

Revista

Biumar

ISSN 2539-0716 - ISSN Electrónico 2619-1660 DOI: 10.31948/BIUMAR2-1 / Vol. 2 No. 1 Enero – diciembre 2018 / Universidad Mariana, San Juan de Pasto, Nariño, Colombia



Grupo de Investigación
Bienestar y Desarrollo Humano



Biurnar

Revista

Revista BIUMAR
Journal BIUMAR
Revista BIUMAR
DOI: 10.31948/BIUMAR2-1

San Juan de Pasto, Colombia. Vol. 2 No. 1
Enero – diciembre 2018
ISSN: 2539-0716
ISSN Electrónico 2619-1660

Periodicidad – Periodicity - Periodicidade:
Anual – Annual - Anual

Número de páginas - Number of pages - Número de páginas: **92**

Formato – Format - Formato:
22 cm x 28 cm

Universidad Mariana

Rectoría
Hna. **Amanda del Pilar Lucero Vallejo** fmi

Vicerrectoría de Bienestar Universitario
Hna. **Maura Andrea Guerrero Lucero** fmi

Vicerrectoría Académica
Magíster **Graciela Burbano Guzmán**

Vicerrectoría Administrativa y Financiera
Magíster **María del Socorro Paredes Caguasango**

Dirección Centro de Investigaciones
Doctorando **Luis Alberto Montenegro Mora**

Dirección Editorial UNIMAR
Magíster **Luz Elida Vera Hernández**

Equipo Editorial

Directora Editora - Directora Editora – Directora Editora
Magíster **Luz Elida Vera Hernández**
Directora Editorial UNIMAR, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Editor de contenido - Editor de contenido – Editor de contenido
Magíster **Johnny Richard Estacio Gómez**
Docente Bienestar Universitario, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Corrección de Estilo – Correction of Style –
Correção de Estilo

Licenciada **Leidy Stella Rivera Buesaquillo**
Editorial UNIMAR, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Traducción al Inglés – English Translation - Tradução Inglês:
Magíster **Ana Cristina Chávez López**
Editorial UNIMAR, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Traducción al Portugués – Portuguese Translation -
Tradução Português:
Magíster **Ana Cristina Chávez López**
Editorial UNIMAR, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Diseño y Diagramación – Design and Diagramming – Desenho e
Diagramação:
Maestrante **David Armando Santacruz Perafán**
Editorial UNIMAR, Universidad Mariana
San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

Depósito legal

Biblioteca Nacional de Colombia, Grupo de Procesos Técnicos, calle
24 No. 5 – 60 Bogotá D. C.

Biblioteca Central Gabriel García Márquez, Universidad Nacional de
Colombia, Plaza Central Santander, carrera 45 No. 26 – 85 Bogotá D. C.

Biblioteca Luis Carlos Galán Sarmiento, Congreso de la República de Colombia,
Dirección General Administrativa, carrera 6 No. 8–94 Bogotá D. C.

Biblioteca Rivas Sacconi, Instituto Caro y Cuervo, Sede Centro, calle
10 No. 4-69 Bogotá D. C. y Sede Yerbabuena, kilómetro 24 Autopista
Norte Bogotá D.C.

Centro Cultural y Biblioteca Pública Julio Mario Santo Domingo, calle
170 No. 67-51 Bogotá D. C.

Parque Biblioteca España, carrera 33B # 107A-100, Medellín.

Centro Cultural Leopoldo López Álvarez – Área Cultural del Banco de
la República en Pasto, calle 19 No. 21-27 San Juan de Pasto.

Biblioteca Hna. Elisabeth Guerrero N. f.m.i. Calle 18 No. 34 -104
Universidad Mariana, San Juan de Pasto.

Biblioteca Alberto Quijano Guerrero, Universidad de Nariño, Ciudad
Universitaria Torobajo, calle 18 carrera 50, San Juan de Pasto.

Las opiniones contenidas en los artículos de la *Revista BIUMAR* no
comprometen a la Editorial UNIMAR ni a la Universidad Mariana,
puesto que son responsabilidad única y exclusiva de los autores. Se
autoriza la reproducción total o parcial de los artículos aquí consignados,
sin fines comerciales, siempre y cuando se cite la fuente. Los artículos
se encuentran en texto completo en las direcciones electrónicas: <http://www.umariana.edu.co/ojs-editorial/index.php/unimar> y <http://www.umariana.edu.co/RevistaBiumar/>



Revista Biumar por Universidad Mariana se distribuye bajo una
Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-SinDerivadas
4.0 Internacional.

Introducción

8

Relación Bienestar Universitario- academia
Hna. Maura Andrea Guerrero Lucero

Artículos

16

Factores de Riesgo y Neumoconiosis Asociados a la Minería
Karina Ximena Rodríguez Espinosa
Lina Fernanda Santander Leyton
Erika Mariela Terán Benavides
Edwar Ricardo López Rodríguez

30

Un Encuentro de Experiencias Fortalecedoras para la Vida Mediante la
Psicología Apoyando los Procesos Pedagógicos
María Fernanda Enríquez Villota
Charlin Stephanie Caguasango Rosero
Leydi Vanessa Palacios Delgado

48

Nivel de Actividad Física y Composición Corporal en Adolescentes de Pasto,
2018
Jonathan Adrián Muñoz Luna
Lady Daniela Campaña Cuaspa
Ingrid Nathalia Paz Delgado
Luisa Fernanda Calderón Recalde
Nubia del Rosario Checa Cuasquen

Ensayos

62

“Atendiendo a una necesidad diferente”, acompañamiento a posgrados
Ana María Castillo Bazante

68

Los vagos merecemos becas
Daladier Ernesto Patiño Cuastumal

70

Educación sexual desde el arte y la filosofía
Héctor Daniel Romero

74

Los deportes no convencionales, una alternativa que favorece la permanencia
estudiantil en la Universidad Mariana
Carlos Deiby Rodríguez Argoty

78

Aportes a la Permanencia Escolar desde el Curso de Desarrollo Humano
“Amor y Conflicto”
Alexander Eraso Castillo

Breves

84

Pedaleando la U: “movilidad y salud”
Mg. Erwin S. Chaves López

88

“Permanencia estudiantil, un compromiso de todos”
Juan Pablo Rivera Revelo

Revista **Biumar**

Introducción



Relación Bienestar Universitario-academia

Hna. Maura Andrea Guerrero Lucero ¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art1>

¹ Magíster en Pedagogía. Especialista en Educación con énfasis en Pedagogía. Licenciada en Filosofía y Teología. Vicerrectora de Bienestar Universitario, Universidad Mariana.

Introducción

Reflexionar sobre el binomio bienestar-academia implica abordar otros temas, como formación integral y calidad de vida, desde aspectos generales y particulares dentro de la constitución de estos dos grandes sistemas dentro de la Universidad Mariana. Para mayor precisión se dará a conocer el significado etimológico de las palabras: bienestar y academia, además, se hará algunas precisiones sobre la formación integral.

En primer lugar, la palabra bienestar es una palabra compuesta, que se forma a partir del sustantivo *bien* y del verbo *estar*, significando estar bien a nivel físico, emocional y relacional. Según la Real Academia Española (2014), Bienestar es el “conjunto de las cosas necesarias para vivir bien” (s.p.).

En segundo lugar, el término Academia viene del héroe griego *akadeomos*. En 387 a. C., Platón (427-347 a. C.) fundó una Escuela en honor al héroe de Atenas, a las afueras de la ciudad, en medio de un hermoso jardín. Allí se desarrollaban debates y discusiones, diálogos y lecciones, que tenían repercusión no sólo intelectualmente (en religión o ciencia), sino también social y políticamente (Apuntes de filosofía, 2013).

Ahora se requiere precisar el concepto de formación integral, entendido como el componente unificador del bienestar y la academia, además, como tarea de toda institución educativa. Muchos autores hablan de este concepto desde diferentes enfoques, sin embargo, para el presente tema se tienen en cuenta el concepto de Rincón (2008), que define la formación integral como:

El proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica y coherentemente todas y cada una de las dimensiones del ser humano (ética, espiritual,

cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal, y socio-política), a fin de lograr su realización plena en la sociedad. Es decir, vemos el ser humano como uno y a la vez pluridimensional, bien diverso como el cuerpo humano y a la vez plenamente integrado y articulado en una unidad.

Si hablamos del sustantivo «Formación» es porque se busca desarrollar y orientar claramente esas diferentes dimensiones o potencialidades que poseemos. Si a ese sustantivo le añadimos el adjetivo «Integral» es para decir que ese desarrollo abarca la totalidad del ser humano. (p. 1).

Teniendo en cuenta las precisiones anteriores y después de revisar varios documentos institucionales, se encontró que la formación integral es uno de los principios fundamentales que rigen el quehacer universitario y las funciones sustantivas de la docencia, la investigación y la proyección, además, para el presente artículo será el eje articulador del binomio bienestar-academia.

Historia del Bienestar en Colombia y en la Universidad

La aparición del concepto de bienestar estudiantil en la legislación colombiana data en el año 1935, como lo afirma López (como se citó en González, Aguilar y Pezzano, 2002):

El bienestar estudiantil incluía las residencias, los comedores estudiantiles, los servicios médicos y el deporte organizado, servicios a través de los cuales se pretendía conformar una verdadera comunidad universitaria en las que estuviesen satisfechas por parte del Estado las carencias básicas de los estudiantes, único modo para muchos de ellos de poder realizar sus estudios. (p. 21).

Lo anterior pudo ser el origen del sentido asistencialista que por varias décadas se le dio al Bienestar, porque el servicio fundante fue cubrir necesidades básicas de los estudiantes;



ahora bien, el aporte del Bienestar en las Instituciones de Educación Superior, sin duda desde sus orígenes, ha coadyuvado la permanencia y culminación de los estudios de estudiantes provenientes de zonas alejadas.

Con la aparición del decreto 80 de 1980, expedido por el ICFES, se confiere carácter de obligatoriedad al “bienestar social” en las instituciones de educación superior, además la dedicación como mínimo del 2% de los ingresos corrientes. Se determina entonces que los programas de bienestar social son el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, mental, espiritual y social de estudiantes, docentes, directivos y demás personas vinculadas a las Instituciones de Educación Superior. (González et al., 2002, p. 28-29).

Con la Constitución de 1991, artículo 46, se introduce en la Educación el término Formación Integral, adicionando a los servicios asistenciales nuevas actividades orientadas a la formación. Así, el bienestar contribuye desde entonces a la consolidación de la comunidad universitaria como un todo, donde convergen muchos factores. Esto significa en cierto sentido, que no hay independencia de factores, sino que más bien predomina una interrelación del estar-bien y desempeñarse bien en la labor formativa.

En la Ley 30 de 1992, por la cual se organiza el servicio público de la Educación Superior, en su capítulo 1, de los Principios, define: “La Educación Superior es un proceso permanente que posibilita el desarrollo de las potencialidades del ser humano de una manera integral [...] y tiene por objeto el pleno desarrollo de los alumnos y su formación académica o profesional” (Congreso de Colombia, 1992, p. 1).

La Ley General de Educación en su artículo 1.º define: “La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes” (Congreso de la República de Colombia, 1994, p. 1). Igualmente, en el artículo 5.º se determina los fines de la educación, entre ellos: “El pleno desarrollo de la personalidad [...] dentro de un proceso de formación integral, física, psíquico, intelectual, moral, espiritual, social afectiva, ética, cívica y demás valores humanos” (p. 2).

La historia de Bienestar en la Universidad Mariana comienza mediante la división que se realiza en la parte estructural del Instituto Mariano, formalizada mediante acuerdo 016 del 12 de septiembre de 1980, en el que se determinan objetivos y funciones; luego en el estatuto orgánico de la Universidad Mariana, aprobado mediante acuerdo 276 del 15 de diciembre de 1993, ratificado por el Ministerio de Educación Nacional mediante resolución 8208 del 4 de noviembre de 1994, en el capítulo 3.º se habla de la Vicerrectoría de Bienestar universitario y se presenta sus funciones. Más tarde el Consejo Máximo mediante acuerdo 017 del 3 de julio de 2002 y ratificado por el Ministerio de Educación Nacional mediante resolución 684 del 7 de abril de 2003, en el artículo 59, se establece las funciones de la persona que ejerza el cargo de Vicerrector(a) de Bienestar.

Según el Reglamento General de 2006, la Vicerrectoría de Bienestar es un sistema que trabaja en “la creación y promoción de un clima propicio para la formación integral de la comunidad universitaria, articulando todos sus quehaceres y acciones en torno al bien estar, al bien actuar y al bien vivir de

la persona” (Universidad Mariana, 2006, p. 49). El mismo documento establece que este sistema promueve la expresión y el cultivo de las dimensiones del ser humano, mediante programas, proyectos y servicios encaminados a la promoción de la cultura de bienestar de la comunidad educativa desde los ejes de formación, investigación, comunicación, internacionalización, gestión y prestación de servicios (Universidad Mariana, 2006).

Binomio Bienestar-Academia

En el documento *Políticas Nacionales de Bienestar Universitario*, se puede “apreciar la tendencia del Bienestar Universitario a permear la academia, apoyando en los procesos de formación integral” (Asociación Colombiana de Universidades, 2003, p. 17).

En la Universidad Mariana, Bienestar desarrolla programas, proyectos y actividades de integración a la vida universitaria, genera procesos de acompañamiento docente-estudiante y de docente-docente, orienta a los estudiantes con dificultades en su rendimiento académico, promueve cursos y talleres de libre elección para fortalecer, desarrollar o potencializar habilidades desde diferentes áreas, promueve alternativas para el aprovechamiento del tiempo libre, escucha y asesora a los estudiantes en distintas situaciones, brinda espacios de diálogo e integración entre docentes y demás funcionarios, desarrolla procesos de investigación para garantizar la pertinencia y calidad de sus acciones, apoya mediante el otorgamiento de becas económicas y alimentarias a estudiantes de escasos recursos económicos, contribuye en procesos de inclusión y permanencia, lo anterior contribuye significativamente a la labor académica y a la formación integral.

La Espiritualidad franciscana que permea la misión de la Universidad Mariana motiva a asumir los valores Evangélicos y a reconocer en cada ser que nos rodea la imagen de Dios. En palabras de la Madre Caridad, fundadora de la Congregación de Hermanas Franciscanas de María Inmaculada: “No habremos logrado nada en la educación de las niñas, mientras no les hagamos sentir su dignidad humana y la grandeza cristiana.”

La Formación Integral Eje Articulador del Bienestar y la Academia

Con el propósito de fundamentar esta tesis, se presenta el concepto planteado por Orozco (1999). El autor recoge elementos importantes que destacan el papel del bienestar y la academia en el fin último que es la formación integral de los educandos.

Por lo cual expresa:

- La educación que brinda la universidad es integral en la medida en que enfoque a la persona del estudiante como una totalidad y que no lo considere únicamente en su potencial cognoscitivo.
- El ámbito de la formación integral es el de una práctica educativa centrada en la persona humana y orientada a cualificar su socialización.
- En este contexto, se ponen de relieve la dimensión simbólica del proceso de aprendizaje, la dimensión ética del manejo académico de los currículos y de las formas de evaluación del aprendizaje y la finalidad cultural y crítica de la Universidad en el desarrollo y la docencia de la ciencia.
- Los cursos que con destinación específica se ocupan de familiarizar a la persona del estudiante con los grandes valores de la cultura y sensibilizarlo ante la dimensión estética de la

existencia cumplen la función de fortalecer y acrecentar el conocimiento, las actitudes y los valores, pero no reemplazan la responsabilidad de todos en el quehacer de formación integral de la universidad. (Orozco, 1999, pp. 180-183).

Se podría decir que la labor de Bienestar Universitario está fundamentada en la conciencia del valor “supremo de la vida” y la persona, premisa de la cual se desprende su principio fundamental que es el desarrollo humano, reconociendo las múltiples capacidades de la persona, promoviendo la expresión y el cultivo de las dimensiones corporal, espiritual, afectiva, cognitiva y social del ser humano, mediante el desarrollo de proyectos relacionados con el ingreso, permanencia y graduación de los estudiantes; la salud física y psicológica, la prevención de enfermedades y mitigación de riesgos psicosociales; el desarrollo artístico, lúdico y deportivo.

Se podría deducir entonces que la formación integral es aquella que ayuda a fortalecer el proceso de socialización del estudiante, mediante el cultivo y potencialización de sus habilidades artísticas, mediante la cual se contribuye al crecimiento moral y al desarrollo del pensamiento crítico del mundo que nos rodea.

La formación integral no puede quedarse solo en buenos propósitos (Orozco, 1999), sino que al materializar las acciones transformadoras, permitirá dejarla incorporada en la esencia misma de la universidad, para garantizar que ésta sea consecuente con su proyecto misional, como finalidad concebida por las nuevas generaciones de profesionales que les permitirá transformar la sociedad, partiendo de la premisa de que ella es el escenario que posibilita los medios para lograr la formación integral como anhelo nacional.

La Asociación Colombiana de Universidades ha propiciado espacios de diálogo y reflexión acerca de la Excelencia Humana y Académica en las Instituciones de Educación Superior, tema desarrollado en el XXXVI Pleno Nacional de Bienestar Universitario, desarrollado en Popayán los días 28 y 29 de mayo de 2015, en el que se concluyó el papel fundamental que tiene Bienestar Universitario con la academia como aporte a la excelencia humana desde una perspectiva integral del sujeto universitario, dimensiones desde lo humano, lo creativo, lo social, lo ético, lo democrático, entorno social, el afianzamiento en valores ciudadanos, la preservación de la dignidad humana, y el cuidado de la vida en todas sus manifestaciones.

En conclusión, la formación integral, no puede estar por debajo de las exigencias académicas, por tanto, el bienestar universitario se constituye en un factor necesario en la vida del estudiante, porque aborda temáticas transversales como democracia, participación, cultura, deporte, salud, valores. De allí que, la formación integral que profesa la Universidad Mariana debe enfocarse con el mismo interés hacia el desarrollo armónico de todas las dimensiones del ser humano, y en consecuencia entregar a la sociedad profesionales humana y académicamente competentes como reza en su misión.

Referencias

- Apuntes de filosofía. (4 de marzo de 2013). La Academia [Blog]. Recuperado de <http://apuntesdefilosofa.blogspot.com.co/2013/03/la-academia.html>
- Asociación Colombiana de Universidades (ASCUN). (2003). Políticas Nacionales de Bienestar Universitario acogidas mediante



- Acuerdo 5 de 2003 del Consejo Nacional de Rectores de ASCUN. Recuperado de <https://ascun.org.co/uploads/default/publications/9828b7e417cd387745fd08b179d-37ff1.pdf>
- Congreso de Colombia. (1992). Ley 30 de diciembre 28 de 1992. Por la cual se organiza el servicio público de la Educación Superior. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-86437_Archivo_pdf.pdf
- Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 de febrero 8 de 1994. Por la cual se expide la Ley General de Educación. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.pdf
- Constitución Política de Colombia [Const.]. (1991). Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://pdba.georgetown.edu/Constitutions/Colombia/colombia91.pdf>
- González, L., Aguilar, E. y Pezzano, G. (2002). *Reflexiones sobre Bienestar Universitario: una mirada desde la educación a distancia y la jornada nocturna*. Bogotá D.C.: Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior ICFES.
- Orozco, L. (1999). La formación integral. Mito o realidad. Recuperado de <http://www.universitas.ups.edu.ec/index.php/universitas/article/view/10.2008.07/682>
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española* (23.^a ed.). Recuperado de <https://dle.rae.es/bienestar>
- Rincón, L. (2008). ¿Qué entendemos por formación integral? *Jornadas para docentes*. Recuperado de https://www.ucc.edu.ar/portallucc/archivos/File/VRMU/Mision_VRMU/formacionintegral.pdf
- Universidad Mariana. (2006). Reglamento General. Recuperado de http://www.umariana.edu.co/docinstitucionales/Reglamento_general.pdf

Revista **Biumar**

Artículos



Factores de Riesgo y Neumoconiosis Asociados a la Minería¹

Karina Ximena Rodríguez Espinosa²

Lina Fernanda Santander Leyton³

Erika Mariela Terán Benavides⁴

Edwar Ricardo López Rodríguez⁵

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art2>

¹ Este título es el resultado de la investigación: *Relación entre los factores de riesgo laboral, características sociodemográficas y laborales, de los mineros adscritos a la cooperativa CODMILLA LTDA del municipio de La Llanada.*

² Magíster en prevención de riesgos laborales con especialidad en seguridad industrial, Universidad Politécnica de Valencia – España. Fisioterapeuta, Universidad del Rosario. Ingeniera en diseño industrial, Universidad Politécnica de Valencia-España. Asesora de investigación. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: krrodriguez@umariana.edu.co

³ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: linsantander@umariana.edu.co

⁴ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: erteran@umariana.edu.co

⁵ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: edwalopez@umariana.edu.co

Resumen

La neumoconiosis está ligada a la práctica de minería; por ello, la presente investigación se realizó con la población minera artesanal del municipio de la Llanada, perteneciente a la cooperativa Codmilla Ltda., con el fin de determinar factores de riesgo y características sociolaborales asociados a la predisposición de la afección. Se realizó una encuesta de características sociolaborales y la GTC 45, en las cuales se tuvo en cuenta las variables: puesto de trabajo, nivel de riesgo al factor químico, uso inadecuado de equipos de protección personal, consumo de cigarrillo, estrato, género y los años que el sujeto lleva trabajando en minería, con el fin de determinar el porcentaje posible de población que tiene riesgo alto y medio, y que cumple con todos los criterios para padecer la enfermedad; además, para que los habitantes tengan conocimiento de la situación y así generar un impacto positivo.

Palabras clave: factores de riesgo, neumoconiosis, minería.

Risk factors and pneumoconiosis associated with mining

Abstract

Since the pneumoconiosis is linked to the mining practice, this research was carried out with the artisanal mining population of the municipality of La Llanada, belonging to Cooperativa Codmilla Ltda., in order to determine the risk factors and associated socio-labor characteristics to the predisposition of the condition. For this, a survey of socio-labor characteristics and the GTC 45 was carried out, in which the variables were taken into account: Job position, Level of risk to the chemical factor, Inappropriate use of personal protective equipment, Cigarette consumption, Stratum, Gender and the years that the subject has been working in mining, with the purpose of determining the possible percentage of the population that has a high and medium risk, and that meets all the criteria to suffer from the disease. In addition, so that the inhabitants have knowledge of the situation and thus generate a positive impact.

Key words: risk factors, Pneumoconiosis, mining.

Fatores de risco e pneumoconiose associada à mineração

Resumo

Como a pneumoconiose está ligada à prática de mineração, esta pesquisa foi realizada com a população de mineração artesanal do município de La Llanada, pertencente à Cooperativa Codmilla Ltda., a fim de determinar os fatores de risco e as características sócio laborais associadas à predisposição da condição. Para isso, foi realizado um levantamento das características sócio laborais e do GTC 45, no qual foram consideradas as variáveis: Cargo, Nível de risco ao fator químico, Uso inadequado de equipamentos de proteção individual, Consumo de cigarros, Estrato, Gênero e anos em que o sujeito trabalha na mineração, com o objetivo de determinar a possível porcentagem da população que apresenta risco alto e médio e que atende a todos os critérios para sofrer com a doença. Além disso, para que os habitantes tenham conhecimento da situação e, assim, gerem um impacto positivo.

Palavras-chave: fatores de risco, Pneumoconiose, mineração.



Introducción

Las neumoconiosis son enfermedades ocupacionales que afectan el parénquima pulmonar, son definidas como la deposición de polvo mineral [o inorgánico], pero también hay neumoconiosis por polvo orgánico, la mayoría son causadas por polvos minerales y la consecuente reacción del tejido pulmonar a su presencia. (Algranti, 1997, s.p).

Por esta razón, en la presente investigación se resalta esta patología desde el punto de vista fisioterapéutico, ya que afecta de manera indirecta el movimiento corporal humano, disminuyendo los aportes de oxígeno y nutrientes en los tejidos y, por consiguiente, altera los sistemas energéticos de los mismos. Debido a ello, resultó significativo para los investigadores destacar esta enfermedad exclusivamente en la población del municipio de la Llanada, ya que a pesar de ser una población pequeña la afectación se da en proporciones preocupantes y limitante para la salud humana.

La inclinación de los investigadores para realizar la investigación se basa en el interés de aportar información objetiva y oportuna a esta población, desde la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, informando sobre los riesgos a los que están expuestos, ya que se asemejan a poblaciones de otras regiones, mostrando la realidad y el impacto en las condiciones de los mineros. Factores que llevan a tomar medidas correspondientes y relevantes en pro de la comunidad. Con la investigación se pretende además dejar recomendaciones acerca de los equipos de protección personal que deben utilizar a la hora de realizar su labor y todos los métodos que pueden ser importantes para disminuir el peligro de padecer neumoconiosis, esto con el fin de mejorar las condiciones de vida de las personas que se dedican a la minería, sus familias y la comunidad en general.

