#### IV. Resultados

De acuerdo con los aspectos observados durante la primera sesión de diagnóstico, los grupos A y B se ubicaron en un nivel de desempeño en la categoría de Resolución de Conflictos; *Deficiente e Insuficiente* respectivamente, a través de los criterios mostrados en la tabla número cuatro:

Después del proceso de sensibilización respecto al tema “*La Violencia*” durante 8 sesiones en un lapso de 2 meses, los alumnos mostraron el siguiente desempeño: Presentación y conocimiento: Excelente, Afirmación: Bueno, Confianza y comunicación: Bueno. Lo que mostró un notable avance en la categoría de cooperación y resolución de conflictos en comparación al inicio de la investigación posicionándose tanto el grupo A como el B en un nivel de desempeño BUENO: *Respeta parcialmente la participación y opinión de sus compañeros*.

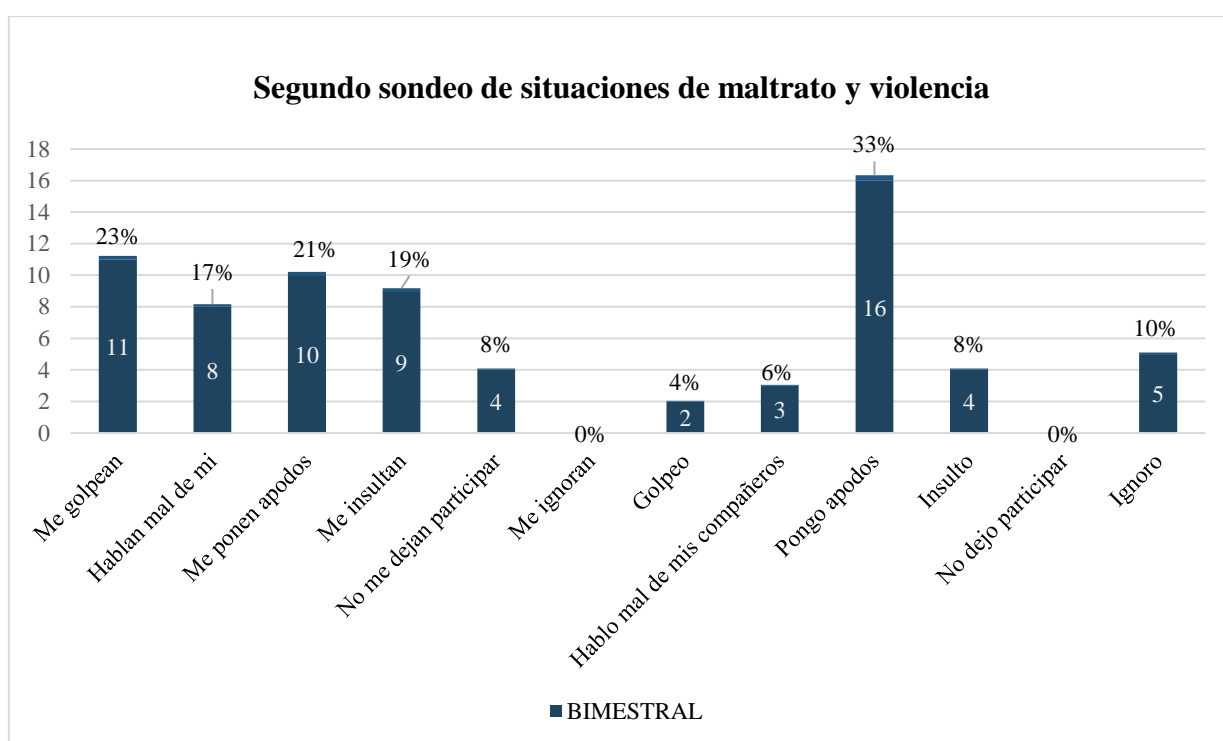
Acercas de la opinión de los niños en situaciones de maltrato y violencia podemos observar que durante el diagnóstico predominó el aspecto “pongo apodos” con un 69% de incidencia el cual le secunda con un 58% “hablan mal de mí” (Véase Tabla 5 “Primer Sondeo de situaciones de maltrato y violencia”).

Tabla 5. Resultados de primer sondeo de situaciones de maltrato y violencia (elaboración propia).



Se reflejó un notable avance en las opiniones de los niños en el segundo sondeo aplicado al término del bimestre, donde aspectos que predominaban como “pongo apodos” se redujo casi un 50% posicionándose con un 33% de incidencia, “hablan mal de mí” de un 58% se redujo a 17% y los aspectos “me ignoran y no dejo participar a mis compañeros (as)” se mitigo a un 0% de incidencia. Conductas disruptivas de maltrato físico “me golpean” disminuyeron de un 44% a un 23%.

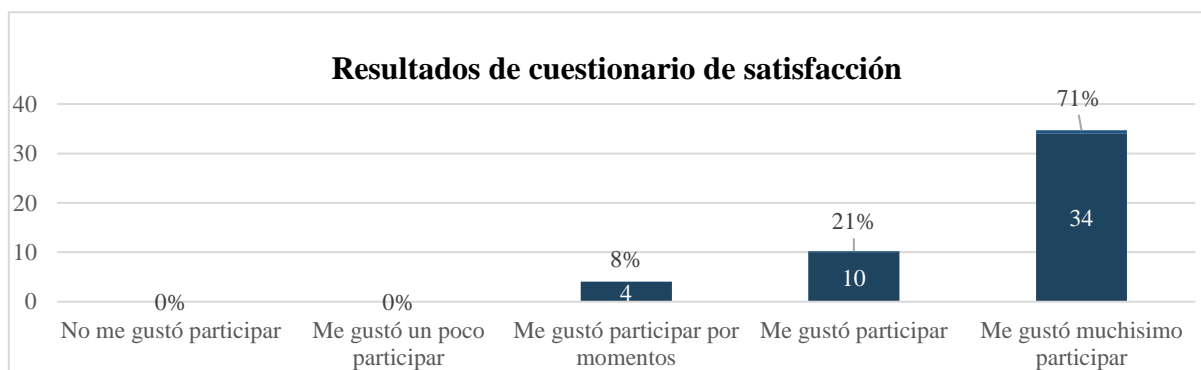
Tabla 6. Resultados del segundo sondeo de situaciones de maltrato y violencia (elaboración propia).



El reconocimiento de los resultados obtenidos a través del cuestionario de satisfacción (tabla 7) es muy halagador no solo porque predomina el aspecto positivo “Me gustó muchísimo participar” en 34 alumnos (71%) si no porque en aspectos negativos “No me gustó participar” no se presentó ningún porcentaje.



Tabla 7. Resultados del cuestionario de satisfacción (elaboración propia).



## V. Discusión

Los juegos cooperativos en la asignatura de Educación Física tienen un efecto positivo en la erradicación de la violencia, esto aunado al desarrollo de habilidades físicas básicas (fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad); así como habilidades, destrezas y tareas motrices (expresión corporal, coordinación y equilibrio).

Autores como Díaz-Aguado (2004), afirman que las situaciones de violencia aparecen con mayor habitualidad en el ámbito escolar y no en periodos de ocio, por tanto, es imprescindible el papel del educador y sus implicaciones al planificar las actividades de intervención para transformar la práctica educativa y beneficiar la convivencia pacífica en un proceso de reflexión en el propio docente y los alumnos.

Urrea (2019) destaca que la escuela es un espacio para la construcción de la paz mediante el desarrollo social, por tanto, no puede ser ajena a los desafíos que exige a la resolución de problemas y a la construcción de relaciones en medio de ambientes hostiles.

## IV. Conclusiones

Los resultados anteriores reflejan como a través de pequeñas practicas podemos erradicar la violencia escolar a favor de la paz. Trabajar desde actividades socioafectivas, donde desde la experiencia personal los alumnos logren entender la importancia y necesidad de transformar las actitudes y comportamientos.

¿De qué manera atender y lograr la resolución de conflictos desde la sesión de Educación Física? A través de la empatía, enseñar que la no violencia no es la ausencia de

violencia, sino que se actúa para transformar o detener la misma. Entender que los conflictos siempre van a existir, pero que el verdadero reto está en saber cómo enfrentarlos, no generar espacios escolares que solo intelectualicen el conocimiento, es necesario centrarse también en formar personas capaces de convivir.

Es pertinente como docentes generar ambientes de aprendizaje favorables para los educandos, provocar interés y gozo por la actividad física y para ello debemos siempre tener presente que en la actualidad la inclusión no es una opción, es una necesidad, y por tanto siempre será un trabajo más enriquecedor si todos trabajamos juntos y al mismo tiempo. La cooperación ejercita la socialización, la confianza y la corresponsabilidad.

## Referencias

- Cascón, P. y Martín Beristain, C. (1995). *El juego en la evolución del grupo. La Alternativa del Juego en la Educación para la Paz y los Derechos Humanos. Fichas técnicas*. Aguascalientes, Ags. Impresora Finita.
- Comisión de Derechos Humanos del Distrito Federal, [CDHDF], (2007). *Manual para Construir la Paz en el Aula. Constructores de Paz en la Comunidad Escolar. Guía para docentes. Primera edición*. México, D.F. Recuperado de: [https://piensadh.cd hdf.org.mx/images/publicaciones/guia\\_para\\_la\\_educacion\\_en\\_de\\_rechos\\_humanos/2011\\_Manual\\_construir\\_paz.pdf](https://piensadh.cd hdf.org.mx/images/publicaciones/guia_para_la_educacion_en_de_rechos_humanos/2011_Manual_construir_paz.pdf)
- Delors, J. (1996.). Los cuatro pilares de la educación. En *La educación encierra un tesoro. Informe a la UNESCO de la Comisión internacional sobre la educación para el siglo XXI* (pp. 91- 103). Madrid: Santillana / UNESCO.
- Díaz-Aguado, M. J., Martínez, R., & Martín, G. (2004). *La violencia entre iguales en la escuela y en el ocio. Estudios comparativos e instrumentos de evaluación*. Madrid: Instituto de la Juventud
- Secretaría de Educación Pública, [SEP], (2009). *Programa de estudios 2009. Tercer Grado. Educación Básica Primaria. Segunda Edición*. Ciudad de México: Dirección General de Desarrollo Curricular, Subsecretaría de Educación Básica.
- Secretaría de Educación Pública, [SEP]. (2017). *Aprendizajes Clave para la Educación Integral. Educación Física. Educación Básica Plan y Programas de Estudio*,

*Orientaciones Didácticas y Sugerencias de Evaluación.* Ciudad de México:  
Dirección General de Desarrollo Curricular, Subsecretaría de Educación Básica.

Urrea, P., Bernate, J., & Fonseca, I. (2019). *Docentes formadores para la paz, desde las prácticas pedagógicas.* Revista de Alesde Curitiba, v. 10, n. 1.



# Ambientes de aprendizaje: una propuesta del docente de educación física ante la falta de una política educativa integradora en el Sistema Educativo Mexicano.

