

**Revisión documental sobre el Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor  
del año 2012 al 2022**

**Farit Alexander Morales Coronel**

**David Alejandro Benavides Villacruz**

**Universidad CESMAG**

**Facultad de Educación**

**Licenciatura en Educación Física**

**Pasto-Nariño**

**2023**

**Revisión documental sobre el Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor  
del año 2012 al 2022**

**Informe final**

**Farit Alexander Morales Coronel**

**David Alejandro Benavides Villacruz**

**Asesor**

**Andersson Kreisberger Ortiz**

**Universidad CESMAG**

**Licenciatura en Educación Física**

**Informe Final**

**Pasto-Nariño**

**2023**

**Nota de aceptación**

---

---

---

---

---

---

**Firma Presidente de Jurado**

---

**Firma Jurado**

---

**Firma Jurado**

**San Juan de Pasto, mayo de 2023.**

## **Nota de exclusión**

El pensamiento que se expresa en  
esta obra es de exclusiva  
responsabilidad de sus autores y no  
compromete la ideología de la  
Universidad CESMAG.

## **Agradecimientos**

El agradecimiento de este informe final va dirigido primero a Dios por su amor y comprensión en este arduo camino de la vida, también agradecer a nuestro tutor Andersson Kreisberger Ortiz, que sin su ayuda y conocimientos no hubiese sido posible su realización. A nuestros padres por haber proporcionado la mejor educación y lecciones de vida. A nuestros compañeros de clase, con los que hemos compartido grandes momentos y quienes sin esperar nada a cambio compartieron su conocimiento, alegrías y tristezas, del mismo modo a todas aquellas personas que durante estos cinco años estuvieron a nuestro lado apoyándonos y lograron que este sueño se haga realidad.

## **Dedicatoria**

Dedico este trabajo de grado principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional. A mis padres que me han dado la existencia; y en ella la capacidad por superarme y desear lo mejor en cada paso por este camino difícil de la vida. Gracias por ser como son, porque su presencia y persona han ayudado a construir y forjar la persona que ahora soy.

A mis maestros y amigos; que en el andar por la vida nos hemos encontrado; porque cada uno de ustedes ha motivado mis sueños y esperanzas de lograr ser un buen profesional.

**David Alejandro Benavides Villacruz.**

## **Dedicatoria**

Este trabajo de grado fruto de esfuerzo y constancia va dedicado con mucho amor a mis padres, porque ellos sembraron la semilla del amor, responsabilidad, el deseo de triunfar y superarme; los valores morales y espirituales para con ellos servir a Dios y a la comunidad mediante una buena educación.

A mis maestros por el apoyo incondicionalmente para lograr ser un profesional de éxito.

**Farit Alexander Morales Coronel.**

## Resumen Analítico del Estudio

R.A.E.

**Código:**

--	--	--	--	--	--	--	--	--

**Programa Académico:** Licenciatura en Educación Física.

**Fecha de Elaboración:** mayo de 2023

**Autores de la investigación:** Farit Alexander Morales Coronel

David Alejandro Benavides Villacriz

**Título de Investigación:** Revisión documental sobre el Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor del año 2012 al 2022

**Palabras o frases clave:** Sedentarismo, Obesidad, Desarrollo Psicomotor.

### **Descripción.**

La presente monografía se realiza con fines informativos y educativos; la obesidad se presenta como uno de los problemas de salud más importantes conllevando a deficiencias motoras y cognitivas, de esta manera este informe final monográfico tiene como objetivo hacer una revisión y compilación de los estudios actuales en que hablen sobre la relación entre obesidad, sedentarismo y desarrollo psicomotor. De esta forma, determinar si realmente se ha encontrado una asociación entre estas variables y si la presencia de un diagnóstico de obesidad se asocia al déficit del desarrollo psicomotor.

El avance en el uso de la tecnología ha modificado de forma notable el estilo de vida, incentivando al sedentarismo dejando de lado las actividades lúdicas y deportivas que conllevan a desarrollar obesidad y problemas psicomotores. En la investigación es importante informar todos los problemas que puede ocasionar, el no practicar actividades físicas, lúdicas, o recreativas con frecuencia; como futuros licenciados en educación física uno de los roles es fomentar el cuidado de si a través del deporte y la recreación impidiendo que factores mencionados anteriormente afecten la salud de las personas. Conllevando así a generar un mal desarrollo social, con esto se busca mejorar la calidad de educación y el desarrollo de una calidad de vida digna en cada persona. Como lo menciona la secretaria de salud del bienestar social.



### **Contenido.**

En la presente investigación, que tiene como título el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor, se realizó una revisión documental de escritos, que se relacionan con el sedentarismo y la obesidad, de esta manera se agrupo toda la información pertinente, de aquellas fuentes como proyectos de grado, artículos y revistas, en las cuales hay distintos contextos de estudios como ; nacionales e internacionales, que permiten darle un sentido de análisis y comprensión a la presente monografía .

En este sentido, se organizó y se clasificó la información recolectada, a través de una serie de pasos, que conllevan a tener datos precisos y ordenados; como es a través de unos objetivos que fueron planteados, para definir a donde se debe llegar a través de la interpretación de textos importantes, que dan un sentido de comprensión hacia la realidad de los fenómenos sociales que se presentan, en el contexto educativo y social. De esta manera se utilizó una herramienta de gran importancia, en la cual se realiza la recolección de información, la cual se denomina ficha bibliográfica RAE y la matriz de revisión documental , fueron herramientas fundamental para desarrollar una percepción más profunda de los títulos recolectados, esto son base fundamental que sostienen el tema de investigación, organización se lleva a cabo, una clasificación a través de una categorización en la cual se determinan algunos factores de estudio que son distintos entre sí pero su raíz de investigación es la misma, en base al título de investigación y el tema en el que se está desarrollando en esta dicha percepción. Por consiguiente, el sedentarismo y la obesidad tienen varios factores en los cuales pueden ser estudiados, investigados y clasificados, como por ejemplo la parte social, motriz y psicológica, estas categorías tomadas como factores que intervienen en esta problemática, son parte fundamental para ordenar y clasificar la información obtenida para posteriormente darle ese sentido de comprensión y análisis, lo cual permite desarrollar la monografía de una manera más clara y pertinente.

### **Metodología.**

Para esta monografía se logró establecer el paradigma interpretativo, la cual comprende la realidad acerca de los fenómenos sociales que se presentan en el contexto que se está estudiando, para así conocer, comprender las situaciones o problemas que afectan el buen desarrollo de una sociedad, por otra parte se ha establecido llevar un enfoque histórico hermenéutico, donde se ha interpretado textos para fijar su verdadero sentido; la monografía se

basa en fines informativos y educativos, utilizando este enfoque se puede comprender la diversidad del problema a investigar determinando en qué ámbitos y espacios se genera el fenómeno.

Finalmente, se realizó una revisión documental de los diferentes escritos académicos acreditados por los investigadores que han profundizado sobre el tema “Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor” con el propósito de compartir y transmitir las ideas y conocimiento ya sean sus deficiencias o aciertos sobre el tema además se realizó una descripción general , un resumen y una evaluación relevante a el estado actual en el cual se estructura el conocimiento la área de información es primordial ya sea utilizando métodos manuales o computarizados para identificar los documentos que van a hacer de utilidad por medio de la crítica personal se genera opiniones desde una perspectiva lógica y válida .

### **Línea de investigación**

Esta monografía “efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor” se realiza con la línea de investigación corporal, abordando en ella los diferentes campos relacionados con la motricidad, la actividad física y la salud, a base de esos factores sociales y culturales del contexto presente.

## Contenido

	<b>Pág.</b>
Listo de Anexos .....	15
Introducción .....	16
1. Tema de investigación .....	17
2. Contextualización .....	18
3. Problema de investigación .....	20
3.1. Descripción del problema .....	20
3.2. Formulación del problema .....	21
4. Justificación .....	22
5. Objetivos .....	24
5.1. Objetivo general .....	24
5.2. Objetivos específicos .....	24
6. Línea de investigación .....	25
7. Metodología .....	26
7.1. Paradigma interpretativo .....	26
7.2. Enfoque .....	26
7.3. Método .....	27
7.4. Unidad de análisis .....	27
7.5. Técnicas en instrumentos de recolección de información .....	28
8. Anexos .....	94
9. Referentes teórico conceptual .....	30
9.1. Antecedentes investigativos .....	32

9.2.	Referente legal .....	36
9.3.	Referente teórico .....	39
10.	Análisis e interpretación de resultados .....	51
	<b>11.</b> Conclusiones .....	90
	12. Bibliografía .....	95

## Lista de Tablas

	<b>Pág.</b>
Tabla 1.Síntomas y Causas .....	21
Tabla 2.Relación de objetivos técnicas, instrumentos, momento de la investigación .....	29
Tabla 3. Relación de total de artículos publicados según año y secuencia, fechas de publicación de documentos .....	54
Tabla 4.Relación de artículos publicados según títulos, contextos nacionales e internacionales.....	55
Tabla 5.Relación de artículos publicados según títulos, autores, universidades, revistas	63
Tabla 6. Aspectos sociales .....	69
Tabla 7.Aspectos psicológicos.....	71
Tabla 8.Características Motrices.....	73
Tabla 9. Artículos correlacionan tres aspectos en común.....	75

**Lista de Figuras**

	<b>Pág.</b>
Figura 1. Selección documentos según su año.....	53
Figura 2. Porcentaje de documentos según su fecha de publicación. ....	53
Figura 3. Relación de artículos publicados según clasificación, trabajos de grado, pregrado, revistas) .....	61
Figura 4. Relación rango incidencia según las edades) .....	62
Figura 5. Relación porcentajes según factor .....	76

**Listo de Anexos**

	<b>Pág.</b>
<b>Tabla 1. Resumen Analítico Especializado (RAE).....</b>	<b>31.</b>
<b>Tabla 4. Matriz de Análisis Documental.....</b>	<b>31.</b>

## Introducción

En la presente investigación, que tiene como título el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor, se realizó una revisión documental de escritos, que se relacionan con el sedentarismo y la obesidad, de esta manera recolectar toda la información pertinente, de aquellas fuentes como informe final , artículos y revistas, en las cuales hay distintos contextos de estudios locales, nacionales e internacionales, que permiten darle un sentido de análisis y comprensión al informe monográfico.

En este sentido, se organiza y se clasifica la información recolectada, a través de una serie de pasos, que conllevan a tener datos precisos y ordenados; como es a través de unos objetivos que fueron planteados, para definir a donde se debe llegar a través de la interpretación de textos importantes, que dan un sentido de comprensión hacia la realidad de los fenómenos sociales que se presentan, en el contexto educativo y social. De esta manera se utilizó una herramienta de gran importancia, en la cual se realiza la recolección de información, esta dicha herramienta la cual se denomina ficha bibliográfica RAE, y la matriz de análisis documenta estas herramientas son indispensables para desarrollar una comprensión profunda de los títulos recolectados, esto son base fundamental que sostienen el tema de investigación, en esta dicha organización se lleva a cabo, una clasificación a través de una categorización en la cual se determinan algunos factores de estudio que son distintos entre sí pero su raíz de investigación es la misma, en base al título de investigación y el tema en el que se está desarrollando en esta dicha comprensión. Por consiguiente, el sedentarismo y la obesidad tienen varios factores en los cuales pueden ser estudiados, investigados y clasificados, como por ejemplo la parte social, motriz y psicológica, estas dichas categorías tomadas como factores que intervienen en esta problemática, son parte fundamental para ordenar y clasificar la información obtenida para posteriormente darle ese sentido de comprensión y análisis, lo cual permite desarrollar la monografía o estado del arte de una manera más clara y pertinente.



## **1. Tema de investigación**

Sedentarismo Y Obesidad En El Desarrollo Psicomotor

## 2. Contextualización

Para la presente investigación se realizó una revisión documental de escritos relacionados con el sedentarismo y la obesidad, dos factores que afectan en el desarrollo psicomotor, “Yo entiendo por obesidad ese estado de congestión grasosa en la cual sin que el individuo esté enfermo los miembros aumentan poco a poco de volumen y pierden su forma y armonía original.” García García, (2004) citado por Ortega , (2012).

En la etapa de crecimiento los niños encuentran en su cuerpo y el movimiento las principales vías para iniciar el contacto con el entorno y, de esta forma, obtener los primeros conocimientos acerca del mundo en el que están creciendo y desarrollándose. (p.39)

De esta manera, Elena,(2006) menciona es da gran importancia el movimiento, como una herramienta de aprendizaje, y así mismo también como una guía, para el descubrimiento del entorno que lo rodea. A edades tempranas, el papel de la educación física, juega un rol muy importante en el desarrollo físico y cognitivo, de esto depende mucho el crecimiento sano y en cómo se va a relacionar con su entorno y con los demás. (p,38)

Por consiguiente, Zabiur (2013) afirma “El progresivo descubrimiento de su propio cuerpo como fuente de sensaciones, exploración de posibilidades de acción y funciones corporales, constituirán experiencias imprescindibles sobre las que se irá desplegando un correcto desarrollo psicomotor.” (p.13)

El descubrimiento del entorno conlleva al aprendizaje de un conjunto de habilidades, cada vez más complejas que se denomina desarrollo psicomotor. A través del aprendizaje de dichas habilidades se logra un cambio en base a sus capacidades físicas motoras, cognitivas, sociales y emocionales.

En la actualidad se establecen una gran cantidad de factores de cada individuo, que se presentan en las diferentes etapas, que pueden potencializar o empeorar la exploración, el movimiento innato y espontaneo de cada individuo, el desarrollo de las habilidades psicomotoras, debería ser una prioridad para el docente de educación física, en los últimos tiempos , practican menos actividad física convirtiéndose esta en sedentarismo como una de las grandes causas del

aumento del peso corporal, y de la baja competencia motriz. La obesidad es considerada en la actualidad una problemática mundial, suele iniciarse en la infancia y se considera una enfermedad crónica, compleja y multifactorial, esta genera alteraciones funcionales, ya sea corporal o cognitivamente, existen varias características de tipo cognitivo, afectivas y conductuales.

Teniendo en cuenta lo mencionado, se puede asimilar que la obesidad no solo afecta el aspecto corporal en la persona; factores como la obesidad y el sedentarismo afecta de muchas maneras en la actualidad, es primordial que dé la importancia que requiere y la atención necesaria ahora bien Matamoros (2019) menciona “Hoy en día, la evidencia señala que, realizan menos actividad física, ya que prefieren entretenerse por medio de la tecnología, lo cual no implica gasto energético y lleva a un estado considerable de sedentarismo” (p,50).