El presente documento tiene como fin dar a conocer el proceso llevado a cabo durante la investigación denominada “Factores de riesgos laborales, las características sociolaborales asociados a la predisposición de la neumoconiosis en los mineros adscritos a la cooperativa Codmilla Ltda. en el municipio de la Llanada”. En el estudio se destaca la neumoconiosis como una enfermedad laboral que afecta a la comunidad minera en general, teniendo en cuenta los factores de riesgo laborales, los cuales son: químicos, biológicos, físicos y psicolaborales, además, determinar las características sociolaborales individuales, entre ellas el estrato socioeconómico, evidenciando que la mayoría de los mineros se encuentran en un nivel bajo-bajo, de lo cual se puede llegar a la conclusión que el estrato está ampliamente ligado al puesto de trabajo, ya que las personas de estratos más altos se desempeñan en el ámbito administrativo y no tienen contacto con los componentes perjudiciales de la minería. Igualmente, se pudo determinar que las condiciones económicas del municipio obligan a la comunidad a esta práctica debido a la falta de empleo.

Además, se realizó una breve descripción de la enfermedad, ya que abarca diferentes ámbitos profesionales y afecta a diferentes procesos de producción en varias áreas, para ello se detalló los tipos más relevantes de neumoconiosis, siendo la silicosis la forma principal que afecta en mayor cantidad a las poblaciones, por la alta concentración de la misma en el suelo. Así mismo, se relacionó la investigación con diferentes estudios, recalcando el trabajo realizado por Ospina, Manrique y Guío (2010), en el cual se describe el ambiente laboral, la matriz de identificación de peligros y valoración de riesgos, expresando similitud en cuanto a la exposición del riesgo biológico debido a las deficientes condiciones higiénico-sanitarias y al manejo de aguas no tratadas, de igual forma, el

riesgo químico debido a la exposición química a gases y vapores, principalmente metano, monóxido de carbono y dióxido de carbono; exposición continua a partículas respiradas de sílice y carbón, siendo esto un gran soporte, debido a que se hace un análisis similar y a fondo sobre los riesgos que están expuestos los mineros de la región de Paipa Boyacá.

Metodología

El paradigma de la investigación es cuantitativo, con enfoque empírico analítico; según el tipo de ocurrencia de los hechos es prospectivo, según el periodo de secuencia de los hechos es transversal y según el control del investigador sobre las variables es descriptivo. La población estuvo conformada por 160 personas y la muestra por 114, con margen de error de 4,9, heterogeneidad del 50 % y nivel de confianza del 95 %. La técnica empleada fue la observación y dentro de los instrumentos se utilizó una encuesta elaborada por los investigadores y el desarrollo de la GTC 45. Los datos obtenidos fueron analizados en el programa SPSS versión 20.

Resultados

En la Tabla 1 se observan las características sociolaborales de la población estudio. Los resultados de mayor relevancia con referencia a estas características son: el género, siendo el 97 % hombres, para un total de 111 personas, el 32 % de la población tiene entre 46 a 55 años, siendo el rango de edad más frecuente. El mayor porcentaje de la población tiene un nivel de escolaridad bajo; el 68 % no está afiliada a seguridad social, que abarca salud, pensión y aseguradora de riesgos laborales. La mina con mayor densidad poblacional es la denominada Canadá con un 47 %. Se observó que la mayor parte de la población trabaja 8 horas por día, 4 a 5 días a la semana. El 38 % de la población lleva trabajando más de 20 años y el 26 % de 10 a 20 años. En cuanto a los exámenes médicos

laborales solo se los realizan el 47 % de la población. La actividad laboral de arranque es la más frecuente (47 personas), seguido de los que realizan todas las actividades (30 personas).

Tabla 1. *Características Sociolaborales y Sociodemográficas*

Género		
Mujeres	3	3 %
Hombres	111	97 %
Edad de los mineros		
18 a 25 años	7	6 %
26 a 35 años	20	17 %
36 a 45 años	25	21 %
46 a 55 años	37	32 %
56 a 65 años	19	16 %
66 a 75 años	6	5 %
Nivel de escolaridad		
Primaria completa	27	23 %
Primaria incompleta	35	30 %
Bachillerato completo	29	25 %
Bachillerato incompleto	8	7 %
Técnico o técnico	9	7 %
Universidad	6	5 %
Afiliación a seguridad social		
Si	36	31 %
No	78	68 %
Mina en la que laboran los mineros		
Canadá	54	47 %
Páramo	15	13 %
El Cisne	20	17 %
Palmera	25	22 %
Años en minería		
1 a 5 años	23	20 %
5 a 10 años	18	16 %
10 a 20 años	30	26 %
Más de 20 años	43	38 %
Actividades que realizan los mineros		

Arranque	40	35 %
Cargue	14	12 %
Transporte	8	7 %
Procesamiento del oro	2	2 %
Todos	35	30 %
Otro	15	13 %
Exámenes médicos laborales		
Si	53	46 %
No	61	53 %

En cuanto a la exposición del factor de riesgo químico en la mina Canadá, existen controles para el individuo en todas las actividades excepto en el transporte, siendo el nivel de probabilidad de consecuencia muy alto para

45 personas. En cuanto a la mina Páramo, el nivel de probabilidad de consecuencia es muy alto para 26 personas, en la cual existe controles para el individuo en todos los puestos de trabajo.

En la Tabla 2 se muestran los criterios de riesgo alto para las siguientes minas: Páramo, 16 personas tienen riesgo muy alto de probabilidad de consecuencia tras la exposición al polvo inorgánico, a pesar de que existen controles para el individuo en todos los puestos de trabajo. La mina Cisne se caracteriza porque hay controles existentes en el individuo para todos los trabajadores, siendo la probabilidad de consecuencia muy alta.

Tabla 2. *Criterios de Riesgo Alto de Enfermedad Fumadores*

Puesto de trabajo	Nivel de riesgo alto	Uso inadecuado de EPP	Consumo de cigarrillo	Estrato 1	De 10-20 o más años en minería
Arranque	40	40	5	5	5
Todos los puestos	35	35	6	6	2
Transporte	8	8	1	1	1
Total					8

Fuente: la presente investigación, 2017.

La Tabla 2 determina el riesgo alto de padecer neumoconiosis, ya que la población cumple con todos los criterios propuestos en la presente investigación. Según la GTC 45, el puesto de trabajo de arranque tiene un nivel de riesgo alto para las 40 personas que laboran en ella, se recalca el uso inadecuado de equipos de protección personal en toda la población de arranque. De las 40 personas que realizan la actividad, 5 tienen riesgo alto porque consumen cigarrillo, se encuentran en estrato 1 y llevan

más de 10 años en minería. Las personas que realizan todas las actividades tienen un nivel de riesgo alto, para un total de 50 personas; el uso de equipos de protección personal es inadecuado en toda la población. Cabe mencionar que de las 35 personas que realizan todas las actividades, 2 personas tienen riesgo alto porque consumen cigarrillo, se encuentran en estrato 1 y llevan más de 10 años en la minería. En el puesto de trabajo de transporte 1 persona tiene alto riesgo de padecer la enfermedad, ya que cumple con



las variables anteriormente mencionadas, para un total de 8 personas que cumplen todos los criterios y tienen riesgo alto de padecer Neumoconiosis.

Tabla 3. *Riesgo Alto de Enfermedad No Fumadores*

Puesto de trabajo	Nivel de riesgo alto	Uso inadecuado de EPP	De 10-20 o más años en minería
Arranque	40	40	25
Todos los puestos de trabajo	35	35	18
Cargue	14	14	8
Transporte	8	8	4

Fuente: la presente investigación, 2017.

En la Tabla 3 se observa que la población tiene un riesgo alto a padecer neumoconiosis por los años de exposición al polvo inorgánico, sin embargo, no se evidencia en ellos consumo de cigarrillo, hecho que podría disminuir el riesgo de padecer neumoconiosis.

Tabla 4. *Riesgo Medio de Enfermedad*

Puesto de trabajo	Nivel de riesgo alto	De 1 a 9 años en minería
Arranque	40	11
Todos los puestos de trabajo	35	14
Cargue	14	2
Transporte	8	4
Total		31

Fuente: la presente investigación, 2017.

Según la GTC 45, toda la población tiene riesgo alto de padecer la enfermedad, sin embargo, un factor determinante para que ésta aparezca es la exposición al polvo por más de 10 años. Por ello, se considera que 31 personas están en riesgo medio de padecer la enfermedad, ya que llevan desarrollando la actividad de minería durante el tiempo señalado.

Tabla 5. *Relación entre la Edad de los Mineros y los Años Trabajando en Minería*

	1 a 5 años	Años Trabajando en Minería			Total	
		5 a 10 años	10 a 20 años	Más de 20 años		
Edad en Rangos	18 a 25 años	7	0	0	0	7
	26 a 35 años	6	9	4	1	20
	36 a 45 años	3	3	10	9	25
	46 a 55 años	7	5	11	14	37
	56 a 65 años	0	1	5	13	19
	66 a 75 años	0	0	0	6	6
Total		23	18	30	43	114

Fuente: la presente investigación, 2017.

En la Tabla 5 se relaciona la edad con los años en minería, en la cual se observa que para la cooperativa Codmilla Ltda. del municipio de la Llanada, el rango de edad de la mayoría de la población fue entre 46 a 55 años (37 personas), de las cuales 14 llevan laborando más de 20 años en minería.

Tabla 6. *Relación entre el Estrato Socioeconómico de los Sujetos con el Cargo Actual*

Arranque		Cargo Actual del Sujeto					Total	
		Cargue	Trans- porte	Procesa- miento del oro	Todos	Otro		
Estrato	Estrato 1	39	14	8	2	33	12	108
	Estrato 2	1	0	0	0	2	2	5
	Estrato 3	0	0	0	0	0	1	1
Total		40	14	8	2	35	15	114

Fuente: la presente investigación, 2017.



En la Tabla 6 se puede observar la relación entre el estrato con el cargo actual del sujeto, siendo la actividad de arranque más frecuente entre los mineros de estrato 1.

Tabla 7. *Relación entre la Realización de Exámenes Médicos Laborales con la Afiliación a Seguridad Social*

	Si	Afiliación del Sujeto a Seguridad Social		Total
		Si	No	
El sujeto se ha realizado exámenes médicos laborales	Si	18	35	53
	No	18	43	61
Total		36	78	114

Fuente: la presente investigación, 2017.

En la Tabla 7 se puede observar que la mayoría de las personas que se realizan exámenes médicos laborales no cuentan con afiliación a seguridad social.

Discusión

El Ministerio de Trabajo colombiano por medio del Decreto 1477 del 2014 cataloga a la silicosis como la segunda enfermedad ocupacional más importante, ya que va a afectar potencialmente a la población colombiana. Para el país, la minería es un sector importante, que ha traído a ciertas regiones amplios beneficios, tanto económicos, sociales y culturales; esta práctica es realizada a pequeña escala debido a la poca inversión en la ingeniería adecuada de los lugares de trabajo, que se evidencia en la mala infraestructura de las entradas a los socavones y en el recorrido de los mismos. En las regiones donde se practica la minería, se generan tanto beneficios como problemas para la sociedad, el ambiente, el

bienestar y la salud de las personas. De acuerdo con lo anterior y contemplando cómo la minería perjudica en varios aspectos al ser humano, se concuerda con el estudio de Verdel (2013), en el cual se plantea que, el desconocimiento de la comunidad sobre minería, la poca participación de los gobernantes y las autoridades correspondientes, como la poca información sobre el tema, hace que haya inconvenientes al momento de tomar decisiones que minimicen los impactos en las comunidades. Así mismo, con este estudio se pudo comprender más a fondo que el sector minero representa un conjunto de actividades que envuelven un sinnúmero de riesgos a las poblaciones, partiendo de diferentes puntos, desde la contaminación del ambiente hasta el bienestar de la persona.

Entre los aspectos negativos de la minería, se coincide con la guía comunitaria para la salud ambiental, ya que nombra y abarca las consecuencias que se generan en el desarrollo de la misma, puesto que genera desde accidentes de origen ambiental, tales como incendios, explosiones, derrumbes de túneles, hasta otros generados por los humanos, como el desconocimiento de la tarea, la apreciación errónea del riesgo, entre otros. Además del riesgo que la minería trae a las comunidades cercanas a las minas, debido a los desechos mineros y las sustancias químicas que quedan en la tierra y el agua. Esto genera a su vez productos de consumo que ocasionan intoxicación o enfermedades.

Dentro de la presente investigación se determinaron las características sociolaborales y los factores de riesgo laborales que intervienen o tienen alguna relación con la aparición de la neumoconiosis, teniendo en cuenta que ésta es una enfermedad en la cual hay un “depósito de polvo en los pulmones, resultante de un complicado proceso de inhalación, depuración y retención” (Ministerio de Sanidad y Consumo, 2001, p. 15), por ello, resultó importante

identificarlos, ya que no existen estudios similares en la población y hay desconocimiento de todos los riesgos laborales que predisponen y podrían aportar al desarrollo de la patología.

Teniendo en cuenta la identificación de las características sociolaborales de la presente investigación, como la edad, el sexo, el estrato socioeconómico y nivel de escolaridad específicas de cada minero y cómo estas se ajustan con el estudio realizado por Jiménez, Zabala, Idrovo (2015), quienes en su estudio expresan que: “existen atributos individuales y sociales que determinan la percepción del riesgo e influye en la forma en que se actúa frente a él” (p. 78). Se puede observar que, en el estudio mencionado anteriormente, la población se caracteriza por ser en mayor proporción de género masculino, corroborando la información obtenida en la población minera del municipio de La Llanada; otra característica que se asemeja es el rango de edad que se encuentra entre los 18 y 77 años, aproximadamente.

En esta investigación se tuvo en cuenta otras características de la población, como el estrato socioeconómico, evidenciando que la mayoría se encuentra en un nivel bajo-bajo. Partiendo de lo anterior, se puede deducir que el estrato está ampliamente ligado al puesto de trabajo, ya que solo se encontró una persona ubicada en estrato medio, cuya función es únicamente administrativa y el 94 % restante se desempeñan en cargos de arranque, transporte, cargue, entre otros. Otra variable que se considera importante es el nivel de escolaridad de los sujetos, en la que el 30 % no ha completado la primaria, esto podría estar ligado al desconocimiento de la enfermedad y, por consiguiente, al desarrollo de la misma y a la aparición de los síntomas.

La exposición al polvo inorgánico no es el único determinante para el desarrollo de la Neumoconiosis, Fernández et al. (2015) en su estudio hablan de susceptibilidad individual,

refiriéndose a la “pérdida de la eficacia de los mecanismos de defensa (...). Ello puede estar influido (...) por factores [nocivos] como el tabaquismo” (p. 88). La población minera de la Cooperativa Coodmilla Ltda., en pequeña proporción refirió consumir cigarrillo de manera ocasional, siendo esto un punto desfavorable. En el trabajo realizado por Vuelta et al. (2015), se pretendió determinar un modelo de predicción de la enfermedad, el estudio lo realizaron con población enferma, a través de esto determinaron que el 43,44 % de la población era fumadora, asociando así este factor con la aparición de la afección.

De la misma manera, se coincide que dentro de las características propias del trabajo en los mineros de la Llanada incluyen la mina en la que labora, siendo la más prevalente la mina Canadá, hecho que se le atribuye al tamaño y al número de vetas que en ella se encuentran. Otra característica importante es que los trabajadores no están afiliados a seguridad social, situación que resulta alarmante, porque al ser una actividad de alto riesgo requiere mayor vigilancia en el bienestar de los trabajadores. Así mismo, este hecho abarca un aspecto importante, puesto que no se tiene los recursos o el interés del autocuidado necesario para esta actividad. La mina Canadá es el lugar en el cual se evidencia mayor afiliación, debido a que se encuentra mayor cantidad de trabajadores y mejor organización por parte de los propietarios. En cuanto al uso de equipos de protección personal (EPP), durante el desarrollo de la guía técnica colombiana GTC 45, se pudo observar que hay un uso inadecuado de los mismos, por la falta de conocimiento y de información a la hora de usarlos.

Entre las actividades específicas que realiza el minero están: el arranque, cargue, transporte y aquellos mineros que realizan todas las actividades anteriormente mencionadas, siendo la actividad de arranque la más prevalente y

la que presenta mayor predisposición hacia la enfermedad, ya que la exposición al polvo es mayor, porque se desarrolla en un entorno cerrado y sin el uso adecuado de equipos de protección personal, además, se le suman las características fisiológicas propias de cada individuo. La jornada de trabajo de los mineros es generalmente de 8 horas diarias durante 5 días a la semana y la mayor parte de la población refiere que lleva trabajando en minería más de 20 años, dato importante porque según Ramírez (2013), la exposición continua por más de 10 años es una de las causas principales para la aparición de la enfermedad. Todo ello se relaciona con la percepción del riesgo, porque determinan el potencial o exposición al agente nocivo que es el polvo inorgánico. A partir de este dato, cabe destacar que las poblaciones tanto del estudio realizado por Jiménez et al. (2015), como el de los mineros de la Llanada, se comportan de forma similar en cuanto a las horas de exposición.

En cuanto a los factores de riesgo, en el presente estudio se determinó los que influyen de manera más frecuente en la población, llegando a concluir que el riesgo psicolaboral, el cual va encaminado hacia las relaciones interpersonales, el contenido de la tarea, la organización del trabajo, y la organización administrativa, puede generar una carga laboral, estrés u otras condiciones que afecta tanto la salud como el rendimiento en el trabajo. Dichos factores desencadenan principalmente alteraciones en el sistema respiratorio, porque al producirse fibrosis pulmonar se disminuye el intercambio gaseoso y el aporte del oxígeno en los tejidos, en consecuencia, uno de los sistemas que más se ve afectado es el musculoesquelético. Sumado a esto, al no existir una buena organización en los lugares puede generarse carga laboral excesiva, lo que a su vez se traduce en fatiga, contracturas musculares, dolor articular, entre otras afectaciones.

De igual forma, el factor de riesgo químico es el principal y el más predominante en la población, debido a la explotación de la piedra, lo que conlleva a la exposición de partículas inorgánicas y a la inhalación de las mismas, en este caso se trata de polvo de sílice, igualmente, la exposición a gases y humos; es así como este factor se convierte en el principal causante de la enfermedad, ya que la inhalación de este tipo de partículas genera daño pulmonar y consecuente a este los signos y síntomas propios de la enfermedad. El factor de riesgo biológico abarca la exposición a bacterias, hongos, virus, insectos, parásitos y otros microorganismos, debido a la acumulación de aguas en el lugar de trabajo, ya que en la mayoría de las vetas no existe un sistema de drenaje de agua adecuado. Finalmente, el factor de riesgo físico se encuentra ligado a las vibraciones, el ruido, las condiciones termo higrométricas, la iluminación y las radiaciones.

Por lo anterior, en la presente investigación se está de acuerdo con el estudio realizado por Ospina et al. (2010), en cual se describe el ambiente laboral, matriz de identificación de peligros y valoración de riesgos, expresando similitud en cuanto a la exposición del riesgo biológico debido a las deficientes condiciones higiénico-sanitarias y el manejo de aguas no tratadas, de igual forma, el riesgo químico debido exposición química de gases y vapores, principalmente metano, monóxido de carbono y dióxido de carbono; exposición continua a partículas respiradas de sílice y carbón. Además, se presenta un desacuerdo en cuanto a la exposición a altas temperaturas, debido que en los mineros de la Llanada predomina la exposición a temperaturas bajas, esto puede ser debido a las diferencias entre regiones, ya que en la mina del estudio en Paipa (Boyacá) predominan las temperaturas altas.

Finalmente, se puede llegar a datos que han permitido concluir sobre las condiciones que

pueden predisponer a la población al desarrollo de la enfermedad, tratándose de un sin fin de factores que influyen en ella, siendo el principal la exposición al polvo inorgánico, y como secundarios, los años en minería, edad, puesto de trabajo, factores nocivos como el consumo de cigarrillo, el nivel de escolaridad que se relaciona con el desconocimiento de la enfermedad y, por consiguiente, el causante de la misma, generando así mayor probabilidad de adquirir la enfermedad por desconocimiento y falta de capacitación pertinente sobre estos temas. Cabe destacar que la población minera del municipio de La Llanada ha recibido distinciones, tal como lo menciona la Revista Semana (2016) en su artículo denominado “Medalla del nobel de paz de Santos será de oro colombiano”, en el cual se alude que la medalla que fue entregada al presidente de Colombia por el premio Nobel de Paz, fue fabricada con oro colombiano proveniente de los municipios de la Llanada y de Iquira, mérito que fue conseguido por la forma de extracción del material precioso, ya que se realiza de manera artesanal y mitigando el impacto que este tiene en la naturaleza.

Mediante este estudio se pretendió dar a conocer los factores de riesgos y las características sociolaborales implicadas en la labor minera, para y a favor de la población de la Llanada. Con las recomendaciones emitidas, en el futuro se pretende mejorar el acionar laboral de los mineros, haciendo énfasis en el uso adecuado de los equipos de protección personal, la adecuación de los puestos de trabajo dentro de las minas y los aspectos relacionados con la arquitectura de la veta. Generando, así mismo, conciencia tanto de los trabajadores de las minas como de la población que habita alrededor, y una percepción más completa y amplia acerca de los riesgos.

Conclusiones

La aparición de neumoconiosis está atada a la exposición de polvo inorgánico generado

durante la práctica de minería, sumado a otros factores propios de esta práctica, como el mal uso de equipos de protección personal, la adecuación de la mina, las condiciones sanitarias, los años trabajando en minería, entre otras. Para que esta enfermedad se presente en los individuos es necesario que haya una sumatoria de factores que predisponen a las personas.

En la presente investigación se considera como principal, pero no único determinante, la exposición a polvos y materias inorgánicas, de este modo, con la ayuda de la Guía Técnica Colombiana 45, se logró determinar que el nivel de exposición más alto al factor de riesgo químico se observó en la población que desarrolla tareas de arranque, transporte, cargue, y las personas que realizan todos los cargos a la vez, para un total de 99 personas. Sumado a esto, otra característica esencial de toda la población es el uso inadecuado de los equipos de protección personal, hecho que fue corroborado por la observación. Las 14 personas restantes desarrollan actividades administrativas, por ello su nivel de exposición a los factores es bajo al igual que su nivel de riesgo.

La historia natural de la enfermedad va ligada a la exposición de riesgos para que se desarrolle. La neumoconiosis no está exenta de esta condición, por ello, en este estudio se tuvo en cuenta las variables de puesto de trabajo, nivel de riesgo determinado con la GTC 45, uso inadecuado de equipos de protección personal, el consumo de cigarrillo, el estrato y los años que el sujeto lleva trabajando en minería, para determinar el porcentaje posible de población que tiene riesgo alto de padecer la enfermedad, por lo cual se pudo determinar que 7 personas tiene riesgo alto de padecer la enfermedad, ya que cumplen con los criterios aquí expuestos. De igual manera, 31 personas tienen riesgo medio de enfermedad con base en los años de trabajo en la minería, ya que este es considerado

uno de los factores más relevantes para la misma.

El estrato socioeconómico (grado 1) es otro de los factores que se considera relevante en asociación a la patología, en total 104 mineros pertenecientes a la cooperativa Codmilla Ltda. se encuentran en este estrato y en mayor proporción en los puestos de trabajo de arranque y los que desarrollan todas las actividades. Hecho posiblemente asociado a que este tipo de población desarrolla la actividad que sea necesaria para obtener dinero, ya que no tienen otra mejor opción de vida. Por el contrario, la población que tiene un estrato grado 3, desarrollan actividades como la administración de las minas, labor que implica un mínimo contacto al agente causante y, por consiguiente, menor predisposición a padecer la enfermedad.

De esta manera, es necesario resaltar que el adecuado uso de equipos de protección personal no evita la aparición de la patología, pero si disminuye el riesgo a ésta, porque reduce la cantidad de material inorgánico inhalado. También se llegó a la conclusión que posiblemente por falta de capacitación, instrucción o desinterés en el uso correcto de equipos de protección personal la población no realiza la utilización apropiada de los mismos.

Existe una amplia relación entre el factor de riesgo químico al que están expuestos los trabajadores, las características propias de los mismos y de sus lugares de trabajo, como los años en minería, el cargo que desarrollan, el estrato socioeconómico, el nivel de escolaridad, la mina en la que trabajan y la afiliación a seguridad social.

Referencias

Algranti, E. (1997) Neumoconiosis generalidades. *Medicina general de Costa Rica*, 13-14(2). Recuperado de <http://>

www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-00151997000200007&script=sci_arttext (11,06,2017)

Chen, W., Hinzdo, E., Chen, JQ, Attfield, M.D., Gao. P., ... Hearl, F. (2015). Risk of Silicosis in cohorts of Chinese tin and Tungsten miners, and pottery workers (I): An epidemiological study. *American Journal of industrial medicine*, 48, 1-9.