<sup>1</sup> Acevedo Alcocer, Daruin Emir

Centro Regional de Educación Normal "Javier Rojo Gómez"  
Cancún, Quintana Roo, México  
daruinemir@gmail.com

### Resumen

La educación física en nuestro país, México, es un tema de controversia ya que el gobierno reconoce la importancia en las escuelas, tal como se establece en el plan nacional de desarrollo 2019- 2024, por otro lado nuestro país a firmado acuerdos y tratados internacionales con la Organización de las Naciones Unidas, Organización Mundial de la Salud y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia enmarcando el mismo tema, de manera que se establece dentro de la política educativa de mexicana, sin embargo no se consolida en las escuelas de educación básica, esta situación que se explica, ha sido estudiado por varios autores sin embargo Isaac José Woldenberg y Juan Fernández Balboa son los que se refieren al problema tal cual, situación que da pauta a la problemática del presente trabajo, a partir de esto se establece la propuesta a la implementación de ambiente de aprendizaje como estrategia didáctica, reconociendo en ella las bondades en la aplicación, el trabajo está estructurado con los apartados introducción en el explica de forma somera el problema y su importancia del presente trabajo, en el Marco referencial, se establecen los principales conceptos a tratar,

### Abstract

Physical education in our country, Mexico, is a controversial issue as the government recognizes its importance in schools, as established in the National Development Plan 2019-2024. On the other hand, our country has signed agreements and treaties with the United Nations, World Health Organization, and United Nations Children's Fund, framing the same issue, so it is established within Mexican educational policy. However, it is not consolidated in basic education schools. This situation, which has been studied by various authors, is explained, and Isaac José Woldenberg and Juan Fernández Balboa are the ones who refer to the problem as it is, which gives rise to the problem of this work. Based on this, the proposal is established for the implementation of a learning environment as a didactic strategy, recognizing its benefits in application. The work is structured with the sections of introduction, which explains the problem and its importance briefly. In the

en cuanto al desarrollo se comentan y analizan las deficiencias en el sistema educativo, se establece la propuesta resaltando las bondades de este y finalmente las conclusiones del trabajo

**Palabras Clave:** Política Educativa integradora, Sistema Educativo Mexicano Ambientes de aprendizaje, aprendizajes, educación física, estrategia didáctica, trabajo docente.

referential framework, the main concepts to be addressed are established, and in the development section, deficiencies in the educational system are discussed and analyzed. The proposal is then highlighted for its benefits, followed by the conclusions of the work.

**Key words:** Integrated Educational Policy, Mexican Educational System, Learning Environments, Learning Outcomes, Physical Education, Didactic Strategies, Teaching Work.

## I. Introducción

La importancia de la educación física en la formación de los alumnos de la educación básica es muy claro y se encuentra definido en los planes y programas de este nivel educativo favorece el desarrollo integral de los niños, niñas, adolescentes y jóvenes para edificar la competencia motriz y la salud física, al mismo tiempo que coadyuva en el desarrollo de las capacidades cognitivas y sociales” Dirección General de la Educación Superior para el Magisterio (DGSUM, 2018) también en las leyes educativas de nuestro país. por otro lado, de acuerdo con los tratados internacionales como son la Organización de las naciones Unidas (ONU), la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF) de las cuales pertenece México; han reconocido los beneficios de la actividad física y la educación física en las escuelas. han emitido resultados de trabajos como ejemplo en el que colocan en primer lugar a México en obesidad infantil en 2013, así mismo emitió recomendaciones sobre cómo debe de ser la actividad y educación física y a pesar de todo México no se involucra tomando las medidas específicas ya que en sus políticas educativas no tiene la coherencia con la realidad que vive y requiere nuestro país a esto se le llama falta de políticas integrales ya que estas no abonan a la situación que se vive en la educación básica, esta situación también es resaltada por varios pensadores entre ellos Isaac

José Woldenberg y Juan Fernández Balboa el primero habla de la falta de políticas educativa integral y el segundo de la falta de tiempo a la asignatura en educación física en las escuelas de educación básica, los cuales representan el meollo de la problemática de este trabajo, siendo el objetivo de este texto realizar este análisis y dar a conocer al uso ambiente de aprendizaje como estrategia didáctica por lo benéficos que trae para los alumnos en la aplicación y en ello radica la importancia del tema; en el presente trabajo se presenta en la introducción, el marco referencial donde se exponen los elementos que se requieren dentro del tema así como en el desarrollo se expone a diferentes pensadores de la educación y enmarca a los dos que son la base de este trabajo José Woldenberg y Juan Fernández, en el subtema deficiencias en el sistema educativo mexicano, mientras que en siguiente apartado denominado controversia de la educación física en nuestro sistema mexicano y la OMS, se realiza un análisis entre las recomendaciones internacionales y la política incoherentes de México, en la subtema "el ambiente de aprendizaje como una estrategia didáctica" se realiza la propuesta recalando las ventajas, características así como los requisitos para implementarla, llegando finalmente a la conclusión del trabajo.

## II. Marco referencial

En este marco de referencia se explica los conceptos básicos que se utilizarán para revisar el tema de ambiente de aprendizaje estos son: estrategia didáctica, educación física, trabajo docente y aprendizaje:

**Ambiente de aprendizaje:** Hay muchos autores que han hablado del ambiente de aprendizaje y su importancia en la educación, a continuación, se presentan algunos estos son Lev Vygotsky, John Dewey, Jerome Bruner, Howard Gardner, Roger Schank :

Lev Vygotsky, en su teoría sociocultural del aprendizaje(1920), destaca la importancia del ambiente de aprendizaje en el desarrollo de la cognición y el aprendizaje de los estudiantes en cuanto a John Dewey, en su obra "Experiencia y educación" (1938), defiende la importancia de que el ambiente de aprendizaje sea experiencial y participativo, para que los estudiantes puedan aprender a través de la exploración, la experimentación y la reflexión, mientras que Jerome Bruner, en su teoría de la enseñanza por descubrimiento (1961), destaca la importancia de crear un ambiente de aprendizaje que fomente la curiosidad,

la exploración y la experimentación, para que los estudiantes puedan aprender a través del descubrimiento y la resolución de problemas, Howard Gardner por su parte en su teoría de las inteligencias múltiples (1983), destaca la importancia de crear un ambiente de aprendizaje que reconozca y valore las diferentes habilidades y formas de aprendizaje de los estudiantes, y que les brinde oportunidades para desarrollar y aplicar sus fortalezas, por último Roger Schank, en su libro "Enseñando con casos" (1990), comenta la importancia de crear un ambiente de aprendizaje basado en la resolución de problemas y casos, en el que los estudiantes puedan aplicar y desarrollar habilidades y competencias clave a través de la práctica y la experiencia.

**Estrategia didáctica:** otro de los conceptos básicos para tratar el tema de ambientes de aprendizaje es la estrategia didáctica en este concepto, Michael Fullan (2008) es un reconocido experto en liderazgo educativo y cambio escolar. Indica sobre la importancia de la estrategia educativa para la transformación de las organizaciones educativas, John Hattie (2002) describe sobre la importancia de la estrategia educativa para el logro de resultados educativos efectivos, por su parte Philip Kotler (2005) refiere a la importancia de la estrategia educativa para la promoción de la educación y la captación de estudiantes. Ronald Heifetz (2009) indica sobre la importancia de la estrategia educativa para el liderazgo y la gestión del cambio en las organizaciones educativas también el aporte de Díaz Barriga (2003), en su obra "Estrategias Docentes para un Aprendizaje Significativo", indica que las estrategias didácticas son un conjunto de acciones y recursos que el docente utiliza para promover el aprendizaje significativo de los estudiantes, las estrategias didácticas deben ser diseñadas para activar los conocimientos previos de los estudiantes, para que éstos puedan relacionarlos con los nuevos contenidos y construir nuevos aprendizajes significativos.

Entre las estrategias didácticas que propone se encuentran: la activación de conocimientos previos, la generación de expectativas de aprendizaje, la presentación de contenidos de manera organizada y clara, el fomento de la participación activa de los estudiantes, la retroalimentación constante sobre el proceso de aprendizaje y la evaluación formativa, destaca la importancia de que las estrategias didácticas sean adecuadas al contexto y las características de los estudiantes, y que sean utilizadas de manera intencional y planificada para lograr los objetivos de aprendizaje. Además, señala que es importante que



los docentes estén en constante actualización y mejora de sus estrategias didácticas, para adaptarse a las necesidades y demandas del contexto educativo y de los estudiantes.

**Educación física.** En cuanto a la educación física. Según la Secretaría de Educación Pública (SEP, 2011) de México, la educación física es una disciplina que tiene como objetivo promover el desarrollo integral de los estudiantes a través del movimiento y la actividad física. La SEP define la educación física como una asignatura obligatoria en el plan de estudios de educación básica, que busca contribuir al desarrollo de habilidades motoras, el fomento de estilos de vida saludables, el aprendizaje de valores y actitudes positivas hacia el deporte y la actividad física, y el desarrollo de la convivencia y la cultura del cuidado del cuerpo.

En este sentido, la educación física en México tiene como finalidad el desarrollo de las capacidades físicas, cognitivas, sociales y emocionales de los estudiantes, a través de la práctica de actividades físicas, deportes y juegos, así como la reflexión crítica y la valoración de la importancia del movimiento y la actividad física en la vida diaria y la salud.

La SEP ha establecido los objetivos y contenidos que deben ser abordados en la educación física en cada uno de los niveles educativos, desde la educación preescolar hasta la educación secundaria, con el fin de garantizar la calidad de la enseñanza y la formación integral de los estudiantes.

**Trabajo docente:** En cuánto al trabajo docente y su importancia en la educación, Paulo Freire en su libro "Pedagogía del oprimido( 1968)" destaca la importancia del papel del docente en la educación, afirmando que su papel es fundamental para el desarrollo del pensamiento crítico en los estudiantes así Philippe Perrenoud en su obra "Diez nuevas competencias para enseñar (2004)", indica la necesidad de que los docentes desarrollen habilidades y competencias para adaptarse a los retos y demandas del mundo actual, otro de los autores es Lawrence Stenhouse, en su obra "Investigación y desarrollo del currículum (1975)", destaca la importancia de que los docentes sean reflexivos y críticos en su trabajo, para poder adaptar y mejorar el currículum y la práctica educativa en función de las necesidades y características de los estudiantes. Howard Gardner en su teoría de las inteligencias múltiples (1983), destaca la importancia del papel del docente en identificar y valorar las diferentes habilidades y formas de aprendizaje de los estudiantes, y adaptar su enseñanza en consecuencia.

A manera de conclusión: El trabajo docente se refiere al conjunto de tareas, responsabilidades y acciones que realiza un docente en el ejercicio de su labor educativa. Este trabajo implica la planificación, diseño, implementación y evaluación de procesos y estrategias de enseñanza que permitan a los estudiantes adquirir conocimientos, habilidades y valores necesarios para su desarrollo personal y social.

Entre las actividades que puede incluir el trabajo docente se encuentran la preparación de clases, la elaboración de materiales didácticos, la organización y coordinación de actividades extracurriculares, la evaluación del aprendizaje, la retroalimentación y el seguimiento del progreso de los estudiantes, la comunicación con los padres de familia y otros profesionales de la educación, la actualización y formación continua, entre otras.

El trabajo docente es una labor compleja que requiere de habilidades y competencias diversas, tales como el dominio de los contenidos y métodos de enseñanza, la capacidad para establecer relaciones interpersonales positivas con los estudiantes, la habilidad para motivar y mantener el interés de los estudiantes, y la capacidad para adaptarse a las necesidades y características individuales de los estudiantes, entre otras.