De esa manera, es de gran importancia reconocer que han perdido el interés por las prácticas deportivas, hoy en día las canchas permanecen vacías y las salas de internet y video juegos permanecen llenas, los juegos tradicionales en el patio de la casa, o con los amigos del barrio en la esquina terminaron completamente, adoptando estilos de vida muy diferentes; a tempranas edades observar a un niño con sobrepeso o con mal desarrollo de las habilidades psicomotoras, es una alarma para interpretar, y diagnosticar los diferentes comportamientos, de esa manera, la educación física, juega un papel muy importante en el desarrollo integral de la persona, y en el cuidado de sí mismo.

### **3. Problema de investigación**

#### **3.1.Descripción del problema**

Se establecen dos tipos de factores en los cuales determinan los síntomas y causas de la debida problemática como Factores fisiológicos que tienden, de forma natural, a provocar una disminución de la actividad física, dedicándole más tiempo y atención a actividades de orden más intelectual (exámenes, test de selectividad, rendimiento escolar). En el periodo previo a la pubertad, el niño se vuelve más sedentario y su nivel de actividad física disminuye con relación a etapas vitales, esta disminución de la actividad física se ve agravada por otros factores socioculturales como el cambio en tipos los tipos de juegos, los hábitos de alimentación y la presión por el rendimiento académico.

Teniendo en cuenta lo anterior, se han identificado algunos síntomas y causas. Primer síntoma del problema se presenta un retraso en el desarrollo de la coordinación de movimientos y la ejecución de habilidades; por otra parte, se percibe un cansancio más rápido, ejecutan y presentan una competencia motriz inferior a la esperada para su edad, en el equilibrio, carrera, carrera lateral, saltos, recibir, lanzar, y golpear un balón. Los niveles inferiores de aptitud física conllevaron a que los estudiantes interactúen menos con su entorno, disminuyan la cantidad de actividad física. Como posible causa se puede decir que inciden factores como el sedentarismo a temprana edad, que obstaculizan el desarrollo psicomotor del individuo, conllevando a tener problemas o enfermedades que incidan en el buen desarrollo físico de la persona.

El segundo síntoma que se logró observar los estudiantes mantienen la mayor parte del tiempo sentados en su escritorio con el celular, Tablet o en el computador, dando mal uso a su tiempo libre, algo que cabe resaltar en la observación es acerca de los juegos y formas de diversión que han cambiado drásticamente en los últimos años, las personas jugaban principalmente con los recursos propios del campo, de la plaza o del patio, los juegos normalmente eran enraizados con oficios, los juguetes tradicionales como los caballos de madera, trompos, las canicas, la cuerda, eran fabricados de forma artesanal; actualmente los niños, como se evidencia son capaces de mantenerse por horas sentados frente a una pantalla (televisión, Computador, dispositivos móviles, tabletas, Etc.) Como causa del síntoma anteriormente mencionado, se puede decir que los estudiantes perdieron totalmente el interés y olvidaron por completo las prácticas lúdicas y deportivas conllevando a tener una vida sedentaria.

Como tercer síntoma se identificó y observó el rechazo de los estudiantes por parte de los compañeros en las horas de juegos y la clase de educación física, esto conlleva a la exclusión por parte de sus compañeros en actividades físicas y bromas infantiles, conduciéndolos a la inactividad y al aislamiento en los momentos de juego. Como causa correspondiente se puede decir que esto se debe a la falta de atención y de comunicación del docente con los alumnos, conllevando a comportamientos de rechazo, discriminación, y acoso escolar etc.

### 3.2. Formulación del problema

- ¿Cuáles son los efectos que ocasionan el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor?

*Tabla 2. Síntomas y Causas*

<b>Síntomas</b>	<b>Causas</b>
<ol style="list-style-type: none"> <li>1) Presentan un retraso en el desarrollo de la coordinación de movimientos y la ejecución de habilidades.</li> <li>2) Mantienen la mayor parte del tiempo sentados en su escritorio con el celular, Tablet o en el computador.</li> <li>3) Rechazo por parte de las demás personas, en momentos de ejecutar actividad física.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Inciden factores como lo es el sedentarismo y la obesidad a temprana edad.</li> <li>2. Falta de interés y olvido de las prácticas lúdicas y deportivas.</li> <li>3. Falta de interacción y de comunicación con la población</li> </ol>

#### 4. Justificación

La presente monografía se realiza con fines informativos y educativos; la obesidad se presenta como uno de los problemas de salud más importantes conllevando a deficiencias motoras y cognitivas, de esta manera la monografía tiene como objetivo hacer una revisión y compilación de los estudios actuales en que hablen sobre la relación entre obesidad, sedentarismo y desarrollo psicomotor. De esta forma, determinar si realmente se ha encontrado una asociación entre estas variables y si la presencia de un diagnóstico de obesidad se asocia al déficit del desarrollo psicomotor.

El avance en el uso de la tecnología ha modificado de forma notable el estilo de vida, incentivando al sedentarismo dejando de lado las actividades lúdicas y deportivas que conllevan a desarrollar obesidad y problemas psicomotores. En la investigación es importante informar todos los problemas que puede ocasionar, el no practicar actividades físicas, lúdicas, o recreativas con frecuencia; como futuros licenciados en educación física uno de los roles es fomentar el cuidado de si a través del deporte y la recreación impidiendo que factores mencionados anteriormente afecten la salud de las personas. Conllevando así a generar un mal desarrollo social, con esto se busca mejorar la calidad de educación y el desarrollo de una calidad de vida digna en cada persona. Como lo menciona la secretaria de salud del bienestar social.

La preocupación de los Estados y los gobiernos de las comunidades por la obesidad en la edad escolar no es gratuita. La obesidad puede afectar el crecimiento del escolar al introducir tensiones mecánicas desmedidas sobre la epífisis del cartílago responsable de la elongación del hueso. Y trastornos de la ventilación pulmonar. (Secretaría de Salud y Bienestar Social. Estado de Colima. Estados Unidos Mexicanos, 2016, pág. 156).

Es necesario conocer las investigaciones existentes relacionadas con el tema de la obesidad, el sedentarismo y el desarrollo motriz, para afrontar problemas que afectan la salud, tanto físico como cognitivo, ya que estos factores son necesarios para el crecimiento y el desarrollo motriz.

La psicomotricidad es una de las cinco tendencias que toman parte en el currículo de la educación física escolar. Algunos docentes en lugar de psicomotricidad dicen estar impartiendo educación física de base que según ellos se trata de habilidades y destrezas

que son necesarias en la edad temprana para trabajar la multilateralidad y más adelante permitir trabajar de forma más compleja al estudiante. Según Libardo, (2010) (p.1).

Con la comprensión de información recogida, como los diagnósticos en las prácticas educativas, se pretende conocer esta situación que se está presentando hoy en día en todo el mundo, buscando así comprender los diferentes fenómenos que se observan, en los tiempos actuales como lo es el cambio drástico en la población, teniendo una población sedentaria a temprana edad, es una alarma muy importante que se debe tener en cuenta y buscar alternativas, que lleven a la mejora de esta situación, para buscar una educación cada día mejor para solucionar esas situaciones que se presentan en el que hacer del docente y como un buen educador lo que se busca es que la educación sea óptima, de esta manera erradicar ciertos tipos de problemas que afectan la salud, como la parte física y la parte cognitiva del individuo. Llevando planes educativos para que se adquiriera un mayor aprendizaje y se informe acerca de la tecnología y de las nuevas tendencias tecnológicas que se presentan, es así el cómo se desea ejecutar dicho plan para la intervención, la comprensión y la solución de dicho problema que se presenta en este contexto, Y educar para que los niños puedan utilizar estas plataformas de la mejor manera, sin afectar su cuerpo, su salud, sus emociones.

## **5. Objetivos**

### **5.1.Objetivo general**

Definir el estado del arte en investigaciones científicas sobre efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor.

### **5.2.Objetivos específicos**

- Caracterizar las investigaciones científicas realizadas sobre los efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.
- Determinar los aspectos más relevantes y representativos con referencia a los efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.
- Describir los efectos que causa el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.



## 6. Línea de investigación

### **Línea de investigación corporal**

Esta monografía “efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor” se realiza con la línea de investigación corporal, abordando en ella los diferentes campos relacionados con la motricidad, la actividad física y la salud, a base de esos factores sociales y culturales del contexto presente.

López Revelo (2011), afirma:

Con esto se quiere que la línea abarque no solamente lo técnico y procedimental como se había manifestado en líneas anteriores, sino se aborde desde diferentes esferas del ser humano, partiendo desde los postulados y perspectivas de diferentes autores que ven lo corporal con un sentido holístico. (p30)

Por consiguiente, la línea de investigación corporal se aborda desde diferentes campos relacionados con la motricidad, la actividad física y salud, en base a esos factores sociales y culturales del contexto en el cual se está presentado, llevando a cabo un estudio, para comprender y buscar un fin propio en base los problemas vinculados a la psicomotricidad. Realizando una revisión documental los diferentes escritos académicos acreditados que abarquen publicaciones científicas en diferentes contextos y poblaciones enfocadas en el sedentarismo, obesidad y el desarrollo psicomotor en los niños y jóvenes, proponiendo diferentes enfoques y pensamientos críticos que ayuden a entender y comprender el fenómeno.

Por lo tanto, se inscribe a este informe final , ya que se vincula con la parte motriz y fortalece la actividad física, en dicha manera la línea de investigación corporal se asocia al informe final “efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor” buscando así por medio de esta línea desarrollar un proceso investigativo en el cual se busca cumplir con unos objetivos en común; de esta manera, lo que se pretende a través de la línea de investigación es reconocer e interpretar esos problemas o cambios que se presentan en la población escolar en base a lo corporal y todo lo que lo abarca.

## **7. Metodología**

### **7.1.Paradigma interpretativo**

Para este informe final se logró establecer el paradigma interpretativo, como modelo para llevar a cabo, la investigación determinada, el paradigma interpretativo da a comprender la realidad acerca de los fenómenos sociales que se presentan en el contexto que se está estudiando, para así comprender y conocer las situaciones o problemas que afectan el buen desarrollo de una sociedad. Es así como a través de este paradigma interpretativo, se realizó una comprensión del tema “sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor “, dado que es un fenómeno presente y que hoy en día se lo mira más frecuentemente en la cotidianidad y más aún en la práctica docente, que es en donde se recolecta toda esa información, acerca de los problemas que se presentan, y que gracias a esto se puede llevar con más eficacia una revisión documental.

De esta manera el paradigma interpretativo, orienta el proceso de comprensión, revisión y estudio, de las diferentes investigaciones, artículos, documentos, en los cuales fueron la base, que encamino el desarrollo del proceso de investigación. En ese orden de ideas, se puede establecer que el paradigma interpretativo, se vincula con el presente proceso investigativo, ya que permite comprender, conocer y aprender, el problema de investigación, para posteriormente, organizar la información investigada, en una revisión documental, con toda la información recogida, organizada e interpretada, para así conocer la presente investigación monográfica. Mediante el paradigma interpretativo, se establece esta ruta en la que se comprende el contexto y se conoce el problema de investigación.

### **7.2.Enfoque**

#### **Histórico hermenéutico**

El enfoque histórico hermenéutico interpreta los textos para fijar su verdadero sentido; el informe final que se dará a conocer se basa en fines informativos y educativos, utilizando este enfoque se puede comprender la diversidad del problema a investigar determinando en qué ámbitos y espacios se genera el fenómeno, en este caso los “ Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor ”contemplando diferentes puntos de vista opiniones, textos, libros etc. que estén relacionados con el fenómeno dando a conocer el problema como una condición para la investigación indagando en situaciones, particularidades, imaginarios, percepciones, narrativas, sentidos.

Teniendo en cuenta que el contexto se distancia críticamente mediante la reflexión, construyendo un conocimiento utilizando la subjetividad a partir de la experiencia social y psicológica.

A través de este enfoque se puede comprender los motivos internos de la problemática, mediante procesos libres no estructurados interpretando los motivos y acciones que originan el problema que en algunos documento y textos no son evidentes, elaborando una interpretación del fenómeno en un contexto completo sin realizar ningún tipo de modificación o instrucción alguna.

### **7.3.Método**

#### **Monografía**

Se realizó una revisión documental de los diferentes escritos académicos acreditados por los investigadores que han profundizado sobre el tema “Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor” con el propósito de compartir y transmitir las ideas y conocimiento ya sean sus deficiencias o aciertos sobre el tema además se realizó una descripción general , un resumen y una evaluación relevante a el estado actual en el cual se estructura el conocimiento en la área la búsqueda de información es primordial ya sea utilizando métodos manuales o computarizados para identificar los documentos que van a hacer de utilidad implementando la crítica personal se genera opiniones desde una perspectiva lógica y válida .

La importancia de la monografía se valida en conocer y ampliar el campo investigativo de forma exclusiva a través de los hallazgos ya obtenidos por profesionales que permita tomar decisiones asertivas descubriendo aspectos que permitan formular soluciones o futuras preguntas en la investigación. Mediante esta opción de investigación se logró comprender y conocer esta problemática, mediante el estudio y la interpretación del como suceden todos estos cambios en los contextos escolares, percibiendo sus factores más importantes, así como las raíces del problema del objeto de estudio que conllevan a ese retroceso del desarrollo social en la población.

#### **7.4.Unidad de análisis**

La unidad de análisis está conformada, por artículos, libros, páginas, universidades o entidades, que tienen como fin, informar acerca del sedentarismo y la obesidad y de cómo este afecta al desarrollo psicomotor.

### **7.5. Técnicas en instrumentos de recolección de información**

Para el presente informe final se implementó las fichas bibliográficas RAE, como técnica de recolección de información, ya que permiten recolectar, esas referencias bibliográficas acerca de los documentos investigados o consultados, de esta manera organizar la información ,clara y precisa, acerca del tema que se está investigando, esta técnica es de gran importancia, para llevar a cabo el estudio del proceso monográfico, en donde se requiere tener una información claramente estudiada, de esa manera se orienta el informe final investigativo monográfico, se buscó investigar en base a esos determinantes que también son estudiados por diferentes autores y que permite ejecutar con más claridad, el tema de estudio, teniendo como referencias esas orientaciones, que ofrecen las páginas , artículos o textos, que guían, orientan y encaminan, el proceso de estudio, en base al tema de investigación.

De esta manera, gracias a estas herramientas de recolección de información, se puede elaborar una monografía, con referencias que sostengan, y orienten a una información cada vez más precisa y que se logre tener ese impacto social en base a la comprensión de la problemática.

Por otra parte, también se implementó la técnica de recolección de información llamada matriz de análisis documental, la cual apoyo el proceso de análisis de toda la información, con el objetivo de que todo este de la manera más clara y ordenada posible, en cuanto a las variables seleccionadas y estudiadas para de esta manera proceder a realizar un análisis y una comprensión más completa.