Fernández, R., Martínez, C., Quero, A., Blanco, J., Carazo, L. y Prieto, A. (2015) Normativa para el diagnóstico y seguimiento de la silicosis. *Archivos de Bronconeumología*, 51(2), 86-93. doi: 10.1016/j.arbres.2014.07.010

Icontec. (2010). Guía Técnica Colombiana. Guía para la Identificación de los peligros y la valoración de los riesgos en seguridad y salud ocupacional. Santafé de Bogotá. Recuperado de <https://idrd.gov.co/sitio/idrd/sites/default/files/imagenes/gtc450.pdf>

Jiménez, C., Zabala, I. y Idrovo, A. (2015). Condiciones de trabajo y morbilidad entre mineros del carbón en Guachetá, Cundinamarca: la mirada de los legos. *Biomédica*, 35(2), 77-89. doi: <http://dx.doi.org/10.7705/biomedica.v35i0.2439>

Medalla del nobel de Paz de Santos será de oro colombiano. (26 de octubre de 2016). *Revista Semana*. Recuperado de <https://www.semana.com/nacion/articulo/nobel-de-paz-para-juan-manuel-santos-medella-sera-de-oro-de-colombia/502231>

Ministerio de Sanidad y Consumo. (2001). Silicosis y otras neumoconiosis. Madrid. Recuperado de <https://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/docs/silicosis.pdf>

Ministerio del Trabajo. (2014). Decreto número 1477. Por el cual se expide la Tabla



de Enfermedades Laborales. Recuperado de http://www.mintrabajo.gov.co/documents/20147/36482/decreto_1477_del_5_de_agosto_de_2014.pdf/b526be63-28ee-8a0d-9014-8b5d7b299500

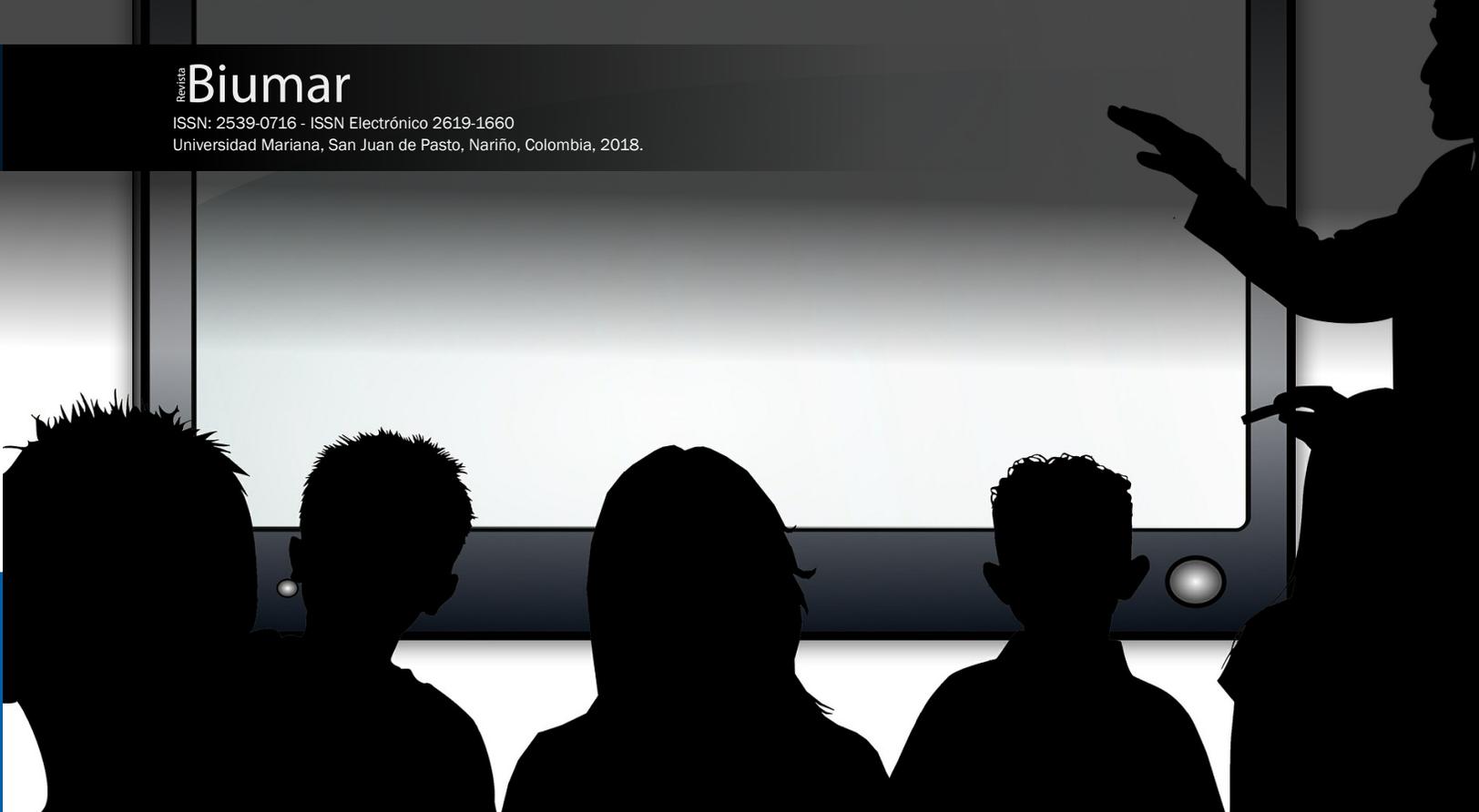
Ospina, J., Manrique, F. y Guio, J. (2010). Salud y trabajo: minería artesanal del carbón en Paipa, Colombia. *Avances en enfermería*, 28(1), 107-115.

Ramírez, A. (2013). Silicosis. *Anales de la facultad de medicina*, 74(1), 49-56. doi: <https://doi.org/10.15381/anales.v74i1.2051>

Verbel, J. (2013). Efectos de la minería en Colombia sobre la salud humana. Recuperado de <http://concienciaciudadana.org/wp-content/uploads/2017/06/Efectos-de-la-Miner%C3%ADa-en-Colombia-sobre-la-Salud-Humana-Jes%C3%BA-Olivero-Verbel.pdf>

Biurnar

Revista



Un Encuentro de Experiencias Fortalecedoras para la Vida Mediante la Psicología Apoyando los Procesos Pedagógicos¹

María Fernanda Enríquez Villota²
Charlin Stephanie Caguasango Rosero³
Leydi Vanessa Palacios Delgado⁴

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-ar3>

¹ Este artículo es el resultado de la investigación titulada *La psicología apoyando los procesos pedagógicos en estudiantes de básica primaria, desarrollada desde el periodo B del año 2014 hasta el periodo B del año 2018 en la sede de una institución educativa municipal de San Juan de Pasto, Colombia.*

² Magíster en Educación, Universidad de Nariño. Especialista en Docencia Universitaria, Universidad de Nariño. Psicología, Universidad de Nariño. Docente, Universidad Mariana. Integrante del grupo de investigación desarrollo humano y social. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: menriquez@umariana.edu.co

³ Egresada del programa de Psicología, Universidad Mariana. Técnico en atención integral a la primera infancia. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: tefitacagua@gmail.com

⁴ Egresada del programa de Psicología, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: leydisita.palacios@gmail.com

Resumen

El desarrollo del proyecto se llevó a cabo en una Institución Educativa, teniendo como objetivo fortalecer los procesos pedagógicos como una forma de acercamiento a la escuela para entender la realidad que existe y, además, contribuir a las acciones transformadoras. Para conseguir tal fin, se utilizó la metodología cualitativa desde la investigación acción participativa, facilitando el nexo con la comunidad educativa, por lo tanto, la evaluación y desarrollo se da desde la comunidad, logrando articular a los actores educativos en todos los procesos para lograr el fortalecimiento de habilidades sociales en pro del progreso de la escuela.

Palabras clave: educación sexual, escuela, familias, intervención escolar.

An Encounter of life-strengthening experiences through Psychology, supporting pedagogical processes

Abstract

The development of the project was carried out in an educational institution, with the objective of strengthening the pedagogical processes as a way of approaching the school, to understand the reality that exists and, in addition, to contribute to the transformative actions. For this, the qualitative methodology was used from the participatory action research, facilitating the link with the educational community; therefore, the evaluation and development is given from the community, managing to articulate the educational actors in all the processes to achieve the strengthening of social skills for the progress of the school.

Key words: sexual education, school, families, school intervention.

Um encontro de experiências de fortalecimento da vida através da psicologia, apoiando processos pedagógicos

Resumo

O desenvolvimento do projeto foi realizado em uma instituição de ensino, com o objetivo de fortalecer os processos pedagógicos como forma de abordar a escola, compreender a realidade existente e, além disso, contribuir para as ações transformadoras. Para isso, utilizou-se a metodologia qualitativa a partir da pesquisa-ação participativa, facilitando o vínculo com a comunidade educacional; portanto, a avaliação e o desenvolvimento são realizados pela comunidade, conseguindo articular os atores educacionais em todos os processos para alcançar o fortalecimento das habilidades sociais para o progresso da escola.

Palavras-chave: educação sexual, escola, famílias, intervenção escolar.



Introducción

El contexto escolar es un escenario de una compleja red de relaciones, es aquí donde se da una acción conjunta intencional que está en pro del progreso de la institución, donde se enmarca la necesidad de un trabajo multidisciplinar desde las diferentes dependencias; por esta razón, el área de orientación escolar se ve articulada a los procesos que se dan en el plantel educativo, para brindar el acompañamiento y así contribuir a las transformaciones de la escuela. Para alcanzar este propósito, a partir del año 2014 se viene adelantando un macro proyecto de intervención psicológica escolar denominado *La psicología apoyando los procesos pedagógicos*, el cual ha demostrado ser eficiente para responder a las necesidades identificadas en la comunidad educativa, por tal motivo se ha mantenido con éxito en la institución.

Para lograr esas transformaciones es necesario conocer la realidad educativa y esto se hace a través de la investigación y la utilización de técnicas como la entrevista semiestructurada, el análisis documental y la observación, dado que permiten la compilación de toda la información sobre las necesidades y de esta manera crear la implementación de estrategias bien estructuradas para dinamizar acciones transformadoras que fortalezcan a la institución.

Por lo tanto, se ve la necesidad de la creación de un proyecto de orden psicológico, orientado al desarrollo y fortalecimiento de los procesos pedagógicos en la institución, a través de tres ejes de intervención definidos tras un proceso serio de evaluación institucional. Los ejes de intervención se definieron así: intervención psicológica escolar, apoyo al proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía y escuela para familias.

Derivado de esta evaluación se generan acciones encaminadas al fortalecimiento de la intervención psicológica escolar, respondiendo

a las necesidades que surjan durante el proceso y acudiendo a la atención hacia los estudiantes, docentes y padres de familia para buscar desarrollar procesos corresponsables por parte de todos los actores educativos.

Ahora bien, cabe resaltar que dentro de una educación integral es importante preparar a las niñas para asumir una educación para la sexualidad de manera responsable y adecuada, haciéndola parte inherente de su vida cotidiana, en la cual debe primar la aceptación de sí misma y de los demás, enfocada en un marco de una buena autoestima, esto con el fin de dar continuidad a los procesos realizados y reforzar lo que los estudiantes han ido incorporando en sus procesos de aprendizaje, de allí que se diseñe un programa de intervención, cuya estrategia fundamental es el taller psicoeducativo, orientado a fortalecer las habilidades para la vida.

Por otra parte, se identifica la necesidad de trabajar en el fortalecimiento del proyecto de escuela para familias, teniendo en cuenta que este es el primer escenario donde se gesta el desarrollo tanto emocional como social de las estudiantes, asimismo, es importante reconocer el rol que los padres desempeñan en la formación de los infantes, esto con el fin de generar en ellos la corresponsabilidad de acompañar a sus hijas en cada uno de los procesos de desarrollo. En este sentido, se diseñó un programa de escuela para padres, desde el cual se han fortalecido aspectos como pautas de crianza y corresponsabilidad escuela-familia.

Metodología

Paradigma y Enfoque Metodológico

La presente investigación se aborda desde un paradigma cualitativo, ya que permite una comprensión de los fenómenos desde un ambiente natural y en relación con el contexto, permitiendo conocer la interacción entre personas, su percepción y el significado que le dan a los fenómenos que les rodean (Hernández,



Fernández y Baptista, 2014), de esta manera, se genera un conocimiento amplio sobre las acciones que se imparten en el contexto educativo. En cuanto al enfoque, se orienta desde la perspectiva crítico-social, ya que es de carácter autorreflexivo, donde el conocimiento se construye por intereses y necesidades de los grupos (Alvarado y García, 2008), en este caso dentro del contexto educativo, mediante ello se logra la transformación social como fin último al que se espera llegar.

Método

Teniendo en cuenta el objetivo de la investigación: **fortalecer los procesos psicoeducativos**, se orientó a trabajar desde el método de investigación acción participativa, donde prima el sujeto en su capacidad de pensar y de generar cambios a nivel social (Aguilar, 2014), es decir, los agentes educativos se vuelven sujetos activos en la construcción de conocimiento y toma relevancia particular su opinión, reflexión, lo que permite una dinámica global de intereses compartidos, en este caso para el bienestar de toda la comunidad educativa.

Participantes

Para este proceso se contó con la participación de la totalidad de las estudiantes, docentes y padres de familia, esta participación ha sido evidenciada desde los inicios del proyecto en el periodo A de 2014 hasta el momento periodo B de 2018.

Técnicas e Instrumentos de Recolección de Información

La técnica empleada para la recolección de información en un primero momento fue la observación participante, ya que ésta busca comprender el comportamiento y las experiencias de las personas que se dan en su medio natural (Monje, 2011), es decir, se busca observar dentro del contexto educativo y de esta forma dar apertura a una interacción que permita

tener un acercamiento a la realidad y así obtener la información pertinente que enriquezca la investigación; además, como soporte se utilizó la entrevista semiestructurada, ya que esta técnica ofrece un grado de flexibilidad y mayor acceso a la información, a la vez que mantiene la suficiente uniformidad para alcanzar interpretaciones acordes con los propósitos del estudio (Díaz-Bravo, Torruco, Martínez, Varela, 2013). De esta manera, se logra conocer información de primera mano con las personas inmersas en el contexto educativo, como son padres de familia, docentes, administrativos, estudiantes, y así entender su pensar, sentir y actuar en su respectivo rol. A su vez, desde el inicio del proyecto se ha realizado el análisis documental de los proyectos ejecutados con anterioridad en la institución, con lo cual se busca describir y representar los documentos de forma unificada y sistemática para facilitar su recuperación (Dulzaides y Molina, 2004), así se logra tener un conocimiento más amplio sobre los objetivos que se han venido trabajando por fases hasta este año vigente, analizando las fortalezas y transformaciones que han permitido darle continuidad al proyecto, también permite que anualmente se estudie y se establezcan nuevas metas para dar respuesta a las necesidades que persistan o surjan en el desarrollo de las fases posteriores.

Por otra parte, el proceso de intervención dentro de la institución es mediado por tres objetivos, siendo el primero la intervención psicológica escolar, en donde se da atención a las estudiantes por medio del uso de protocolos, formatos institucionales como coloquios que se utilizan en casos que requieren atención inmediata, pero no se necesita el seguimiento propio de la intervención psicológica escolar, además, se encuentra el seguimiento en orientación escolar, es decir, se usa cuando se hacen varias sesiones con el estudiante. El segundo objetivo fue designado para el trabajo con las estudiantes en las aulas de clase,



donde se diseñan unos talleres dependiendo de la necesidad que se requiera dar solución, se utiliza esta estrategia, ya que el taller es un método o estrategia donde los conocimientos se concentran en el aprender-haciendo (Betancourt, Guevara y Fuentes, 2011), se logra obtener la participación total de las estudiantes haciendo de las temáticas a tratar más vivenciales y generar un nuevo conocimiento desde las experiencias y aprendizajes que surgen desde el compartir de las estudiantes y docentes. Como último y tercer objetivo, se trabaja en la escuela para padres, ya que es un proceso de educación organizada y coordinada entre padres de familia y la institución educativa (Suarez, 2008), en este punto se busca compartir de forma vivencial con talleres estructurados las dificultades que los padres miran con respecto a su rol.

Procedimiento

Considerando que el método empleado es investigación acción, con el cual se busca dar apertura a un reconocimiento y aproximación al contexto para generar transformaciones colectivas, en primer lugar, la fase I del proyecto permite la vinculación con la institución educativa y se pretende evaluar la dinámica de funcionamiento institucional a través de las técnicas de observación, revisión documental, entrevistas semiestructuradas, obteniendo como resultado un conocimiento más claro de la realidad institucional. A partir de lo anterior, se logra direccionar el proceso interventivo mediado por tres ejes: Intervención psicológica escolar, Apoyo al proyecto de educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía y Fortalecimiento al proyecto de escuela para familias. Estos ejes surgen para dar respuesta a las necesidades de la institución educativa, de esta manera, el proyecto *la Psicología Apoyando los Procesos Psicopedagógicos* ha sido consecutivo, V fases hasta el momento, lo que se traduce en que este proyecto ha sido viable y ha contribuido a generar cambios positivos en la institución.

Plan de Análisis de Datos

El análisis de datos se estableció a través de la integración de categorías deductivas determinadas desde los hallazgos en el análisis de los discursos de los actores educativos. En este sentido, las categorías de análisis fueron intervención psicológica escolar, educación para la sexualidad y escuela para familias, que de ellas se desprenden subcategorías, dependiendo de la evaluación que se realiza anualmente en el contexto. A partir de ellas se realiza un trabajo de análisis y síntesis para responder al objetivo del proyecto y a las necesidades encontradas en la institución a través de los preceptos teóricos, por último, se realiza la formulación de conclusiones.

Resultados

Evaluación y Surgimiento del Proyecto

La apertura del proyecto *La Psicología Apoyando los Procesos Pedagógicos* se da por medio de una solicitud hecha por la Institución Educativa a la Universidad Mariana, viendo como necesidad solventar la atención a estudiantes en el área de orientación escolar. De esta manera, se vinculan las practicantes al contexto, una vez integradas se ve necesario la construcción de una propuesta que dé respuesta a las necesidades traducidas en los discursos dados por los integrantes que conforman la escuela; esto se conoce por medio del proceso de evaluación de la realidad del contexto escolar.

El acercamiento a la institución se hace por medio de la voz de profesores, estudiantes, administrativos, padres de familia, es así como surgen los tres ejes a trabajar, los cuales dependen de las necesidades pertinentes a tratar, el primero orientado a la Intervención Psicológica Escolar, en segundo lugar, apoyar el proyecto educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía denominado *Formación de la Afectividad*, y el tercero propuesto a fortalecer los espacios de orientación y formación para

los padres de familia y acudientes a través del proyecto escuela de formación para familias, denominado *Construyendo Familia Salesiana*.

Eje I. Intervención Psicológica Escolar

Este eje se enfatiza en el trabajo orientado al acompañamiento y orientación a estudiantes, como lo menciona Beón (como se citó en Loja y Zea, 2014), la intervención psicológica escolar es “un conjunto de acciones sistemáticas, planificadas, basadas en necesidades identificadas y orientadas a unas metas, como respuesta a esas necesidades” (p. 15). Lo anterior con el fin de satisfacer dicha carencia o problema para obtener mejores resultados en la comunidad educativa.

La Fase I corresponde a los periodos A-B de 2014; se hace una evaluación de la población con el fin de tener un conocimiento sobre la situación con respecto al proceso de casos atendidos, la forma de atención e identificación de las necesidades, de lo cual se detectaron problemáticas sobre todo dificultades familiares, debido a lo anterior surge la necesidad de crear protocolos (Comité Distrital de Convivencia Escolar de Colombia, s.f.), los cuales buscan brindar orientaciones para atender los casos que se presentan en el establecimiento educativo. Al finalizar la fase se proponen sugerencias que son relevantes a tener en cuenta para la consecución del proceso, ya que éste es continuo y serán importantes para iniciar la fase siguiente.

En cuanto a la fase II, se retoma y se da apertura al proyecto en el proceso de actualización y análisis del panorama educativo, se encuentra problemáticas en torno a las relaciones con los pares, con manifestaciones de agresividad en el salón de clase, sin embargo, se debe hacer la salvedad que muchas de estas situaciones fueron resueltas por las docentes, ya que en su rol son capaces de “instruir y formar al alumno desde una perspectiva global, atendiendo a

[todas sus necesidades], así como a su propio desarrollo personal” (Prieto, 2008, p. 330), de esta forma, el docente puede mediar y solicitar acompañamiento cuando lo vea necesario. Durante este periodo se vio la necesidad, por lo casos remitidos, de la utilización de los protocolos por hechos como indisciplina en el aula de clases y bajo rendimiento escolar, lo que connota que estas problemáticas no tuvieron un cambio en la fase anterior debido a la discontinuidad del proceso, por situaciones como la salida de las practicantes por problemas administrativos, entre algunos casos. Por lo tanto, la atención desde psicología tuvo un desarrollo fluido en la resolución de los casos en su gran mayoría; los casos no resueltos en esta fase se pueden relacionar con la poca asistencia de padres de familia a los llamados que se hacían desde orientación, por lo cual se puede inferir que este es un factor que influye en la resolución de problemas de las estudiantes, ya que se requiere que los padres de familia tengan un mayor compromiso con la escuela, y que tenga como base una corresponsabilidad. Además, se hizo la creación de nuevos protocolos para tratar problemáticas sobre dificultades familiares: manejo de *familias en situación de divorcio* con relación al contexto educativo. Por último, se hacen recomendaciones puntuales en lo que concierne a psicoorientación, seguir el proceso de atención y trabajar la corresponsabilidad que deben asumir los agentes educativos.

La fase III se inicia con la revisión de documentos, con el fin de conocer los avances del proyecto en la fase anterior. En este periodo se encuentran problemáticas relacionadas con dificultades de aprendizaje, persisten los temas familiares sobre separación/divorcio, por lo cual se trabaja en torno a ello, ya que en la etapa infantil tienen menos capacidad para evaluar las causas y consecuencias y así afrontar las circunstancias estresantes (Zill, Morrison y Coiro (como se citó en Duarte,



Cortés y Justicia, 2002), por eso se hace uso del protocolo realizado en la primera fase, el cual ha contribuido de manera significativa en el proceso de orientación psicológica escolar, tanto con estudiantes como con padres de familia. A nivel general, durante este periodo se enriqueció el proyecto a partir de la construcción de dos protocolos sobre: *manejo de pataletas* y *manejo de conducta agresiva*, ya que dentro del aula aún se evidencian estos conflictos, los cuales requieren acompañamiento para solventar esta necesidad que ha sido persistente. Dentro de la resolución de los casos se evidenció una asistencia considerable de estudiantes a orientación, lo que permite concluir que el trabajo realizado es acogido por la institución de manera favorable y contribuye a las transformaciones que se esperan alcanzar en la institución.

En la fase IV nuevamente se realiza el proceso de revisión documental, para tener conocimiento sobre el manejo de los casos, formatos y protocolos, teniendo en cuenta las recomendaciones dadas por los agentes educativos, ya que esto permite escuchar su pensamiento en torno a lo que ellos ven como necesidad (Codina, 2004), por consiguiente, se trabajó desde lo que ellos consideran una necesidad a tratar. En esta fase, durante el desarrollo de los procesos de atención a las estudiantes, aún se percibe falta de corresponsabilidad por parte de los padres con la educación de sus hijas. Debido a esto, en la siguiente fase se decide fortalecer en la comunidad educativa, particularmente en los padres de familia, el sentido de corresponsabilidad en la relación escuela-familia, León (2011) menciona que es importante contar con la ayuda de los padres de familia, ya que la escuela en la actualidad ya no es un sitio donde solo se imparten conocimientos, sino que además, tiene que ver con la formación personal de los estudiantes, y esto ha repercutido en la estructura de las funcionalidades, por tanto, es necesario que se definan las funciones que les compete a cada

uno. Como en las anteriores fases dependiendo de las necesidades se crean nuevos protocolos, esta vez se enfatiza en *pautas de crianza* y *manejo de emociones*, las cuales se articulan con los talleres que se desarrollan.

Con respecto a la fase V que se encuentra vigente en este momento, durante la revisión documental se encuentran dificultades a nivel familiar; cabe mencionar que las dificultades en el aula han disminuido, lo que evidencia que el trabajo que se viene realizando está dando resultado. Durante este periodo se presentó una baja de remisiones a orientación, producto de las modificaciones desde control y calidad, donde el docente debe hacer todo el proceso para la posterior atención; por esta razón, se disminuyó la atención a estudiantes. Cabe resaltar que los casos que se han atendido son en su mayoría sobre problemas familiares, como divorcio de los padres, y en este proceso se ha contado con la presencia de los padres de familia, que ha sido un acompañamiento mutuo y en donde se evidencia la responsabilidad y compromiso con la escuela. Además, se realizó la respectiva creación de protocolo, en este caso se maneja el tema de sana convivencia escolar, para manejar las diferentes dificultades que suelen presentarse en algunos cursos. En el eje I se realizó orientación psicológica y seguimiento a aproximadamente 100 casos.