**Aprendizajes:** para comentar el concepto se cita a Lev Vygotsky ya que en su teoría sociocultural del aprendizaje (1896-1934), destaca la importancia del ambiente social y cultural en el que se produce el aprendizaje, así como la influencia de las relaciones sociales en el desarrollo cognitivo de los estudiantes, también a Jean Piaget (1896-1980): en su teoría del desarrollo cognitivo, describe los diferentes estadios por los que atraviesan los niños en su proceso de adquisición de conocimientos, habilidades y valores, siguiendo con Howard Gardner(1983), en su teoría de las inteligencias múltiples, destaca la diversidad de formas en las que los estudiantes pueden aprender y muestra la importancia de reconocer y valorar las diferentes habilidades y estilos de aprendizaje, en cuanto a los aportes de Jerome Bruner y Paulo Freire, (1960)el primero en su teoría de la enseñanza por descubrimiento, destaca la importancia de la exploración y la experimentación en el proceso de aprendizaje, y muestra la importancia de diseñar entornos de aprendizaje que fomenten el descubrimiento y la resolución de problemas y el segundo en su teoría de la pedagogía crítica, muestra la importancia de la reflexión crítica sobre los procesos de aprendizaje, así como la necesidad de promover un aprendizaje liberador que permita a los estudiantes desarrollar su pensamiento crítico y su capacidad de transformar la realidad.

Al tomar en cuenta los autores mencionados se puede decir que el aprendizaje es un proceso mediante el cual se adquieren nuevos conocimientos, habilidades, valores y actitudes a través de la experiencia, la observación, la práctica y la reflexión. En términos generales, se trata de un proceso de cambio en el comportamiento o en las capacidades cognitivas de una persona como resultado de la experiencia o la práctica; puede ser formal o informal, y puede ocurrir de manera consciente o inconsciente. Por ejemplo, el aprendizaje formal se produce en el contexto de una institución educativa, como una escuela o una universidad, mientras que el aprendizaje informal puede ocurrir en la vida cotidiana, como cuando se aprende una nueva habilidad en el trabajo o se adquiere un nuevo conocimiento a través de una conversación con amigos además también puede ser de diferentes tipos, como el aprendizaje por asociación, el aprendizaje por observación, el aprendizaje por ensayo y error, el aprendizaje colaborativo, entre otros. Además, el aprendizaje puede estar influenciado por factores como la motivación, la atención, la memoria, la emoción y la experiencia previa.

### **III. Desarrollo**

Durante el desarrollo de este tema se realiza la observación de diferentes deficiencias que a través de la historia no se han podido fortalecer en el sistema educativo mexicano esto basado en el punto de vista de diferentes autores como son Pablo Latapi Sarre, Luis Villoro, Isaac José Woldenberg entre otros, así mismo se abordara el tema y análisis de la manera de como estas deficiencias han permeado en la educación física de nuestro país , se realizara un análisis de las estrategias didácticas usadas por el docente en su quehacer diario con el objetivo de alcanzar los aprendizajes establecidos en los planes y programas de la signatura, recayendo en la creación de ambientes de aprendizaje en educación física, la cual es la situación problemática, las ventajas de la creación y uso del ambiente de aprendizaje, así como los aspectos a tomar en cuenta para su creación.

#### **Deficiencias en el Sistema Educativo Mexicano**

Para disertar el tema se revisa varios autores que han realizado estudios sobre este punto, se considera dos grupos de autores los clásicos y otro grupo el cual se puede considerar

como contemporáneo; entre los primeros se puede citar a Pablo Latapí Sarre el cual en su libro "La educación en México (1963)" argumenta que el sistema educativo mexicano ha fallado en su tarea de proporcionar una educación de calidad para todos los estudiantes, critica la falta de financiamiento, la mala administración y la falta de capacitación para los maestros como algunas de las principales razones detrás de la situación actual, Luis Villoro en su trabajo "Los grandes momentos del indigenismo en México (1950)", argumenta que el sistema educativo mexicano ha fallado en su tarea de proporcionar una educación adecuada para los pueblos indígenas. Critica la falta de atención a las necesidades específicas de estas comunidades y argumenta que se necesita un enfoque más inclusivo y culturalmente sensible para mejorar la calidad de la educación en México por su lado José Vasconcelos, en su libro "La raza cósmica (1925)", indica que el sistema educativo mexicano debe ser reformado para reflejar la diversidad cultural del país y para promover la unidad nacional; critica la falta de atención a las culturas indígenas y argumenta que se necesita un enfoque más inclusivo y pluralista para mejorar la calidad de la educación en México.

En el libro "Grandes problemas del sistema educativo en México" de la autora María de Ibarrola Nicolín (2012) se enfoca en diversos problemas y desafíos que enfrenta el sistema educativo en México. Algunos de los temas principales que se tratan en el libro son: La calidad, equidad educativa, la formación docente, la educación media superior y superior, la violencia y la seguridad en las escuelas y cómo esto afecta tanto a los estudiantes como a los maestros y el proceso educativo en general.

Por otro lado, entre los autores contemporáneos como son: Juan Carlos Tedesco (2017): ha realizado análisis profundos sobre el sistema educativo mexicano, destacando la necesidad de mejorar la formación de los docentes, la equidad en el acceso a la educación y la innovación en la enseñanza, Sylvia Schmelkes, Es una educadora y especialista en políticas públicas que ha trabajado en el diseño y evaluación de políticas educativas en México (2019). Ha señalado la falta de atención a las necesidades y expectativas de los estudiantes en el sistema educativo mexicano, José Woldenberg (1996) ha criticado la falta de una política educativa integral y la desconexión entre la educación y la realidad social del país, así mismo Esteban Moctezuma: (2019) Es el exsecretario de Educación Pública en México y ha impulsado la implementación de reformas educativas que buscan mejorar la calidad y equidad en la educación, como la reforma educativa de 2019, Aurora Molina señala la

necesidad de una reforma educativa profunda que permita a los estudiantes desarrollar habilidades para enfrentar los retos de un mundo cambiante y globalizado, también, Juan Fernández-Balboa, quien en su libro "Educación física, deporte y recreación en México(2011)" destaca la necesidad de aumentar el tiempo dedicado a la educación física en las escuelas mexicanas y de mejorar la formación de los docentes en esta materia, además que la falta de tiempo dedicado a la educación física en las escuelas limita la capacidad de los estudiantes para desarrollar habilidades y competencias físicas; además puede tener un impacto negativo en la salud y el bienestar de los estudiantes, ya que la actividad física es esencial para prevenir enfermedades crónicas y mejorar la calidad de vida.

Al realizar un análisis de las aportaciones de los pensadores se concluye que las deficiencias se centran en los siguientes puntos: la falta de equidad, de financiamiento, capacitación y formación docente, el enfoque inclusivo culturalmente sensible, falta de innovación y mejores políticas específicamente una integral como lo enuncia Isaac Jose Woldenberg y Juan Fernandez-Balboa. Estos últimos involucran directamente e indirectamente al tema que se propone disertar: ya que la falta de política integral entre la realidad y las propuestas establecidas por el gobierno están muy distantes entre sí, para seguimos adentrando en el tema que se pretende aterrizar como esta falta de política integradora que afecta a la educación física.

Hablando de las diversas deficiencias del sistema educativo desde el enfoque de la educación física, se puede tener en cuenta: la falta de recursos ya que muchas escuelas carecen de los recursos necesarios para proporcionar una educación física adecuada, lo que incluye instalaciones deportivas, equipos y materiales didácticos, además de una formación de los profesores ya pueden no estar suficientemente capacitados para enseñar de manera efectiva y segura, lo que puede resultar en una educación física inadecuada o incluso peligrosa para los estudiantes, otra deficiencia es el enfoque en la competencia ya que se enfoca demasiado en la competencia y en el rendimiento deportivo, lo que puede dejar de lado la importancia de la actividad física como parte de un estilo de vida saludable como indica el plan de estudios de educación básica (2011)., también la falta de inclusión ya algunos estudiantes pueden sentirse excluidos de la educación física debido a limitaciones físicas o discapacidades, lo que puede ser un obstáculo para su participación y desarrollo físico, y por otro no contar con el suficiente tiempo dedicado a la educación física se

encuentra establecido en las leyes y políticas de educación, que en este caso dedica muy poco tiempo a la educación física y que limita con ello las oportunidades para que los estudiantes obtengan los beneficios de la asignatura, sin involucrarse en actividades físicas y aprendan los beneficios de una vida activa mencionado en el plan de estudios de educación básica (2011).

### **Controversia de la educación física en nuestro sistema mexicano y la OMS**

Hasta el momento se ha establecido por medio de los pensadores en la educación las grandes deficiencias del sistema educativo mexicano el cual se deriva de la política educativa que establece el gobierno una de estas es la falta de política integradora ya que esta no se apega a la realidad de los requerimientos de la comunidad educativa esta esta se puede encontrar en los plan de estudios de educación básica, que actualmente el tiempo estimado para las clases de educación física, no permite que la población estudiantil desarrolle los propósitos de la asignatura esta situación da paso a la situación problemática del presente trabajo, pero ¿Cuál es la controversia en la política educativa con respecto a educación física? ¿en dónde es el punto donde no coincide con lo real y le da la razón a Jose Woldenberg y Juan Fernández?

La respuesta a estas dos interrogantes se encuentra son los siguientes, la primera en las recomendaciones de la OMS y la discrepancia con la educación física impartida en México, ya que la OMS, ha publicado las "Recomendaciones Mundiales sobre Actividad Física para la Salud" que incluyen las siguientes recomendaciones para niños y jóvenes de 5 a 17 años, deben acumular al menos 60 minutos diarios de actividad física de intensidad moderada a vigorosa, debe ser principalmente aeróbica y de intensidad moderada a vigorosa, debe incluir actividades que fortalezcan los músculos y huesos, así como mejorar la salud cardiorrespiratoria y metabólica, deben realizarse al menos tres veces por semana, las actividades físicas deben de ser adecuadas a su edad, habilidades, preferencias y estado de salud, las escuelas y otros entornos educativos deben proporcionar oportunidades para que los niños y jóvenes participen en actividades físicas, incluyendo la educación física y actividades extracurriculares, estas recomendaciones buscan fomentar un estilo de vida activo y saludable para los niños y jóvenes, promoviendo su desarrollo físico y mental.

Por otro lado, en el segundo es el reconocimiento de las recomendaciones, pero no se encuentran establecidas para su cumplimiento, el Plan Nacional de Desarrollo 2019-2024 de México reconoce la importancia de la educación física y deporte, pero los estudiantes tienen pocas horas de educación física a la semana, y en algunas escuelas, la educación física no se imparte en absoluto. Además, a menudo las instalaciones deportivas son limitadas y la capacitación de los docentes en educación física puede ser insuficiente.

Por lo tanto, hay una brecha significativa entre las recomendaciones de la OMS y la situación actual de la educación física en las escuelas mexicanas. Lo que contesta nuestras interrogantes, la primera ¿Cuál es la controversia en la política educativa con respecto a educación física? Esta radica en no seguir las recomendaciones de OMS no obstante los acuerdos firmados desde el 26 de junio de 1945 fecha que fue admitido en la organización y los estudios que ha realizado como en 2013, la ONU emitió un reporte en donde posicionó a México como el país con mayor índice de obesidad en el mundo, mientras el gobierno reconoce a la actividad física y la educación física como claves para la educación sin embargo sus políticas como en el actual plan educación básica no se refleja dichas políticas, con ello se contesta el segundo cuestionamiento y da la razón a Jose Woldenberg y a Juan Fernández de la falta de una política integradora que permita resolver la situación real de la educación y sociedad con el tiempo destinado en clases en educación básica.

Hasta ahora se ha llegado a la situación del problema que en realidad es la falta de tiempo destinado a la educación física en las escuelas de educación básica ya que esto se encuentra establecido en los planes y programas no le permite al docente de esta especialidad guiar a los estudiantes para obtener los aprendizajes y los propósitos que son innumerables ya que lo que limita en brindar las oportunidades para que estos se involucren en actividades físicas y aprendan sobre los beneficios de la asignatura en las instituciones.