La revisión documental permite configurar el estado del arte en la investigación, permitiendo identificar las investigaciones elaboradas con anterioridad, delinear el objeto de estudio, consolidar autores para elaborar una buena base teórica, establecer semejanzas y diferencias entre los trabajos y las ideas del investigador, categorizar experiencias y distinguir los elementos más abordados mediante el análisis de la observación. De dicha manera gracias a la matriz de revisión documental, se puede estudiar las fuentes más relevantes de la información correspondientes al informe final, convirtiéndolo en un proceso de comprensión que desarrolla una visión más global e integradora.

**Tabla 3. Relación de objetivos técnicos, instrumentos, momento de la investigación**

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Técnicas</b>	<b>Instrumentos</b>	<b>Momento de La Investigación</b>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Caracterizar las investigaciones científicas realizadas sobre los efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.</li> </ul>	Revisión documental	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ficha bibliográfica</li> <li>-Matriz de análisis documental</li> </ul>	Inicial
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Determinar los aspectos más relevantes y representativos con referencia a los efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.</li> </ul>	Revisión documental	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ficha bibliográfica</li> <li>-Matriz de análisis documental</li> </ul>	Central
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Describir los efectos que causa el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor.</li> </ul>	Revisión documental	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Ficha bibliográfica</li> <li>-Matriz de análisis documental</li> </ul>	Final

## 8. Referentes teórico conceptual

Cómo lo define la Revista Ecuatoriana de Neurología realizado por Laura Calceto-Garavito Sonia Garzón, Jazmín Bonilla, Dorian Cala-Martínez (2019) Qué lleva como título Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia.

La psicomotricidad es la base de una equilibrada evolución entre la actividad motora y funciones psíquicas, encargadas del desarrollo de movimientos como gatear, caminar, correr, saltar, coger objetos escribir y de procesos cognitivos como el pensamiento, atención, memoria y organización espacial-temporal (p.51).

Otro punto de vista Grace Andrea Huaca Guevara, Et al. (2019) en el libro Re-Inventando la Investigación en Salud y Educación para una Sociedad Transcultural: Propuestas de Acción Universidad de Almería, simplifica que.

El desarrollo psicomotor, no es más que un conjunto complejo de habilidades que un niño suma y perfecciona a lo largo de su infancia, Lo que corresponde a la maduración del sistema nervioso y se desarrolla a través de actividades lúdica. (p.329).

El proceso evolutivo en el cual el niño desarrolla sus capacidades es importante como lo resalta Méndez Ruíz, Mariela, Et al., (2015) en la revista Nutrición Hospitalaria, vol. 32, núm. 1 titulada Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normo peso vs sobrepeso mencionando.

Hay que considerar que el desarrollo de un niño es un proceso evolutivo, multidimensional e integral, mediante el cual el sujeto va dominando progresivamente habilidades y respuestas cada vez más complejas, cuyo objetivo final es la adquisición de la independencia y de la capacidad de interactuar con el mundo y transformarlo. (p.152).

Por este motivo las instituciones educativas juegan un papel importante como lo menciona. Márquez Cabellos, Norma Guadalupe y Manzo Lozano, Emilio Gerzain (2016) en la revista Educar para el desarrollo del talento psicomotor en la Universidad Nacional de La Plata Buenos Aires, Argentina menciona.

La orientación institucional desde el currículum se vuelve necesario para organizar el conocimiento de las acciones del cuerpo; el aprendizaje es entonces un elemento que requiere del movimiento para volverse útil pues los desarrollos de las habilidades psicomotrices forman el templete para el desarrollo de un conocimiento evolucionado que se convierte en conceptos, lengua escrita, habilidades para el gozo estético y activar, organizar y regenerar las habilidades para el aprendizaje permanente. (p.4).

Retomado desde otro punto de vista Luis Gabriel Sánchez-Reyes, Ana Cecilia Ramón-Santana, Victoria Elizabeth Mayorga-Santana. (2020) en la revista Dominio de la ciencia de Ambato, Ecuador menciona que.

La pandemia de COVID-19 está generalmente asociada a un incremento en los factores de riesgo para el correcto desarrollo de niñas y niños. El aislamiento social es una situación que debe considerarse. Existen muchas dudas sobre la influencia del confinamiento y su efecto en el desarrollo psicomotriz de los niños. (p.214).

También lo más factible es que incremente su masa corporal esto como consecuencia de no realizar actividad física tendiendo a desarrollar problemas de salud graves entre estos la obesidad.

Según Dr. José Antonio Serrano. (2018) en la revista Quaderns de polítiques familiars titulada la obesidad infantil y juvenil, Menciona que “La obesidad constituye un problema de salud muy importante ya que incrementa el riesgo de padecer enfermedades crónicas: diabetes, hipertensión, ictus, osteoartritis, enfermedad coronaria, apnea del sueño y algunos tipos de cáncer endometrio, mama y colon.” (p.2).

Por otra parte, Karina Machado, Et al., (2018) en los Archivos de Pediatría del Uruguay afirma.

El Sobrepeso y obesidad se asocian a problemas de salud en la infancia y representan un importante factor de riesgo temprano de morbilidad y mortalidad en la edad adulta 8,9. Los niños afectados presentan mayor riesgo de enfermedades relacionadas con la salud cardiovascular, alteraciones endócrinas, afecciones respiratorias, alteraciones musculoesqueléticas, digestivas, psicológicas, entre otras. (p.22).

Por consecuente en la revista MHSalud, titulada Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña. Por Boris Evert Iraheta, Carlos Álvarez Bogantes. (2020) Menciona que.

La transición al postmodernismo cada día arrecia el sedentarismo y limita las posibilidades de movimientos, esto es evidente en la niñez y la adolescencia, donde han sustituidos los juegos que implica movimientos, por horas de pantalla, tiempo dedicado a teléfonos inteligentes, tabletas, televisiones y computadoras, condición que lleva al aumento del sobrepeso y la obesidad, problemas relacionados con la atención, ansiedad, autoestima, depresión y alteraciones del sueño. (p.4).

Por otra parte, en el trabajo de fin de grado de la Universidad de la Laguna En España por Melania Antonia González Galván (2018) titulado FACTORES GENÉTICOS COMPARTIDOS ENTRE LA OBESIDAD Y EL ASMA, menciona que. “Numerosos estudios han sugerido una asociación entre la obesidad y el asma, estableciendo que la obesidad puede actuar tanto como un factor de riesgo como un modificador del asma.” (p.20) .

Por otra parte, tomando en cuenta el tipo de alimentación mencionada en la Revista médica de Chile Universidad del Desarrollo-Clinica Alemana. Santiago, Chile titulada Obesidad: ¿Factor de riesgo o enfermedad? por Constanza aguilera, Et al., (2019) afirman que:

Los alimentos ultra procesados, principalmente aquellos ricos en grasas, azúcares y sal, altamente palpables e incluso para algunos adictivos, en conjunto con la inactividad física, favorecida por la tecnificación, son los dos principales agentes ambientales responsables de la alta prevalencia de obesidad a nivel mundial. (p.35).

### **8.1. Antecedentes investigativos**

#### **Nacionales**

Según Narváez, Molano y Fernández (2019) del artículo titulado Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia, menciona que. “es importante enfatizar en la asociación entre sedentarismo y estrato socioeconómico, ya que esta relación está sustentada en los estilos de vida más inactivos y los cambios en los hábitos en algunos estratos socioeconómicos” (p .34).



Como menciona Zúñiga (2012), en su Proyecto de investigación realizado como requisito para optar al título de Magister en Salud Ocupacional de la universidad del valle afirmando “el sedentarismo se relaciona con un deterioro estructural y funcional del organismo que puede desencadenar diversas enfermedades, las cuales podrían limitar la actividad y la capacidad productiva del hombre, en los distintos ámbitos laborales. (p.25).

Aludiendo a Quintero (2018) en de su trabajo de investigación titulado actividad física en la primera infancia de la Universidad del Valle.

El factor opuesto a la actividad física es el sedentarismo, entendido como la frecuencia de actividad física menor a tres veces por semana, con una duración menor a veinte minutos por cada una de esas sesiones (4, 6) o la realización de actividad física durante un tiempo menor a trescientos minutos por semana en momentos de ocio o en actividad cotidiana. (p. 11).

Citando a Quintero (2018), en su trabajo de investigación titulado actividad física en la primera infancia de la Universidad del Valle comparte “en la primera infancia a diferencia de la población adulta, los efectos de la actividad física abordan no solo la salud futura, sino la influencia de esta en el desarrollo psicomotor y el aprendizaje” (p31).

Evocando a Quintero en su trabajo de investigación titulado actividad física en la primera infancia de la universidad del valle (2018) menciona que.

la obesidad se está convirtiendo en una epidemia en los niños preescolares mostrado una tendencia ascendente, particularmente evidente a partir de 1990 (3). Para controlar esta evolución se necesita un cambio en el comportamiento de la sociedad, pero para ello todos los entes incluyendo la misma comunidad deben responsabilizarse y ejecutar acciones en pro de la infancia. (p.32).

Mencionando a Zamora en su trabajo titulado diseño como método para incentivar hábitos de actividad física en niños disminuyendo el riesgo del sobrepeso y la obesidad realizado para optar el título de diseñador industrial en la universidad javeriana en el (2012) afirma que

La psicomotricidad es la unión del desarrollo motriz del niño conjunto con la psiquis que se refiere al desarrollo afectivo y de conciencia del niño, todo con relación al ambiente en

el cual se encuentra y a la relación y reconocimiento del niño con el ambiente mismo. (P.38).

Como señala Zamora en su trabajo titulado diseño como método para incentivar hábitos de actividad física en niños disminuyendo el riesgo del sobrepeso y la obesidad realizado para optar el título de diseñador industrial en la universidad javeriana en el (2012), “el sedentarismo se convirtió en la actividad más concurrente, conduciendo a la enfermedad de la obesidad y el sobrepeso, es importante estudiar los motivos o causas que generan esta problemática.” (p.28)

Relacionando a Gómez en su trabajo titulado Prácticas de enseñanza de los docentes de las asignaturas de actividad física y deporte de la Pontificia Universidad Javeriana y su asociación con la actividad física de los estudiantes durante las clases realizado como Trabajo de Grado en la universidad javeriana en el año (2020) menciona que.

Un estudio demostró que la inactividad física está asociada a un 9% de muertes prematuras, lo que en el año 2008 representó 5,3 millones de muertes en el mundo (Centers for Disease Control and Prevention, 2010). Reconociendo esto, se puede afirmar que si se implementan estrategias que reduzcan la inactividad física en un 10% se podrían evitar 533.000 muertes cada año. (p.10).

Enfatizando a Martínez en su trabajo de investigación denominado Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en adolescentes de 11 – 15 años en una I.E.D de Bogotá (2019) menciona.

En relación con factores de medición técnica que facilitan la comprensión de la situación general de un individuo respecto a su funcionalidad corpórea y salud, es necesario considerar algunas variables como el índice de masa corporal, la prevalencia tanto de obesidad como de sedentarismo, los hábitos nutricionales y el gasto energético. (p.24).

### **Internacionales**

De acuerdo con Aramayo en su trabajo de investigación, realizada por Aramayo (2017) denominado El sedentarismo en edad escolar: un análisis de los programas proyectos y diseños curriculares de la educación física en las escuelas públicas de la ciudad autónoma de buenos aires, como Tesis de posgrado de la Universidad Nacional de La Plata sostiene que.

La Educación Física, de alguna manera, era responsable de esta problemática, ya que no cumplía necesariamente con las intensidades adecuadas y con la cantidad de estímulos necesarios para revertir, prevenir y disminuir el sobrepeso y la obesidad, producto del sedentarismo de los escolares. (p. 88).

Teniendo en cuenta a Carillo (2014), en su trabajo de investigación para la obtención del título denominado El sedentarismo y su influencia en el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del Cantón Durán, postula que.

Se debe crear conciencia de los efectos del sedentarismo y las complicaciones que pueden traer por el uso desmedido de dispositivos tecnológicos, incentivando a la población adolescente que debe aprovechar el tiempo disminuyendo o equilibrando el uso de medios electrónicos, 84 realizar actividades recreativas como la actividad física, que promueve la salud física y emocional del adolescente. (p.17).

Citando a Leiva, Martínez, Montero, Salas, Ramírez, Díaz, Aguilar y Morales (2017), en su artículo de investigación denominado; El sedentarismo se asocia a un incremento de factores de riesgo cardiovascular y metabólicos independiente de los niveles de actividad física plantea que.

Altos niveles de sedentarismo tienen un efecto nocivo sobre factores de riesgo cardiovascular y metabólicos, asociados a la obesidad. disminuir el tiempo destinado a actividades de bajo costo energético, como pasar mucho tiempo sentado, debiera ser una recomendación indispensable en las futuras guías de af para la población. (p.466).

## **8.2.Referente legal**

### **Internacional**

La Organización Mundial de la Salud (2019), en su directriz sobre actividad física sedentarismo y sueño para niños menores de 5 años, indica:

Para crecer sanos, los niños menores de cinco años deben pasar menos tiempo sentados mirando pantallas o sujetos en carritos y asientos, dormir mejor y tener más tiempo para jugar activamente, según las nuevas directrices de la Organización Mundial de la Salud. (p. 26).

Esto es muy importante dado que ratifica que el uso desmedido de la tecnología está influyendo en el desarrollo ético motor del niño ya sea viva o negativamente, en el cual se está dejando de lado el juego activo por ocupar más tiempo de celulares y monitores y estomas enfatizando en los primeros años de vida en los cuales los niños se encuentran en su periodo de desarrollo y puede desarrollar hábitos de vida saludables.

Según la OMS, (2019) Comunicado de prensa Ginebra.

Aumentar la actividad física, reducir el sedentarismo y garantizar un sueño de calidad para los niños pequeños mejorará su salud física y mental y su bienestar, y ayudará a prevenir la obesidad infantil y las enfermedades asociadas a ella en etapas posteriores de la vida», dice la Dra. Fiona Bull, directora del programa de la OMS de vigilancia y prevención poblacionales de enfermedades no transmisibles. (p,67).

Concientizar a toda la población de los riesgos que se puede presentar al no realizar una actividad física acordé teniendo en cuenta que puede empeorar su salud física, mental y su bienestar pudiendo desarrollar enfermedades asociadas a la obesidad en etapas posteriores de la vida.