Eje 2 Educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía

El Programa de Educación para la Sexualidad y Construcción de Ciudadanía es una iniciativa que tiene el Ministerio de Educación Nacional de Colombia y el Fondo de Población de las Naciones Unidas (UNFPA), fue llevado a cabo con el fin de favorecer el fortalecimiento dentro del ámbito educativo para los proyectos pedagógicos de educación para la sexualidad, enfocados a la vez en la construcción de ciudadanía y el mejoramiento de los derechos

humanos, sexuales y reproductivos, por medio de este, se generan espacios donde se propicia el desarrollo de habilidades en las estudiantes, de esta manera lo podrán incorporar en su vida cotidiana y así vigorizar la toma de decisiones, alcanzando una sexualidad plena y con responsabilidad, propagando el enriquecimiento de su proyecto de vida y de las personas que la rodean, por ende, se ve a la educación para la sexualidad como una oportunidad pedagógica, que no solamente se enfoca en ser presentada dentro de un taller, por el contrario, debe propiciarse como un proyecto institucional, el cual debe ir incluido en el Proyecto Educativo Institucional (PEI), y así lograr en las estudiantes la responsabilidad sobre su cuerpo, el respeto a la dignidad de todo ser humano, la igualdad y las construcción de relaciones sanas. Así las cosas, la Institución Educativa Municipal San Juan Bosco incluye en el PEI el proyecto de educación para la sexualidad, trabajado desde el área de ciencias naturales, conjuntamente con orientación psicológica, debido a esto, se ve la pertinencia de consolidarlo con el proyecto propuesto por las practicantes de “Educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía”, ya que esto permitió, en gran medida, trabajar conjuntamente con los entes educativos que conforman a la sede.

De acuerdo con lo anterior, el eje 2 se enfocó en desarrollar estrategias dirigidas a las estudiantes para fortalecer las habilidades para la vida, las cuales se contemplan, según Espíndola (citado por Águila, 2014), como las destrezas que le permiten a las personas adquirir aptitudes necesarias para el desarrollo humano y para enfrentar en forma efectiva los retos de la vida diaria en todas sus dimensiones: familiar, escolar, laboral, social, etc. Por medio de ellas se pretendió incrementar en las estudiantes la capacidad para hacer uso inteligente de las emociones, identificar sus aspiraciones de manera realista, evaluar sus capacidades e

integrarse a la sociedad de manera productiva y placentera, posibilitando el alcance del bienestar por encima de los aspectos que no marchan de manera adecuada en el transcurso del día a día (Herrera, Buitrago y Parandones, 2015); por ello, en la fase I, desarrollada en el periodo A-B de 2014, se propuso el trabajo “la educación para la sexualidad y construcción de ciudadanía”, en el cual se trabajó talleres propuestos por el Ministerio de Educación Nacional colombiano, sin embargo, no se consolidó completamente la aplicación de talleres, por ello, no se obtiene suficiente información de este; cabe resaltar que en la fase II, llevada a cabo en el periodo A-B de 2015, se retoma el proyecto, sin embargo, surgen modificaciones, por lo cual pasa a tomar el nombre de “Formación de la Afectividad”, ya que este concepto integra el amor y el respeto propio hacia el cuerpo. Este proyecto se encaminó a estimular en las estudiantes la formación y consolidación del autoconcepto, de acuerdo a la etapa evolutiva que estaban atravesando. A partir de la revisión ejecutada por las practicantes del programa de psicología y de las necesidades que surgieron en la anterior fase, fue pertinente ejecutar talleres ante la curiosidad que surgió entre las diferencias masculinas y femeninas en cuanto a la parte genital, para Diezma y Cruz (2002), esta curiosidad se observa como algo sensato y lógico, también aclaran que los genitales deben ser nombrados de forma correcta, ya que es un tema que debe tomarse con naturalidad, orientando a las niñas en todo aquello que no han alcanzado a comprender por sí mismas; de igual manera, al realizar el diagnóstico, se encuentra una necesidad netamente femenina, fue necesario abarcar la pubertad y los cambios que provoca en ellas, en este sentido, Papalia (2001) menciona que esta surge por el incremento que se da en la producción de hormonas, lo cual determina la finalización de la etapa de niñez, esto conlleva a dos características, la reproducción en los órganos genitales y las características

secundarias como el vello púbico; por su parte, Bleger (1996) menciona que estas características hacen que las preadolescentes adquieran conductas que se ajustan a su esquema cognitivo, afectivo y de valores, lo cual debe permanecer en un constante equilibrio, tanto para sí mismo como para el mundo externo, por ello, es pertinente brindar una educación en edades tempranas, con el fin de adquirir herramientas que les permitan reconocer su sexualidad y la vivan adecuadamente, de manera afectiva, sin perjudicarse a sí mismas o a los demás.

Acto seguido, se dio paso a la ejecución de los talleres, la creación de los informes y el diligenciamiento del formato de evaluación de talleres, por medio de estos se observó que los talleres tuvieron una acogida positiva por parte de la comunidad educativa, al igual que el proyecto por parte de la institución, ya que se cumplió con la ejecución de los talleres, consiguiendo de este modo el cumplimiento de los objetivos diseñados dentro del eje. De esta manera, se logró que las estudiantes asumieran la sexualidad desde una visión personal, fortaleciendo la libertad responsable para una buena toma de decisiones, esto se evidenció en el cambio de comportamiento por parte de las niñas, mejoró su entendimiento intrapersonal, ya que les fue más fácil expresar sus gustos y disgustos, sin embargo, aún es necesario seguir fortaleciendo este proceso en las niñas, lo anterior porque los padres de familia y las docentes de la sede manifestaron la necesidad de continuar con el mejoramiento ante las actitudes y capacidades que desarrollaban las niñas dentro y fuera de la escuela, no solamente con ellas, también con el resto del mundo.

Dentro de los periodos A-B de 2016, se dio paso a la fase III, en la cual se decide retomar las sugerencias que emanaron de la fase anterior, estas son conocidas por medio de una revisión documental, entrevista semiestructurada y observación participante. Al realizar los

procesos evaluadores nombrados, se evidencia la necesidad de dar continuidad al proyecto, esta vez guiado por las habilidades sociales para la vida, las cuales se encuentran relacionadas con conductas de interacción personal encaminadas a ejercer un liderazgo exitoso. A este grupo pertenecen: 1. Conocimiento de sí mismo: reconocer fortalezas, carácter, debilidades, gustos y disgustos; 2. Comunicación efectiva: capacidad de expresarse tanto verbal como preverbalmente de una manera apropiada; 3. Relaciones interpersonales: ayuda a relacionarse de forma positiva con las personas; 4. Empatía: capacidad de “ponerse en los zapatos del otro” e imaginar cómo es la vida para la otra persona (Organización Mundial de la Salud [OMS], como se citó en Mantilla, 1999). Por medio de ellas se logró la adquisición del conocimiento del propio cuerpo y de sus posibilidades de acción, la adquisición de su identidad y autonomía, la formación de hábitos de higiene y alimentación, el respeto del propio cuerpo a favor de la protección ante el abuso sexual y la expresión de sentimientos, de esta manera, se logró que las estudiantes asumieran la sexualidad desde una visión integral, tanto del ser humano como del mundo que las rodea, así mismo se fortaleció la libertad responsable para una buena toma de decisiones, esto fue evidenciado por medio del cambio que se obtuvo en el comportamiento de las niñas, ya que mejoraron sus relaciones tanto intrapersonal como interpersonales, el respeto que adquirieron hacia sí mismas y hacia las personas que las rodean en la sede, como sus compañeras, docentes y demás personas que hacen parte de la institución. Gracias al buen impacto que se obtiene en esta fase se recomendó seguir con el fortalecimiento de este macro proyecto.

En la fase IV, trabajada en los periodos A y B de 2017, se dio continuidad a la estrategia de talleres elaborados en las anteriores fases haciendo los ajustes respectivos, con el fin afianzar lo que concierne al eje de “formación en la afectividad”,



pero esta vez desde las habilidades emocionales para la vida, puesto que las emociones influyen en el comportamiento del ser humano, se ven orientadas hacia el control de emociones frente a situaciones que generan reacciones fisiológicas y conductuales. A este grupo pertenecen: el manejo de emociones, que implica el reconocimiento de emociones, sentimientos propios y de los demás; y el manejo de tensiones y estrés, que facilita el reconocimiento de fuentes de estrés para desarrollar capacidades de respuesta y control frente a ellas (OMS, como se citó en Mantilla, 1999). Se debe tener en cuenta que, las emociones influyen en todo lo que se hace, cómo la persona se percibe, qué piensa de los demás y en el comportamiento y actuación hacia el mundo interno y externo del ser humano. Cabe resaltar que fue necesario brindar herramientas acerca de la manera en cómo se puede reconocer y expresar las emociones en todos los aspectos de la vida, de lo cual se logró obtener un buen impacto con las estudiantes, ya que de esta manera pudieron entender sus emociones, decidir qué hacer con ellas y cómo actuar ante los distintos desafíos que se presentan en su diario vivir.

En la fase V, trabajada en los periodos A y B de 2018, se continúa con la complementación al proyecto que se ha venido desarrollando. El eje antes denominado “Formación de la afectividad” ahora se lo denominó “Vamos a Valorar Nuestra Sexualidad”, ya que se fusionó con el proyecto de sexualidad propuesto por la institución, éste se encaminó a trabajar con las niñas al mismo tiempo 3 acciones transformadoras que se conectaron entre sí; en primera instancia la autoestima, ya que fue notorio la falta de esta en una gran parte de las estudiantes que conforman la sede, lo anterior fue determinado por medio de entrevistas semiestructuradas realizadas a las docentes y las sugerencias que arrojó la fase llevada a cabo en el año 2017. Cabe resaltar que la autoestima, según Branden (2000), es vista como el aspecto

más importante para la formación de la personalidad de un individuo, para el logro de su identidad y para la adaptación que tendrán en la sociedad, por ello, es entendida como el grado en que las niñas tienen sentimientos positivos o negativos acerca de sí mismas y de su propio valor. Por tanto, la autoestima, es el concepto que la persona tiene de su valor como ser humano y se basa en todos los pensamientos, sentimientos, sensaciones y experiencias que ha ido acumulando durante su vida.

Dentro de este contexto, la escasez de autoestima estaba causando bajo rendimiento escolar, comportamientos agresivos o aislamiento, sentimientos de insatisfacción y deserción de la escuela, por ello, la primera acción transformadora a seguir se denominó *Soy única e irrepetible*, la cual tuvo como fin que las estudiantes lograran reconocer lo valiosas que son como personas, se amaran, se respetaran y de la misma manera respetaran a las personas que las rodean.

En segunda instancia se llevó a cabo la aplicación de talleres referidos al tema de igualdad y equidad de género, entendido por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (s.f.) como:

La igualdad de derechos, responsabilidades y oportunidades de las (...) niñas y los niños. La igualdad no significa que las mujeres y los hombres sean lo mismo, sino que los derechos, las responsabilidades y las oportunidades no dependen del sexo con el que nacieron. La igualdad de género supone que se tengan en cuenta los intereses, las necesidades y las prioridades tanto de las mujeres como de los hombres. (p. 115).

Lo anterior significa que, la igualdad de género busca lograr un trato igualitario sin ningún tipo de discriminación, se caracteriza por el uso de la imparcialidad para reconocer el derecho individual, utilizando la equivalencia para ser

iguales, de esta manera, las estudiantes lograron reconocer la igualdad en ambos géneros, incrementando a futuro las posibilidades de ser mujeres independientes.

La tercera acción transformadora que surgió del diagnóstico realizado en esta fase fue la Prevención del Abuso y Acoso Sexual, considerados como una de las formas más frecuentes de violencia sexual, y como una de las peores formas de la vulneración de los derechos de los niños y niñas. Esta violencia se caracteriza por la presencia de un desequilibrio de poder en el que el agresor controla y manipula y la víctima queda en una situación de indefensión y falta de libertad (Escartin, 2007). Por lo anterior, fue relevante fortalecer la comunicación con las estudiantes, especialmente, en cuestiones sexuales como: enseñar las partes privadas del cuerpo, hacerle saber que tienen derecho a decidir acerca de su propio cuerpo y brindarles seguridad en sí mismas; al realizar los talleres de manera lúdica y más comprensible para las estudiantes, se logra transmitir una buena información, acatada por cada una de ellas, reforzando así el autocuidado y el cuidado con las personas que las rodean. En el eje II se realizaron 163 talleres durante las cinco fases aplicadas.

Eje 3 Escuela para familias

Las escuelas para familias, según Suarez (2008), son un proceso de educación que están organizadas y coordinadas por padres de familia y los distintos integrantes que conforman a la institución educativa, se da de manera continua, no solo se trata de programas estructurados y secuenciales, también se lleva a cabo con el compartir de sus vivencias. Por medio de las escuelas para familia se logra una gran contribución hacia la tarea de ser esposos, padres, hermanos o representantes legales de los estudiantes, es decir, la escuela de padres ofrece a los participantes un espacio educativo

de reflexión e intercambio de experiencias familiares; además, es una alternativa que trata de facilitar la labor educativa, capacitando a los padres mediante la utilización de distintas herramientas teórico-prácticas para enfrentar la tarea de formar a sus hijas y prevenir problemas y consecuencias a futuro, ya sea cercano o lejano, por ello, se considera la escuela para familia como un programa preventivo, que contribuye a modificaciones de conductas y a la adquisición de pautas saludables de dinámica familiar, igualmente, promueve la participación activa y corresponsable de los miembros del grupo en el proceso de enseñanza y aprendizaje desde los distintos roles.

Debido a lo anterior, en el eje 3 se enfocó en implementar la escuela para familias, ya que dentro de la institución son percibidas algunas dificultades con respecto a la crianza de las niñas en su hogar. La información es obtenida por medio del diagnóstico realizado a partir de entrevistas semiestructuradas aplicadas a docentes, estudiantes y padres de familia, su propósito fue generar espacios de orientación y formación para los padres de familia y acudientes, a través de la implementación del proyecto escuela de formación para padres y madres de familia, denominado “Construyendo Familias Salesianas”. Por ello, en la fase I del año 2014 se implementó esta acción transformadora, la cual se retoma y es llevada a cabo en la fase II del año 2015, en esta fase se consolidó la información obtenida en la fase I y en la fase II, que arrojó como resultado la necesidad del fortalecimiento de la comunicación entre padres e hijos en grados cuartos y quintos de primaria; para Freire (como se citó en Pallarès, 2014), la comunicación se la ve como dos polos del diálogo, son ligados con esperanza y fe, se vuelven críticos en la búsqueda de llegar a algo común, es así como se ve la verdadera comunicación entre padre e hijo, al ser capaces de esto se entablará una buena

interacción, lo cual permitirá un desarrollo más saludable, guiado por un ambiente de unión, con tolerancia, respeto, cariño y confianza, es primordial escuchar atentamente lo que el otro dice, esto permite conocer que está pasando con la otra persona. Por lo anterior, dentro de este contexto son importantes los padres, ya que son una fuente de ejemplo indispensable para que los hijos interioricen pautas para una buena comunicación.

Como segunda acción transformadora se llevó a cabo la escuela para familias denominada “Nuestra Sexualidad es Fuente de Bienestar Integral”, en este sentido, Diezma y Cruz (2002) afirman que los seres humanos son sexuados, lo que significa que en el momento en que se nace e inicia el proceso evolutivo, permanente durante toda la vida, la sexualidad hace parte de la identidad de cada uno, por ello, es algo consustancial a la condición humana y un derecho de toda persona, con independencia de la edad.

Por otro lado, la familia al ser la primera educadora constituye uno de los pilares fundamentales para la educación sexual integral, pues es ahí donde han surgido las primeras interacciones de los alumnos, por lo tanto, es significativo hacer que el contexto familiar sea abordado por la escuela con el mayor grado de consenso posible, donde no solo se trabaje con estudiantes sino también con los padres, promoviendo asociaciones significativas entre la escuela, la familia y la comunidad en general, siendo esta una oportunidad para abordar integralmente la formación en cuanto a educación sexual y competencias ciudadanas. Por lo mencionado, los padres de familia o acudientes no pueden ser ajenos a la Educación Sexual, ya que no es un tema que se pueda delegar a la enseñanza de la escuela, sino que la educación sexual debe ser enseñada desde el hogar, aportar a

que los hijos sean felices con su sexualidad, a que el niño se sienta bien por sus acciones coherentes con los valores inculcados y su forma de pensar, pues la sexualidad abarca las dimensiones psicológicas, cognitivas sociales y emocionales del sujeto.

A través de la realización de estos talleres, se observó que algunos padres de familia todavía presentan temor al hablar y comunicarse con sus hijas sobre sexualidad, además, los padres de familia tienen un concepto de sexualidad muy reducido, que se limita a reproducción, género y diferencias sexuales, por lo cual fue importante enmarcar la afectividad como parte central de la sexualidad del ser humano. Se recomendó que el taller fuera trabajado de igual manera con los grados transición, primero, segundo y tercero, ya que es importante también que los padres de familia de las niñas de todos los grados se involucren en la educación sexual de sus hijas desde temprana edad.

En la fase III, llevada a cabo en 2016, persevera nuevamente la idea de generar espacios de orientación y formación para los padres de familia a través del proyecto denominado “Construyendo Familias Salesianas”, sin embargo, surgen nuevas modificaciones, ya que la comunidad notificó presentar nuevas necesidades, como las pautas de crianza inadecuadas. Es importante rescatar este tema en las escuelas para familias, dado que las pautas de crianza, según Villegas (como se citó en Castiblanco y Valbuena, 2012), son aquellas normas, límites y enseñanzas hacia los hijos, de acuerdo con lo que han aprendido de sus padres o quien haya sido parte fundamental de su crianza; son aprendidas de generación en generación por los padres de sus padres (abuelos) y son transmitidas de igual manera a futuro, algunas veces sin modificaciones. Cabe resaltar que la familia es el primer agente socializador más importante en la vida de un

individuo, ya que se constituye en el vínculo entre el individuo y la sociedad, de esta manera, la familia será aquel ente que lleva al niño a socializar, lo cual le permitirá dar inicio al desarrollo de su personalidad.

En esta fase también se retoma los talleres de educación para la sexualidad, en los cuales los padres de familia se ven muy interesados en aprender más sobre el tema, debido a que permite manejarlo desde el hogar y colaborar con los procesos de aprendizaje de las estudiantes, es así como, tanto docentes como padres de familia percibieron un mejoramiento en el comportamiento de sus niñas, sin embargo, en los grados segundos y terceros no se logró cumplir en totalidad con el objetivo, ya que la asistencia fue nula, por lo cual la información no llegó a muchos padres de familia o acudientes, por ello, fue pertinente continuar con las escuelas de formación para las familias.

En la fase IV, llevada a cabo en el año 2017, se orientó a trabajar en la formación a educandos y familias por medio del amor, para formar así un mundo mejor, el eje fue trabajado bajo el lema “Formando con amor buenos cristianos y honestos ciudadanos”, el cual tuvo como objetivo: formar personas integrales que logren dejar huella y de esta manera convertir a la institución en un ente educativo que forme con amor a los seres del mañana expuestos a una sociedad. Esto se logró a través del desarrollo de las escuelas para familias, en el cual se generó un espacio de reflexión, de información y formación dirigida a padres y madres, sobre aspectos relacionados de las funciones parentales, proporcionando apoyo a las familias en este rol tan importante. En este punto es significativo mencionar que la relación que la niña establece con su familia determina la forma en cómo estructura la personalidad y el comportamiento social que tendrá con personas externas, ya que la forma de autoridad, en muchos casos de los padres de familia, es

el primer modelo significativo de la conducta socioafectiva que transmite ciertas normas y valores (Hidalgo y Abarca, 1999). Debido a lo anterior, también fue necesario trabajar en las escuelas para familias: habilidades emocionales para la vida conjuntamente con las estudiantes, en el taller denominado “un día con mis papitos”, fue importante reconocer el rol que los padres desempeñaban en la formación de la afectividad, esto se realizó con el fin de generar en ellos la responsabilidad de acompañar a sus hijas en cada uno de los procesos, por medio del buen manejo y expresión de emociones, brindando herramientas que estimulen en los hogares el reconocimiento de los propios sentimientos y así facilitar una buena interacción con los demás, además de la estimulación y la capacidad de empatizar, identificar y generar vínculos afectivos, de esta manera se logró vivenciar en el contexto familiar un ambiente de escucha, comprensión, respeto, confianza etc., el cual también se vio reflejado dentro del contexto educativo.

En la fase V, llevada a cabo en 2018, se continúa con la complementación al macro proyecto, el eje antes denominado “Construyendo Familias Salesianas”, paso a denominarse “Vamos construyendo familias afectivas”, ya que se fusionó con el proyecto propuesto desde psicoorientación de la institución, el cual estuvo encaminado a trabajar con los padres de familia 3 acciones transformadoras, que surgieron de las anteriores fases por medio de la revisión documental, de igual manera se realizó la respectiva entrevista semiestructurada a las docentes, donde manifestaron la necesidad de abordar diferentes temas como la corresponsabilidad, ya que fue importante establecer en los padres de familia su participación en actividades pedagógicas y académicas dentro del contexto educativo.

La corresponsabilidad para León (2011) es fundamental, ya que es bueno contar con la

ayuda de los padres de familia dentro y fuera de la escuela, porque en la actualidad las instituciones ya no son un sitio donde solo imparten conocimientos académicos, sino que además tiene que ver con la formación personal de los estudiantes, lo cual ha repercutido en la estructura de funcionalidades, por tanto, es necesario que se definan las funciones que les compete a cada parte, tanto a la escuela como al hogar de las estudiantes. Por lo anterior, se ve la necesidad de generar espacios, tiempos y acciones conjuntas, para que, con la colaboración de ambos agentes, se pueda dar respuesta a las peculiaridades propias de la formación de los estudiantes. En este sentido, se obtuvo buenos resultados, ya que hubo gran asistencia por parte de padres y acudientes al taller, lo cual permitió tener una mejor acogida en los hogares sobre el tema en cuestión; asimismo, las docentes manifestaron un incremento notable en la corresponsabilidad que adquirieron los padres de familia ante la escuela.

Otro de los temas a tratar con los padres de familia fue la independencia en las niñas, ya que las docentes han observado un alto índice de sobreprotección. La independencia es un proceso que se desarrolla desde la primera infancia, por lo cual la escuela de padres fue dirigida a todos los grados, de acuerdo con Chokler (como se citó en Szasz, 2016):

Un bebe autónomo se caracteriza entre otras cosas, por tener iniciativa en sus acciones, ya que cuenta con herramientas perceptuales, motrices y psicológicas que le ayudan en el proceso de maduración y en el contacto que tiene con su entorno. Dichas herramientas serán utilizadas desde sus primeras experiencias y facilitarán el procesamiento y organización de toda la información.

En los primeros 3 años de edad, los niños van incrementando sus capacidades de participación y la comprensión de normas, a pesar de que muestran una resistencia natural a las mismas.

Esto es debido a que están aprendiendo qué cosas pueden controlar y cuáles no. (párr. 2-3).

Sin embargo, la independencia debe trabajarse por medio de la “participación guiada”, la cual es manejada por los entes más cercanos al niño, como los padres, los profesores y demás familiares con autoridad ante el niño, por esto fue necesario mostrar a los padres de familia la importancia del fortalecimiento de la independencia en sus hijos tanto en el hogar como en la escuela, y en los diferentes contextos donde se desenvuelven. El taller arrojó favorables resultados, ya que las niñas modificaron actitudes dentro de la escuela, se mostraron más responsables, solidarias y atentas en las jornadas educativas.

Por último, se decide llevar a cabo una actividad de forma vivencial, tanto para padres como hijas, el taller fue denominado “comunicándonos bien y bonito”, el cual tuvo como objetivo fortalecer las habilidades de comunicación asertiva entre padres e hijos. Es necesario que los padres de familia puedan tener una buena comunicación con sus hijos; si es tomada desde la infancia el resultado será llevar una muy buena relación entre padres e hijos durante todo el transcurso de sus vidas, además, ayudará a los niños a sentirse más seguros de sí mismos con respecto a la posición que ocupan en su familia y esto hace que se vuelvan más cooperativos en su hogar. Long y Zolten (1997) mencionan que la comunicación se puede presentar en diversas situaciones, por ello, es importante saber cómo comunicarse durante conflictos o en otras circunstancias; en primera instancia se debe resolver un problema a la vez, buscar maneras creativas de resolver los problemas, ya que los niños entenderían y aportarían a resolver los mismos. Por consiguiente, esto evitará una comunicación negativa, donde no se use palabras hirientes, hacer menos a los niños, usar amenazas como fuente de disciplina y controlar al niño usando sentimientos de culpabilidad. De

acuerdo a lo anterior, se brindó un espacio para la familia, de manera lúdica, lo cual permitió fortalecer la comunicación y confianza mutua, y mejorar el tiempo compartido en familia. En el eje III se llevó a cabo un total de 48 escuelas para familias dentro de las 5 fases trabajadas.