Sí, la cantidad de carga horaria que se dedica a la educación física en el plan de estudios puede afectar el desarrollo del aprendizaje de los estudiantes. Si la carga horaria es insuficiente, los estudiantes pueden no tener suficiente tiempo para desarrollar habilidades físicas básicas, adquirir conocimientos sobre la salud y el bienestar, y fomentar valores como la cooperación y el liderazgo. Además, la falta de tiempo dedicado a la educación física también puede llevar a una falta de motivación y participación en las actividades físicas.

La estrategia que se propone para disminuir la deficiencia es la de ambiente de aprendizaje puede ser una solución efectiva para mejorar la situación. La creación de un ambiente de aprendizaje positivo y acogedor puede fomentar la participación de los estudiantes en las actividades físicas y mejorar su motivación para aprender. La implementación de estrategias de enseñanza creativas y efectivas también puede ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades físicas básicas y adquirir conocimientos sobre la salud y el bienestar.

### **La propuesta “ el ambiente de aprendizaje como una estrategia didáctica”**

La estrategia de ambiente de aprendizaje puede ser una solución efectiva para mejorar la situación de insuficiente carga horaria en la educación física en el plan de estudios. La creación de un ambiente positivo y acogedor, la implementación de estrategias de enseñanza efectivas y la utilización de tecnología y herramientas educativas innovadoras pueden ser formas efectivas de mejorar la calidad y eficiencia de la educación física en la educación básica. Claro que se tendrá que tomar en cuenta algunos aspectos como los son la motivación: es importante motivar a los estudiantes para que se involucren en el aprendizaje y se sientan motivados para participar activamente en el proceso de enseñanza, otra aspecto la organización del ambiente de aprendizaje puede ayudar a los estudiantes a enfocarse en las tareas y objetivos de aprendizaje, lo que puede mejorar su retención de información, el aspecto importante es la interacción entre el profesor y los estudiantes, así como entre los propios estudiantes, para fomentar la participación activa y el intercambio de ideas: un aspecto más es utilizar una variedad de recursos y estrategias didácticas para mantener el interés y la atención de los estudiantes, lo que puede incluir actividades prácticas, demostraciones, discusiones y ejercicios de reflexión y la evaluación continua del aprendizaje de los estudiantes puede ayudar a identificar fortalezas y debilidades y ajustar la estrategia didáctica para adaptarse a las necesidades de los estudiantes.

Al crear un ambiente de aprendizaje con una estrategia didáctica efectiva, los estudiantes pueden sentirse más involucrados y comprometidos con el proceso de aprendizaje, lo que puede conducir a una mayor retención de información y un mejor rendimiento académico.



Existe también ventajas del uso de ambientes de aprendizaje como estrategia didáctica en educación física, promueve la participación activa de los estudiantes en el proceso de aprendizaje, lo que les permite involucrarse más en las actividades y mejorar su comprensión de los conceptos a su propio ritmo de aprendizaje., también favorece la adquisición de habilidades y destrezas específicas de forma práctica y efectiva respetando su estilo de aprendizaje, Estimula la creatividad y la imaginación de los estudiantes, fomentando el pensamiento crítico y la resolución de problemas, además permite la personalización del aprendizaje, adaptándose a las necesidades y habilidades de cada estudiante, también favorece el trabajo en equipo y la colaboración, lo que ayuda a los estudiantes a desarrollar habilidades sociales y emocionales importantes, ayuda a crear un ambiente seguro y de confianza, donde los estudiantes se sienten cómodos para participar y explorar al igual fomenta la autonomía y la responsabilidad en el aprendizaje, ya que los estudiantes pueden tomar decisiones y asumir el control de su propio proceso de aprendizaje, permite la retroalimentación inmediata y la evaluación formativa, lo que ayuda a los estudiantes a identificar sus fortalezas y debilidades y a mejorar su rendimiento además facilita la integración de tecnología y recursos multimedia para enriquecer el proceso de aprendizaje y mejorar la comprensión de los estudiantes y prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos del mundo real, al proporcionarles experiencias prácticas y habilidades transferibles que pueden aplicar en su vida cotidiana entre otras ventajas

### **Aspectos para fomentar o construir un ambiente de aprendizaje**

La educación física y el uso de ambientes de aprendizaje están estrechamente relacionados en el contexto de la enseñanza de esta materia. La educación física no solo se enfoca en el desarrollo de habilidades físicas y la promoción de la actividad física y el deporte, sino también en el aprendizaje de conceptos teóricos, como la anatomía y fisiología, la biomecánica, la psicología del deporte, entre otros.

Para enseñar estos conceptos teóricos y habilidades físicas, se requiere de un ambiente de aprendizaje adecuado que fomente el aprendizaje y el desarrollo de los estudiantes. Un ambiente de aprendizaje en educación física debe incluir, espacios físicos adecuados: como gimnasios, canchas deportivas, piscinas, entre otros, que permitan la práctica segura de actividades físicas y deportes además los materiales y equipos apropiados:

para realizar las actividades de educación física, se necesitan materiales y equipos adecuados que estén en buen estado y sean seguros para su uso, se tiene que tomar en cuenta la Instrucción clara y detallada: los docentes de educación física deben proporcionar instrucciones claras y detalladas para que los estudiantes puedan realizar correctamente las actividades y aprender los conceptos teóricos y finalmente la evaluación efectiva; es importante que los docentes de educación física evalúen regularmente el desempeño de los estudiantes y brinden retroalimentación para mejorar su aprendizaje y desarrollo físico.

En resumen, la educación física y el uso de ambientes de aprendizaje están estrechamente relacionados y son importantes para proporcionar una educación completa y efectiva en esta materia. Un ambiente de aprendizaje adecuado en educación física debe incluir espacios físicos adecuados, materiales y equipos apropiados, instrucción clara y detallada y evaluación efectiva del aprendizaje de los estudiantes.

#### **IV. Conclusiones**

Hablar de educación física es un tema de mucha importancia para la educación reconocer los beneficios en los aspectos de salud, cognitivos y emocionales es muy fácil sin embargo en nuestro país a pesar de las recomendaciones internacionales directas e indirectas y de varios autores entre ellos José Woldenberg y Juan Fernández pareciera que no les interesa, la falta de una política educativa integral es muy palpable ya que en las iniciativas tomadas no son apegadas a la problemática real, lo que pasa en las escuelas solo lo entienden los docentes de esta especialidad, la realidad en las escuela donde se refleja la falta de esta política trae con sigo el poco tiempo que se dedica a la educación física, no obstante las recomendaciones por organismos internacionales por lo cual es importante determinar una estrategia en la que pesar de la apatía de nuestro gobierno se logre en los alumnos obtener los beneficios de esta asignatura formativa, es por ello que como conclusión se establece que la implementación de un ambiente de aprendizaje adecuado puede mejorar significativamente los aprendizajes motrices de los estudiantes. Este ambiente de aprendizaje debe ser diseñado de manera que se ajuste a las necesidades y características individuales de cada estudiante, promoviendo la participación activa y el aprendizaje significativo.

Un ambiente de aprendizaje efectivo en educación física puede contribuir como estrategia didáctica en apoyo al docente y para el alumno pueda desarrollar las competencias enmarcadas en el programa de estudio por lo cual debe incluir actividades variadas que permitan el desarrollo de habilidades motrices básicas y específicas, así como la aplicación de las mismas en situaciones reales de juego y deporte. Además, debe fomentar la cooperación, el trabajo en equipo y la competencia saludable entre los estudiantes, lo que a su vez contribuirá al desarrollo de habilidades sociales y emocionales.

Asimismo, la implementación de un ambiente de aprendizaje en educación física requiere de un enfoque holístico e integrador, que tome en cuenta tanto los aspectos cognitivos, afectivos y psicomotores de los estudiantes. De esta manera, se podrá potenciar su desarrollo integral y su capacidad para enfrentar desafíos y situaciones diversas en su vida cotidiana.

## Referencias

- Bravo, F., León Corredor, O. L., Castiblanco, R. y Alfonso, G. (2018). Metodología de Diseño de Ambientes de Aprendizaje Accesibles con Incorporación de Afectividad. Resultado del proyecto ACACIA (561754-EPP-1-2015-1-COEPPKA2-CBHE-JP) cofinanciado por el programa Erasmus+ ACACIA: Centros de Cooperación para el Fomento, Fortalecimiento y Transferencia de Buenas Prácticas que Apoyan, Cultivan, Adaptan, Comunican, Innovan y Acogen a la comunidad universitaria.
- Calderón, J. y León, R. (2016). Desarrollo de las dimensiones del sujeto en el ambiente educativo: una perspectiva didáctica y curricular. *Revista de Investigación Académica*, 1(50), 1-12.
- Díaz-Barriga Arceo, F. y Hernández Rojas, G. (1999). Estrategias docentes para un aprendizaje significativo. México: Mc Graw Hill.
- Experiencia de campus RMF. (s.f.). 4 beneficios que aporta el deporte. Recuperado el 13 de marzo de 2023, de <https://campusexperiencermf.com/4-beneficios-que-aporta-el-deporte/#:~:text=El%20ejercicio%20es%20una%20excelente,una%20oportunidad%20para%20enriquecerse%20socialmente.>

- Fajardo, M. T., & García, J. (2010). El empleo de ambientes de aprendizaje en Educación Física, para la enseñanza del equilibrio en primer curso de Educación Primaria.
- Fajardo Rodríguez, M. T. (2018). Una experiencia con ambientes de aprendizaje en educación física en primer curso de educación primaria para el desarrollo de habilidades motrices básicas y sus efectos en el aprendizaje. Proyecto de investigación.
- Formoso, R. (2021). Ambientes de aprendizaje. Consultado el 4 de octubre de 2021 en <https://rfmeducacionfisica.com/2019/09/30/ambientes-de-aprendizaje/>
- Goodyear, P. (1998). La ergonomía de los ambientes de aprendizaje. In Recursos tecnológicos para los procesos de enseñanza y aprendizaje (pp. 9-27). Universidad de Málaga (UMA).
- Guerrero, H., Polo, S., Martínez Royert, J. y Ariza, P. (2018). Trabajo colaborativo como estrategia didáctica para el desarrollo del pensamiento crítico. *Opción*, 34(86), 959-986. ISSN 1012-1587/ISSNe: 2477-9385.
- Jurado Arjona, J., Aguilera Almendros, P., Calvo Ramos, L., Franco Fernández, M., & García Vergara, D. (2021). Ambientes de aprendizaje: un recurso metodológico para el área de Educación Física. Consultado el 4 de octubre de 2021 en <https://multiblog.educacion.navarra.es/jmoreno1/files/2010/04/ambientes-de-aprendizaje.pdf>
- Martínez, A. H., Martí, I. G., Matas, Y. S., & Olivares, S. C. (2020). Los ambientes de aprendizaje en Educación física y motivación en las primeras edades. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (38), 761-767
- McLennan, N. y Thompson, J. (2015). Educación física de calidad (EFC): Guía para los responsables políticos. UNESCO. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000232665>
- Navarro, B., & García, J. J. (2008). El uso de ambientes de aprendizaje en Educación Infantil para trabajar contenidos de Educación Física.
- Osorio Serna, H. A. (2020). Propuesta didáctica para la enseñanza de las propiedades geométricas de la parábola en los estudiantes del grado décimo de la institución educativa Carlos Alberto Calderón empleando el análisis fenomenológico. (Tesis de maestría). Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Ciencias, Medellín.