### **Nacional**

La ley 1098 (2006) del cual se expide el código de la infancia y adolescencia en el congreso de la república decretando acción integral, titulado disposiciones generales principios y definiciones “Artículo 29. Derecho al desarrollo integral en la primera infancia. La primera infancia es la etapa del ciclo vital en la que se establecen las bases para el desarrollo cognitivo,

emocional y social del ser humano”. Una ley significativa en la cual se apoya el progreso cognitivo en la etapa de la primera infancia que es de vital importancia en el desarrollo psicomotor del niño.

Ley 181 de (1995) por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. El Congreso de Colombia Decreta: Título I Disposiciones preliminares Capítulo I Objetivos generales y rectores de la ley “Artículo 5o. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social, especialmente en los sectores sociales más necesitados.” En esta ley se observa que la creación de espacios recreativos y lúdicos son fundamentales en el desarrollo de la actividad física incentivando a las personas adoptar un estilo de vida saludable, en el cual se puede mejorar la calidad de vida y evitar enfermedades a largo plazo.

Ley 1098 (2006) por la cual se expide el Código de la Infancia y la Adolescencia. El Congreso de Colombia Decreta: Libro I La Protección Integral Título I Disposiciones Generales Capítulo I Principios y definiciones “artículo 5. Proporcionarles las condiciones necesarias para que alcancen una nutrición y una salud adecuadas, que les permita un óptimo desarrollo físico, psicomotor, mental, intelectual, emocional y afectivo y educarles en la salud preventiva y en la higiene.” Destacar que el periodo de infancia y adolescencia es de vital importancia y conlleva a un adecuado método de nutrición desarrollando hábitos de vida apropiados con los cuales podrán desempeñarse de mejor manera en sus actividades físicas enriqueciendo su desarrollo psicomotor, asimismo incentivando un pensamiento saludable que genere un óptimo desarrollo físico.

### **Local**

El Decreto número 0284 (2014) expedido por la Alcaldía de Pasto Deporte, en donde el artículo cuarto da a conocer el objeto del instituto municipal para la recreación y el deporte-pasto deporte, en el menciona.

Generar y brindar a la comunidad del Municipio de Pasto las oportunidades de participación en procesos de iniciación, formación, fomento y práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, la educación física y la educación extraescolar como contribución al desarrollo integral del individuo para el mejoramiento de la calidad de vida de los habitantes del Municipio de Pasto (p.32).

la importancia que genera en la persona, el deporte, el aprovechamiento del tiempo libre, la recreación, la educación física, y que estas a su vez, contribuyen al desarrollo integral de la persona y por ende se busca un mejoramiento en la calidad de vida de los habitantes de pasto. De esta manera, gracias a estas herramientas fundamentales que ofrece pasto deporte, se puede combatir los altos niveles de sedentarismo y otros factores que obstaculizan la calidad de vida en los nariñenses.

El Decreto número 0284 (2014) expedido por la Alcaldía de Pasto-Deporte en el artículo quinto, en donde afirma sobre las funciones del instituto municipal de Pasto, entre las más importantes están:

Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el municipio en todos sus niveles incluyendo planes, programas y proyectos, Integrar la educación y las actividades físicas, deportivas y recreativas en el municipio en todos sus niveles incluyendo planes, programas y proyectos, Apoyar el desarrollo y coordinar la gestión deportiva y recreativa con las funciones propias de las entidades del municipio, Apoyar el deporte escolar y popular, Difundir el conocimiento y la enseñanza del deporte y la recreación.(p.47).

La organización sobre las funciones que tiene Pasto Deporte ayuda a controlar y a potencializar el deporte, la recreación, los hábitos y estilos de vida saludable y la educación física, en los diferentes municipios del departamento de Nariño. Esto garantiza una equidad, con un objetivo en común fomentar el deporte para formar personas integrales, desarrollando su parte motriz y cognitiva y de esta manera fundamentar una calidad de vida óptima en cada persona.

En el inciso 2 del artículo 3 de la ley 1437 (2011) dispone que “las actuaciones administrativas se desarrollaran, especialmente con arreglo a los principios del debido proceso, igualdad, imparcialidad, buena fe, moralidad, participación, responsabilidad, transparencia, publicidad, coordinación, eficacia, economía y celeridad” (p.19).

De esta manera en la resolución 141 del (2017) en el departamento de Nariño, en el cumplimiento del inciso 2 del artículo 3 de la ley 1437 (2011) afirma.

Que la secretaria de recreación y deporte tiene como objetivo generar y brindar espacios a la comunidad de participación en procesos de iniciación, formación y fomenta de práctica

del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, como contribución al desarrollo integral del individuo y a la creación de una cultura física para el mejoramiento de la calidad de vida de los nariñenses.” Secretaria de Deportes, gobernación de Nariño. (p.38).

### **8.3.Referente teórico**

Según Piaget citado por Mendoza (2009).

El desarrollo motor se explica a partir de considerar como la motricidad cambia su significación en el transcurso de la ontogénesis, pero sí reconoce en su teoría la incidencia que tiene el medio en los cambios que se originan en las conductas motrices. (p,10)

En lo cual los autores Haeussler & Marchant, (2009) citado por Gastiaburú, (2012), definen el desarrollo psicomotor como “la madurez psicológica y motora que tiene un niño en relación a tres áreas: coordinación, lenguaje y motricidad, relacionada a otros aspectos que hacen más complejo dicho desarrollo para la praxis en la vida diaria”(p.1) Continuando así con Cobos (2006) citado por Farfán menciona que el desarrollo psicomotor es entendido como: “la madurez relacionada con los físico y psíquico teniendo que ver tanto con las leyes biológicas como con aspectos puramente interactivos susceptibles de estimulación y de aprendizaje. La meta será el control del propio cuerpo para la acción”. (p.10)

El término desarrollo psicomotor se atribuye al neuropsiquiatra alemán Carl Wernicke (1905), “quien lo utilizó para referirse al fenómeno evolutivo de adquisición continua y progresiva de habilidades a lo largo de la infancia”. Por lo cual la García Pérez MA, Martínez Granero MA, (2016), menciona que “El desarrollo psicomotor es la adquisición progresiva de habilidades funcionales en el niño, reflejo de la maduración de las estructuras del sistema nervioso central que las sustentan”. (p.81) Henry Wallon, (2012) explica que la “práctica psicomotriz se acerca al cuerpo y los gestos contextualizando estas producciones en los aprendizajes y en la relación con el espacio y los objetos. se preocupa por los orígenes del carácter, la formación del pensamiento y el papel de las emociones en la inserción social del niño”.

Julián de Ajuriaguerra, (2019) instituye la psicomotricidad como una práctica original y específica. Afirmando “que los síntomas corporales permiten llegar al núcleo del problema, que se sitúa normalmente en el control tónico-emocional, origen de la relación”. (p.22) También María

Fernández (1990) establece que “Desde el punto de vista de la psicomotricidad, la coordinación consiste en el buen funcionamiento y la interacción existente entre el sistema nervioso central y la musculatura” (p.12) Por lo cual Arteaga y Cols.2001, Moore (1996): hacen relevancia que.

El desarrollo psicomotor es la progresiva adquisición y organización de habilidades biológicas, psicológicas y sociales en el niño, además de ser la manifestación externa de la maduración del SNC, lo que se traduce en cambios secuenciales, progresivos e irreversibles del individuo en crecimiento. (p.24)

Reforzando el pensamiento, Wallon, citado por Fernández (2007) expresa, el niño se construye a sí mismo a partir del movimiento; o sea, que el desarrollo va del acto al pensamiento, de lo concreto a lo abstracto, de la acción a la representación, de lo corporal, a lo cognitivo. Por tanto, el desarrollo, más que psicomotor, es motor – psíquico.

De esta manera relacionar los efectos que causa el sedentarismo en el desarrollo psicomotor como lo explica la Organización Mundial de la Salud OMS (2015) aproximadamente un 60% de la población a nivel mundial, no realiza suficiente actividad física, lo que se denomina sedentarismo. Se considera uno de los principales factores de riesgo de mortalidad. Según Jochem, Wallmann-Sperlich y Leitzmann (2019).

El sedentarismo es un factor de riesgo para diferentes tipos de cáncer. De hecho, pone en manifiesto que un alto índice de actitud sedentaria puede provocar que aumente el 28-44% de riesgo en personas con cáncer de colon; el 28-36% en cáncer endometrial; y el 8-17% en cáncer de mama. (p,13)

Resaltando que “El sedentarismo y la falta de ejercicio físico, está también ligado a la aparición y mantenimiento de la obesidad En Europa, el sedentarismo es el principal responsable de la ganancia de peso en la sociedad” Pietro citado por, Martínez; Mohamed y Ramírez (2010) (p.127). de igual manera no se puede olvidar que el sedentarismo es un problema que afecta a la sociedad desde su infancia hasta su madurez según Varo et al, (2003).

“Estimaron que el sedentarismo es responsable de promedio de un 6% de enfermedad coronaria, de un 7% de diabetes tipo 2, de un 10% de cáncer de mama, de un 10% de cáncer de colon y, en una escala más general, de un 9% de la mortalidad prematura”. (p.34)



Lee et al., (2012) citado por Rivas, Macias (2022) por lo contrario, al tratar de desglosar el significado que lleva la palabra sedentarismo Quevedo, (2012) citado por Martínez (2019) menciona que.

estas áreas de influencia se han modificado con los diferentes paradigmas científicos y el devenir de los acontecimientos sociales. La construcción parte de la definición concreta de AF y sedentarismo en las cuales se incluyeron perspectivas y dimensiones biológicas, sociales, culturales, médicas, económicas, ambientales, colectivas e incluso políticas, por la influencia que tiene el entorno en la construcción de estos conceptos. (p.22)

Mencionado lo anterior el sedentarismo es un peligro para el buen desarrollo de las habilidades motrices las cuales pueden conllevar a generar obesidad Según la (Norma Oficial Mexicana 174 NOM-174), explica que la obesidad y sobrepeso son una enfermedad crónica caracterizada por el almacenamiento en exceso de tejido adiposo en el organismo, acompañada de alteraciones metabólicas, que predisponen a la presentación de trastornos que deterioran el estado de salud. Por lo cual la (Facultad de Medicina UNAM.) explica que la obesidad, problema de salud que afecta a la población, caracterizada por ser una enfermedad crónica, multifactorial, donde intervienen factores genéticos, metabólicos, psicológicos y ambientales que contribuye al desarrollo del padecimiento. Según Santos Muñoz, (2005), menciona.

la obesidad se define como un aumento del peso corporal debido a su exceso de grasa que hace peligrar seriamente la salud. Es por lo tanto una enfermedad metabólica multifactorial, influido por elementos sociales, fisiológicos, metabólicos, moleculares y genéticos”. Por lo cual al mencionar que “la obesidad infantil es un trastorno nutricional muy frecuente y de prevalencia creciente en España, que repercute en la adaptación social y el desarrollo psicológico del niño. (p.32)

Ratificándolo Santos Muñoz, (2005), por lo cual.

La obesidad es un desorden metabólico caracterizado por un exceso de la grasa corporal. Esto distingue a la obesidad del sobrepeso el cual se define como un exceso de peso en referencia con un estándar arbitrario, usualmente el peso deseable de acuerdo con las tablas de peso y talla. Un fisicoculturista estará probablemente en sobrepeso para su talla, pero será muy magro y por lo tanto no obeso. (p.1)

Amatruda JM & Linemeyer DL, (1977) citados por García (2004) afirman que.

La obesidad o sobrepeso, es un factor de riesgo producto de un estilo de vida, que se asocia con un aumento en la morbilidad y mortalidad como consecuencia de enfermedades crónicas tales como enfermedades cardiovasculares, cáncer, diabetes, problemas musculoesqueléticos y respiratorios. (p. 87)

De esta manera Brillant-Savarin, (1826) citados por García (2004) refiriéndose

Yo entiendo por obesidad ese estado de congestión grasosa en la cual sin que el individuo esté enfermo los miembros aumentan poco a poco de volumen y pierden su forma y armonía original. Hay un tipo de obesidad que se localiza en el vientre, yo nunca la he observado en las mujeres, como ellas tienen generalmente la fibra más suave, cuando la obesidad las ataca, ésta no respeta nada -ninguna parte del cuerpo. (p.87)

Por otra parte Garrow JS, citado por García (2004) menciona que “Para distinguir entre aquellos quienes son o no son obesos en el sentido de estar en riesgo en su salud, el método más simple es consultar las cartas de peso y talla normales”.(p.87) Por lo cual George A. Bray citado por García (2004) recalca que “La obesidad, como la mayoría de otros males crónicos del hombre, es un desorden multifactorial, i.e., hay un número de factores que influyen para que se desarrolle o no la obesidad o el aumento anormal de la grasa corporal”(p.89).

Por lo cual la Norma Oficial Mexicana NOM-174-SSA1-1998 citada por García (2004), menciona que.

La obesidad incluyendo el sobrepeso como estado premórbido, es una enfermedad crónica caracterizada por almacenamiento excesivo de tejido adiposo en el organismo, acompañada de alteraciones metabólicas que predisponen a la presentación de trastornos que deterioran el estado de salud, asociada en la mayoría de los casos a patología endocrina, cardiovascular y ortopédica, principalmente; y relacionada a factores biológicos, socioculturales y psicológico. (p.87)

Por lo cual unos de los factores claves en el desarrollo del sedentarismo es la falta de actividad física citando a la (UNAM) que explica que la inactividad física también se le conoce como vida sedentaria, que es un término que usamos para calificar una vida quieta o con poco

movimiento. ahora bien, La OMS (2019) menciona que es la actividad física “define la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos, con el consiguiente consumo de energía” (p.21) Por lo tanto Cristi- Montero ,(2015) indican que, según la OMS (2010) “aproximadamente 3.2 millones de personas mueren cada año en el mundo debido a la inactividad física, convirtiéndose en el cuarto factor de riesgo más importante asociado a la mortalidad”(p.185) De igual manera.