Conclusiones

El desarrollo del fortalecimiento de los procesos pedagógicos busca el bienestar estudiantil y con ello mejorar la calidad de vida de los estudiantes, para esto fue necesario la vinculación con la comunidad educativa a partir de diversos escenarios, donde cada sujeto asumió un rol activo, que en primera instancia permitió conocer la realidad del contexto desde la voz de ellos, posteriormente, se estableció una medida de trabajo con todas las necesidades que fueron detectadas.

El desarrollo del proyecto ha sido continuo, brindando apoyo a la comunidad desde la creación de subprocesos anuales, donde se toman medidas necesarias para lograr el objetivo que se tiene establecido, por medio de los tres ejes sobre intervención escolar, educación para la sexualidad, y escuela para familias.

Por consiguiente, se generaron espacios de interacción donde se desarrollaron los talleres, dirigidos a estudiantes y padres de familia desde las problemáticas encontradas; dentro de estos espacios los sujetos expresaron sus inquietudes con respecto a lo que ellos percibían como dificultad, por un lado, los estudiantes son personas abiertas a escuchar y a aportar sobre los conocimientos que tienen, lo cual generó un ambiente agradable y, además, se logró alcanzar el objetivo de fortalecer las habilidades para la vida, en aspectos como educación sexual, ya que esta abarca aspectos importantes durante el desarrollo físico, hormonal, y psicológico de las estudiantes.

Es necesario que los docentes estén conscientes de no perpetuar actitudes tradicionales o

discriminativas como la insinuación de que determinados colores, juguetes o profesiones son exclusivos de determinado género (Vamos a valorar nuestra sexualidad).

Además, el encuentro con los padres de familia reforzó la conducta de responsabilidad como padres y sus deberes dentro de la institución, aportando en gran medida a la corresponsabilidad, ya que durante el desarrollo de las fases se ha favorecido este aspecto, además, se cuenta con una mayor presencia de ellos, aportando a la escuela desde casa.

Por otro lado, el acompañamiento brindando desde orientación es oportuno, puesto que varias problemáticas se han ido solucionando; por ser este proyecto continuo hace que los procesos no se vean quebrantados y siga su desarrollo.

Como punto final, es necesario darle continuidad al proyecto, ya que se evidencia resultados favorables durante todo el proceso, lo cual ha permitido generar vínculos más fuertes, la red de relaciones se ha ido fortaleciendo, y desde ahí han surgido todas las estrategias, alternativas subyacentes a las dificultades de la realidad escolar.

Referencias

- Águila, E. (2014). *Habilidades y estrategias para el desarrollo del pensamiento crítico y creativo en el alumnado de la Universidad de Sonora* (tesis doctoral). Universidad de Extremadura, España. Recuperado de http://dehesa.unex.es/xmlui/bitstream/handle/10662/1774/TDUEX_2014_Aguila_Moreno.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Alvarado, L. y García, M. (2008). Características más relevantes del paradigma socio-crítico: su aplicación en investigaciones de educación ambiental y de la enseñanza de las ciencias realizadas en el Doctorado de Educación en

- el Instituto Pedagógico de Caracas. *Sapiens Revista universitaria de investigación*, 9(2), 187-202.
- Betancourt, R., Guevara, L., Fuentes, E. (2011). *El taller como estrategia didáctica, sus fases y componentes para el desarrollo de un proceso de cualificación en el uso de tecnologías de la información y la comunicación (TIC) con docentes de lenguas extranjeras. Caracterización y retos* (trabajo de grado). Universidad de la Salle, Bogotá, Colombia. Recuperado de <http://repository.lasalle.edu.co/bitstream/handle/10185/7927/T26.11%20B465f.pdf>
- Bleger, J. (1996). *Psicología de la Conducta*. Buenos Aires: Paidós.
- Castiblanco, C. y Valbuena, M. (2012). *Pautas de crianza, implicación directa en la construcción de tejido social* (tesis de pregrado). Corporación Universitaria Minuto de Dios, Soacha, Colombia. Recuperado de https://repository.uniminuto.edu/bitstream/handle/10656/1261/TTS_CastiblancoCastilloClaudia_2012.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Codina, A. (2004). Saber escuchar. Un intangible valioso. *Intangible capital*, 3. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=54900303>
- Comité Distrital de Convivencia Escolar. (s.f.). Directorio de protocolos de atención integral para la convivencia escolar y el ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. Bogotá. Recuperado de https://www.educacionbogota.edu.co/portal_institucional/sites/default/files/inline-files/Protocolos%20de%20atencion%20consolidados%20V%202.0_0.pdf
- Díaz-Bravo, L. Torruco, U., Martínez, M. y Varela, M. (2013). La entrevista, recurso flexible y dinámico. *Investigación en educación médica*, 2(7), 162-167.
- Diezma, J., Cruz. (2002). ¿Hablamos de sexualidad con nuestros hijos? Madrid: Confederación Española de Asociaciones de madres y padres de alumnos CEAPA.
- Duarte, J., Cortés, M. y Justicia, M. (2002). Las consecuencias del divorcio en los hijos. *Psicopatología Clínica, Legal y Forense*, 2(3), 47-66.
- Dulzaides, M. y Molina, A. (2004) Análisis documental y de información: dos componentes de un mismo proceso. *Acidem*, 12(2). Recuperado de <http://eprints.rclis.org/5013/1/analisis.pdf>
- Escartin, M. (2007). Herramientas para la prevención del abuso sexual desde la perspectiva de la autoprotección. El Abuso Sexual es Intolerable Ponle los 6 Sentidos. Bogotá. Recuperado de http://www.iin.oea.org/boletines/boletin1/listado/descargar/10/Parte_1.pdf
- Hernández, R., Fernández, C., Baptista, P. (2014). *Metodología de la Investigación* (6.ª ed.). México: McGraw-Hill.
- Herrera, L., Buitrago, R. y Perandones, T. (2015). Psicología positiva e inteligencia emocional en educación. *Revista de Educación y Humanidades*, 8(8), 139-153.
- Hidalgo, C. y Abarca, N. (1999). Desarrollo de habilidades sociales en estudiantes universitarios. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 22(2), 265-282.
- León, B. (2011). La relación familia-escuela y su repercusión en la autonomía y responsabilidad de los niños/as. En XII Congreso Internacional de la teoría de la educación, Universidad de Cantabria. Recuperado de http://extension.uned.es/archivos_publicos/webex_actividades/4440/larelacionfamiliaescuelaysurepercusionenlaautonomiay.pdf
- Loja, F. y Zea, G. (2014). *Proyectos de intervención realizados por los doctores de*

- la provincia del Azuay* (tesis de pregrado). Universidad de Cuenca, Ecuador. Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/20941/1/Tesis.pdf>
- Long, N. y Zolten, K. (1997). El estímulo durante el primer año de vida. (J. Amaral, Trad.) Arkansas: Center for effective parenting, Universidad de Arkansas
- Mantilla, L. (1999). Habilidades para la vida. Una propuesta educativa para la promoción del desarrollo humano y la prevención de problemas psicosociales. Bogotá: Fe y Alegría.
- Monje, C. (2011). *Metodología de investigación cuantitativa y cualitativa guía didáctica*. Neiva, Colombia: Universidad Sur colombiana.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (s.f.). Igualdad de género. Recuperado de <https://es.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/digital-library/cdis/Iguldad%20de%20genero.pdf>
- Pallarès, M. (2014). El legado de Paulo Freire en la escuela de hoy. De la alfabetización crítica a la alfabetización en medios de comunicación. *Teoría de la Educación*, 26(1), 59-76. doi: <http://dx.doi.org/10.14201/teoredu20142615976>
- Papalia, D. (2001). *Desarrollo Humano* (8.ª ed.). Mc Graw Hill.
- Prieto, E. (2008). El papel del profesorado en la actualidad. Su función docente y social. *Foro de Educación*, 6(10), 325-345.
- Suarez. (2008). Universidad Sergio Arboleda – Bogotá. Recuperado de http://www.colombiaaprende.edu.co/html/mediateca/1607/articles248476_El_protocolo_y_relatoria.pdf
- Szasz, T. (10 de febrero de 2016). La independencia en las niñas y niños: estrategias para su desarrollo [Blog]. Recuperado de <https://sepimex.wordpress.com/2016/02/10/la-independencia-en-las-ninas-y-ninos-estrategias-para-su-desarrollo/>

Biurnar

Revista



Nivel de Actividad Física y Composición Corporal en Adolescentes de Pasto, 2018

Jonathan Adrián Muñoz Luna¹
Lady Daniela Campaña Cuaspa²
Ingrid Nathalia Paz Delgado³
Luisa Fernanda Calderón Recalde⁴
Nubia del Rosario Checa Cuasquen⁵

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art3>

¹ Especialista en Actividad Física Para la Salud, Universidad del Cauca. Fisioterapeuta, Universidad del Cauca. Docente investigador tiempo completo, Universidad Mariana; Director grupo de investigación CINESIA, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: jamunoz@umariana.edu.co

² Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: dani.fb-30@hotmail.es

³ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: ingridpazdel12@gmail.com

⁴ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: luicalderon@umariana.edu.co

⁵ Estudiante del Programa de Fisioterapia, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: nubeluz77@hotmail.com

Resumen

Se realizó un estudio cuantitativo de tipo prospectivo y transversal, con una muestra de 250 estudiantes del Instituto BET-EL de Pasto, de la cual se tomó una población de 50 alumnos, a los que se les aplicó el cuestionario IPAQ, medición de la composición corporal mediante antropometría y caracterización sociodemográfica. Los resultados respecto al nivel de actividad física de los adolescentes determinaron que el nivel más representativo fue: 78 % con niveles de actividad física alta, seguido del 14 % con actividad física baja y un 8 % con niveles de actividad física moderada. Para la asociación entre el nivel de actividad física y el índice de masa corporal en la población se utilizó la prueba estadística de Chi cuadrado, obteniendo un valor de asociación lineal de 0.011, lo que indica que existe dependencia entre estas dos variables y existe una asociación directa entre ellas.

Palabras clave: adolescentes, cuestionario IPAQ, actividad física, dependencia.

Level of Physical Activity and Body Composition in adolescents from Pasto, 2018

Abstract

A prospective and cross-sectional quantitative study was conducted, with a sample of 250 students from the BET-EL Institute of Pasto, from which a population of 50 students was taken, to which the IPAQ questionnaire, composition measurement body was applied through anthropometry and sociodemographic characterization. The results regarding the level of physical activity of the adolescents determined that the most representative level was: 78% with high physical activity levels, followed by 14% with low physical activity and 8% with moderate physical activity levels. For the association between the level of physical activity and the body mass index in the population, the statistical test of Chi square was used, obtaining a linear association value of 0.011, indicating that there is dependence between these two variables and a direct association between them.

Key words: adolescents, IPAQ questionnaire, physical activity, dependence.

Nível de atividade física e composição corporal em adolescentes de Pasto, 2018

Resumo

Um estudo quantitativo prospectivo e transversal foi realizado, com uma amostra de 250 alunos do Instituto BET-EL de Pasto, da qual foi levada uma população de 50 alunos, para a qual o questionário IPAQ, medição da composição corporal foi aplicado por antropometria e caracterização sociodemográfica. Os resultados referentes ao nível de atividade física dos adolescentes determinaram que o nível mais representativo foi: 78% com altos níveis de atividade física, seguidos por 14% com baixa atividade física e 8% com níveis moderados de atividade física. Para a associação entre o nível de atividade física e o índice de massa corporal na população, foi utilizado o teste estatístico do Chi quadrado, obtendo-se um valor de associação linear de 0,011, indicando que existe dependência entre essas duas variáveis e uma associação direta entre elas.

Palavras-chave: adolescentes, questionário IPAQ, atividade física, dependência.

Introducción

La Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) definen cronológicamente la adolescencia como el lapso de tiempo que comprende entre los 10 y los 19 años de edad. Asimismo, la divide en dos grandes

etapas: adolescencia temprana de los 10 a los 14 años y tardía de los 15 a los 19 años. (...). En adolescentes de ambos sexos existe la posibilidad de incrementos rápidos en la altura y el peso, pero en las mujeres, hay evidencia de que estos cambios corporales se asocian con una mayor prevalencia de sobrepeso y obesidad. (Saucedo-Molina et al., 2015, p. 1.083).

La OMS (2019) establece que:

La obesidad infantil es uno de los problemas de salud pública más graves del siglo XXI. El problema es mundial y está afectando progresivamente a muchos países de bajos y medianos ingresos, sobre todo en el medio urbano. La prevalencia ha aumentado a un ritmo alarmante. (...). Los niños obesos y con sobrepeso tienden a seguir siendo obesos en la edad adulta y tienen más probabilidades de padecer a edades más tempranas enfermedades no transmisibles como la diabetes y las enfermedades cardiovasculares. (párr. 1).

Teniendo en cuenta lo anterior, es necesario el conocimiento, control y prevención de los posibles trastornos que se pueden generar a consecuencia de una mala composición corporal en los adolescentes y los factores que influyen en ésta. Por lo cual, una de las técnicas más utilizadas para definir el estado de la composición corporal es la antropometría, según el comité de expertos de la OMS (1995):

La antropometría es una técnica incruenta y poco costosa, portátil y aplicable en todo el mundo para evaluar el tamaño, las proporciones y la composición del cuerpo humano. Por otra parte, como el crecimiento en los niños y las dimensiones del cuerpo en todas las edades reflejan la salud y el bienestar generales de los individuos y las poblaciones, también se puede emplear la antropometría para predecir el rendimiento, la salud y la supervivencia. (p. 2).

Es bien sabido que la composición corporal no solo depende de la edad, el género, el crecimiento y los hábitos alimenticios, sino también de la actividad física. La OMS (s.f.) considera “actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía” (párr. 1). La OMS y la OPS (2012) recomiendan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa, por un tiempo superior a 60 minutos diarios, lo cual reportará un beneficio aún mayor para la salud.

Metodología

La investigación es cuantitativa porque permite la obtención de información a partir de la cuantificación de los datos sobre variables de alcance correlacional, prospectivo y transversal, estudia las variables simultáneamente en un momento determinado y único, y su propósito ha sido describir dichas variables y analizar su incidencia e interrelación.

Población y muestra

La población y la muestra se define según Wigodski (2010) como “el conjunto total de individuos, objetos o medidas que poseen algunas características comunes observables en un lugar y en un momento determinado y Muestra es un subconjunto fielmente representativo de la población” (s.p.).

La población elegida fue un grupo de 250 adolescentes pertenecientes al Instituto Bet-el de Pasto, de género masculino y femenino, y con un rango de edad entre 12 a 15 años, de los cuales se obtuvo una muestra de 50 estudiantes, quienes cumplieron con los criterios de inclusión, como tener el consentimiento informado, encontrarse en el rango de edad requerido y, finalmente, tener buen estado de salud.

Tabla 1. *Muestra - Instituciones Priorizadas*

Instituciones Priorizadas	Número de estudiantes
1. Instituto Bet-el de Pasto	250
Total Población	50

En la Tabla 1 se indica el tipo de muestreo, el total de la población comprende edades entre 12 y 15 años de edad.

Resultados

Para el logro de los objetivos se realiza un análisis univariado, utilizando frecuencias y porcentajes para las variables de tipo cualitativas, y media para las variables cuantitativas, para encontrar asociación entre las variables se realizaron tablas de contingencia.



Tabla 2. Aspectos Sociodemográficos

		N	%
Edad de los Escolares	12 años	17	34
	13 años	13	26
	14 años	16	32
	15 años	4	8
	Total	50	100
Género	Femenino	25	50
	Masculino	25	50
	Total	50	100
Estrato Socioeconómico	Medio	25	50
	Medio-Alto	22	44
	Alto	3	6
	Total	50	100
Grado Escolar	Sexto	13	26
	Séptimo	12	24
	Octavo	15	30
	Noveno	10	20
	Total	50	100
Personas que Componen el Núcleo Familiar	1 a 2 Personas	12	24
	2 a 4 Personas	25	50
	5 o más personas	13	26
	Total	50	100

La Tabla 2 muestra la descripción de las características sociodemográficas de la población de estudio, donde los rangos de edad más frecuentes son los de 12 años (34 %), 16 años (32 %), y el menor rango de edad entre los compañeros fue de 15 años (8 %). Respecto al género, se encontró una proporción igual entre hombres y mujeres representando 50 % cada uno. De acuerdo con la variable estrato socioeconómico el 50 % (n=25) de los encuestados refiere pertenecer al estrato medio, seguido del estrato medio-alto con un 44 % (n=22), nadie referenció pertenecer a estratos económicos bajos, esto podría asociarse al carácter privado de la institución. En razón del

grado escolar, un 30 % (n=15) de los adolescentes se encuentran en octavo grado, seguido de un 26 % (n=13) que pertenece al sexto grado, no hubo representantes de grados escolares de decimo y once. Los adolescentes manifestaron en un 50 % (n=25) que su núcleo familiar está compuesto de 2 a 4 personas, seguido de un 26 % (n=13) que tienen 5 o más personas en su familia.

Tabla 3. Uso del Tiempo Libre

	n	%	
Uso del tiempo libre	Deporte	18	36,0
	Videojuegos	9	18,0
	Televisión	10	20,0
	Redes sociales	6	12,0
	Actividades académicas	3	6,0
	Otros	4	8,0
	Total	50	100,0
Con quién pasa el tiempo libre	Padres	23	46,0
	Otros familiares	8	16,0
	Amigos	15	30,0
	Estoy solo	4	8,0
Total	50	100,0	
Red social que más utiliza	WhatsApp	28	56,0
	Facebook	14	28,0
	Messenger	2	4,0
	Instagram	2	4,0
	Otra	4	8,0
	Total	50	100,0
Qué hace los fines de semana	Fiestas	9	18,0
	Tareas de la casa	14	28,0
	Descansar y dormir	15	30,0
	Otras actividades	12	24,0
Total	50	100,0	

Qué hace en vacaciones	Lo habitual	9	18,0
	Viajar	23	46,0
	En la playa	1	2,0
	Otras actividades	17	34,0
	Total	50	100,0

La Tabla 3 muestra el uso y aprovechamiento del tiempo libre de la población, donde el 36 % (n=18) de los adolescentes encuestados

referenció que practican deporte en su tiempo libre en mayor proporción, el 50 % (n=25) dedica su tiempo libre a los videojuegos, televisión y redes sociales. Sobre la variable que hacen con su tiempo durante los fines de semana, se encontró que, descansar y dormir representa en un 30 % (n=15) de la población, seguido de los adolescentes que reportaron las tareas en casa, con un 28 % (n=14), como su principal actividad, una menor proporción de escolares reportó las fiestas (n=9) con el 18 % como la actividad que realizan entre sábado y domingo.

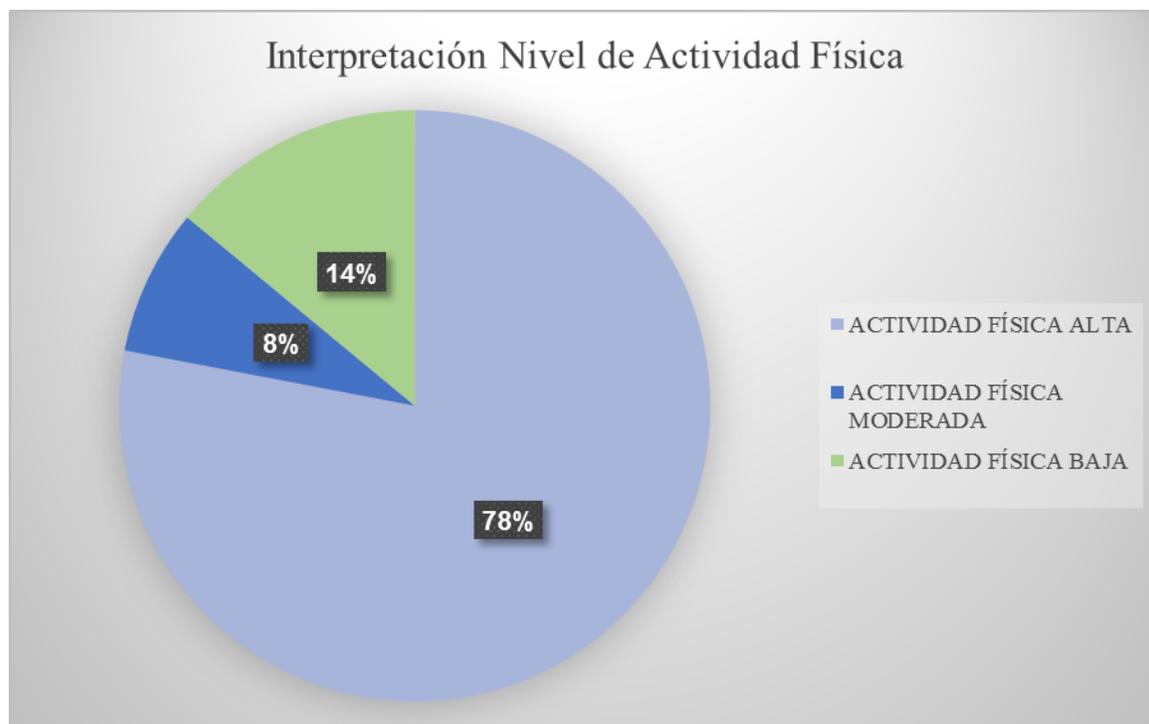


Figura 1. Muestra el nivel de actividad física de los adolescentes evaluados mediante el cuestionario IPAQ, en donde se encontró el nivel más representativo: 78 % presenta niveles de actividad física alta, seguido del 14 % de los encuestados que presenta actividad física baja, el dato menos representativo lo tienen los escolares que presentan niveles de actividad física moderada con un 8 %.

Tabla 4. *Composición Corporal*

IMC			
	N	%	% válido
Bajo Peso	20	40	40
Normo peso	27	54	54
Sobrepeso	2	4	4
Obesidad Tipo I	1	2	2
Total	50	100	100
Peso Graso			
% Grasa Corporal Mujeres			
	N	%	% válido
Ideal	40	80	80

Bien	4	8	8
Moderado	4	8	8
Alto	1	2	2
Obeso	1	2	2
Total	50	100	100
% Grasa Corporal Hombres			
	N	%	% válido
Ideal	36	72	72
Bien	12	24	24
Moderado	1	2	2
Obeso	1	2	2
Total	50	100	100

En la Tabla 4 se muestra el índice de masa corporal de la población, la frecuencia más representativa es el normo peso, representando el 54 % (n=27), seguido del bajo peso con un 40 % (n=20), el valor menos representativo es la obesidad tipo I con un 2 % (n=1). Respecto al porcentaje de grasa corporal

se dividió la clasificación por género, siendo el valor más representativo en las mujeres el ideal con un 80 % (n=40), el menos representativo el obeso con 2 % (n=1), en los hombres se presenta algo similar con una clasificación ideal de 72 % (n=36) y obeso 2 % (n=1).

Tabla 5. *Asociación entre NAF e IMC*

		Bajo Peso	Normo peso	Sobrepeso	Obesidad Tipo I	Total	P
Interpretación NAF	Actividad física alta		15	22	2	0	39
	Actividad física moderada		0	3	0	1	4
	Actividad física baja		5	2	0	0	7
Total			20	27	2	1	50

En la Tabla 5 se muestra la asociación entre el nivel de actividad física y el índice de masa corporal en la población, se interpreta que 22 adolescentes tienen normo peso y una clasificación de actividad física alta y dos de ellas tienen sobrepeso con una actividad física alta, un dato menos representativo, pero igual de importante, es que 15 personas se encuentran en bajo peso con un nivel de actividad física alta según el IPAQ. Se utilizó la prueba estadística de chi cuadrado para establecer la posible asociación entre las variables, obteniendo un valor de asociación lineal de 0.01, lo que indica que existe dependencia entre estas dos variables y existe una asociación directa entre ellas.

Discusión

En este estudio se analizó la posible asociación entre el nivel de actividad física evaluada mediante el cuestionario de IPAQ y los indicadores de composición corporal en un grupo de adolescentes escolarizados colombianos del colegio BET-EL de San Juan de Pasto.