Secretaría de Educación Pública. (2019). Plan de estudios de la educación básica. México: SEP.

Secretaría de educación pública. (2018). CEVIE. Obtenido de Planes de estudio: <https://www.cevie-dgesum.com/index.php/planes-de-estudios-2018/126>

Tavera Bejarano, M. Á. (2014). Educación física y ambientes para fortalecer las relaciones sociales.

UNESCO. (2021). UNESCO hace llamamiento a inversión en educación física de calidad para apoyar recuperación post-COVID-19. Recuperado el 13 de marzo de 2023, de <https://es.unesco.org/news/unesco-hace-llamamiento-inversion-educacion-fisica-calidad-apoyar-recuperacion-post-covid-19>

UNICEF México. (s.f.). Salud y nutrición. Recuperado el 13 de marzo de 2023, de <https://www.unicef.org/mexico/salud-y-nutrición>



## Artículo de intervención educativa

# TOBY: proyecto de intervención que favorece la disminución de la obesidad en escuelas de educación básica

<sup>1</sup> Rendón Guillermo, Miguel Ángel

Secretaría de Educación de Mérida, Yucatán  
mrendon81@hotmail.com

### Resumen

El estudio realizado en 2015 por el Instituto Mexicano para la Competitividad (IMCO) señala: 80% de la población padece sobrepeso y 30% padece obesidad. La obesidad genera altas pérdidas económicas y reduce la competitividad del país, también: mayores costos al erario público para tratar enfermedades asociadas, menor productividad laboral y mayores gastos para la población y pérdida de calidad de vida (Shamah-Levy, T. et al, 2018).

Según la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT 2000 – 2016 (ENSANUT, 2016) señala al estado de Yucatán como el primer lugar a nivel nacional en obesidad y sobrepeso. El programa TOBY desarrolla estrategias que fomentan el conocimiento y la detección de los problemas de sobrepeso u obesidad, así como las alternativas para su tratamiento, involucrando la participación familiar. La idea fundamental es combatir la obesidad fomentando el deporte en los niños e inculcándoles el seguimiento de un régimen alimenticio adecuado con el plato del bien comer maya. El programa TOBY realiza visitas a las escuelas de educación básica del estado de Yucatán

**Palabras Clave:** Obesidad infantil, alimentación, hábitos saludables, estrategia, educación básica

### Abstract

The study conducted in 2015 by the Mexican Institute for Competitiveness (IMCO) states: 80% of the population is overweight and 30% suffers from obesity. Obesity generates high economic losses and reduces the country's competitiveness, also: higher costs to the public treasury to treat associated diseases, lower labor productivity and higher expenses for the population and loss of quality of life (Shamah-Levy, T. et al, 2018).

According to the National Health and Nutrition Survey ENSANUT 2000 - 2016 (ENSANUT, 2016) points to the state of Yucatan as the first place nationally in obesity and overweight. The TOBY program develops strategies that promote knowledge and detection of overweight or obesity problems, as well as alternatives for their treatment, involving family participation. The fundamental idea is to combat obesity by promoting sports among children and instilling in them the importance of following a proper dietary regimen with the Mayan plate of good eating. The TOBY program visits elementary schools in the state of Yucatan.

**Key words:** Childhood obesity, nutrition, healthy habits, strategy, basic education.

## I. Introducción

Según investigaciones recientes (ENSENUT, 2016), el sedentarismo en los niños, es tan culpable del sobrepeso y la obesidad infantil, como la mala alimentación. La salud infantil no es un juego de niños, la diferencia entre hacer actividad física y deporte es muy clara. Las actividades físicas y los deportes no sólo son para que los niños se diviertan, en realidad permiten que los niños se conozcan, favorece la convivencia, las relaciones humanas, así como el buen humor.

El ejercicio ayuda a que el cuerpo libere sustancias que hacen que se sientan mejor y más felices, aleja la depresión, el aislamiento, los llena de energía, favorece la memoria y la concentración, les enseña a superarse. Se debe hacer conciencia con los padres de familia y los alumnos de las escuelas de educación básica, de la importancia de tener y mantener un estilo de vida saludable, mediante la prevención, sana alimentación y complementando con el ejercicio en familia o practicar algún deporte, todo esto para prevenir y combatir la obesidad en casa (Trujillo, 2009).

El programa TOBY (y su eslogan “TU OBESIDAD BÁJALA YA”) tiene una justificación importante debido a la creciente tasa de obesidad en todo el mundo. La obesidad es un problema de salud pública que puede tener graves consecuencias para la salud, incluyendo enfermedades cardiovasculares, diabetes tipo 2, apnea del sueño, problemas de articulaciones y una serie de otros problemas de salud.

Esta estrategia está diseñada para ayudar a las personas a perder peso de manera segura y efectiva mediante la adopción de hábitos saludables de alimentación y ejercicio físico regular. Este programa también incluye asesoramiento nutricional y apoyo emocional para ayudar a las personas a mantener su motivación y superar los desafíos que puedan surgir en el camino hacia la pérdida de peso. Además, el programa está diseñado para ser accesible y adaptable a las necesidades de las personas de diferentes edades, niveles de condición física y estilos de vida. Esto lo hace especialmente útil para aquellos que han intentado perder peso en el pasado, sin éxito, debido a las dificultades para encontrar un programa que se adapte a sus necesidades.



Este artículo tiene como objetivo describir la estrategia “TOBY” y su implementación en las escuelas de educación básica dando cuenta de ejemplos de los resultados obtenidos en tres escuelas del nivel preescolar durante el ciclo 2022-2023 en el estado de Yucatán.

## **II. Políticas y estrategias para erradicar la obesidad infantil**

En todas partes del mundo el tema de la obesidad preocupa a los gobiernos de los países que a través de sus secretarías o ministerios intentan erradicar esta enfermedad que está afectando sobre todo a la población más pequeña del mundo: los niños de edades entre tres y doce años. Por ejemplo, en México, para el IMSS (Instituto Mexicano del Seguro Social) la prevención de la obesidad en los lactantes y los niños pequeños es una prioridad, por lo que algunas recomendaciones-de prevención para este problema son:

- Promover la lactancia materna
- Evitar o eliminar poner azúcares o almidones a la leche del biberón
- Enseñar a las mamás a aceptar la capacidad de su pequeño para regular el aporte calórico, en lugar de obligarlo a terminarse toda la comida del plato
- Para promover un crecimiento lineal óptimo, asegurar la ingesta de micronutrientes necesarios

En el caso de niños y adolescentes, para prevenir la obesidad es necesario:

- Promover un estilo de vida activo
- Limitar las horas para ver televisión o jugar videojuegos
- Fomentar el consumo de frutas y verduras
- Restringir el consumo de alimentos ricos en energía, pero pobres en micronutrientes
- Restringir la ingesta de bebidas o refrescos azucarados

Para la UNICEF (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia) (UNICEF, 2019) en la mayoría de los niños el sobrepeso y la obesidad pueden prevenirse si se corrigen sus hábitos de nutrición y salud con una mejor alimentación, menos productos procesados,

además de promover una mayor actividad física y menos sedentarismo. A su vez, la OMS (Organización mundial de la Salud) da las siguientes recomendaciones para reducir el riesgo de obesidad en niños y así buscar acabar con ella:

- Promover el consumo de alimentos saludables
- Promover la actividad física
- Atención pregestacional y prenatal
- Una dieta sana y actividad física en la primera infancia
- Para niños en edad escolar, promover entornos escolares saludables, alimentos nutritivos y actividad física
- Control de peso a través de servicios que los ayuden a modificar su tipo de vida

Por otro lado, en la Unión Europea (UE) también se han implementado varios programas y políticas para combatir la obesidad infantil. Algunos ejemplos son: el Programa de Apoyo a la Política de Salud de la Unión Europea en materia de Nutrición y Actividad Física (EU Action Plan on Childhood Obesity), este programa tiene como objetivo reducir la obesidad infantil en Europa mediante la promoción de la actividad física y la alimentación saludable. Incluye medidas como la promoción de la lactancia materna, la regulación de la publicidad de alimentos poco saludables y la promoción de entornos escolares saludables.

También se implementa el Programa de la Unión Europea para la Distribución de Frutas y Hortalizas en las Escuelas (EU School Fruit Scheme) en el que tiene como objetivo promover el consumo de frutas y hortalizas entre los niños de las escuelas de la UE. Los niños reciben una ración diaria de frutas y hortalizas frescas y se les enseña sobre la importancia de una alimentación saludable. Otra es la Estrategia Europea sobre Nutrición, Sobrepeso y Obesidad relacionada con la salud (EU Strategy on Nutrition, Overweight and Obesity related health issues): en el que aborda la obesidad infantil y otros problemas de salud relacionados con la nutrición en la UE. Incluyendo medidas como la promoción de la actividad física y la alimentación saludable en los entornos escolares y la regulación de la publicidad de alimentos poco saludables.

Un aspecto importante para el desarrollo de programas y la implementación de estrategias nacionales para reducir estos problemas es la investigación puesto que se necesita datos para poder orientar la creación de estas políticas, en ese sentido el Programa de Investigación en la UE sobre Obesidad Infantil (EU Research Programme on Childhood

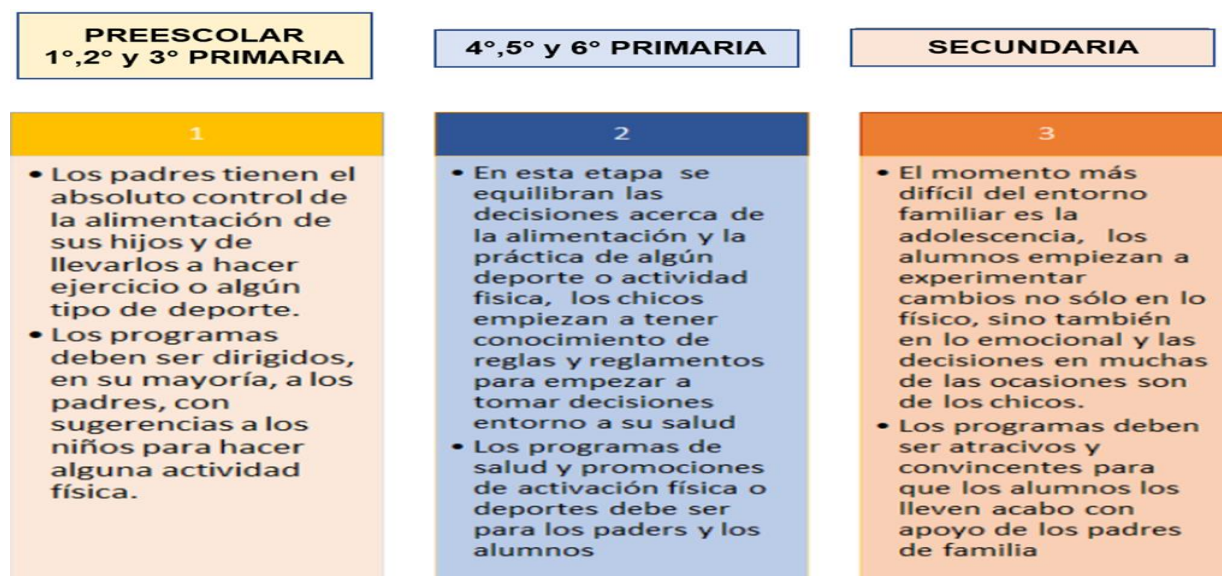
Obesity) tiene como propósito financiar la investigación sobre la obesidad infantil y desarrollar nuevas estrategias para abordar el problema. La investigación se enfoca en áreas como la actividad física, la nutrición, la genética y la psicología.