Gustavo T, Javier G, Milciades I, (2008) mencionan que:

la inactividad física se considera un factor etiológico importante en su desarrollo. El sobrepeso se ha asociado con la disminución en el tiempo dedicado a la actividad física, la disminución en la capacidad aeróbica y el aumento del tiempo dedicado a actividades sedentarias como ver TV, jugar video juegos y navegar por Internet, cambios ambientales y de comportamiento derivados de la vida moderna que se han descrito como tóxicos para un estilo de vida activa. (p. 265)

Conllevando a fuertes consecuencias como lo menciona Benítez Sillero (2010).

las enfermedades cardiovasculares constituyen la principal causa de muerte. Estimaciones recientes sugieren que la falta de ejercicio y la obesidad (ambas íntimamente ligadas) son dos claros factores de riesgo no sólo para la enfermedad cardiovascular sino para muchas otras enfermedades, atribuyéndosele responsabilidad directa en más de 400.000 muertes por año en Estados Unidos, siendo previsible que la situación sea similar en el resto de los países occidentales. (p.6)

Esto permite abarcar otros factores importantes como lo menciona Soler-Lanagrán, A.; Castañeda-Vázquez, C. (2017) “el primer problema de salud que ocasiona el sedentarismo y la inactividad física infantil es la obesidad, y de este problema se derivan otros muchos que podemos agrupar en problemas de salud cardiovascular y metabólica y problemas de salud mental” (p.195). de esta manera la inactividad física no solo afecta el desarrollo en niños y jóvenes también es primordial en el desenvolvimiento de las labores en los seres humanos como lo menciona Martínez-López, Juan F. Saldarriaga-Franco. (2008).

La inactividad física se asocia a un deterioro estructural y funcional del organismo que se traduce en la aparición de diversas enfermedades, las cuales eventualmente, serían capaces

de limitar las actividades productivas del ser humano en los distintos frentes de trabajo. (p.229)

De esta forma dejando claro que la falta de actividad física es uno de los factores para el desarrollo de ECNT según Felipe Lobero, Russell Pate, Diana Parra, (2006) afirmando que. “Durante los últimos 30 años abundante evidencia epidemiológica ha sido acumulada sobre la asociación directa entre la inactividad física y el desarrollo de ECNT la cual se entiende como enfermedades crónicas, no transmisibles”. (p.30)

Otro aspecto que se le debe dar importancia es el mal uso de la tecnología como lo explica La Organización Mundial de la Salud, OMS. (2021).

el uso excesivo de las tecnologías o Internet tiene la misma consecuencia que una droga. De esta forma ha determinado que la adicción a Internet y el uso excesivo de las nuevas tecnologías como smartphones o tablets entre otros, se califica ya como enfermedad. (p.10)

De esta forma, la Organización Mundial de la Salud, OMS explica, cuando hay un uso inadecuado de la tecnología o pérdida de control es cuando aparecen síntomas de abstinencia ante la imposibilidad de acceso. Cuando se produce acciones negativas en la vida cotidiana afectando la actividad física, el ocio o interviniendo en relaciones interpersonales con las consecuencias nocivas que tiene sobre la salud en los adolescentes desarrollando adicción a la tecnología ya que se busca nuevas sensaciones por esto la educación familiar es un papel muy importante en el uso adecuado de los medios tecnológicos.

Díaz Ruiz, Aladro Castañeda, (2016).

Resaltando que “El uso desmedido de las tecnologías está provocando en la población juvenil cambios drásticos en sus conductas, favoreciendo el sedentarismo y el desarrollo de enfermedades cardiovasculares a mediano y largo plazo” (p.48).

Según Matamoros (2019).

Actualmente se puede apreciar como los adolescentes pasan más tiempo en la televisión y en dispositivos electrónicos, haciendo que su actividad física se vea reducida y su salud empiece a complicarse; asimismo, se señalan los medios de comunicación, los cuales

también son un factor determinante, ya que no incentivan a la juventud a tener una vida activa y sana, lanzando publicidades y programaciones que hacen que los jóvenes presten más atención a la televisión, que a tener y conocer los beneficios de la actividad física. (pág. 1602-1624)

En base a esto, autores como Vera y Call (2015) expresan.

En la actualidad se vive mucho tiempo frente a un computador o la televisión haciendo que el sistema muscular y cardiovascular no posea una apropiada actividad para un funcionamiento adecuado, creando trastornos que afectan al sistema cardiovascular y metabólico del ser humano. (p.1602-1624)

de igual manera Cristina Viteri, (2010) aporta que.

Debido a estos cambios en el estatus de la salud y los cambios en las conductas disponibles para los jóvenes, creemos que es necesario que se adquiera una mayor comprensión sobre la actividad física y la inactividad en los jóvenes. En particular la creencia de que la televisión y otras nuevas tecnologías son las culpables de la cultura de papitas fritas en el sofá, frente al televisor, o al computador es demasiado simplista y potencialmente perjudicial a la salud. (p.16)

Partiendo desde el desarrollo psicomotor se referencia a una persona que es pionera del tema según Piaget explica que el desarrollo motor se explica a partir de considerar como la motricidad cambia su significación en el transcurso de la ontogénesis, pero sí reconoce en su teoría la incidencia que tiene el medio en los cambios que se originan en las conductas motrices.

Según Orozco, zanches y Ceballos (2012) “El desarrollo cognitivo se define en función de los cambios que se operan en el niño y le permiten construir progresivamente diferentes tipos de capacidades, estructuras y modalidades de funcionamiento para responder a las demandas del contexto” (p,1). De esta manera (Orozco, zanches y Ceballos 2012) explican; el desarrollo cognitivo, en donde se da mucha importancia a este proceso de desarrollo, en donde se requiere construir progresivamente los diferentes tipos de capacidades para que de esta manera se pueda responder a los obstáculos o dificultades que se presentan en el contexto.

Según, Herrera, Chinchay, Ocas, Castro, Águila Villar, (2020) explican: Por otra parte, el desarrollo psicomotor también se lo mira reflejado en la parte cognitiva de la persona, en donde estimulándolo de la manera correcta, se mirarán beneficios óptimos y como consecuencia de una mala estimulación se observarán perjuicios que afectarán a la persona en un presente un futuro. En un estudio realizado con respecto al desarrollo psicomotor de niños con hipertiroidismo arrojo resultados en donde tenían afectación de la motricidad gruesa como en el control motor, sentarse, caminar, saltar y otros movimientos. Debido a esa afectación en el desarrollo psicomotor, los niños no solamente tenían un retraso motor, si no también tenían un retraso en el desarrollo cognitivo debido a esto se puede resaltar que el desarrollo cognitivo es de gran importancia en los niños, ya que al hablar de desarrollo cognitivo se puede decir que es el cómo el niño razona y descubre la realidad del mundo y de los que se rodea, pero esto se puede lograr al desarrollar su parte motriz y con el movimiento y el juego el niño aprenda y así pueda desarrollar su componente cognitivo.

Según, Reyes Oyola, F. A., Palomino, C, & Meza-Salcedo, G. (2021) explican que en cuanto al desarrollo motor de la parte corporal de la persona, se refiere al desarrollo del componente muscular y eclético que la persona adquiere y evoluciona de acuerdo a la edad y al estímulo que se realice, es importante que se trabaje mucho este componente en edades tempranas para que el niño tenga un buen desarrollo psicomotor y de acuerdo a su edad vaya adquiriendo habilidades y destrezas que le permitan tener una vida plena. En un estudio realizado en Colombia en cuanto al perfil psicomotor de los escolares, en donde se encuentran con resultados bajos en cuanto a nivel de psicomotricidad en por ciento de la población escolar, dado esto se busca implementar programas escolares basados en el juego que busquen prevenir trastornos motores, como también fortaleciendo la motricidad, la capacidad cognitiva, social y lingüística en los niños. Estos programas se pretenden efectuar de la mano de la educación física en donde se brinde conocimientos y orientación a los escolares para contrarrestar esta problemática que afecta de manera completa a los escolares como es la parte motriz, axiológica y cognitiva y de esta manera buscar una solución que pretenda mejorar la vida de los niños y jóvenes y que ellos conozcan la importancia del desarrollo corporal y saberlo estimular y trabajar a tiempo.

Moretti et al, (2020) explica, siguiendo con el componente axiológico en cuanto al desarrollo psicomotor se lo asocia con el estudio realizado en el desarrollo psi motor de niños y

niñas en temprana edad, esto vinculándolo con la adaptación familiar que los niños tienen en su hogar, según el estudio esto afecta la parte personal y socioemocional, esto sucede cuando hay una disfuncionalidad familiar en los niños y nos les permite tener un buen desarrollo, ya que en edades tempranas es muy importante estimular la parte axiológica con buenos métodos y estrategias que permitan educar y orientar de buena manera su desarrollo tanto motor, cognitivo como axiológico para que estos tengan una buena calidad de vida.

Pasando a la otra raíz de la categorización se da definición a la obesidad, en donde se cita a la organización mundial de la salud y esta lo define como “la obesidad se define como el anormal o excesivo almacenamiento de grasa, secundario a diferentes causas, incluyendo desbalance energético, fármacos y patología genética”. (organización mundial de la salud, cap.5) De esta manera se logra conceptualizar el concepto de obesidad como el excesivo sobre peso fuera de los rangos límites de la persona de acuerdo a su edad, peso y otros factores que pueden estar involucrados con este problema que se presenta en la actualidad.

OMS, (2008) La obesidad es un factor que en la actualidad se presenta mucho debido al poco gasto energético, genética u otros factores que se vinculan a esta enfermedad que causa un elevado peso en la persona y debido a esto se derivan más enfermedades que afectan su manera de vivir y de interactuar en el entorno y con las personas que lo rodean.

OMS, (2008) Según datos de la OMS indican que desde el año 1980 la obesidad ha aumentado a más del doble en todo el mundo. En el año 2008, 1.500 millones de adultos tenían exceso de peso. Dentro de este grupo, más de 200 millones de hombres y cerca de 300 millones de mujeres eran obesos, de tal manera la OMS ha declarado a la obesidad y al sobrepeso con el carácter de epidemia mundial. Se estima que tanto el sobrepeso como la obesidad son responsables del 44% de la carga de diabetes, del 23% de la carga de cardiopatías isquémicas y entre el 7 y el 41% de la carga de algunos cánceres.

Ramos et al. (2022). Explican que el sobrepeso y la obesidad constituyen un importante factor de riesgo de defunción, con una mortalidad de alrededor de 3 millones de adultos al año. La clasificación actual de Obesidad propuesta por la OMS está basada en el Índice de Masa Corporal IMC, el cual corresponde a la relación entre el peso expresado en kilos y el cuadrado de la altura, expresada en metros. De esta manera, las personas cuyo cálculo de IMC sea igual o superior a 30kg/m<sup>2</sup> se consideran obesas. Un factor que se desprende de la obesidad es la nutrición

inadecuada, que se presenta en la población con obesidad y esta genera cambios corporales y cognitivos, en donde causan una mala calidad de vida, dicho esto según estudio realizado de acuerdo con la nutrición y brindar conocimientos acerca del correcto manejo de esta. En el estudio se destacan factores asociados a la calidad y variedad de los alimentos que ingerimos, de esta manera se desprende otro factor el cual es conductual, este se vincula con la actividad física y el sedentarismo estos factores vendrían determinados por factores sociológicos con especial relevancia en la industria alimentaria y en el papel de las políticas públicas.

Wirt y Collins (2009) afirman que.

la calidad de la dieta es un término utilizado para indicar la calidad nutricional general y la diversidad de la identidad, De esta manera se puede decir que hay una relación entre la calidad de dieta y la incidencia de sobrepeso u obesidad, para que de esta manera informar sobre estrategias y prevenir el aumento de peso, para mejorar la vida de las personas. (p.12)

En dicho modo se referencia a el artículo población y salud en Mesoamérica de revisión bibliográfica por Estrada et al. (2018), explica que, en la revisión de 8 artículos, en donde se llega a la siguiente conclusión, en donde existe la relación entre la calidad de dieta o nutrición y la obesidad. En ese orden de ideas se recomienda llevar una buena calidad de dieta para mantener un buen estado de salud, como en el mejorar la alimentación y orientar hacia unos buenos hábitos desde edades tempranas. En diferentes estudios que fueron analizados se tomó diferentes tipos de población en donde los resultados son variables, se toma como referencia a población juvenil en donde existe mayor relación entre la calidad de nutrición y la obesidad, de este modo se puede analizar que la alimentación y el sedentarismo influyen en el sobrepeso, como también inciden los malos hábitos que esta población adopta como son el alto consumo de alcohol que en el momento se presenta como un problema de salud pública debido a estos factores sociales, como consecuencia de esto se encuentran resultados repercusiones en el metabolismo de las personas. Por otra parte, se menciona la comida rápida, que a la vez se asocia a la obesidad y los estilos de vida que conllevan a tener una mala calidad de vida, desde el punto de vista económico donde este tipo de comidas es económicamente más accesible que la comida saludable, por lo que se requiere estrategias educativas que permitan brindan conocimientos sobre la forma de alimentación y la adopción de los buenos hábitos saludables.



Estrada et al. (2018) explica, definiendo las causas de la obesidad, se da hincapié a los factores endógenos, en donde estos se deben a causas internas que suceden en las personas. En un artículo en donde el objetivo es la recopilación de información científica más reciente sobre la patología, la cual es la obesidad, en este sentido el artículo da a conocer los factores endógenos que se presentan en esta enfermedad los cuales son en primer lugar por una enfermedad de origen endocrino, las cuales altera principalmente el eje hipotálamo-hipofisoadrenal, la cual hace referencia a la hormona del crecimiento, afectando y alterando la parte hormonal para dar seguida a la obesidad que se presenta por este tipo de factores.

Cano et al. (2017) explican por otra parte, se encuentra el componente genético que también está vinculado a la obesidad y que este afecta de manera interna el organismo, en donde están implicados un gen o varios, entre los cuales está el gen FTO y MC4R, estos genes se relación con un mayor índice de masa corporal. De otra manera se ha encontrado relación entre una variación de los genes y los hábitos del comportamiento alimentario, como es el consumo excesivo de alimentos, como consecuencia de esto se miran reflejados valores más elevados de índice de masa corporal.

Cano et al. (2017) explican que los factores exógenos, los cuales son factores externos que se presentan por varias causas como las cuales pueden ser ambientales, sociales, económicas entre otras. En la actualidad existe un panorama bastante preocupante el cual es el acelerado incremento del sobrepeso y obesidad en los menores de edad, esto ha crecido en los últimos 35 años, esto se ha observado con más frecuencia en los países de ingresos más bajos. Esto afectado de manera social a esta población teniendo problemas por intimidación, burla y aislamiento, provocando problemas a nivel social causados por la obesidad. Por otra parte, existe otra causa de ámbito político y cultural, el cual está vinculada a la parte de la fabricación de alimentos y productos ultra procesados, excluyendo los productos naturales o los que son mínimamente procesados, en ese orden de ideas se encuentra una relación entre el aumento de consumo de bebidas azucaradas y el aumento de diabetes, según un estudio América latina se ha convertido en uno de los mayores consumidores de la industria alimentaria en base a los productos ultra procesados, teniendo principalmente un alto consumo de bebidas gaseosas.