Los resultados descriptivos de los aspectos sociodemográficos sobre el sexo indican que la población está representada en igual proporción entre hombres y mujeres con un 50 % respectivamente, datos similares a la investigación realizada por Prieto-Benavides, Correa-Bautista y Ramírez-Vélez (2015), donde se encontró una igual proporción entre hombres y mujeres, lo que lleva a entender que actualmente no hay una predominancia significativa respecto al sexo en los colegios mixtos. Con el estudio de Prieto-Benavides et al. (2015), se puede realizar una comparación en cuanto a uso del tiempo libre en actividades que involucren una pantalla, y el nivel de actividad física, las cuales son variables de esta investigación, donde el resultado fue que la mayoría de la población de estudio realiza actividades deportivas, indicando un nivel de actividad física alta, dato similar en los dos estudios.

En otro estudio realizado por Ferrel, Ortiz, Forero, Herrera y Peña (2014) en Santa Marta, se encontró que la población participante estuvo distribuida de la siguiente manera: 43 hombres y 50 mujeres (46 %), de los grados noveno y décimo, con edades comprendidas entre los 13 y los 18 años (54 %), por lo tanto, se puede deducir que la población es similar a la de esta investigación, además de esto, dicho estudio revela que hay factores sociodemográficos que influyen en la realización de actividad física de los adolescentes, ya que a medida que aumenta el estadio de la adolescencia, los varones disminuyen la actividad física y aumentan la práctica de actividades de ocio, que involucran el consumo de alcohol y otras sustancias; y en el caso de las mujeres al avanzar el estadio de su adolescencia dejan de lado la práctica de actividad física y aumentan la práctica de actividades menos sanas que incluyen también el consumo de alcohol, entre otras sustancias. De lo anterior, se puede afirmar que el modelo de adolescencia actual favorece la conservación de comportamientos de riesgo hasta la juventud y tiende a disminuir el nivel de actividad física, lo cual difiere con los resultados de esta investigación, ya que se encontró que gracias a las políticas de la institución donde fomentan la práctica de actividad física, el consumo de alcohol no es muy común entre las edades de 12 a 15 años, mientras que los niveles de actividad física son más altos.

En cuanto a la descripción del estrato socioeconómico, en la población de estudio se encontró una mayor prevalencia del estrato medio con el 50 % de los estudiantes, y una menor prevalencia en estrato alto con un 3 %, lo cual se relaciona con el estudio de Ossa et al. (2014) realizado en Medellín, en el cual se evidencia que el estrato medio muestra mayor predominio con un 44,6 % de la población y un menor predominio en el estrato alto con el 14,3 %, lo que se relaciona con los recursos

económicos de la población y su contexto escolar privado.

Sobre el uso del tiempo libre cabe destacar que la mayor prevalencia se encuentra en la práctica de deporte con un 36 %, seguida de mirar televisión con un 20 %, datos que señalan poca relación con el estudio realizado por Chávez y Sandoval (2012) en Ecuador, donde mencionan que los adolescentes encuestados utilizan su tiempo libre en mayor prevalencia para ir a fiestas (88,36 %), seguida de práctica deportiva (77,58 %) y campismos populares (44,82 %) y en menor medida ver la televisión, lo que puede explicar el nivel de actividad física alto encontrado en dicha población de estudio.

Otro trabajo realizado por la fisioterapeuta Carmona (2015) en Medellín, estudió las variables de aprovechamiento del tiempo libre y realización de actividad física, lo que permitió conocer que el 83,58 % de los estudiantes dedican con frecuencia el tiempo de ocio para actividades académicas o labores, lo cual contrasta con esta investigación, ya que los resultados del empleo de tiempo libre respecto a tareas escolares solo representó un 6 %; en el estudio de Carmona, el 52 % de los estudiantes reportó que algunas veces comparten con su familia y/o amigos el tiempo libre, la presente investigación reveló que el 46 % de estudiantes comparte el tiempo libre con sus padres o familiares y el 30 % de ellos lo comparte con sus amigos.

Respecto a la variable de práctica de actividad física y deporte, en el estudio de Carmona (2015), los estudiantes reportaron frecuencia semanal para practicar ejercicio menos de tres veces por semana un 35,82 % o nunca un 47,76 %, contrario a lo encontrado en la investigación, que reveló niveles de actividad física altos según la aplicación del cuestionario IPAQ, evidenciando que el 78 % presenta niveles de actividad física alta, seguido del 14 % de actividad física baja

y finalmente el 8 % actividad física moderada, lo cual se puede explicar debido al reglamento interno de la institución, donde se fomenta estrictamente la realización de actividad física tanto individual como grupal; esto se asemeja con el estudio de Caizaluisa y Torres (2017), en la ciudad de Quinche, Ecuador, en donde los niveles de actividad física alto representaban un 44,6 %, seguida de un nivel moderado con un 31,5 % y un nivel bajo con un 23,9 %.

Por su parte, el estudio de Ossa et al. (2014) en la ciudad de Medellín, con variables similares, evidenció que el nivel de actividad física con mayor prevalencia es el bajo, seguido de nivel alto y nivel moderado, lo que indica que los niveles de actividad física y práctica deportiva varían según la institución, el fomento de este aspecto al brindar espacios físicos y de tiempo dentro del cronograma semanal por parte de la institución es fundamental para que el adolescente tenga buenos niveles de actividad física.

La composición corporal de la población estudio evidenció respecto al IMC que el 54 % de la población presenta normo peso, seguido de un bajo peso con un 40 % y solo un 2 % presenta obesidad, datos que se pueden asociar con los resultados de la investigación realizada por Cardozo, Cuervo y Murcia (2016) en Bogotá, donde se halló el normo peso en el 73,1 % en mujeres del total de la muestra, el 66,7 % se encontraron en normo peso, se puede inferir que la población de estudio es similar con la presente investigación, de igual manera, en el estudio de Hoyo y Sañudo (2007), se encontró que el IMC medio es de 19,17 kg/m² (SD= ±3,66), siendo para los chicos de 19,82 kg/m² (SD= ±3,75) y para chicas de 18,62 kg/m² (SD= ± 3,52), lo que se puede interpretar como un normo peso para hombres y para mujeres, al dividir la población por sexo y por grupo de actividad física, los resultados obtenidos muestran que los escolares que no realizan



actividad física monitorizada presentan un IMC mayor que los que la realizan, mientras que en las niñas ocurre lo contrario, lo cual es similar en la presente investigación, sin embargo, en otra investigación, realizada por Muros et al. (2016), se obtuvo como resultado que alrededor del 55 % de la muestra estudiada presentó problemas de sobrepeso/obesidad, padeciendo un 25 % sobrepeso y un 30 % obesidad, respectivamente, por lo que se puede destacar que, en la mayoría de estudios realizados con las mismas variables, los resultados difieren, siendo en ellas predominante los bajos niveles de actividad física y los altos porcentajes de sobrepeso y obesidad, esto puede asociarse con el fomento de la actividad física por parte de la institución educativa.

Con respecto a la variable de porcentaje grasa en mujeres la más representativa es el ideal con el 80 % y el menos representativo el obeso con el 2 %, datos similares en los varones con un 72 % y 2 % respectivamente, que se pueden comparar con la investigación realizada por Cardozo et al. (2016), donde se observó hallazgos opuestos, en ese estudio las mujeres presentaron un mayor porcentaje de grasa corporal, ya que el 6,7 % de las mujeres se encuentra en nivel delgado (ideal) y el 20 % están en nivel obesidad, siendo esta la más representativa, por otra parte, el estudio de Palomino-Devia, González-Jurado y Ramos-Parraci (2017) registró valores significativamente más elevados que los hombres en el porcentaje grasa con un 26,1 % frente a un 16,8 % de las mujeres, como es sabido, el porcentaje de grasa esta inducido por diversos factores hormonales, estilos de vida, hábitos alimenticios, composición corporal, nivel de actividad física, entre otros.

Para establecer la asociación entre las variables de nivel de actividad física, según el cuestionario IPAQ y el IMC, se utilizó la prueba de chi cuadrado en el programa estadístico SPSS versión 2.1 obteniendo un valor de asociación lineal de $p=0,011$, lo

que indica que existe dependencia entre las dos variables, existe una asociación directa entre ellas e indica que hay menos de un 5 % de probabilidad de que la hipótesis nula sea acertada en la presente investigación, esto se puede asociar con el estudio de Serpa, Castillo, Gama y Giménez (2017), que obtuvo una correlación entre Composición Corporal y Nivel de Actividad Física de $p=0,01$, lo cual establece en ambos estudios una asociación significativa.

Finalmente, es importante aclarar que el IMC depende en la composición corporal, no solo del porcentaje grasa sino también del porcentaje muscular, de agua, y residual, estos últimos no fueron tenidos en cuenta, de igual forma hay factores como el estado nutricional que no fue tenido en cuenta en la presente investigación.

Conclusiones

Los resultados descriptivos de los aspectos sociodemográficos sobre el sexo indican que la población está representada en igual proporción entre hombres y mujeres.

En cuanto a la descripción del estrato socioeconómico en la población de estudio se encontró una mayor prevalencia del estrato medio con el 50 % de los estudiantes, por lo tanto, se puede considerar esta población como clase media.

Sobre el uso del tiempo libre cabe destacar que la mayor prevalencia se encuentra en la práctica de deporte, seguida de mirar televisión, lo que puede explicar el nivel de actividad física alto encontrado en la población de estudio. Por otra parte, también se encontró que los adolescentes comparten gran parte de su tiempo con su padres o familiares en un 46 % y con amigos en un 30 %, lo cual es un hallazgo positivo si se compara con resultados de otras investigaciones.

Respecto a la variable de práctica de actividad física y deporte, se encontró que los niveles de actividad física altos, según la aplicación del

cuestionario IPAQ, prevalecen con el 78 %, lo cual se puede explicar debido al reglamento interno de la institución, donde se fomenta estrictamente la realización de actividad física tanto individual como grupal, y que es de estricto cumplimiento.

La composición corporal de la población estudio evidenció, respecto al IMC, que el 54 % de la población presenta normo peso, seguido de un bajo peso con un 40 % y solo un 2 % presenta obesidad, que también se asocia al nivel de actividad física alto presentado por los escolares y es contrario a la inmensa mayoría de datos que proporcionan investigaciones en este aspecto y en este ciclo vital.

Con respecto a la variable de porcentaje grasa, la clasificación más representativa es el ideal tanto en hombres como en mujeres; el porcentaje grasa es determinado por diversos factores, como el hormonal, los estilos de vida, hábitos alimenticios, la composición corporal, nivel de actividad física, entre otros, de estos se tuvieron en cuenta para la presente investigación el nivel de AF y la composición corporal, siendo estos clasificados positivamente con mayor prevalencia en la población, lo cual se asoció con la buena clasificación del porcentaje grasa.

Finalmente, se utilizó una prueba estadística para determinar la posible asociación entre las variables de nivel de actividad física y el % grasa utilizando la prueba de Chi cuadrado de Pearson, obteniendo un valor de significancia estadística de $p=0,011$, siendo esta menor que el valor, lo que indica asociación entre las dos variables y el rechazo de la hipótesis nula.

Referencias

Caizaluisa, K. y Torres, D. (2017). *Análisis de la actividad física para determinar el riesgo de enfermedades cardiovasculares en adolescentes de 13 a 18 años en la parroquia de El Quinche, Colegio Iberoamericano en el periodo de diciembre-febrero 2016-*

2017 (tesis de pregrado). Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito. Recuperado de <http://repositorio.puce.edu.ec/bitstream/handle/22000/13340/DISERTACI%c3%92N.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Cardozo, L., Cuervo, Y. y Murcia, J. (2016). Porcentaje de grasa corporal y prevalencia de sobrepeso-obesidad en estudiantes universitarios de rendimiento deportivo de Bogotá, Colombia. *Nutrición clínica y dietética hospitalaria*, 36(3), 68-75. doi: 10.12873/363cardozo

Carmona, V. (2015). Aprovechamiento del tiempo libre y realización de actividad física regular en comunidad universitaria de Colombia. Prueba piloto. *CES Movimiento Y Salud*, 3(1), 16-22.

Chávez, E. y Sandoval, L. (2012). *Utilización del tiempo libre y su relación con el sedentarismo en los estudiantes comprendidos entre los 12 a 17 años del Colegio Juan de Salinas de la ciudad de Sangoqui. Propuesta alternativa* (tesis de maestría). Escuela Politécnica del Ejército, Sangoqui, Ecuador. Recuperado de <https://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/5684/1/T-ESPE-033674.pdf>

Ferrel, F., Ortiz, A., Forero, L., Herrera, M. y Peña, Y. (2014). Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados en adolescentes escolarizados del distrito de Santa Marta, Colombia. *Revista de la facultad de Ciencias de la Salud*, 11(2), 105-114.

Hoyo, M. y Sañudo, B. (2007). Composición corporal y actividad física como parámetros de salud en niños de una población rural de Sevilla. *RICYDE Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, III(6), 52-62.

Muros, J., Cofre-Bolados, C., Zurita-Ortega, F., Castro-Sánchez, M., Linares-Manrique, M. y Chacón-Cuberos, R. (2016). Relación entre condición física, actividad física y diferentes parámetros antropométricos en escolares de Santiago (Chile). *Nutrición Hospitalaria*, 33(2), 314-318. <http://dx.doi.org/10.20960/nh.110>



- Organización Mundial de la Salud y Organización Panamericana de la Salud. (2012). Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud. Recuperado de https://www.paho.org/arg/index.php?option=com_content&view=article&id=952:recomendaciones-mundiales-sobre-actividad-fisica-salud&Itemid=234
- Organización Mundial de la salud. (1995). *El estado físico: Uso e interpretación de la Antropometría* (Serie de informes técnicos 854). Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/42132/WHO_TRS_854_spa.pdf;jsessionid=F110F20B1BD6822B477AE-0865359BE5D?sequence=1
- Organización Mundial de la Salud. (2019). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Sobrepeso y obesidad infantiles. Recuperado de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/childhood/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (s.f.). Estrategia mundial sobre régimen alimentario, actividad física y salud: Actividad física. Recuperado de <https://www.who.int/dietphysicalactivity/paes/>
- Ossa, E., Arango, E., Velásquez, C., Muñoz, A., Estrada, A., Bedoya, G., Patiño, F. y Agudelo, G. (2014). Calidad de Vida Relacionada con la Salud en Un Grupo de Adolescentes de Medellín (Colombia): Asociación con Aspectos Sociodemográficos, Exceso de Peso u Obesidad y Actividad Física. *Revista Colombiana de Psicología*, 23(2), 255-267. doi: 10.15446/rcp.v23n2.40936
- Palomino-Devia, C., González-Jurado, J. Ramos-Parraci, C. (2017). Composición corporal y condición física de escolares colombianos de educación secundaria y media de Ibagué. *Biomédica*, 37(3), 408-415. doi: 10.7705/biomedica.v37i3.3455.
- Prieto-Benavides, D., Correa-Bautista, J. y Ramírez-Vélez, R. (2015). Niveles de actividad física, condición física y tiempo en pantallas en escolares de Bogotá, Colombia: Estudio FUPRECOL. *Nutrición hospitalaria*, 32(5), 2.184-2.192.
- Saucedo-Molina, T., Rodríguez, J., Oliva, L., Villarreal, M., León, R. y Fernández, T. (2015). Relación entre el índice de masa corporal, la actividad física y los tiempos de comida en adolescentes mexicanos. *Nutrición Hospitalaria*, 32(3), 1.082-1.090. doi:10.3305/nh.2015.32.3.9331
- Serpa, J., Castillo, E., Gama, A. y Giménez, F. (2017). Relación entre actividad física, composición corporal e imagen corporal en estudiantes universitarios. *Revista Euroamericana De Ciencias Del Deporte*, 6(2), 39 - 48.
- Wigodski, J. (14 de julio de 2010). Población y muestra [Blog]. Recuperado de <http://metodologiaeninvestigacion.blogspot.com/2010/07/poblacion-y-muestra.html>

Biurnar

Revista

Revista **Biumar**

Ensayos



“Atendiendo a una necesidad diferente”, acompañamiento a posgrados

Ana María Castillo Bazante¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art4>

¹ Psicóloga, Universidad Cesmag. Docente tiempo completo, Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: amcastillo@umariana.edu.co

El proyecto denominado *Acompañamiento a la Facultad de Posgrados* tiene como objetivo Motivar la cultura de bienestar y de desarrollo humano desde las dimensiones comunicativas, de gestión y prestación de servicios para fortalecer la formación de la comunidad universitaria en la facultad de Postgrados y Relaciones Internacionales, promoviendo entre sus miembros la calidad de vida, el fortalecimiento de las relaciones interpersonales y su formación integral (Universidad Mariana, 2008).

Teniendo como objetivos específicos:

- “Generar sentido de pertenencia a la comunidad educativa de la facultad y de la universidad” (Universidad Mariana, 2008, p. 15).
- Desarrollar y fortalecer espacios y procesos comunicativos que promuevan la participación en la integración de la comunidad universitaria.
- “Propiciar espacios de interacción en desarrollo humano, recreación y deporte, expresiones culturales y ecológicas” (Universidad Mariana, 2008, p. 15).
- Fortalecer la presencia de Bienestar Universitario en todos los escenarios académicos tanto de pregrado como posgrado para lograr una cultura de participación global.

En el contexto de la educación superior, las instituciones se plantean la misión de ofrecer a quienes ingresan, formación integral; es decir, la búsqueda del equilibrio de las dimensiones del ser humano. En este sentido, Bienestar Universitario está llamado a gestionar procesos como la formación integral, el mejoramiento de la calidad de vida y la construcción de la comunidad universitaria.

“Los estudios de posgrado representan la educación sistemática de mayor nivel y prestigio de una sociedad en tiempos de globalidad y transformación tecnocientífica mundial” Mendoza (como se citó en Tejada, 2014, s.p.).

Es oportuno destacar que en la actualidad existe una creciente preocupación entre los educadores por evaluar los estudios de posgrados, la cual puede ser considerada como parte de la evaluación institucional y acreditación que requieren las autoridades y los miembros de la comunidad con respecto a los cambios y, así contribuir al desarrollo de una educación de calidad.

Ante una realidad que demanda la formación profesional de nuevas carreras con énfasis en la investigación y en el desarrollo de actividades de producción intelectual, el abordaje de un proceso de evaluación del impacto de los estudios de posgrado es clave para definir e interpretar los indicadores y criterios de calidad académica que identifican a un determinado programa. Entre los aspectos a evaluar se consideran los índices de permanencia y deserción estudiantil. Además, el número de graduados y el número de estudiantes que han finalizado sus estudios y no se han podido graduar.

La problemática, definida como un porcentaje elevado de estudiantes que abandonan los estudios ocasiona elevados costos, tanto para el individuo como para la institución, los estudiantes obtienen un conocimiento actualizado y significativo, pero a un costo considerable, como la pérdida de autoestima, de tiempo, esfuerzo, así como, de dinero, además de generarse sentimientos de frustración. Por otro lado, la institución y los profesores pierden su tiempo, esfuerzo y recursos que han invertido en los estudiantes. (Allan y Dory, 1999; Bowen y Rudenstine, 1992; Golde, 1994). (Dubs, 2005, s.p.).



Actualmente, en la Universidad Mariana se puede señalar como principales causas de deserción las condiciones económicas, que en ocasiones no son las suficientes para continuar con los estudios posgraduales, y en mayor medida se observa que, otra causa hace referencia a las condiciones laborales, que no permiten tener el tiempo suficiente para continuar con los estudios, ya que en cargos directivos y en ramas como la militar se hacen evidentes las excesivas horas de trabajo o los traslados de ciudad, dichas causas se han podido determinar a partir de entrevistas directas que se realizan desde la dirección de los diferentes programas de posgrados, y a partir de oficios realizados por los estudiantes expresando los motivos por los cuales desertan.

Los estudios de posgrado son procesos sistemáticos de aprendizaje y producción intelectual, que contribuyen determinantemente al desarrollo de la Universidad, la región y el país, por tanto, es importante la realización de unas estrategias de evaluación constante garantizando la permanencia y graduación.

En una sociedad, la enseñanza superior constituye uno de los motores del desarrollo económico y el principal instrumento para la transmisión de los conocimientos, experiencia y cultura acumulada por la humanidad, es importante comprender que no solo existen factores externos que podrían propiciar la deserción de nuestros estudiantes, sino que también existen factores institucionales, que hacen que los estudiantes no prosigan sus estudios, desde una perspectiva teórica (Bowen y Rudenstine, 1992), definen a continuación estos factores; factores externos. Otros esfuerzos se dirigen a identificar barreras que impidan el avance del estudiante hacia el final de las tesis y obtener el título. Una barrera que se ha mencionado a través de los años, es la económica. (p 22).

Las presiones financieras obligan a los estudiantes a enfrentar mayores responsabilidades laborales que interfieren en el trabajo de la tesis, ocasionando así, el abandono de los estudios (Bowen y Rudenstine, 1992; Kluever, 1995). De esta manera, el alejamiento de la universidad contribuye con el alargamiento de la redacción de la tesis y el incremento de la deserción (Lenz, 1995). También, las responsabilidades familiares se han señalado con frecuencia como una razón para alejar el tiempo de culminación de la tesis o abandonar los estudios (Jacks y otros, 1983; Lenz, 1995).

- Factores Institucionales. Los estudiantes indican que una barrera a la que se le ha prestado poca atención es a la supervisión, calidad de la asesoría de la tesis, apoyo y accesibilidad de los tutores. A menudo los estudiantes reclaman falta de estímulo y retroalimentación efectiva y a tiempo por parte del tutor. También, manifiestan la excesiva ocupación del tutor y el escaso interés en el estudio. Otros estudiantes alegan relaciones conflictivas y competitivas con los tutores (Golde, 1994; Jacks y otros, 1983; Kluever, Green y Katz, 1997; Green y Kluever, 1997). Otras barreras institucionales que manifiestan los estudiantes se relacionan con el hecho que las universidades no han proporcionado suficiente o ningún entrenamiento sobre cómo conducir o escribir una investigación. Ellos consideran que el proceso de redactar una tesis es extraño y nuevo para muchos estudiantes y por lo tanto necesitan orientación, guía y entrenamiento acerca de la búsqueda de información en la literatura y cómo redactar una tesis (Jacks y otros, 1983; Kluever, Green y Katz, 1997).

El entendimiento de ellos permitirá evaluarlos, mitigarlos, analizando las variables y necesidades especiales como: laborales, personales, entornos sociales, tiempo dedicado a su carga académica en la Universidad, entre otros, desarrollando

Estrategias de Intervención como:

-Proyecto de Acompañamiento a dependencias. Respondiendo a las necesidades específicas de esta facultad, propiciando espacios de integración:

- Inducciones y clausuras

- Pausas activas en apoyo con el Programa de Fisioterapia

- Acompañamiento a actividades de la Facultad

- Actividades lúdicas complementarias desarrolladas desde Bienestar Universitario (karaoke, jornadas de integración, actividades en pro del desarrollo Humano, entre otras.)

- Encuesta de impacto de Bienestar en la Facultad de Posgrados: Utilizando la siguiente Metodología:

Para la encuesta se toma de los diferentes campos un muestreo aleatorio por conveniencia, en donde de todos los programas tanto de especialización y maestría de los diferentes campos, se realizan encuestas aleatoriamente a 10 estudiantes de cada uno de los Programas y cohortes, para recoger la información de la totalidad de la población, por campos y programas.

El instrumento es una encuesta estructurada, con preguntas abiertas y cerradas, muy claras y concisas para facilitar el diligenciamiento de la misma, todas las preguntas enfocadas al Bienestar Universitario de ellos en su Facultad.

Se obtendrá después de su aplicación un vaciado de información de manera cuantitativa a través de gráficos tipo tablas por porcentajes y las preguntas abiertas a través de matrices, posteriormente se analizará la información y se implementarán estrategias en los puntos de quiebre observados.

Existen en la Facultad de Posgrados de la Universidad Mariana, los campos a saber:

Salud

Educación

Ingeniería

Humanidades

Administración

En donde existen diferentes ofertas de especializaciones y maestrías.

Responsables de la Política de Permanencia:

Las acciones que se están realizando para la permanencia, buscan fortalecer y contribuir al Programa de Permanencia S.O.S la U, creado por el Consejo Directivo mediante el Acuerdo 052 de 2013 que busca dinamizar la Política de Permanencia de la Universidad Mariana y establece:

- Los Consejos Directivo y Académico son los responsables del desarrollo y seguimiento de los procesos académicos y de las Políticas Institucionales en general, para el caso de la Facultad de Posgrados es el Decano y Directores de Programa, los encargados de recoger la información referente a los estudiantes en riesgo y realizar el seguimiento respectivo, así mismo implementar los instrumentos y herramientas de evaluación constante de la deserción en su Facultad.
- Las Vicerrectorías Académica, Administrativa y Financiera y la Bienestar Universitario son los responsables de la implementación, ejecución, evaluación y seguimiento de los programas y procesos relacionados con la política y programa de permanencia estudiantil una vez la información sea suministrada por los programas o Facultades.
- Cada miembro de la comunidad universitaria (estudiantes, académicos, directivos y



administrativos) será corresponsables de la implementación, ejecución, evaluación y seguimiento de los programas y procesos relacionados con la política y programa de permanencia estudiantil.