En algunos países de América existen varios programas y políticas dirigidos a combatir la obesidad infantil, por ejemplo:

- Programa Nacional de Alimentación Escolar, Brasil: Este programa tiene como objetivo mejorar la alimentación de los niños en edad escolar, brindándoles alimentos saludables y nutritivos en las escuelas. Además, se promueve la educación nutricional y la actividad física.
- Programa Nacional de Prevención y Control de la Obesidad, Estados Unidos: Este programa se enfoca en la prevención y el control de la obesidad infantil en Estados Unidos. Incluye medidas como la promoción de hábitos alimentarios saludables, el aumento de la actividad física y la educación sobre la obesidad y sus consecuencias.
- Programa de Promoción de Alimentación Saludable, Argentina: Este programa tiene como objetivo promover la alimentación saludable y la actividad física en los niños y jóvenes de Argentina. Incluye medidas como la promoción de alimentos saludables en las escuelas y la realización de actividades físicas en las comunidades.

Todos coinciden en una mejor alimentación y que sea saludable, hacer alguna actividad física y evitar los alimentos procesados ricos en grasas y azúcares. Estos son solo algunos ejemplos de los programas y políticas que se están implementando en el mundo para combatir la obesidad infantil. Es importante destacar que la lucha contra la obesidad infantil requiere una estrategia integral y una acción coordinada entre los gobiernos, la sociedad civil, las empresas y las familias. Tal como se expresó en la parte introductoria de este artículo la estrategia TOBY tiene coincidencia en sus principios con estos programas y políticas, en la figura uno, se expresa para el caso de la educación básica de acuerdo al nivel algunas descripciones de cómo se deberían de implementar las estrategias para intentar erradicar y prevenir esta enfermedad en donde el papel de las familias es fundamental para estos procesos.

Figura 1. Recomendaciones para la implementación de programas y estrategias para erradicar y prevenir la obesidad en la educación básica (fuente propia).



### III. Descripción del proyecto TOBY

La estrategia está presente en cualquier actividad humana, cotidianamente nos referimos a la estrategia como un plan para abordar cualquier problema de la vida diaria. En relación con este grave problema de salud pública el estado de Yucatán ocupa el primer lugar nacional. Debido a esto se desarrolló esta estrategia que se titula “TOBY” la cual visita las escuelas de educación básica del gobierno en todos los municipios del estado, así como también escuelas particulares con el apoyo de las autoridades escolares.

Este trabajo se lleva a cabo para probar la eficacia del mantenimiento de peso alternativa para los niños de 3 a 15 años de edad en familia. El objetivo de esta estrategia es concientizar a los padres y alumnos sobre estos problemas de obesidad, a través de actividades que consisten en percibir el tamaño y el peso corporal de sus hijos y ellos mismos por medio de informes que se les proporcionan con recomendaciones sobre hábitos de salud, actividad física y alimentación y así evitar que los niños desarrollen estos problemas que están en mayor riesgo de desarrollar enfermedades relacionadas con el peso, especialmente la diabetes.

Las visitas se hacen por medio de una convocatoria que se publica en internet con fechas disponibles, en dos momentos: septiembre-diciembre y febrero-junio. Las fechas se seleccionan de acuerdo al calendario escolar de la SEGEY (Secretaría de Educación de Yucatán), en la figura dos se muestra un ejemplo de la organización de las visitas en el ciclo escolar en el segundo periodo del ciclo escolar 2022-2023.

Figura 2. Ejemplo de la organización de visitas a las escuelas en el periodo de febrero-junio del ciclo escolar 2022-2023 (fuente propia).



Con lo que respecta a la atención, en el nivel Preescolar, por ejemplo, se atienden a todos los grupos en una sola visita; en el nivel primaria son una o dos visitas por escuela, en una primera visita se trabaja con primaria baja con primero a tercer grado y en la otra primaria alta 4°-6° grado, por visita; secundaria se realizan las visitas por grado escolar, es decir, en un día para un grado.

Una vez apartada la fecha se hace una visita previa a las escuelas, 15 días antes de la fecha del evento para definir los espacios donde se llevarán a cabo las actividades. El número de personas que participan en la elaboración de las actividades somos 10 por evento, 9 estudiantes de la Lic. en Nutrición y un Licenciado en Educación Física. Las actividades tienen una duración de 30 minutos cada una.

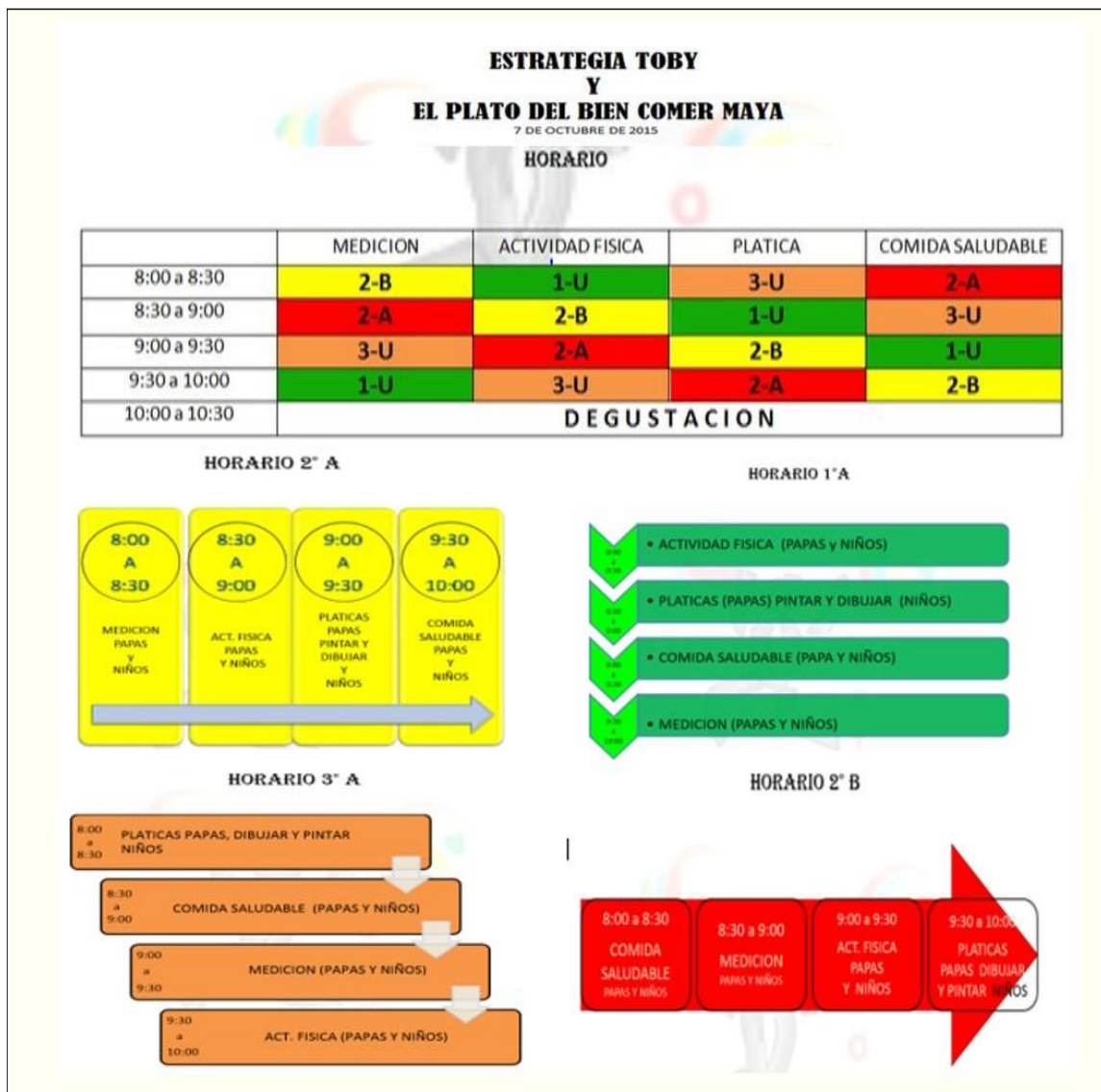
En la figura tres y cuatro, se observa el ejemplo del horario y organización en un plantel para la implementación de la estrategia y la participación de los grupos.

Figura 3. Organización de la estrategia en las escuelas (fuente propia).

GRUPOS	HORARIO	MATERIALES
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Todos los grupos</li> <li>• Se divide en 4 grupo de colores.</li> <li>• Cada uno tendrá un horario para pasar a las 4 estaciones.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Se manejan 2 horarios para <b>escojer</b> el que mejor se adapte al jardín.</li> <li>• La duración de la actividad es de 2 Hrs. aproximadamente</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 4 Areas o espacios</li> <li>• 1.- <b>Platicas</b> (salón cerrado con cañon no indispensable y un salon para que los niños pinten y dibujen)</li> <li>• 2.- <b>A. Fisica</b> (Plaza civica o cancha)</li> <li>• 3.- <b>COMIDA SALUDBLE</b> (salón o/y cocina)</li> <li>• 4.- <b>Medición</b> (2 o 3 mesas, sillas, puede ser en los pasillos o un salón)</li> <li>• 5.- <b>DEGUSTACION</b> Al final de las actividades se ponen los alimentos pen mesas para pasar y degustar</li> </ul>



Figura 4. Ejemplo de la organización de un plantel para la implementación de la estrategia “TOBY” con los grupos de la escuela (Fuente propia).



La parte práctica consiste principalmente en el desarrollo de 4 estaciones donde se realizan actividades relacionadas a la información sobre los hábitos de alimentación saludable, evaluación del peso de los estudiantes y padres de familia, así como su índice de masa corporal y recomendaciones para la preparación de alimentos y el plato del buen comer al finalizar estas actividades a través de una exposición de alimentos se realiza una degustación como cierre de la estrategia. En la tabla uno, se describen más a detalle estas estaciones.

Tabla 1. Descripción de las estaciones y actividades que se implementan en la estrategia TOBY en las escuelas (elaboración propia)

<b>Actividades</b>	<b>Descripción</b>
1. Matrogimnasia	Es un ejercicio físico llevado a cabo por la madre y el hijo(a) o la forma de actividad física en la que se integra la participación activa tanto de la madre o padre o ambos, a través de diversas formas de ejercitación como puede ser la gimnasia, el baile, el juego, la expresión corporal, las rondas, etc. tendientes al desarrollo y aprendizaje de patrones motores básicos y la consolidación de otros.
2. Medición.	Una medida común de evaluación para determinar cuándo es “excesiva” es el Índice de Masa Corporal (IMC). El IMC se calcula mediante una operación matemática utilizando las medidas de peso y altura. La cifra resultante sirve de indicador general para saber si el peso de la persona está dentro de un rango saludable. Se divide el peso en Kg entre la altura (en metros) al cuadrado. Los resultados se compararán con la clasificación que da la Organización Mundial de la Salud. Por lo que se le tomará esta medida a los alumnos y padres de familia, incorporando a estos también a medición de cintura, glucosa y presión (si se cuenta con los elementos), dándoles sus resultados.
3. Pláticas. (Plato del bien comer Maya, Uady)	Se dará orientación a los padres de familia sobre el consumo diario de alimentos saludables, el número de comidas al día, lo que aportan los diferentes tipos de alimentos, frutas y verduras de la época, etc. Mientras,



	los alumnos tendrán una actividad con el plato de bien comer maya de la UADY.
4. Preparación de alimentos saludables.	Los padres de familia deberán llevar diferentes tipos de alimentos, frutas, verduras, etc. del plato del bien comer MAYA, para preparar en el salón de clase junto con sus hijos y con las maestras de gpo. jugos, ensaladas, cocteles, comidas, postres, todos saludables.
5. Degustación:	Al final de las actividades se pondrá una mesa con los productos elaborados por los diferentes grupos, para concluir con la degustación de dichos alimentos del plato del bien comer MAYA.