Serrano et al. (2017) explican, otra causa que interviene mucho es el despliegue de publicidad y propaganda, en donde se toma como ejemplo las bebidas muy azucaradas, en donde la publicidad y la propaganda causan un alto consumo de estos productos llevando a tener un problema social que causa un impacto en la población de América latina, esta dicha población establece un ambiente social en el que tomar bebidas está bien en cualquier momento, tomarlas frecuentemente y en grandes cantidades, llevando esto a convertirse en algo normal para la sociedad, afectando en gran parte a padecer obesidad y otras enfermedades más. El marketing está muy propagado hoy en día en la sociedad, en donde grandes compañías utilizan esta herramienta para tener mayores ventas sin importarles el daño nutricional que les causan a las personas.

Serrano et al (2017) explican que, la obesidad también se asocia al apego de los medios tecnológicos, en donde especialmente los niños pasan muchas horas en el celular o en el computador, de esta manera ellos se influyen a través de las propagandas y los anuncios sobre alimentos dañinos que frecuentemente se encuentra con este tipo de propagandas y anuncios. La mayoría de la población vive en la actualidad en ciudades donde los trabajos suelen ser sedentarios, los medios de transporte son motorizados, las formas de recreación han cambiado drásticamente, existen muy pocos espacios con zonas verdes y zonas de deporte. La actual recreación es enfrente de un celular o de una pantalla y la cultura física en la educación escolar se ha perdido totalmente, conllevando a tener una población con sobrepeso u obesidad, con la cual se mira influido por estas causas sociales, políticas y económicas.

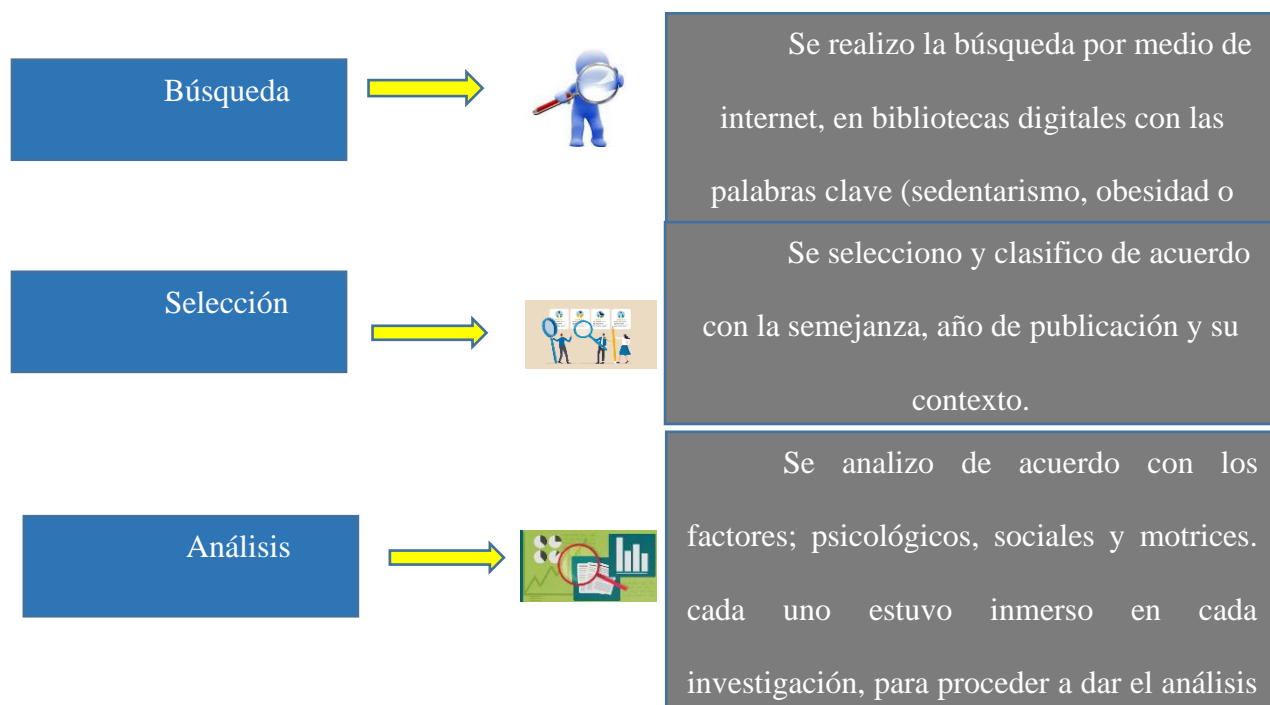
## 9. Análisis e interpretación de resultados

La monografía el cual lleva como título “Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor”, se desarrolló una comprensión en base a la recopilación de la información científica, que tiene como semejanza o está relacionado con el tema, en el cual se miran emergidos unos componentes, que se desprenden de lo que es el Sedentarismo, la Obesidad, y el desarrollo psicomotor, los cuales fueron estudiados y abordados en la recopilación de la información, se encuentran; la educación física, la calidad de vida, la medicina, los estilos de vida saludables, la actividad física, la tecnología y el sistema educativo, además de factores sociales, psicológicos, motrices y culturales, estos componentes fueron los pilares clave para realizar la búsqueda de las investigaciones y determinar su contexto y su problemática. Así pues, se hace hincapié al objetivo general, el cual es definir el estado del arte en documentos científicos sobre el tema ya mencionado.

Se desarrolló la recopilación de información, por medio de una herramienta muy importante en la monografía, es la ficha bibliográfica RAE, y la matriz de análisis documental a través de estas se aplicó la organización y la comprensión profunda de los documentos, lo cual es un objetivo principal de la monografía lograr llegar a una comprensión clara y precisa del tema que se está investigando, cumpliendo con todos los parámetros establecidos de manera hermenéutica e interpretativa. En cuanto a la implementación de la matriz de análisis documental se ejecutó una investigación y recopilación de documentos científicos, que sustenten y orienten el tema de investigación, por otra parte, la ficha RAE permitió categorizar la información desglosando los aspectos de mayor relevancia encaminado a entender la problemática y a llegar a un estado del arte netamente comprensivo.

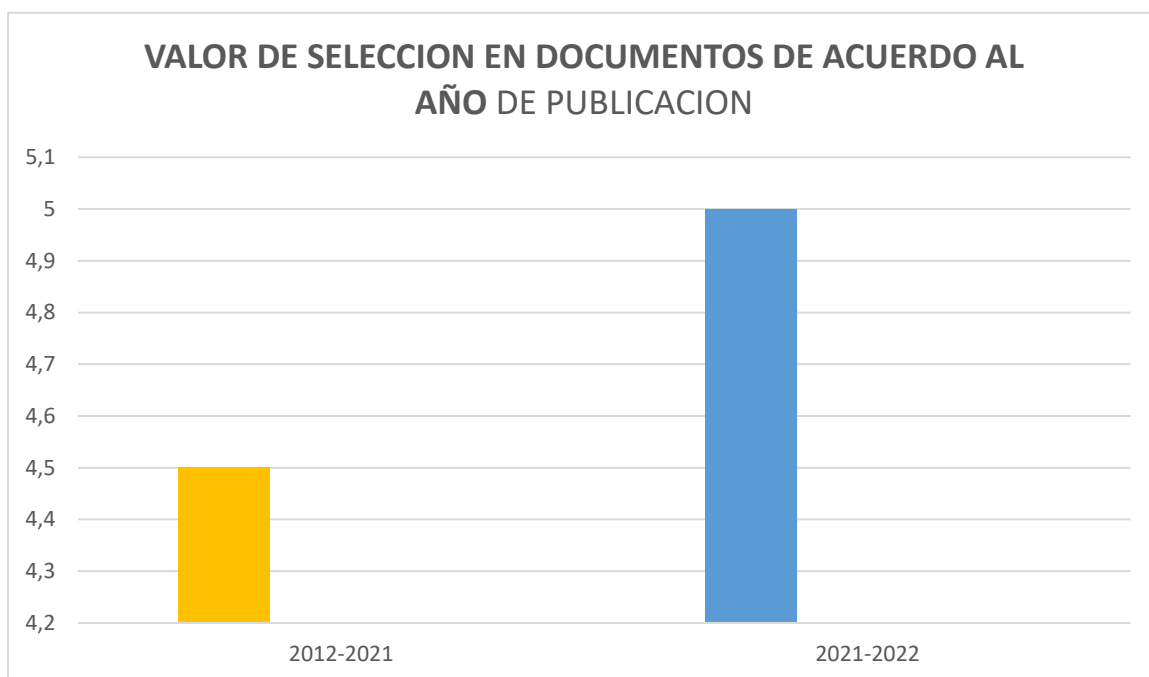
### **Caracterización de las investigaciones científicas realizadas sobre los efectos del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor**

De esta manera, se desarrolló una serie de pasos, en los cuales se ejecutó el procedimiento de sistematización, búsqueda y análisis de la información, por lo cual se pretendió conocer la semejanza que se tenía con las investigaciones, para posteriormente darle un sentido de pertinencia con la presente investigación monográfica, la cual está apoyada en más de 50 documentos que son los pilares fundamentales para la comprensión o estado del arte.



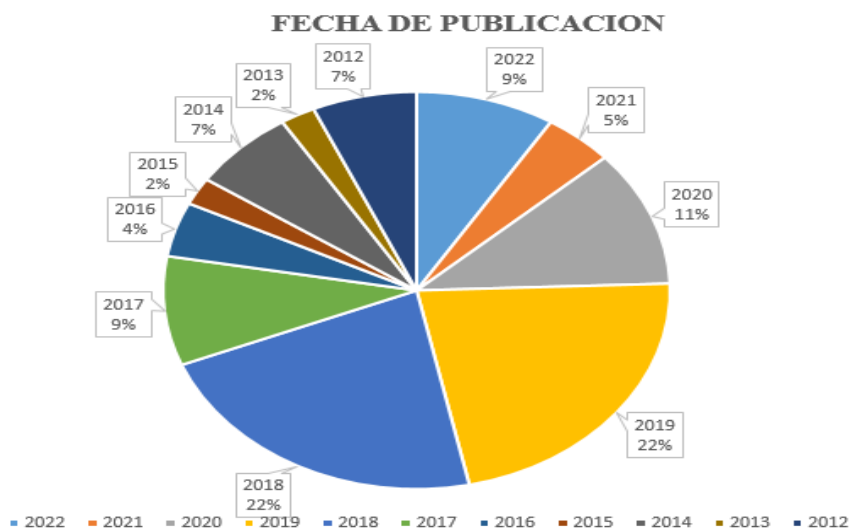
En cuanto a la selección de los documentos se realizó una filtración que consistió en eliminar los documentos que no se referían en su totalidad al tema correspondiente, la fecha de publicación era muy antigua o que no se asemejaban entre sí, fueron pasos muy importantes dado que, en esta presente investigación, se necesitó de una recolección de información muy pertinente, finalmente 15 documentos fueron removidos de la matriz de revisión documental por lo que contenían información, no relacionada con este proceso. Cabe resaltar, qué, gracias a la selección de estos documentos, se desarrolló una comprensión más profunda en el grupo de investigación, dado que el análisis compresivo, logró una investigación más pertinente con el tema de investigación presente, la ejecución de lecturas completas orientó a clasificar los mejores documentos que se asemejan y apoyan la presente investigación monográfica.

**Figura 1. Selección documentos según su año**



De acuerdo con la figura 1 se da a conocer, el valor que se le da a cada documento en base al año de publicación, dado que se seleccionó solamente aquellos que fueron publicados después del 2012, por lo que se tuvo que eliminar un pequeño porcentaje de los documentos que tenían como fecha de publicación antes del 2012, dado a que se necesitó documentos científicos más actuales para dar más pertinencia a la presente investigación monográfica.

**Figura 2. Porcentaje de documentos según su fecha de publicación.**



En relación, con el año de los trabajos de grado, pregrado son variables, en las cuales existen varias fechas, algunas coinciden entre sí, pero algunos documentos se alejan un poco de las fechas actuales, pero esto no quiere decir que sean menos importantes que las demás, cada documento tiene fechas, años y autores diferentes que destacan entre sí y arrojan información muy pertinente e importante, lo cual permite una clara comprensión en ellos. En la figura número 2 se indica el porcentaje correspondiente a cada una de las fechas en las que están publicados los documentos de investigación que se recolectaron.

***Tabla 4. Relación de total de artículos publicados según año y secuencia, fechas de publicación de documentos***

<b>Año</b>	<b>Secuencia</b>
2022	6
2021	4
2019	10
2018	10
2017	4
2016	4
2015	4
2014	3
2013	1
2012	3

De acuerdo con la tabla anterior se resalta que en el 2018 y 2019 son las fechas en las que más se encuentran presentes los documentos de investigación recolectados, como también desde 2012 hasta la actualidad de este año 2022, las cuales son recientes y pertinentes y fueron incluidas a la matriz de revisión documental, la decisión en escoger a las investigaciones más recientes, es porque en los últimos años, se ha notado un crecimiento en base a estos factores del sedentarismo, la obesidad, y el desarrollo psicomotor, obteniendo en si mejores resultados que perfeccionan la

información recolectada, por lo que se requiere como objetivo fundamental, es obtener la mejor comprensión posible.