Compromisos:

- La institución a través de sus facultades y programas académicos evaluará continuamente el impacto de sus acciones, planes y proyectos en el objetivo de reducción de la deserción de sus estudiantes.
- El programa de permanencia estudiantil será orientado por la Vicerrectoría de Bienestar Universitario y formarán parte de él los diferentes programas académicos a través de sus tutores acompañantes y asistentes académicos.

Conclusiones

Es claro que en la actualidad se está en la búsqueda constante de la incorporación de la Política de Permanencia a todo el quehacer Universitario, de tal forma que no solo quede en palabras o letras muertas, sino que realmente dé pie a responder a las necesidades de los estudiantes, en cuanto a sentirse acogidos, pertenecientes y con una respuesta clara, precisa y efectiva a los requerimientos que precisan.

Las estrategias pensadas para promover espacios de encuentro y fortalecimiento de las dimensiones humanas están dadas desde las herramientas lúdicas, recreativas y formativas desde los aspectos humanos, culturales y recreativos que conlleven a fomentar actitudes tendientes a mantener y mejorar su calidad de vida.

Teniendo en cuenta las sugerencias en cuanto la percepción de Bienestar Universitario en las evaluaciones realizadas por los Directores de Programa al finalizar las cohortes, el tipo

de población y la modalidad de asistencia, las propuestas de intervención se desarrollan mediante encuentros periódicos de corta duración en diferentes momentos de su ciclo de formación, así como la integración a actividades en fechas señaladas o actividades programadas desde la Vicerrectoría abiertas a toda la comunidad universitaria de la que los integrantes de la Facultad de Posgrados y Relaciones internacionales también hacen parte. Estos encuentros tienen componentes artísticos, lúdicos, deportivos y de promoción de hábitos en salud y de desarrollo humano. Parte de estas actividades se realizan en colaboración con el Programa de Fisioterapia de la Universidad Mariana.

El plan de acompañamiento a los educandos de la Facultad de Posgrados y Relaciones Internacionales, tiene varios momentos:

Al inicio de cada cohorte se realiza la Inducción a nuevos educandos, donde además de presentar la visión, la misión y los valores institucionales, se realiza la presentación de los servicios y programación de Bienestar Universitario institucional, así como las alianzas externas que se han establecido para el disfrute del ocio y tiempo libre, así servicios de hotelería y restaurantes durante su permanencia en la comunidad mariana.

Al terminar el programa académico, se realiza un encuentro de reflexión espiritual con la clausura de la cohorte. En este encuentro se motiva en la reflexión en la fraternidad y en su misión con el prójimo desde su quehacer profesional y su campo laboral.

A lo largo de la formación en la Universidad Mariana, los educandos reciben en las aulas “momentos de bienestar”, que son pausas de tipo recreativo, educativo, lúdico y de promoción en salud, en sus jornadas académicas en las que se pretende integrar buenos hábitos en las actividades cotidianas. Así mismo, los

educandos pueden acceder y participar en todas las acciones generales programadas desde Bienestar Universitario.

Otra estrategia que la Universidad Mariana ha adaptado a la población en posgrados, es la modificación en los horarios de atención de los servicios y algunas actividades, así como su acceso. Para solicitar citas médicas, psicológicas y espirituales los educandos en posgrados pueden realizarlo telefónicamente, y los horarios de atención también son en horas de la noche y sábados medio día la atención psicología atención médica. Algunas actividades lúdicas, recreativas también se realizan en horarios nocturnos y sábados para facilitar el acceso por parte de los programas de posgrado.

Para el acompañamiento a los docentes de la Facultad de Posgrados y Relaciones Internacionales, la Vicerrectoría de Bienestar en coordinación con la Decanatura de la Facultad, programan una convivencia anual, así como la inclusión en todas las acciones programadas como jornadas recreativas, lúdicas, recreativas, culturales, celebraciones institucionales lideradas desde Bienestar Universitario.

Desde la Facultad de Posgrados y Bienestar Universitario se están ejecutando acciones, propuestas enmarcadas en proyectos para responder poco a poco y desde una perspectiva de impacto a la Política de Permanencia, como un mecanismos de inclusión, pertenencia y respuesta a necesidades, sin embargo, es importante que se entienda y se deje claro, cómo se pretende en este artículo, de quienes, en específico, son las responsabilidades para la aplicación de la política y puesta en marcha de manera efectiva.

Se requiere también un compromiso institucional que garantice el talento humano, recursos físicos, entre otros, necesarios para un adecuado desarrollo de la misma y lograr el impacto deseado.

Referencias

- Dubs, R. (2005). Permanecer o desertar de los estudios de Postgrado: Síntesis de modelos teóricos. *Investigación y Postgrado*, 20(1). Recuperado de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-00872005000100003
- Tejada, M. (2014). Presente, pasado y futuro de los estudios de postgrado en el Instituto Pedagógico de Caracas. *XXV Aniversario de las Coordinaciones Generales de Investigación y de Postgrado*. Conferencia llevada a cabo en Universidad Pedagógica Experimental Libertador, Caracas.
- Universidad Mariana. (2008). Modelo y Reglamento de Bienestar Universitario. Recuperado de <http://www.umariana.edu.co/docinstitucionales/Reglamentodebienestar.pdf>





Los vagos merecemos becas

Daladier Ernesto Patiño Cuastumal¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art5>

¹ Docente medio Tiempo Bienestar Universitario. Director Artístico Artes Visuales. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: dpatino@umariana.edu.co

Ayer fuimos los peores estudiantes del salón de clases, ocupamos los últimos puestos, las calificaciones en rojo eran el periódico sufrimiento y los castigos no se hacían esperar, fuimos el dolor de cabeza de muchos maestros, incesantes visitas a la coordinación académica y disciplinaria, llamados de atención y padres de familia convocados por ser estudiantes problema, no figurábamos en nada, siempre fuimos señalados como el mal ejemplo, la prueba viviente del fracaso de la vida, hombres sin futuro, seres sin planes, sin porvenir, desgaste de profesores intentando que aprendiéramos el movimiento armónico simple, el trinomio cuadrado perfecto o la ubicación del retículo endoplasmático, sentados siempre en los lugares de adelante, no por el deseo incesante de aprender, por el contrario, ese lugar se ocupaba por la algarabía sin control propia de los últimos lugares; jamás nos pudimos adaptar a la clase magistral del maestro, nunca le dimos importancia a los problemas de Baldor y tampoco fuimos felices con el solucionario, en ningún momento nos reunimos para resolver talleres de cálculo, nos aburría, cuando el profesor preguntaba nos hacíamos los interesantes agachando la cabeza o simulando que tomábamos apuntes; el tablero y salir al frente era nuestro peor enemigo, el cuaderno de borrador siempre fue el depósito de hojas y rayones favoritos, nos parecía tonto entregar cuaderno para que nos revisaran cuánto habíamos copiado de cada clase, - al profesor le importaba más el orden del cuaderno que lo aprendido y comprendido en nuestra cabeza-

Cuando nos entusiasmamos por la física, producto de intentar comprender porque sonaba la guitarra eléctrica, el profesor desecho esa curiosidad porque el rock no era su música predilecta y le parecía música de vagos, fuimos acusados de tener pandillas, cuando solo saltábamos la barda para recolectar moras de un huerto abandonado que crecía salvajemente, sin químicos ni elementos artificiales, los exámenes no nos interesaban, porque así no se sabe quién aprendió más o menos, o quién copia mejor o peor; educación física era nuestra materia favorita, porque salíamos a percibir la libertad de utilizar con provecho nuestro tiempo en retos de “al gol sale”, compitiendo con honestidad y trabajo

en equipo, el recreo era un pequeño respiro a las torturas de un enseñar sin comprender que el alumno no tiene los mismos conocimientos del profesor y que no todos aprendemos igual, que el cerebro es una nave que explora el universo y que jamás sigue el mismo camino, no izamos bandera y tampoco ganamos matrícula de honor, al final del año escolar la única nostalgia y tristeza que nos invadía era el tiempo tan largo que tenía que transcurrir para poder encontrarnos nuevamente con todo el grupo de amigos, volver a caminar las calles, los senderos, explorar y divertirnos, y con algunos de ellos compartir el tesoro que años atrás habíamos encontrado en la sala de lectura del Banco de la República, porque a la Casa de la Cultura - la cultura- en el nombre le sobra. Fuimos los últimos, fuimos señalados como vagos, como los graduados por ventanilla, como los fracasados.

Y hoy después de varios años algunos de nosotros -los vagos- después de nuestro paso por la universidad nos hemos convertido en maestros o docentes como lo llaman en la actualidad, y les aseguro que ninguno de nosotros hemos fracasado en esa labor, se preguntaran ¿por qué? y la respuesta es muy simple, porque enseñar a los juiciosos, a los aplicados, es un trabajo en el que existe una predisposición del estudiante, pero enseñar a los rebeldes, los desadaptados, los vagos como nosotros es otro cuento, es un reto exquisito, porque nosotros también lo fuimos, porque vivimos en carne propia un sistema educativo que se limitaba a la única forma de enseñar, aquel sistema que jamás comprendió que cada ser es diferente, que todos aprendemos de maneras distintas y, sobre todo, que cada ser humano tiene un talento por allá escondido que es aquel que finalmente le resolverá la vida, el mío siempre fue dibujar y contar historias exageradas (por qué esperar a terminar el once para preguntarse: ¿qué quiero ser? Cuando la vida ya te lo brindo desde el nacimiento). El gobierno quiere becar a los nerds para que sean los maestros de nuestros hijos, muy bien, pero debería pensar también en los rebeldes y vagos, porque al menos a mí, me hubiese gustado tener un maestro que me escuchara.





Educación sexual desde el arte y la filosofía

Héctor Daniel Romero ¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art6>

¹ Magíster en Psicología Clínica y de la Salud. Psicólogo Universidad Cesmag. Docente tiempo completo Bienestar Universitario.

La sexualidad abarca no solo el sexo físico sino también esas otras partes de más importancia para el desarrollo de las estructuras de personalidad y habilidades sociales que se van perdiendo en el tiempo, relacionado con los componentes de identidad de género, de orientación sexual, de emociones y sensaciones propias del ser humano, que logran generar una u otra posibilidad de existir de manera adecuada para la socialización o de una manera aterradora para el individuo. Así mismo, es necesario comprender que la sexualidad está influenciada de manera directa por casi todos los aspectos que rodean el mundo de cada sujeto, y que tanto factores biológicos, psicológicos, económicos, políticos, culturales éticos, históricos, religiosos etc., ofrecen de manera directa pautas negativas o positivas al desarrollo de una sexualidad libre y tranquila.

Este artículo pretende mostrar una nueva posibilidad para educar en el contexto universitario, teniendo en cuenta que, la sexualidad es fundamental en los procesos biopsicosociales del ser humano; el tiempo y la variabilidad de la mente han generado un cambio drástico en nuestra cultura y la forma de ver el futuro, así entonces, educar en sexualidad ya no es solamente esa capacidad de dar a conocer los derechos sexuales y reproductivos y la protección en cuanto a Infecciones de Transmisión Sexual (ITS), sino que también es comprender esa capacidad de emociones, afectos, sentimientos y conductas como parte fundamental en el aprendizaje de los conceptos educativos de la sexualidad.

A finales de 2007, la UNESCO puso en marcha un programa de trabajo sobre educación sexual, destinado primordialmente a fortalecer las labores de prevención del VIH entre niños y jóvenes, aunque también a conseguir objetivos generales en materia de salud sexual y reproductiva, como la prevención de otras ITS

y de embarazos no planificados. Ya a finales de 2011, la UNESCO da resultados importantes y sugieren la intervención mundial en el patrocinio de programas de educación sexual y de escolarización enfocado a estos temas, se dispone de datos y análisis con los que pude justificar mejor y de forma más consistente la inversión en programas escolares de educación sexual, sobre todo en los países más afectados por la epidemia. La Estrategia del ONUSIDA para 2011-2015, necesitó atención prioritaria, siendo estas estructuras de trabajo a nivel mundial bastante amplias y de gran labor, las características que delegan las grandes campañas mundiales al actuar desde el quehacer profesional nos indica que es necesario comenzar por casa sin esperar la intervención directa de grandes organizaciones.

En Colombia el enfoque de la educación sexual es bastante ambicioso y merecedor de grandes elogios, este programa del Ministerio de Educación Nacional y el Fondo de Población de la Naciones Unidas (UNFPA), concibe la sexualidad como una dimensión humana y una oportunidad pedagógica. Su propósito es contribuir al fortalecimiento del sector educativo en el desarrollo de proyectos pedagógicos de educación para la sexualidad, con un enfoque de construcción de ciudadanía y ejercicio de los derechos humanos, sexuales y reproductivos. Sin embargo, acciones burocráticas y la lentitud en ciertos procesos políticos y económicos frenan la adecuada funcionalidad de este tipo de métodos.

Lo anterior hace necesario establecer institucionalmente que los programas educativos en salud sexual y reproductiva sean beneficiosos para sus integrantes y sus allegados educativos y comunitarios, enfocándose en el direccionamiento adecuado para lograr penetrar los sentidos de los participantes, combinada con unas bases sólidas de aprendizaje de los líderes estudiantiles, que generen confianza, gusto

y credibilidad en estos procesos, así mismo, establecer este tipo de educación no solo en el sector académico, sino en sus alrededores, teniendo en cuenta que la universidad no cuenta con un programa específico que genere atención a la comunidad estudiantil, así como tampoco existen rutas de atención definidas que permitan hacer el uso adecuado de los procesos de la salud sexual, de la misma manera se espera que el sector educativo visualice la importancia de educación sexual como relevante en todos los procesos de formación y se dé la trascendencia que tiene.

La Vicerrectoría de Bienestar de la Universidad Mariana viene desarrollando un proyecto enfocado al arte y la filosofía de la sexualidad, denominado “Sexo al Piso” con una connotación del aquí y el ahora, con los pies en la tierra, en el piso, en la realidad, no en los sueños, ni en metáforas tabúes e ignorantes.

Dentro del análisis cualitativo que se realiza para el diagnóstico preliminar de los programas en busca de la construcción del proyecto de sexualidad, se hace necesario comprender las necesidades de aprendizaje, en cuanto a la significancia y los diferentes conceptos deben ser nivelados antes de pasar a un segundo momento; también es prioritario que el interés grupal sobrepase el individual, por lo cual se hace necesario identificar líderes que puedan reproducir esa información de manera elocuente, con destreza y eficientemente.

De esta manera, lo que busca el proyecto es consolidar programas encargados de ubicar acciones transformadoras mediante el aprendizaje significativo, pero con la cualidad que sea una acción libre y multiplicadora en hogares, pares y comunidad. Del mismo modo, se busca engancharla con procesos artísticos, pues el arte refleja pensamientos individuales, pudiendo estudiarlos, analizarlos y darles soluciones a problemáticas asociadas.

Para concluir, es relevante enfocar la educación sexual desde perspectivas novedosas y apasionantes a personas de todas las edades, apuntando a comprender estas dinámicas vitales en el desarrollo humano.

Bibliografía

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2012). Programas Escolares de Educación Sexual. Análisis de los costos y la relación costo-eficacia en seis países. Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0020/002070/207055s.pdf>



Biurnar

Revista



Los deportes no convencionales, una alternativa que favorece la permanencia estudiantil en la Universidad Mariana

Carlos Deiby Rodríguez Argoty¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art7>

¹ Licenciado en Educación Física, Universidad Cesmag. Docente Medio tiempo Universidad Mariana. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: cdroduiguez@umariana.edu.co.

Dentro del contexto estudiantil universitario se presenta hoy en día una situación, a la cual durante los últimos años se le tiene puesto los ojos con mayor atención, para nadie es un misterio la preocupación que deja la deserción de un estudiante, el cual lleva a cabo sus estudios dentro de alguna institución educativa. Las razones para que dicho chico o chica llegue a tomar la decisión de abandonar sus procesos formativos realmente pueden ser muchas, desde dificultades personales hasta la influencia negativa que su contexto educativo puede llegar a brindarle.

Es por esta razón que se pensó accionar sobre esta importante, pero sobre todo trascendental situación, refiriéndose a la deserción estudiantil, de modo que a nivel nacional se implementó una política, la cual busca a grandes rasgos ir en contra de las problemáticas, adversidades o ambientes negativos, cuya influencia llevan a que un estudiante se retire y no logre culminar sus estudios.

Dicha política posee un fin común y concreto, reducir de manera significativa el abandono de los procesos educativos en los cuales la población estudiantil se encuentra. Por su parte, la permanencia estudiantil es entendida como “el conjunto de acciones interrelacionadas que procuran mantener a quienes se han vinculado a los programas de formación académica, realizando esfuerzos institucionales desde diferentes enfoques, con el fin de facilitar su retención y graduación” (Universidad Agustiniiana, s.f.).

Teniendo en cuenta la anterior definición, se hace más sencillo comprender que no se trata solo de un fin, sino más bien de una serie de acciones llevadas a cabo dentro de las instituciones educativas, las cuales apuntan a generar un ambiente propicio y constantemente activo, a fin de que cada estudiante se sienta importante y comprometido con su formación.

Además, dicha política quiere resaltar el aporte que cada estudiante hace a su institución, consiguiendo que el educando se sienta aceptado y capaz de mantenerse firme con su educación, complementándose con la motivación de conservar el compromiso de finalizar sus estudios y llegando a ser un profesional aportante a la sociedad.

Es así como, la prestigiosa y reconocida Universidad Mariana asume también dicha política de permanencia, con el fin de brindarle a sus educandos variedad de alternativas, programas, acciones, acompañamientos, proyectos, en fin; lo anterior con el objetivo de que sus estudiantes ingresen, permanezcan y finalicen sus estudios.

Para profundizar más en el tema, se tiene en cuenta que:

El propósito principal es responder sobre el planteamiento general del problema de la permanencia y graduación estudiantil, coordinando un trabajo articulado y sinérgico, entre las dependencias académicas y administrativas, encaminadas a brindar apoyo en situaciones específicas, que puedan comprometer la estadía del estudiante. A través de diversas actividades se busca acompañar a los estudiantes en su proceso de adaptación a la vida universitaria y generar en ellos sentido de pertenencia con la Institución. (Fundación Universitaria Católica, s.f.).

Complementando, pero sobre todo soportando lo referido en el texto anterior, la Universidad Mariana desde su vicerrectoría de Bienestar Universitario ofrece a través de sus diferentes áreas varias alternativas y servicios brindados a toda la comunidad universitaria, con el fin de que sus estudiantes no sientan que solo van a la universidad a sentarse dentro de un aula, sino que también pueden y están en todo su derecho de participar a su gusto en las diferentes acciones que se llevan a cabo, a razón de que

cada educando sienta que hace parte de una familia. Es por ello que desde el área de deportes se han establecido algunos proyectos dirigidos principalmente a los estudiantes, en procura de que estos tengan varias alternativas en donde puedan desarrollarse a gusto y satisfacción de cada uno.

Uno de estos proyectos hace referencia a la implementación de deportes no convencionales, los cuales son:

Aquellos que no se hallan sujetos a los círculos tradicionales de fabricación para el campo de las actividades físicas deportivas o recreativas. En el caso de que sí lo estuvieran, reciban un uso distinto al que tenían cuando se diseñaron. Reciben dicho sobrenombre para ser diferenciados de los deportes tradicionales y convencionales adquiriendo un toque de vanguardismo y modernidad. (Blogger Templates, 2010).

En efecto, como el texto lo menciona, los deportes no convencionales o también conocidos como deportes alternativos, no son los comúnmente referenciados, tales como: el fútbol, Futsala, baloncesto, voleibol, etc. Sin embargo, si están directamente ligados con el deporte, la actividad física y la recreación, por tener componentes físicos, técnicos, competitivos y también de diversión, además de causar un gran impacto por su novedad.

De modo que, haciendo uso de estas importantes características, dentro de la Universidad Mariana se han implementado las disciplinas de Vóley-pie y Últimate, con el fin de que los estudiantes a los cuales no les llama la atención lo tradicional tengan nuevas y llamativas alternativas para practicar actividad física y deporte. Esto les permite entonces, en el mejor de los casos, hacer parte de un contexto en el cual cada educando participante tenga la posibilidad de destacarse o ser reconocido por

sus habilidades y desempeño dentro las nuevas prácticas deportivas. Asimismo, en el peor de los casos, el estudiante tiene a su disposición diferentes alternativas para su diversión y recreación, lo cual aporta significativamente al bienestar propio, situación importante al momento de querer continuar su proceso educativo.

A manera de conclusión, podría afirmarse que el educando participante en la práctica de los deportes no convencionales como el vóley-pie o el último, fácilmente llega a sentirse cómodo, reconocido y aceptado dentro de un contexto, además de sentirse importante y satisfecho al reconocer que su institución, en la cual se está formando, sí se interesa por brindarle alternativas con el fin de hacer que encaje, se relacione y se desarrolle en su entorno educativo, generándole a su vez un gran sentido de pertenencia y apego, lo cual es determinante e influyente positivamente en el momento que algún chico o chica tenga dudas de continuar o no con sus estudios.

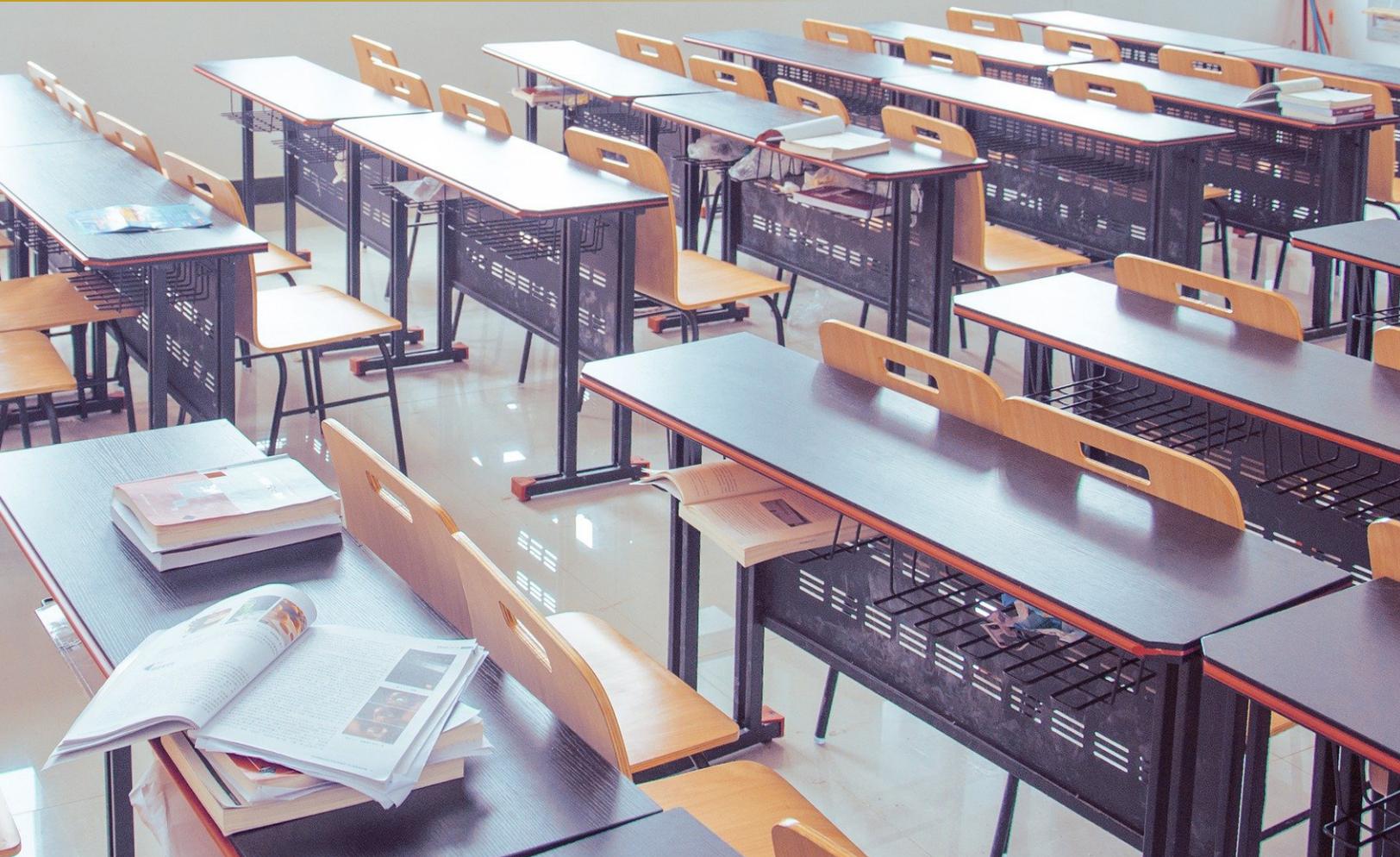
Por todo lo mencionado, se hace pertinente mantener y promover la práctica de los deportes alternativos dentro de la Universidad Mariana, ya que han tenido una acogida positiva y significativa, siendo algo muy nuevo y que por lo tanto no toda la población estudiantil conoce aún, sin embargo y sin duda alguna, quienes ya han tenido la oportunidad de practicar estos nuevos deportes han llenado sus expectativas y pueden dar fe de la satisfacción que han sentido al saber que su institución no solo se enfoca en lo tradicional y competitivo sino también en generar espacios, crear estrategias, programas o proyectos con el fin de favorecer su permanencia y promoción en la Universidad.