#### IV. Resultados

En las visitas que se realizan por TOBY a las escuelas de educación básica se recaba información sobre los datos obtenidos en la evaluación de su ~~para sacar el~~ IMC de los alumnos y sus acompañantes, misma que después se manda a las escuelas para que ellos informen y se tomen las medidas pertinentes para seguir apoyando a que la comunidad escolar y sus familias tengan una mejor calidad de vida.

Algunos ejemplos de estas medidas que pueden y han implementado las escuelas está, por ejemplo, un banderín al grupo que semanalmente tiene que llevar menos comida chatarra como lunch, pedir al alumnado llevar una o dos veces a la semana frutas y verduras de temporada para el lunch, información a los padres de recetas para lunch por mencionar algunas.

Por ejemplo, en la tabla número dos se observan los resultados obtenidos de un Jardín de Niños y que fueron mandados a los directivos del plantel con algunas sugerencias de

estrategias que pueden implementar para darle continuidad a la estrategia de manera autónoma en colaboración con los maestros, padres de familia y alumnos.

Tabla 2. Resultados del Jardín de Niños “Juan de la Barrera” (Elaboración propia).

JN “JUAN DE LA BARRERA”							
ALUMNOS 1A	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	15.2Kg	95cm/0.95m	16.84 Bajo peso	Ahiel	60.6Kg	1.54m	25.55 SobrePeso
2	15.8Kg	96cm/0.98m	16.45 Bajo Peso	Jacquelin	81.1Kg	1.57m	32.9 Obesidad I
3	12Kg	92cm/0.92m	14.17 Bajo Peso	Jenny	77.5Kg	1.53m	33.1 Obesidad I
4	14.9Kg	94cm/0.94m	16.86 Bajo Peso	Keren	77.8Kg	1.48m	35.51 Obesidad II
5	16.2Kg	100cm/1.00m	16.2 Bajo Peso	Selmi	72Kg	1.48m	32.87 Obesidad I
6	15.2Kg	97cm/0.97m	16.15 Bajo Peso	Neydi	64.6Kg	1.54m	27.23 Sobrepeso
7	16Kg	98cm/0.98m	16.65 Bajo Peso				
8	14Kg	99cm/0.99m	14.28 Bajo Peso	Maria	63.5Kg	1.54m	26.77 Sobrepeso
9	15.6Kg	100cm/1.00m	15.5 Bajo Peso	Mayte	63.6Kg	1.53m	27.16 Sobrepeso
10	14.7Kg	95cm/0.95cm	16.28 Bajo Peso	Michell	55Kg	1.50m	24.44 Normal
11	14.7Kg	98cm/0.98cm	15.3 Bajo Peso	Victoria	71.5Kg	1.55m	29.76 Sobrepeso
ALUMNOS 2A	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	16.6kg	100.1 cm/ 1.00m	16.6 Bajo peso	Odaly	40.9kg	1.53m	17.47 Bajo peso
2	17.4kg	100.4cm/1.00m	17.4 Bajo peso	Denis	77.5kg	1.52m	33.54 Obesidad I
3	17.1kg	1.05m	15.51 Bajo peso	Cistian	65.1kg	1.59m	25.75 Sobrepeso
4	18.6kg	1.04m		Elsy	77.7kg	1.56m	31.92 Obesidad I
5	15.4kg	98cm/0.98m	16.03 Bajo peso	Melissa	67kg	1.53m	28.62 Sobrepeso
6	17.7kg	100cm/1.00m	17.7 Bajo peso	Jazmin	95.5kg	1.47m	44.19 Obesidad III
7	15.9kg	100.8cm/ 1.00m	15.64 Bajo peso	Nayeli	81.3kg	1.62m	30.97 Obesidad I
ALUMNOS 3A	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	16.2kg	1.07m	14.14 Bajo peso	Sarai	63.6kg	1.55m	26.47 Sobrepeso
2	14.5kg	100cm/1.00m	14.5 Bajo peso		63.8kg	1.59m	25.23 Sobrepeso
3	16.6kg	1.06m	14.6 Bajo peso	Marlom	91.2kg	1.75m	29.77 Sobrepeso
4	18.1kg	1.09m	15.23 Bajo peso	Alejandro	70kg	1.55m	29.13 Sobrepeso
5	18.5kg	1.08m	15.86 Bajo peso	Beatriz	73.4kg	1.60m	28.67 Sobrepeso
6	18.4kg	1.11m	14.93 Bajo peso	Lizbeth	69.7kg	1.53m	29.77 Sobrepeso
7	15.7kg	1.04m	14.51 Bajo peso	Abril	72.2kg	1.44m	34.81 Obesidad I
8	11.9kg	92cm/ 0.92m	14.05 Bajo peso	Melba	59kg	1.37m	31.43 Obesidad I



Tabla 4. Resultados del Jardín de Niños "Vicente Guerrero" (Elaboración propia).

JARDIN DE NIÑOS "VICENTE GUERRERO"							
GRUPO 1A							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	11.7	0.94	13.24128565	Padres	65.5	1.53	27.9806912
2	14.8	1.01	14.50838153	Padres	101.2	1.81	30.890388
3	15	0.97	15.94218302	Padres	52.8	1.58	21.1504567
4	18.7	1.05	16.96145125	Padres	76.2	1.52	32.9813019
5	13.9	1.02	13.36024606	Padres	72.3	1.57	29.3318187
6	13	0.95	14.40443213	Padres	63.6	1.55	26.4724246
7	18	1.02	17.30103806	Padres	67.2	1.54	28.3353011
8	13	0.9	16.04938272	Padres	52.1	1.56	21.4086128
GRUPO 2B							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	16.9	0.95	18.72576177	Padres	53.1	1.49	23.9178415
2	14.3	0.97	15.19821448	Padres	78.6	1.55	32.7159209
3	16.7	1.01	16.37094403	Padres	109.6	1.52	47.4376731
4	22.4	1.1	18.51239669	Padres	69.9	1.57	28.3581484
5	17.5	1.03	16.49542841	Padres	96.9	1.6	37.8515625
GRUPO 2A							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	15.8	1.07	13.80033191	Padres	77.2	1.77	24.6417058
2	18.8	1.07	16.42064809	Padres	65.1	1.69	22.7933196
3	16	1.09	13.46687989	Padres	69.7	1.54	29.3894417
4	17.3	1.05	15.69160998	Padres	61.8	1.55	25.723205
5	14.8	1.02	14.22529796	Padres	80	1.64	29.7441999
6	14.4	1.04	13.31360947	Padres	69	1.62	26.2917238
7	16.4	1.06	14.59594162	Padres	83.1	1.7	28.7543253
8	15.6	1.06	13.88394446	Padres	85	1.55	35.3798127
9	16.9	1.11	13.71641912	Padres	52.3	1.52	22.6367729
10	16	1.04	14.79289941	Padres	50.9	1.56	20.9155161
11	20.6	1.09	17.33860786	Padres	77	1.64	28.6287924
12	15.8	1.07	13.80033191	Padres	74.3	1.66	26.9632748
13	13.8	1	13.8	Padres	73.6	1.59	29.1127724
14	13.2	0.99	13.46801347	Padres	105.8	1.6	41.328125
15	16.4	1.05	14.87528345	Padres	75.7	1.58	30.3236661
16	12	0.97	12.75374641	Padres	59.1	1.53	25.2467
17	19.9	1.09	16.74943187	Padres	94.4	1.64	35.0981559
18	15	1.03	14.13893864	Padres	64.8	1.69	22.6882812
19	16.4	1.03	15.45857291	Padres	86.9	1.69	30.4261055
GRUPO 2B							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	19.1	1.09	16.07608787	Padres	75.7	1.5	33.6444444
2	16.1	1.01	15.7827664	Padres	67.4	1.65	24.7566575
3	15.2	1.03	14.32745782	Padres	80	1.58	32.0461465
4	17.8	1.1	14.7107438	Padres	65.8	1.56	27.0381328
5	15	1.13	11.74720025	Padres	75.1	1.68	26.6085601
6	21.1	1.11	17.12523334	Padres	78.3	1.58	31.3651658
7	26.6	1.12	21.20535714	Padres	123	1.68	43.579932
8	15.8	1	15.8	Padres	73.2	1.59	28.9545508
9	31.1	1.15	23.51606805	Padres	61.2	1.51	26.840928
10	15.8	1.1	13.05785124	Padres	81.5	1.64	30.3019036
11	19.4	1.1	16.03305785	Padres	92.9	1.6	36.2890625
12	15.1	1.04	13.96079882	Padres	83.3	1.51	36.5334854
GRUPO 3A							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	19.4	1.09	16.32859187	Padres	84.9	1.485	38.4994728
2	18.7	1.115	15.04152507	Padres	65.9	1.575	26.5658856
3	22.5	1.035	21.00399076	Padres	59.3	1.598	23.2220814
4	12.7	0.968	13.55354825	Padres	69.2	1.529	29.59996
5	13	0.959	14.13533606	Padres	57.9	1.442	27.8450526
6	17.2	1.038	15.9637067	Padres	80.6	1.579	32.3274004
7	14.9	1.01	14.60641114	Padres	68.5	1.505	30.2424918
8	14.9	1.063	13.18620245	Padres	116.1	1.56	47.7071006
9	23.6	1.125	18.64691358	Padres	60.9	1.49	27.4311968
10	14.5	1	14.5	Padres	60.4	1.509	26.5251873
11	15.4	1.04	14.23816568	Padres	87.4	1.484	39.6865759
12	16.8	1.048	15.2963114	Padres	71.9	1.528	30.7951399
13	15.9	1.16	11.81629013	Padres	68.4	1.58	27.3994552
GRUPO 3B							
ALUMNOS	PESO	TALLA	IMC	FAMILIAR	PESO	TALLA	IMC
1	14.4	1.04	13.31360947	Padres	67	1.58	26.8386477
2	16.3	1.052	14.7284188	Padres	77.4	1.6	30.234375
3	15	1.02	14.41753172	Padres	78.1	1.58	31.2850505
4	16.6	1.04	15.34763314	Padres	51.4	1.53	21.9573668
5	14.1	1.07	12.31548607	Padres	89.3	1.64	33.2019631
6	15.4	1.045	14.10224125	Padres	92.4	1.75	30.1714286
7	19.1	1.133	14.87899328	Padres	73.3	1.56	30.1199869
8	20.4	1.075	17.65278529	Padres	66.9	1.42	33.1779409
9	18.3	1.1	15.12396694	Padres	66.1	1.56	27.161407
10	21.6	1.08	18.51851852	Padres	50.9	1.41	25.6023339
11	19.4	1.095	16.17981276	Padres	88.2	1.52	38.1752078
12	16.4	1.07	14.32439514	Padres	59.5	1.5	26.4444444
13	22.6	1.455	10.67535811	Padres	62.4	1.43	30.5149396
14	15.1	1.04	13.96079882	Padres	82.3	1.61	31.7503183
15	28.7	1.17	20.96573891	Padres	113.1	1.64	42.0508626
16	16	1.07	13.97501965	Padres	62.9	1.63	23.6742068
17	20.4	1.15	15.42533081	Padres	103.3	1.67	37.0396931

## V. Discusión

Cuando veíamos niños o niñas y adolescentes con sobrepeso decíamos “hay qué lindo, qué gordito, se le ve muy sano, muy sonrojado”. Pero el tiempo pasó, ahora sabemos que el sobrepeso en niños y niñas también pueden producir los mismos problemas de salud que los adultos: problemas en riñones, enfermedades del corazón, diabetes, alta presión arterial, colesterol alto y problemas psicológicos. Daño en el hígado también es común en el sobrepeso.