**Tabla 5. Relación de artículos publicados según títulos, contextos nacionales e internacionales**

<b>TITULO</b>	<b>CONTEXTO</b>	<b>PAIS</b>
La obesidad infantil y juvenil	Internacional	ESPAÑA
Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo	Internacional	Uruguay
Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña	Internacional	El salvador
Desarrollo Psicomotriz en niños en el contexto del confinamiento por la pandemia del COVID 19	Internacional	Ecuador
Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se está volviendo grande	Internacional	Venezuela
Revisión sistemática sobre los estudios de intervención de actividad física para el tratamiento de la obesidad	Internacional	España
Obesidad: ¿Factor de riesgo o enfermedad?	Internacional	Chile
Desarrollo psicomotor, estado nutricional y nivel socioeconómico en infantes	Internacional	España
Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normo peso vs sobrepeso	Internacional	España
Sedentarismo en niños costarricenses: si hay solución	Internacional	Costa rica
Relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares	Internacional	España

Educar para el desarrollo del talento psicomotor	Internacional	Argentina
El desarrollo psicomotor y sus alteraciones: entre lo normal y lo patológico	Internacional	Brasil
Relación entre el nivel de desarrollo motor y de actividad física con el estado nutricional en niños y niñas de educación primaria.	Internacional	España
El sedentarismo en edad escolar: un análisis de los programas, proyectos y diseños curriculares de educación física en las escuelas públicas de la ciudad autónoma de buenos aires.	Internacional	Argentina
El sedentarismo y su influencia en el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del cantón durán, año 2014.	Internacional	Ecuador
Internacional El desarrollo psicomotor (coordinación, lenguaje y motricidad) en niños de 5 años, de la ciudad de Paraná	Internacional	Argentina
Revisión sistemática sobre hábitos de actividad física en estudiantes universitarios	Internacional	España
Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa	Internacional	Cuba
Actividad física, condición física y autoconcepto en escolares de 8 a 12 años	Internacional	España
Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México.	Internacional	España
Cambios en hábitos saludables relacionados con actividad física y	Internacional	España



sedentarismo durante un confinamiento nacional por covid-19		
Sedentarismo, actividad física y salud: una revisión narrativa	Internacional	Costa rica
Actividad Física para prevenir consecuencias del sedentarismo durante la pandemia Covid 19 en los estudiantes de la U.E “Diez de Agosto” Cantón Vinces 2021	Internacional	Perú
Riesgo cardio metabólico del sedentarismo	Internacional	Venezuela
Plan de mejora ante los resultados del análisis de los hábitos deportivos y el sedentarismo en estudiantes de 12- 13 años de los centros escolares lauro ikastola, colegio miribilla y txorierrri ikastetxea	Internacional	España
Actividad física, sedentarismo frente a pantallas y su relación en adolescentes	Internacional	España
El sedentarismo y su efecto en el rendimiento laboral en el área administrativa de la Compañía Nacional de Transporte cneyton Vásquez s.a., en el período 2015 – 2016, propuesta de un plan de acción de pausas activas	Internacional	Ecuador
Relación del estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños de primera infancia	Internacional	Ecuador
Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física	Internacional	España
Prevalencia del sedentarismo y actividad física en adolescentes jóvenes de la región de Lambayeque	Internacional	Perú
El desarrollo psicomotor (coordinación, lenguaje y motricidad)	Internacional	Argentina

en niños de 5 años, de la ciudad de Paraná		
La actividad física como prevención de la obesidad en niños entre 6 y 12 años en los centros educativos de la parroquia sucre de la ciudad de cuenca	Internacional	Ecuador
Efecto en el rendimiento laboral en el área administrativa de la compañía nacional de transportec neyton Vásquez s.a en el periodo 2015- 2016 propuesta de un plan de acción de pausas activas	Internacional	Ecuador
Prevención del sedentarismo a través de actividades lúdico deportivas	Nacional	Cartagena
Análisis del desarrollo psicomotor en escolares de dos Instituciones Educativas de la ciudad de Santiago de Cali.	Nacional	Cali
Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en adolescentes de 11 – 15 años en una i.e.d de Bogotá	Nacional	Bogotá
Prácticas de enseñanza de los docentes de las asignaturas de actividad física y deporte de la Pontificia Universidad Javeriana y su asociación con la actividad física de los estudiantes durante las clases	Nacional	Bogotá
Diseño como método para incentivar hábitos de actividad física en niños, disminuyendo el riesgo del sobrepeso y la obesidad.	Nacional	Bogotá
Actividad física en la primera infancia	Nacional	Cali
Obesidad abdominal, exceso de peso y sedentarismo asociados con el ausentismo laboral por incapacidad	Nacional	Cali

médica en trabajadores de la empresa x en la ciudad de Cali		
Características del desarrollo motor en la población escolar de niños con obesidad y sobrepeso. una revisión sistemática. barranquilla 2020.	Nacional	Barranquilla
El sedentarismo en el desarrollo corporal infantil	Nacional	Bogotá
Guía de práctica clínica (GPC) para la prevención, diagnóstico y tratamiento del sobrepeso y la obesidad en adultos	Nacional	Bogotá
Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia	Nacional	Bogotá
Niveles de sedentarismo de una institución educativa de Popayán Colombia	Nacional	Popayán
Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica	Nacional	Medellín

Con base en la tabla 5 se obtuvo un total de 49 documentos, seleccionando los más importantes que fueron caracterizados, para tener una comprensión profunda, se realizó una lectura completa en cada uno de estos documentos, con el fin de justificar la importancia de interacción con el tema, por tanto, se resalta que 35 de ellos son de un contexto internacional y 14 nacionales, mediante los resultados analizados, es pertinente mencionar que en regiones como Europa y América Latina tiene mayor incidencia sobre la problemática que se aborda.

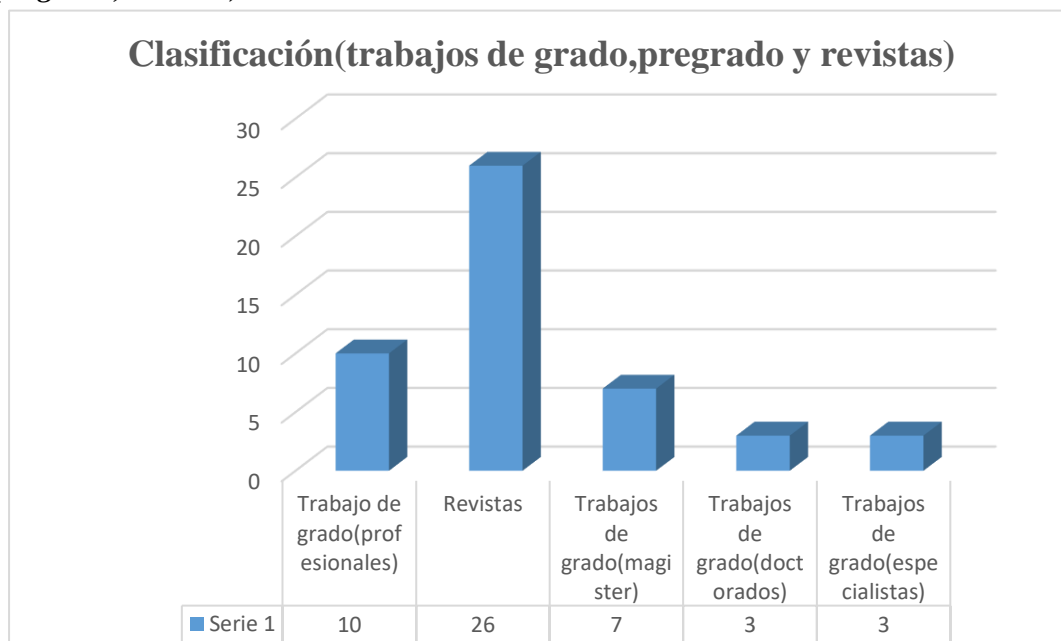
De dicho modo las investigaciones documentales de contexto internacional, se han encargado de llevar procesos de estudio con base en lo que está pasando en la actualidad o en los últimos tiempos se puede decir, dado que el sedentarismo y la obesidad se han visto muy presentes, por los muchos factores que existen y se asocian a tener un vínculo por el cual se han visto

afectadas muchas poblaciones y no se puede dejar a un lado con los resultados alarmantes a nivel nacional y local, los cuales con sus resultados de sus escritos acerca de la investigaciones científicas que algunos hacen, dejan en claro que en Colombia también existe esta problemática, que en los últimos tiempos ha aumentado y como también ha obstaculizado los procesos de aprendizaje en el medio educativo.

Con respecto a la caracterización de los textos documentales en relación al objetivo o con qué fin eran presentados, en los que están incluidos son trabajos de grados ya sea para obtener una especialización, título profesional o como también una tesis doctoral, en los que se encontraron un numero de 10 documentos, que fueron trabajos de grado para obtener el título profesional, 7 documentos, los cuales fueron presentados para obtener su título de pregrado en magíster, 3 para obtener un pregrado en doctorado, y 3 para obtener un título en especialista. Los trabajos de grado y pregrado fueron fundamentales, ya que en ellos se encontró textos más claros y concisos que fueron de gran apoyo documental, a la hora de realizar el proceso de la presente investigación monográfica, por otro lado se encontraron 26 documentos con referencia a las revistas, que también fueron de gran apoyo y base, por lo cual dan a conocer su punto de vista referente a las pequeñas investigaciones, que realizan en base al sedentarismo, a la obesidad y al desarrollo psicomotor, además de que las revistas son más actuales por lo cual dan una gran información acerca de la actualidad que se está presentado. En resumen, existen variabilidad en la recolección de información, por lo que hay trabajos de grado, pregrado, revistas y artículos, estas entre si se complementan y arrojan resultados que fueron los necesarios para elaborar el estudio o investigación presente.

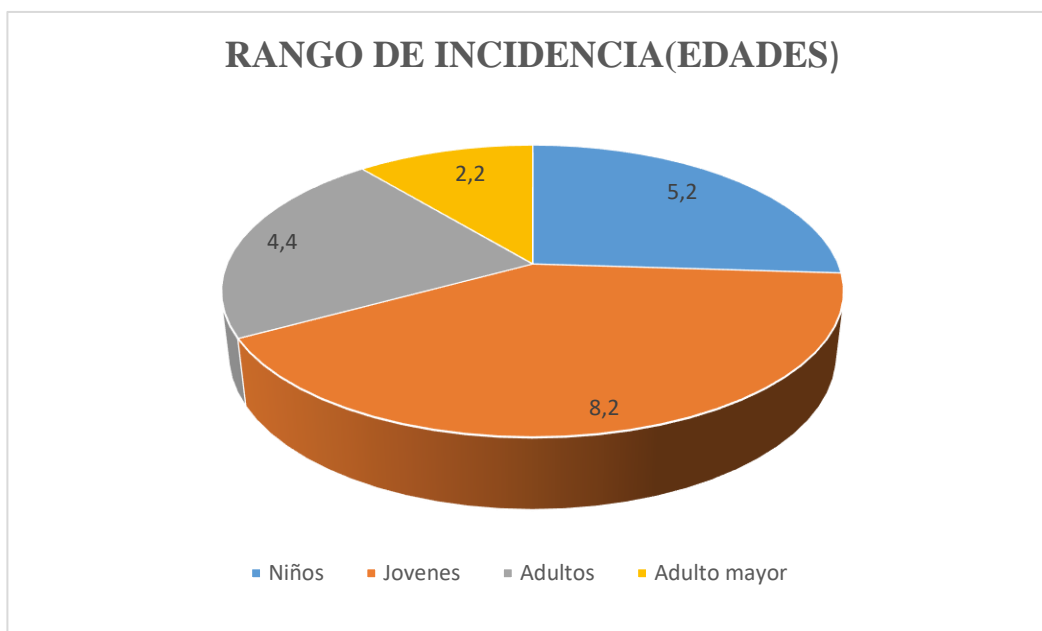
En la siguiente figura, se resalta los resultados precisos:

**Figura 3. Relación de artículos publicados según clasificación, trabajos de grado, pregrado, revistas)**



Acercas de la caracterización con base en a las poblaciones, es de variabilidad contextual, dado que se presenta tanto en la población estudiantil como puede ser en una población adulta que tiene una formación laboral en los contextos. El sedentarismo es un factor que esta presenta en casi todas las edades, en cuanto a la obesidad se encuentran resultados presentes desde edades tempranas, hasta edades adultas por lo que a futuro estos pueden conllevar a efectos negativos de la salud, y con base en al desarrollo psicomotor, se sabe que este empieza desde la concepción hasta finalizar los estados de desarrollo, por lo que se puede presentar en edades tempranas hasta edades juveniles, por lo que esto arraiga efectos positivos y negativos, ya que al tener un buen desarrollo psicomotor, el individuo tendrá en síntesis una buena calidad de vida por lo contrario será el efecto adverso para las poblaciones con un mal desarrollo psicomotor.

**Figura 4. Relación rango incidencia según las edades)**



A través de la figura 4, se puede diagnosticar que la mayoría de investigaciones, están dirigidas a contextos con poblaciones juveniles con un 80 %, seguido de niños 50%, adultos 40% y adulto mayor 20%, se puede resaltar que las poblaciones juveniles e infantiles tienen una mayor frecuencia en base a la presente investigación y problemática.

En cuanto a las universidades responsables , existen varias que están presentes, pero se destacan algunas de las más conocidas, iniciando principalmente por las nacionales y destacando su gran labor en los estudios realizados, como lo son; la Universidad Cooperativa de Colombia la cual a través de su investigación, hacen un gran aporte a una revista importante, por lo cual es de gran vitalidad y respeto su información, por otro lado se encuentra la Universidad Javeriana, aportando gran información en la actualidad con investigaciones profundas, que fue de gran apoyo y base para la recolección de información documental, también se encuentra la universidad Manuela Beltrán al relacionarse con el presente tema y publicar su lectura científica en la revista umbral científico, y entre estas otras como la Universidad libre de barranquilla, la universidad del Valle y la Universidad del Rosario.

En cuanto a datos exactos, se realizó la siguiente tabla la cual indica el total de universidades y revistas que están presentes en la investigación.