Referencias

Blogger Templates. (2010). Deportes alternativos [Blog]. Recuperado de <http://deportesmasalternativos.blogspot.com/>

Fundación Universitaria Católica. (s.f). ¿Qué es permanencia estudiantil? Recuperado de <https://www.unicatolica.edu.co/permanencia-estudiantil/>

Universidad Agustiniiana. (s.f). Permanencia estudiantilagustiniana. Recuperado de <http://eduvirtual.uniagustiniana.edu.co/home/index.php/servicios/permanenciaestudiantil>



Aportes a la Permanencia Escolar desde el Curso de Desarrollo Humano “Amor y Conflicto”

Alexander Eraso Castillo¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art8>

¹ Magíster en Derechos Humanos. Psicólogo. Correo electrónico: aleraso@umariana.edu.co

El siguiente ensayo versa sobre el aporte a la permanencia escolar desde el curso de *Desarrollo humano "Amor y Conflicto"*. En primer lugar, se esbozará desde un marco general algunos referentes que impulsaron el curso y su relación con la permanencia escolar; en segunda instancia, se tratará de describir los aspectos más importantes desde las temáticas centrales del curso, complementándolas con las expresiones de algunos estudiantes destacados del curso, y finalmente, se presentarán unas conclusiones que evidencien los aportes del curso a la permanencia escolar.

Desde el marco general puede argumentarse que, cualquier crisis o conflicto en la vida de los estudiantes puede afectar su desempeño académico; aquello puede ser resaltado, si tenemos en cuenta que la gran mayoría de ellos y ellas se desarrollan en un ciclo de vida entre la adolescencia y la juventud, donde estas situaciones tienen un coste significativo en términos de consolidación de su personalidad.

En ese sentido, el curso de *Desarrollo Humano "Amor y Conflicto"* nació de las inquietudes por poder fortalecer las capacidades de los estudiantes -desde la inteligencia emocional- para enfrentar situaciones de dependencia amorosa y elaboración de duelo, los cuales son los principales motivos de consulta para orientación psicológica en la dependencia de Acompañamiento Integral de Bienestar Universitario. Al impactarse la emocionalidad de los estudiantes por esas situaciones, se observa un desequilibrio en sus actividades vitales (sueño, alimentación, atención y disfrute de las actividades cotidianas); lo que conlleva a una afectación de su rendimiento académico y una desmotivación por continuar sus estudios.

Desde el conocimiento de sí mismo

El punto de partida del curso es la posibilidad de introyección para conocerse a sí mismo, paso

fundamental para analizar el tipo de relaciones y herramientas sociales que consciente o inconscientemente se utiliza con él o los otros. Reconocerse en las particularidades positivas y negativas es crucial, porque implica un trabajo de potenciar lo primero y enfocarse hacia la tarea de revertir lo negativo, con el fin de lograr relaciones saludables que aporten a la convivencia y para prevenir relaciones amorosas tóxicas. Con base en esta primera etapa del curso, Camilo Solarte, estudiante de Ingeniería de Sistemas, quien participó en el curso, mencionó:

Pudimos llegar a ese punto donde nos reconocimos en lo malo y en lo bueno que cada uno tiene, porque la mayoría de veces herimos a los demás sin darnos cuenta, escudándonos en que "somos así" y tenemos que ser fieles a eso; pero nos percatamos en el curso de que podemos frenar nuestros impulsos, llevando a la conciencia de que "algunos de nuestros comportamientos, no nos benefician en absoluto, con los demás". (Comunicación personal).

Sobre la relación amorosa y las crisis desestabilizantes que afectan lo académico

El curso de *Amor y Conflicto* retomó todos los referentes conceptuales sobre aquel proceso en el cual se consolida una relación afectiva amorosa y los conflictos a los que se es susceptible, dependiendo de las particularidades de cada caso; esas situaciones fueron analizadas, sujetas a reflexión y puestas en escena de diferentes formas, logrando recordar experiencias de la vida cotidiana de las parejas, las cuales afectan la integralidad de cada persona. Al final se logró observar las dinámicas tóxicas de algunos tipos de relaciones y las alternativas de resolución disponibles.

Fue muy importante el conocer los diferentes tipos de amor y las actitudes o comportamientos que de una u otra forma generan círculos viciosos que



terminan destruyendo las relaciones, ello nos afecta en nuestro desempeño en las demás actividades escolares, incluso podemos dejar la universidad por esos motivos. Por eso vemos la importancia de estas materias que nos aportan en la resolución de nuestros problemas más comunes. (Á. Enríquez, estudiante de psicología, comunicación personal).

Aportes desde el fortalecimiento de las habilidades sociales

El curso también abordó las habilidades sociales, pues, la manera cómo se autorreconoce y cómo se relaciona en una pareja puede potenciarse hacia lo positivo, si se cultivan las habilidades sociales pertinentes. En primer lugar, fue importante el conocer los tipos de habilidades sociales y su importancia en los diferentes campos de la vida; en segundo lugar, tuvo campo la reflexión en cuanto a si se tenía esa clase de habilidades en la vida cotidiana, y, en tercer lugar, se realizaron ejercicios desde el psicodrama para poner en práctica aquellas habilidades en escenas de improvisación.

Me pareció muy importante conocer sobre esas habilidades, porque poco valor se les asigna para cultivarse diariamente como mejores personas y mejores profesionales; entendiéndolas y poniéndolas en práctica se pudo observar que debe ser una tarea constante su desarrollo para ser mejores personas y para tener medios suficientes para enfrentar diferentes tipos de conflictos que se nos presentan en la universidad y que ponen en riesgo nuestra estabilidad. (E. Devia, comunicación personal).

Conclusiones finales sobre el aporte del curso a la permanencia escolar

El curso de Amor y Conflicto aportó a la permanencia escolar desde la consolidación de herramientas o estrategias para afrontar diversas crisis o tipos de conflicto que afectan el desarrollo académico de cada estudiante; desde

esos espacios fueron constantes las reflexiones en torno a los motivos más frecuentes que llevan a desmotivarse frente a la vida y frente a su proyecto de vida, aportándose también desde la práctica de elementos que se puede utilizar para hacer frente a esas situaciones y resolverlas de una forma resiliente.

Los estudiantes fueron conscientes que mejorando sus estrategias para conocerse a sí mismos, teniendo herramientas para afrontar crisis amorosas y fortaleciendo día a día sus habilidades sociales, podrían mantenerse con bienestar y así poder continuar sus estudios sin riesgo a desertar.

Los cursos de desarrollo humano deben actualizarse acorde a las situaciones del contexto, que pueden afectar la integralidad de los estudiantes. Desde esos espacios se debe encaminar diversas estrategias para reforzar la inteligencia emocional, la cual es clave para poder sobrellevar las crisis vitales del ciclo de vida juvenil.

Los aprendizajes que emanaron de los diferentes talleres del curso probaron que la mejor forma de poner en práctica los referentes conceptuales es por medio de ejercicios prácticos, donde los estudiantes aprovechan sus experiencias para poner en escena los conflictos y la forma de solucionarlos.

Se presenta como obligatorio el poder resaltar la importancia de los cursos de Desarrollo Humano desde los programas. Es crucial entenderlos desde la órbita de generadores de bienestar integral para los estudiantes, como estrategia para la prevención de deserción escolar y de consumo de sustancias psicoactivas; todavía se considera a estos cursos, por un amplio número de personas de la comunidad educativa, como de segunda categoría y de “relleno”; *per se* la baja asistencia y el número considerable de retiros.



Biurnar

Revista

Revista **Biumar**

Breves



Pedaleando la U: “movilidad y salud”

Mg. Erwin S. Chaves López¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art9>

¹ Magíster en Educación. Docente Bienestar Universitario. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: erwinchaves@umariana.edu.co

La universidad está llamada a ser un espacio saludable, no solo a nivel de infraestructura, también en las prácticas que se generan en su interior, es decir, por las políticas que se conciben para la promoción de la salud y por la manera en cómo estas se dinamizan.

Teniendo en cuenta la necesidad de generar estilos de vida saludables, en escenarios dentro y fuera de la universidad, se ha pensado en impulsar el uso de la bicicleta entre la comunidad universitaria, de una manera diferente, no solo como una alternativa para la movilidad, sino desde los beneficios para la salud física y mental que representa.

Igualmente, la actividad física es un componente fundamental para estudiantes de educación superior, que propende por el bienestar y la salud de quienes lo practican, está inmerso en el desarrollo de competencias y fortalecimiento de los valores de autosuperación, lealtad, disciplina, responsabilidad, etc., también ayuda a generar hábitos de vida saludable, al fortalecimiento y desarrollo de capacidades físicas, motoras, mentales y sociales. Además, aporta a la formación académica y personal de cada una de las personas que practican deporte.

Desde la teoría

En este sentido, el Ministerio de Educación Nacional –MEN- (1992) sustenta que: “las instituciones de Educación Superior deben adelantar programas de bienestar entendidos como el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo físico, psico-afectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo” (Congreso de Colombia, 1992, p. 23). Por esta razón, la Universidad Mariana está liderando proyectos desde la vicerrectoría de Bienestar Universitario para toda la comunidad universitaria, propendiendo por el bienestar de las personas que hacen parte de la institución.

En 1986 la Carta de Ottawa define la Promoción de la Salud como “un proceso social, político y personal que incluye acciones dirigidas a fortalecer las capacidades personales y a modificar las condiciones sociales, ambientales y económicas relacionadas con la salud, con el objetivo de mejorar la salud colectiva e individual” (Organización Mundial de la Salud, 1998, p. 10).

Las universidades tienen un papel protagónico en la promoción de la salud. La universidad como institución académica y humana, forjadora de personas y de la sociedad, ofrece numerosas oportunidades para la promoción de la salud. Las universidades son espacios en donde confluyen jóvenes y adultos, los cuales pasan una parte importante de sus vidas estudiando o trabajando. Las mismas pueden fomentar una cultura de prevención y modificar sus estilos de vida y los de sus familiares y otras personas del entorno mejorando así la situación de salud de la comunidad en general. (Universidad Nacional de Entre Ríos, s.f.).

Movilidad sostenible

Como un componente importante de esta estrategia en procura de una movilidad sostenible, es necesario promover un mayor uso de la bicicleta como medio cotidiano de transporte, especialmente para trayectos cortos y para viajes integrados con el sistema de transporte público, sin excluir por supuesto la posibilidad de realizar viajes cotidianos de mayor extensión.

Para esto se debe crear, entre otros, una conciencia colectiva sobre la importancia que tiene para nuestras ciudades contar con un aire más limpio, vías menos congestionadas, menor accidentalidad, ciudades más amables para el ciudadano, uso más racional de carro y más personas movilizándose en bicicletas y a pie. (Cámara de Comercio de Bogotá, 2009, p. 17).



Según la Cámara de Comercio de Bogotá (2009), se establecen las siguientes razones para el uso de bicicleta, a saber:

Razones económicas:

- Costo: Tanto en lo referente al vehículo como a la infraestructura, la bicicleta es un modo más económico. Las bicicletas tienen un costo mucho menor que otros vehículos y no deterioran el pavimento.
- Uso eficiente del espacio: Hasta veinte bicicletas pueden ser estacionadas en el espacio de un vehículo. Una bicicleta consume menos del 60 % del espacio requerido para circular por un vehículo particular. • Congestión: Porque reduce la congestión en las calles lo cual representa ahorros en tiempo para los ciudadanos.
- Consumo de combustibles: Cada vez que se utiliza la bicicleta y se deja de utilizar el automóvil, se evita el consumo de combustibles no renovables. Se calcula que las bicicletas ahorran el consumo de 240 millones de galones de gasolina al año en el mundo.

Razones ambientales:

- Transportarse en bicicleta no contamina la atmósfera ni produce ruido, aminora la congestión y ahorra energía.
- Montar en bicicleta ahorra 1.5 Kg. de CO₂ emitidos al día a la atmósfera por cada 5 Km.
- Contribuye a evitar el cambio climático.
- Un viaje de ida y vuelta en bicicleta de 6.5 kilómetros, libera el aire que respiramos de 7 kg de contaminantes, según el World Watch Institute. (p. 18).

De otra parte, el Ministerio de la Protección Social (2007), refiere que:

El Plan Nacional de Salud Pública (2007-2010) incluye las prioridades, objetivos, metas y estrategias en salud, en coherencia con los

indicadores de situación de salud, las políticas de salud nacionales, los tratados y convenios internacionales suscritos por el país y las políticas sociales transversales de otros sectores. (p. 2).

En este plan se priorizó el tema del uso de la bicicleta para disminuir las enfermedades no transmisibles y las discapacidades, donde se generaron estrategias nacionales como impulsar políticas que propicien sistemas de transporte que promuevan desplazamientos activos o el uso de vehículos no motorizados y fomentar estrategias intersectoriales para mejorar la seguridad vial en áreas rurales y urbanas y el fomento de espacios temporales de recreación como ciclo rutas recreativas. (Cámara de Comercio de Bogotá, 2009, p. 18).

En muchas partes del mundo la utilización de la bicicleta se ha convertido en el principal mecanismo de movilidad de los ciudadanos, considerado como el medio de transporte más respetuoso con el ambiente, incide positivamente en la reducción de la emisión de dióxido de carbono y especialmente en la generación de estilos de vida saludables.

A nivel universitario son muchas las experiencias nacionales sobre este tema, entre ellas se encuentran: “A la Salle en Bici” (Universidad de la Salle), “Bicicletas compartidas en los Andes” (Universidad de los Andes), “Andando en bici por la Universidad” (Universidad Nacional), “Bicultura Tadeista” (Universidad Tadeo Lozano), en la ciudad de Pasto el movimiento “Enbiciclate”, ésta es una iniciativa de jóvenes y adultos que un día a la semana se encuentran para pedalear por las calles de la ciudad y realizar distintos trayectos en jornada nocturna y sensibilizar a la comunidad en general del uso de la bicicleta como medio alternativo de transporte.

Experiencias y proyección

En la dinámica del estudiante y del funcionario de la Universidad Mariana, se presenta una



realidad respecto de las condiciones de movilidad en la ciudad de Pasto, debido a que el uso de la bicicleta es la última opción para transportarse en la rutina del trayecto casa-universidad-casa-trabajo, teniendo en cuenta que la cantidad de personas de la Universidad que se traslada en bicicleta oscila entre 40 a 50 usuarios, lo que significa que la mayoría de estudiantes y funcionarios utilizan otro medio de transporte como moto, carro o transporte público, con el ánimo de agilizar dicha movilidad.

De esta manera, la iniciativa desde la Universidad para aportar al tema de movilidad en la ciudad contempla comenzar con un proceso de sensibilización y motivación a la comunidad universitaria sobre los beneficios de la utilización de la bicicleta, así como el desarrollo de una propuesta de articularse con los grupos organizados que se han establecido en la ciudad y la ciclovía dominical que se lidera desde la administración municipal de la alcaldía, que permita motivar al estudiante, docente, administrativo y personal de apoyo de la universidad.

Con el ánimo de seguir incentivando a la comunidad universitaria, la Vicerrectoría de Bienestar Universitario coloca a disposición bicicletas restauradas para que sean sorteadas y entregadas al final del año 2017 entre los asistentes y de esta manera motivar a los estudiantes y funcionarios a realizar actividad física, haciendo recorridos en bicicleta de forma recreativa a distintos sitios de la ciudad. Lo anterior con el fin de promover y sensibilizar a la comunidad universitaria en el uso de la bicicleta como medio alternativo de transporte y con ello fomentar hábitos y estilos de vida saludable.

En este sentido, la Universidad Mariana a través de la Vicerrectoría de Bienestar Universitario continua ofreciendo espacios para hábitos y estilos de vida saludable, siendo una estrategia

para disminuir la incidencia del consumo de sustancias psicoactivas en los jóvenes universitarios, favorecer la ocupación sana del tiempo libre, estimular la práctica de estilos de vida saludable, fomentar la actividad física en el contexto educativo, y finalmente permitir que la Institución se dé a conocer en la función de aportar a la movilidad sostenible.

Referencias

- Cámara de Comercio de Bogotá. (2009). Modalidad en bicicleta en Bogotá. Recuperado de <https://www.dutchcycling.nl/images/clients/57Colombia1.pdf>
- Congreso de Colombia. (1992). Ley 30 de diciembre 28 de 1992. Por el cual se organiza el servicio público de la Educación Superior. Recuperado de https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-86437_Archivo_pdf.pdf
- Ministerio de la Protección Social. (2007). Decreto 3039 de 2007. Por el cual se adopta el Plan Nacional de Salud Pública 2007-2010. Recuperado de https://www.minsalud.gov.co/Normatividad_Nuevo/DECRETO%203039%20DE%202007.PDF
- Organización Mundial de la Salud. (1998). Promoción de la Salud Glosario. Recuperado de https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/67246/WHO_HPR_HEP_98.1_spa.pdf;jsessionid=6BDC44651D0E1A85C-FFA86EFE4B18855?sequence=1
- Universidad Nacional de Entre Ríos. (s.f). UNER saludable [Página Internet]. Recuperado de <https://uner.edu.ar/novedades/844/uner-saludable>





“Permanencia estudiantil, un compromiso de todos”

Juan Pablo Rivera Revelo¹

DOI: <https://doi.org/10.31948/BIUMAR2-1-art10>

¹ Magíster en Didáctica de la Lengua y la Literatura Española. Licenciado en Filosofía y Literatura. Docente de Bienestar Universitario. San Juan de Pasto, Nariño, Colombia. Correo electrónico: jrivera@umariana.edu.co

La deserción estudiantil constituye, por su magnitud, un problema importante en los sistemas educativos en toda Latinoamérica. Las altas tasas de abandono de los estudios que se producen en todos los niveles educativos afectan negativamente los procesos económicos, sociales y culturales en el desarrollo [de los países]. UNESCO (como se citó en Lugo, 2013, p. 290).

La última edición del Compendio Mundial de Educación de la UNESCO destaca la urgente necesidad de abordar el problema que representa el alto número de estudiantes que no culminan su proceso educativo (Lugo, 2013). Los resultados indicados en el documento citado muestran:

una deserción que oscila entre el 45 y el 50 %, y una tasa bruta de matrícula del 35,5 %, esto quiere decir que de cada 100 colombianos 35 entran a la educación terciaria y sólo culminan con éxito sus estudios entre 16 y 17 estudiantes. Los resultados son realmente preocupantes tanto en términos sociales, como para la estabilidad financiera de sistema de educación superior. (Restrepo, 2011, s.p.).

En la revisión de la literatura, la mayoría de estudios abordan la categoría de deserción estudiantil y de ahí la relacionan con el concepto de permanencia, es en esta línea como se aborda el estado del debate sobre el problema planteado; por lo tanto, para alcanzar este propósito, la revisión de la literatura se ha organizado en tres niveles: internacional, nacional y local.

A nivel internacional, la Unión Europea cuenta el denominado *Repositorio de estudios y de prácticas para reducir el abandono*, un proyecto de Gestión Universitaria Integral del Abandono (GUIA), en el que se pueden encontrar más de 120 trabajos especializados que contribuyen al análisis, discusión e investigación sobre el abandono en la educación superior.

En Chile, el estudio denominado *Modelo conceptual para la deserción estudiantil universitaria chilena*, propone:

Un modelo conceptual que explica la deserción/permanencia como resultado de la motivación (positiva o negativa), la cual es afectada por la integración académica y social. A su vez, éstas están compuestas por las principales características preuniversitarias, institucionales, familiares, individuales y las expectativas laborales; proponiendo un modelo conceptual del equilibrio dinámico del estudiante de su permanencia en la universidad al combinar los factores académicos, sociales e institucionales, permite ilustrar cómo el estudiante debe adaptarse a los cambios en las tensiones que se producen entre los distintos factores que lo afectan. (Díaz, 2008, p. 65).

En el contexto nacional, se ha diseñado el sistema de información denominado: *Sistema de Prevención y Atención de la Deserción en las Instituciones de Educación Superior (SPADIES)*.

El desarrollo de este sistema ha sido de particular importancia para las IES colombianas, pues permite identificar estudiantes con mayor riesgo de abandonar sus estudios y actuar oportunamente sobre dichas causas, contribuyendo al desarrollo de políticas de prevención.

El SPADIES permite cruzar la información reportada por las IES (población matriculada, graduada y características académicas), con el Instituto Colombiano para el Fomento de la Educación Superior-ICFES (resultados de pruebas del Estado y características socioeconómicas), el Instituto Colombiano de Crédito y Estudios Técnicos en el Exterior-ICETEX (acceso al crédito) y, el Ministerio de Educación Nacional (oferta de programas). (Restrepo, 2011, s.p.).

La Universidad Mariana no está exenta frente al fenómeno de la deserción estudiantil, con el



3,7 % de la media nacional, razón por la cual es imperante tener un diagnóstico de la situación real que vive la institución. Así, basándonos en la radiografía del fenómeno estudiado, es posible redefinir claramente los lineamientos de la política de permanencia, al tiempo que debe trazarse estratégicamente la ruta a seguir para la implementación de la misma.

En el marco de la celebración del Convenio de Asociación N° 651 de 2012, establecido entre la Universidad Mariana y el Ministerio de Educación Nacional, la institución, acatando las directrices del Ministerio aprobó el Acuerdo 052 del 2013, por el cual se adoptó la Política de Ingreso Permanencia y Graduación de sus estudiantes, con ello, asumió la responsabilidad de combatir y reducir las cifras de deserción estudiantil. Sin embargo, pese a los esfuerzos institucionales por minimizar la problemática mencionada, los resultados aún no son los esperados. A pesar de los esfuerzos institucionales realizados en el proceso de implementación de la Política de Permanencia, se evidencia un desconocimiento respecto a la misma por parte de los distintos actores responsables y partícipes de la ejecución. Este hecho ha provocado un limitado empoderamiento para la ejecución de los lineamientos de política, a tal punto que se confunde su implementación, con la ejecución coyuntural de un programa subsidiario como lo es el programa *SOS la U*, que busca acciones preventivas para enfrentar el fenómeno de la deserción estudiantil, convirtiéndose en una solución de carácter paliativo frente a la problemática que aún sigue latente y que merece una reflexión participativa de toda la comunidad universitaria.

Hablar de permanencia en la Universidad Marina es referirse a la calidad educativa, donde todos los responsables de la ejecución de la Política de Permanencia de la Universidad dan lo mejor de sí, para garantizar el ingreso, la permanencia y la graduación del estudiante mariano.

En conclusión, podemos decir que, esta problemática es de carácter mundial y afecta a la población más vulnerable de las sociedades, además, es importante reconocer el esfuerzo que hacen los Estados por disminuir las cifras en deserción, aunque no es suficiente en aras de mejorar la calidad educativa, es de suma urgencia generar la apropiación de las políticas institucionales de permanencia, evidenciando el quehacer de una política como compromiso institucional.

Referencias

- Consejo Directivo Universidad Mariana. (2013). Acuerdo 052 del 2013. Por el cual de adopta la Política de Permanencia Estudiantil de los programas de pregrado de la Universidad Mariana y se crea el Programa de Permanencia Estudiantil. Recuperado de <http://www.umariana.edu.co/sos-laU/pdf/acuerdo052.pdf>
- Díaz, C. (2008). Modelo conceptual para la deserción estudiantil universitaria chilena. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*, 34(2), 65-86.
- Gestión Universitaria Integral del Abandono. (s.f.). Repositorio de estudios y de prácticas para reducir el abandono. Recuperado de <http://doczz.es/doc/690150/gesti%C3%B3n-universitaria-integral-del-abandono>
- Lugo, B. (2013). La deserción estudiantil: ¿Realmente es un problema social? *Revista de postgrado FACE-UC*, 7(12), 289-309.
- Restrepo, J. (2011). La calidad de la educación superior y la deserción estudiantil: frenos a la competitividad de Colombia. *Congreso Visible*. Recuperado de <https://congresovisible.uniandes.edu.co/agora/post/la-calidad-de-la-educacion-superior-y-la-desercion-estudiantil-frenos-a-la-competitividad-de-colombia/703/>

Biurnar

Revista



Editorial
UNIMAR

Universidad Mariana

Calle 18 No. 34-104 San Juan de Pasto, Nariño, Colombia

<http://www.umariana.edu.co/EditorialUnimar/>

<http://ojseditorialumariana.com/index.php/RevistaBiumar/index>