Comúnmente se habla de problemas glandulares, tensión emocional que despierta ansiedad por comer, aburrimiento porque los niños pasan muchas horas solos o mirando televisión y los malos hábitos alimenticios de los mayores que viven en el hogar. Los niños que no realizan actividad física no desarrollan su máximo potencial psicomotriz y crecerán con desventajas con respecto a niños que sí lo hacen.

Actividades básicas como atrapar, lanzar, balancearse, arrojar, correr con cambios de dirección, trepar, son formas de juego que desarrollan la coordinación, la agilidad, la orientación, el conocimiento del propio cuerpo en movimiento. Los beneficios en el desarrollo que pierden por las horas no realizadas de actividad física o juego en movimiento son difíciles de recuperar cuando son más grandes. A esto deben sumarse los problemas en salud derivados del sedentarismo, y los malos hábitos de alimentación que se convierten en un círculo vicioso de sobrepeso y obesidad, hipertensión arterial, colesterol elevado, hiperglucemias con tendencia a la diabetes precoz. Los niños con sobrepeso tienden a ser más sedentarios.

## VI. Conclusiones

La incidencia de la obesidad está aumentando en la población en gran medida y a una tasa mayor en las poblaciones minoritarias. La obesidad aumenta el riesgo de desarrollar otras enfermedades crónicas, tales como hipertensión, diabetes, enfermedad cardíaca coronaria, y varios tipos de cáncer. La tendencia nacional hacia el sobrepeso ya incluye a la población infantil, donde la incidencia del exceso de peso / obesidad es ahora uno de cada cinco. Los estudios realizados hasta la fecha indican que el índice de masa corporal (IMC)

se vuelve relativamente fijo en la adolescencia y que los niños que son obesos tienen mayor probabilidad de que seguir siéndolo en la edad adulta.

Es muy difícil para adultos obesos perder peso de forma permanente, debido a que su genética no puede ser modificada, las estrategias de prevención deben centrarse en los cambios de estilo de vida básicos, tales como conductas alimentarias y patrones de actividad. Los esfuerzos para prevenir la obesidad tendrán que comenzar con los niños.

A diferencia de los adultos, los niños sólo son parcialmente responsables de sus opciones de alimentación y ejercicio. Los padres y otros cuidadores ejercen una influencia sobre los patrones de dieta y ejercicio, sobre todo cuando los niños son pequeños. Los esfuerzos para prevenir la obesidad harán cambiar las actitudes de los cuidadores y comportamientos con el fin de impactar en la alimentación y actividades de sus hijos.

Los padres y los cuidadores no pueden iniciar cambios preventivos a menos que primero perciban que su hijo está en riesgo por algún resultado adverso. Por lo tanto, es importante que el cuidador entienda la relación del peso corporal del niño y el riesgo para la salud. Antecedentes familiares de morbilidad relacionada con la obesidad podría ser otra influencia de percepción de riesgo para el menor.

Finalmente, son los padres quienes deben tener hábitos y disposición a participar en la dieta y el ejercicio, modificación que podría influir en su voluntad de poner en práctica estrategias de prevención de la diabetes en sus hijos. Las familias pueden también diferir en sus creencias acerca de su capacidad para prevenir condiciones de la enfermedad. Las diferencias individuales y culturales en la percepción tamaño corporal adecuado y la forma también contribuyen a la percepción de los padres de sobrepeso como problema de salud o como una señal de que el niño está sano y bien alimentado. Poco se sabe acerca de las percepciones de los padres de la relación entre el peso corporal y la salud en sus hijos en las escuelas por lo que sin duda es un tema que es pertinente explorar e investigar para que los resultados de este tipo de estrategias consigan con mayor facilidad sus propósitos.

En resumen, el programa TOBY es una respuesta necesaria y valiosa a la epidemia mundial de obesidad y puede ayudar a las personas a mejorar su salud y calidad de vida a largo plazo.

## Referencias

- ENSANAUT (2016). *Encuesta Nacional de Salud y Nutrición ENSANUT 2000 – 2016. Informe de resultados*. México: Secretaría de Salud, Instituto Nacional de Salud Pública. Obtenido de
- ENSANUT (2012). *Encuesta nacional de salud y nutrición 2012. Resultados nacionales*. México: Secretaría de Salud, Instituto Nacional de Salud Pública. Obtenido de [http://ensanut.insp.mx/doctos/ENSANUT2012\\_Nutricion.pdf](http://ensanut.insp.mx/doctos/ENSANUT2012_Nutricion.pdf)
- Shamah-Levy, T. *et al* (2018). Sobrepeso y obesidad en niños y adolescentes en México, actualización de la Encuesta Nacional de Salud y Nutrición de Medio Camino 2016. *Salud Pública de México*, 60 (3), 244-253.
- SSY (2014). *Estrategia Estatal para la Prevención y el Control del Sobrepeso, la Obesidad y la Diabetes*. Yucatán: Secretaría de Salud de Yucatán. Obtenido de <http://www.cenaprece.salud.gob.mx/programas/interior/adulto/descargas/pdf/EstrategiaSODYucatan.pdf>
- Trujillo N., Fernando (2009). Actividad física y obesidad infantil. *EFdeportes.com Revista Digital*, 14 (131). Recuperado de <https://www.efdeportes.com/efd131/actividad-fisica-y-obesidad-infantil.htm>
- UNICEF (2016). Guía programática de UNICEF. Prevención del sobrepeso y la obesidad en niños, niñas y adolescentes. Nueva York: UNICEF. <https://www.unicef.org/media/96096/file/Overweight-Guidance-2020-ES.pdf>





## Directrices editoriales

### Objetivo

Conforme a los principios que se orienta la Asociación Mexicana de Corporeidad A.C. la publicación de los números de la revista busca la difusión de conocimientos hacia sectores interesados en temas selectos sobre educación que aporten a contribuir el mejoramiento de las condiciones profesionales, educativas, sociales y culturales de la sociedad dentro y fuera de la República Mexicana.

### Temática

Las colaboraciones deberán estar relacionadas acorde a las siguientes líneas temáticas: Equidad e inclusión educativa; Corporeidad y motricidad; Vinculación curricular; Evaluación educativa; Neurociencias aplicadas; Deporte, actividad física y salud; Formación profesional.

### Secciones

Las contribuciones que se propongan para ser publicadas deberán ser resultados parciales o finales de investigación, aportaciones teóricas o metodológicas, revisión de literatura y prácticas innovadoras sustentadas científicamente. Dichos trabajos no deben estar publicados en otros medios ni en proceso de dictaminación simultánea en otra revista o medio de publicación.

- *Artículos de investigación.* Escritos que reporten los resultados de proyectos de investigación que posibiliten una mejor comprensión de problemas de una manera consistente con la metodología empleada, así como con los fundamentos teórico-conceptuales en que se apoya.
- *Artículos teóricos (ensayos y revisiones sistemáticas).* Escritos que traten algún aspecto o tema de la educación desde una perspectiva fundamentada y propositiva, no necesariamente a partir de un resultado de un proyecto de investigación. Explora y problematiza la realidad educativa de una forma clara, sistemática y coherente. Por sus características inherentes, estos manuscritos son construcciones libres.

- *Intervenciones educativas:* Son las experiencias de los docentes frente a grupo, que tengan como base la aplicación de una intervención didáctica innovadora con un sustento teórico metodológico encaminado a mostrar la experiencia y resultados de la misma que contribuyan a mejorar la práctica docente.

### Estructura de los artículos

Los manuscritos deben contener los siguientes elementos:

- Título y autores
- Resumen y Abstract (250 palabras)
- Mínimo de tres palabras clave y traducción en inglés (keys words).
- Introducción / Planteamiento del problema
- Fundamento Teórico
- Metodología
- Resultados
- Discusión
- Conclusiones
- Referencias

### Formato

- Archivo Word tamaño carta.
- Fuente Times New Roman, tamaño 12 e interlineado de 1.5, sin espacios entre cada párrafo.
- Los títulos deberán estar en negrita y separados por un espacio entre el párrafo anterior y posterior.
- Toda la fuente deberá estar en color negro
- La extensión mínima es de 12 páginas y máxima de 15 páginas.
- Todas las citas, referencias, tablas, figuras, bibliografía deben seguir el estilo APA 7ª edición

### Proceso de evaluación

- *Envío de contribuciones:* Los trabajos se someterán a una primera evaluación en la cual se verifica que el manuscrito sea acorde con los criterios de claridad, pertinencia y relevancia, así como los lineamientos editoriales de la revista. Es también importante que la temática abordada sea del interés de la revista. Los artículos que no son aceptados en

la primera valoración se les informará a sus autoras o autores de la declinación en un plazo no mayor de treinta días hábiles.

Procedimiento para envío (dos opciones): A través de la plataforma: <https://revistaamexco.com.mx/index.php/ojs/about/submissions> o; por correo electrónico, enviar la contribución en formato Word (doc/docx) al correo electrónico [investigacionamexco@gmail.com](mailto:investigacionamexco@gmail.com) indicando en el asunto, la línea temática y el tipo de aportación.

En ambas opciones deberá identificar el archivo con el tipo de contribución, guion bajo y título. Ejemplo: Ensayo\_Los ejemplos de publicación

- *Dictamen:* En caso de haber sido aprobado en la primera revisión, el envío se envía a tres evaluadores de dictaminación con base en el método del doble ciego, en el cual tanto autores como dictaminadores permanecen anónimos. El resultado de cada dictamen puede ser: Aceptado sin cambios / Aceptado con cambios / No aceptado.
- *Protocolo de aceptación:* La decisión final está basada en tres escenarios de dictaminación:
  1. Si el escrito recibe tres o dos dictámenes reprobatorios, se rechaza y se envía al autor/a con la opinión general del dictamen.
  2. Cuando el artículo obtiene dos dictámenes aprobatorios y uno reprobatorio se acepta siempre y cuando el autor atienda a los cambios y sugerencias de los evaluadores.
  3. Si el escrito es aprobado por los tres dictaminadores el autor recibe la devolución del escrito con las recomendaciones de sus revisores; deberá atenderlas y enviar su texto modificado en el plazo señalado a fin de proseguir con el proceso editorial.

#### La Revista AMEXCO:

- Conserva en todo momento el anonimato de autores y árbitros (método del doble ciego).
- Cuenta con un comité de dictaminación compuesto por una amplia gama de especialistas con experiencia en el campo a nivel nacional en áreas a fines a las temáticas descritas en el apartado correspondiente a enfoque y alcance.
- No se compromete a publicar todas las colaboraciones recibidas.
- No ofrece ningún tipo de retribución económica a los autores.
- Toda participación de autores es totalmente gratuita.
- En caso de aceptación para la publicación se otorgará un reconocimiento/constancia de su colaboración publicada.



**Para mayor información consultar:**

**Sitio web de AMEXCO Revista Electrónica Educativa:**

<https://revistaamexco.com.mx/>

**Página de Facebook:**

<https://www.facebook.com/Investigaci%C3%B3n-Nacional-Amexco-102378134955996>