**Tabla 6. Relación de artículos publicados según títulos, autores, universidades, revistas**

<b>TITULO</b>	<b>AUTORES</b>	<b>REVISTA</b>
La obesidad infantil y juvenil	Dr. José Antonio serrano	Revista Quaderns de polítiques familiars- 2018
Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo	Karina machado, patricia gila, Inocencio ramos, catalina Pérez,	Archivos de pediatría del Uruguay- 2018
Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña	Boris Evert Iraheta, Carlos Álvarez bogantes	MHSalud, 2020
Desarrollo psicomotriz en niños en el contexto del confinamiento por la pandemia del Covid 19	Luis Gabriel Sánchez-reyes, Ana Cecilia ramón-santana, victoria Elizabeth Mayorga-santana	Dominio de la ciencias-2020
Obesidad infantil: un problema de pequeños que se está volviendo grande	Salazar, juan; rojas, Joselyn; Añez, Roberto; Angarita, lissé; chaparro, yudy; Martínez, Magda; Anderson, Hazel; Reyna, Nadia; herazo Beltrán, Yaneth; Bermúdez, valmore	Revista latinoamericana de hipertensión- 2019
Revisión sistemática sobre los estudios de intervención de actividad física para el tratamiento de la obesidad	Jorge cuadri Fernández, immaculada tornero quiñones, Ángela sierra robles, Jesús Manuel Sáez padilla	Revista issn - 2018
Obesidad: ¿factor de riesgo o enfermedad?	Constanza aguilera, tomas Labbé, Javiera Busquets, pia Venegas, carolina Neira, Alex Valenzuela	Ciencia & saúde colectiva, vol. 18
Relación del estado nutricional con el desarrollo cognitivo y psicomotor de los niños en la primera infancia	Laura calceto-Garavito Sonia garzón, Jasmín Bonilla, Dorian cala-Martínez	Revista ecuatoriana de neurología- 2019
Desarrollo psicomotor, estado nutricional y nivel socioeconómico en infantes	Grace Andrea huaca Guevara, Adriana miniet castillo, Alejandra Maribel Gómez gordillo, jeliz reyes Zamora, Valera Almeida	Libro- reinventando la investigación en salud y educación para una sociedad transcultural: propuestas de acción
Comparación del desarrollo psicomotor en prescolares chilenos con normo peso vs sobrepeso	Méndez Ruíz, Mariela; estay Carvajal, Jessica; calzadilla Núñez, Aracelis; durán agüero, samuel; Díaz Narváez, víctor patricio	Nutrición hospitalaria, vol. 32, núm. 1, 2015, pp. 151-155
Guía de práctica clínica (gpc) para la prevención, diagnóstico y	Iván Darío escobar duque Guillermo Sánchez Vanegas	Licencia creative commons atribución 4.0 internacional.

tratamiento del sobrepeso y la obesidad en adultos	Fanny Aldana-parra	
Sedentarismo en niños costarricenses: si hay solución	Álvarez bogantes, Carlos	MHSalud, vol. 3, núm. 2, diciembre, 2006
Sedentarismo y salud: efectos beneficiosos de la actividad física	Márquez rosa, sara; rodríguez ordax, Javier; de abajo ole, serafín	Apuntes educación física y deportes, núm. 83,
Relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares	Cano cappelacci, Marcelo; oyarzún Alfaro, Tania; Leyton artigas, Fernanda; Sepúlveda muñoz, Cristóbal	Nutrición hospitalaria, vol. 30, núm. 6, 2014
Educación para el desarrollo del talento psicomotor	Márquez cabellos, norma Guadalupe; Manzo lozano, Emilio gerzain	Educación física y ciencia
El desarrollo psicomotor y sus alteraciones: entre lo normal y lo patológico	Vericat, agustina; orden, Alicia Bibiana	Ciencia & saúde colectiva, vol. 18
Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia	Luz marina chalapud-narvárez-Nancy Janeth molano-tobarmagdi yanette Ordoñez Fernández	Artículo de investigación científica y tecnológica
Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica	Sergio Humberto Barbosa granados1 Ángela maría Urrea cuélla	Revista katharsis, n 25
Revisión sistemática sobre hábitos de actividad física en estudiantes universitarios	Rubén moreno-arrebola; Andrés bernardo fernández-revelles; marta linares-Manrique; Tamara espejo-Garcés	Portis, revista tecnico-cintifica del deporte escolar, educación física y psicomotricidad
Revisión sistemática sobre hábitos de actividad física en estudiantes universitarios	Rubén moreno-arrebola; Andrés bernardo fernández-revelles; marta linares-Manrique; Tamara espejo-Garcés	Portis, revista tecnico-cintifica del deporte escolar, educación física y psicomotricidad
Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. una revisión narrativa	Roberto martín Aranda	Publicación bimestral de la universidad de ciencias médicas de la habana
Actividad física, condición física y autoconcepto en escolares de 8 a 12 años	Andrés rosa Guillamón, Eliseo García canto, pedro José carrillo López	© copyright: Federación española de asociaciones de docentes de educación física (feadef)
Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en	Betancourt-ocampo, , Jaime-Reyes, a. , tellez-vasquez, m. , rubio-sosa, h.	© copyright 2018: Servicio de publicaciones de la universidad de Murcia



niños: panorama actual en México.	, González, a.	
Cambios en hábitos saludables relacionados con actividad física y sedentarismo durante un confinamiento nacional por covid-19	Eva santos-miranda, Javier rico-Díaz, Aida carballo-fazanes, Cristian abelairas-gómez servicio gallego de saúde	© copyright: Federación española de asociaciones de docentes de educación física (feadef)
Prevalencia del sedentarismo e inactividad física en adolescentes jóvenes de la región Lambayeque	Dr. Alfredo puican Carreño, y mg. cs. juan Carlos granados Barreto	Revista académica internacional de educación física
Riesgo cardio metabólico del sedentarismo	J. Ildefonso Arocha r	Sociedad venezolana de cardiología
<b>TITULO</b>	<b>AUTORES</b>	<b>UNIVERSIDAD</b>
El sedentarismo en el desarrollo corporal infantil	Beatriz Andrea toro taborda Derly Maritza ángel moreno	Corporación universitaria minuto de dios
Características del desarrollo motor en la población escolar de niños con obesidad y sobrepeso. una revisión sistemática. barranquilla 2020	Maritza cantillo vizcaíno mara rada eljaike marcial Rodríguez porto diego Montenegro García marcela Ruiz soto	Universidad libre seccional barranquilla
Relación entre el nivel de desarrollo motor y de actividad física con el estado nutricional en niños y niñas de educación primaria	almudena prado lobato	Universidad internacional de Andalucía, 2022
Obesidad abdominal, exceso de peso y sedentarismo asociados con el ausentismo laboral por incapacidad médica en trabajadores de la empresa x en la ciudad de Cali	Ricardo Antonio agredo Zúñiga	Universidad del valle escuela de salud pública maestría en salud ocupacional Santiago de Cali
Actividad física en la primera infancia	Angela maría hoyos quintero	Universidad del valle escuela de salud pública
Diseño como método para incentivar hábitos de actividad física en niños, disminuyendo el riesgo del sobrepeso y la obesidad	Karen Johanna Hernández Zamora	Pontificia universidad javeriana facultad de arquitectura y diseño carrera de diseño industrial
Prácticas de enseñanza de los docentes de las asignaturas de actividad física y deporte de la pontificia universidad javeriana y su asociación con la actividad física de los estudiantes durante las clases	Jenny Marcela Galindo Gómez	Pontificia universidad javeriana- 2020 Bogotá d.c
Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en	Helder Darío Tinjacá Martínez	Universidad del rosario-Bogotá 2019

adolescentes de 11 – 15 años en una i.e.d de Bogotá		
El sedentarismo en edad escolar: un análisis de los programas, proyectos y diseños curriculares de educación física en las escuelas públicas de la ciudad autónoma de buenos aires	Marcelo Emanuel amarayo	Universidad nacional de la plata-2017
El sedentarismo y su influencia en el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del cantón durán, año 2014.	Erwin Enrique carrillo Matamoros	Universidad de guayaquil 2015-ecuador
Análisis del desarrollo psicomotor en escolares de dos instituciones educativas de la ciudad de Santiago de Cali	Cristian Adolfo Ortiz Yela Dorancé Garzón Salazar	Universidad del valle instituto de educación y pedagogía licenciatura en educación física y deportes
El desarrollo psicomotor (coordinación, lenguaje y motricidad) en niños de 5 años, de la ciudad de Paraná	Roberto María Daiana	Universidad católica argentina facultad de humanidades “teresa de Ávila”
Actividad física para prevenir consecuencias del sedentarismo durante la pandemia Covid 19 en los estudiantes de la u.e “diez de agosto” cantón Vinces 2021	Valle Pereira, Edgar Manuel	Universidad cesar vallejo Piura- Perú
Plan de mejora ante los resultados del análisis de los hábitos deportivos y el sedentarismo en estudiantes de 12- 13 años de los centros escolares lauro ikastola, colegio miribilla y txorierri ikastetxea	Ibarra Basurto, Eneko	Facultad de ciencias de la actividad física y del deporte
La actividad física como prevención de la obesidad en niños entre 6 y 12 años en los centros educativos de la parroquia sucre de la ciudad de cuenca-2012	Ana Cristina Delgado Espinoza	Universidad politécnica salesiana sede cuenca
Actividad física, sedentarismo frente a pantallas y su relación en adolescentes	Sara Martín Trujillo	Universidad de las palmas de gran canaria
Efecto en el rendimiento laboral en el área administrativa de la compañía nacional de transportec neyton Vásquez s.a., en el período 2015 – 2016, propuesta de un plan de acción de pausas activas	Pamela Estefanía López Rodríguez	Universidad andina simón bolívar sede ecuador

Prevención del sedentarismo a través de actividades lúdico deportivas	William Gómez Lemus	Fundación universitaria los libertadores
---	---------------------	--

En cuanto a las universidades internacionales hay muchas que destacar por su calidad de investigaciones y lecturas documentales que fueron de gran ayuda y apoyo para el desarrollo de la recolección de información, a continuación, se mencionara algunas de las más importantes como las cuales fueron; la universidad de las palmas canarias, situada en España, la cual hace un gran aporte con una tesis doctoral y sin dejar a un lado el gran aporte a la presente investigación.

Por otro lado está la universidad de Costa Rica, al realizar una publicación actual del año 2021 en una revista de gran importancia, y así igualmente se encuentra la universidad de ciencias médicas de la habana cuba, realizando una publicación en el año 2018 destacando por su gran aporte en una fecha actual, la cual proporciona un gran apoyo y como también, se encuentra la universidad católica de argentina, en facultad de humanidades, la cual con su documento, en base al trabajo final en licenciatura en psicopedagogía, aporta una gran importante información relacionado su investigación con el tema de la presente monografía. Y así como estas universidades hay otra presente, las cuales todas aportaron al desarrollo y crecimiento documental de la investigación monográfica presente, de dicho modo es necesario resaltar que estas características individuales de cada una de las universidades, son fundamentales para la caracterización y desarrollo del presente objetivo.

En referencia a las revistas se destacan algunas, las cuales aportaron de mucho información a la revisión documental entre las cuales están; Revista Quaderns de polítiques familiars realizada en el año 2018, en la universidad de Barcelona España, esta revista internacional es de mucha importancia, dado que da su punto de vista desde la comprensión de cómo es esa problemática y como se da, dado que es un país desarrollado en donde en cierto modo la investigación es más avanzada que en otras como puede ser en Perú y en Chile, las cuales por su contexto ofrecen otro tipo de información diferente, en las cuales encontramos la revista médica de Chile o como la revista MH salud de Costa Rica, también se encuentra la revista ciencia unemi de la vecina república del Ecuador, estas revistas, las cuales son realizadas en contextos diferentes ofrecen una buena

calidad de información, dado que también hay un crecimiento en la investigación y se resaltan grandes aprendizajes de autores que reflejan bastante conocimiento.

Para concluir se determina que una calidad de búsqueda, organización y clasificación, orientan hacia una óptima investigación, en base a la comprensión del tema y sus derivados factores. Las características principales definen la variabilidad de la investigación, de acuerdo a la población, tiempo, contextos y demás, en los cuales permiten dar a comprender el desarrollo del paso a paso por el cual se ha ejecutado la presente investigación monográfica, también es importante resaltar que la tecnología como herramienta, ha permitido llevar cabo la recolección de información, además de orientar en la selección adecuada de los documentos más principales, los cuales fueron seleccionados y analizados de la manera más pertinente posible.

Por otro lado, el proceso de investigación en base a la recolección de información permitió establecer los pilares fundamentales en los que se profundizan las investigaciones, como también conocer las caras de los diferentes contextos, y sus diferentes pensares, enfatizados en sus lecturas científicas, que a su vez orientaron y guiaron el proceso de investigación de la presente monografía. También es importante resaltar que el proceso de investigación tuvo su proceso de evolución, por el cual fue mejorando cada vez, gracias al trabajo en equipo y a las diferentes orientaciones por las cuales se logró tener un desarrollo mucho más completo y pertinente, de esto se logró un aprendizaje significativo por el cual a través de los errores, se pudo llegar a una comprensión más profunda, dado que una investigación en base a una recolección de información, requiere de un buen trabajo investigativo y colaborativo.

### **Factores de incidencia para la determinación del sedentarismo la obesidad y el desarrollo psicomotor según publicaciones del año 2012 al 2022**

Identificar los aspectos de mayor relevancia del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor, se identificó los aspectos de mayor relevancia del sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor, fue determinante agrupar las diferentes tipos de investigaciones las cuales fueron realizadas por diferentes autores, por lo tanto se pudo encontrar similitudes y formas con las que pueden compartir los pensamiento de un problema

con semejanza a las demás investigaciones, por lo tanto estuvieron enfocadas en aspectos sociales, psicológicos y motrices de tal forma que se encontraron diferentes características en los documentos, por consiguiente fueron indispensables para agrupar las investigaciones que se relacionan en uno o varios aspectos en particular.

Teniendo en cuenta lo mencionado dentro de la presente investigación se ha hecho una revisión documental de los últimos 10 años, abordando del año 2012 al 2022 dentro de estos años se ha exaltado autores que han llevado a cabo investigaciones sobre el tema tanto en lo concerniente a la obesidad el sedentarismo y al desarrollo psicomotor desde diferentes perspectivas y enfoques lo cual en la información recopilada dentro de los documentos cuenta con un valor agregado a la investigación, este aspecto se refleja en los documentos dado que en este margen de fechas se encontraron investigaciones mucho más específicas y completas de las que se observa en anteriores años, lo que se puede asimilar en esta monografía es que los autores de cada investigación son variados, ninguno de los autores que realizó una investigación la cual está establecida entre el 2012 y el 2022 ha realizado dos investigaciones sobre el mismo tema; por ello nos permite asimilar enfoques diferentes y así caracterizar la información de los documentos y agruparlos de una manera más completa y eficiente para esta monografía.

Por consiguiente, se agrupó las investigaciones en diferentes cuadros en consecuencia, se observa el autor, el año, el título de la investigación y los aspectos más relevantes, por lo cual los documentos tienen semejanza, así mismo comparten criterios y pensamientos de modo que se pueda brindar información adecuada en lo que hace referencia al sedentarismo, obesidad y el desarrollo psicomotor.

***Tabla 7. Aspectos sociales***

Autor y año	Documentos similares	Aspectos sociales
1. Erwin Enrique Carrillo Matamoros-2015 2. Karina Machado, Patricia Gil, Inocencio Ramos,	1. el sedentarismo y su influencia en el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del cantón durán. 2. Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo 3. Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se	➤ Interacción con la población y el entorno  ➤ Aislamiento

<p>Catalina Pérez, 2018</p> <p>3. Chacín, Maricarmen; Carrillo, Sandra; Rodríguez, Johel E; Salazar, Juan; Rojas, Joselyn; Añez, 2019</p> <p>4. Cano Cappelacci, Marcelo; Oyarzún Alfaro, Tania; Leyton Artigas, Fernanda; Sepúlveda Muñoz, Cristóbal-2018</p> <p>5. Laura Calceto-Garavito Sonia Garzón, Jasmín Bonilla, Dorian Cala-Martínez 2019</p> <p>6. Roberto Martín Aranda 2018</p> <p>7. Ibarra Basurto, Eneko 2014</p> <p>8. Ana Cristina Delgado Espinoza 2012</p> <p>9. Pamela Estefanía López Rodríguez 2016</p> <p>10. Luz Marina Chalbaud-Narváez-Nancy Janeth Molano-Tobar-Magdi Anette Ordoñez-Fernández 2019</p> <p>11. J. Ildelfonso Arocha R 2020</p> <p>12. Maricela Carolina Masabanda-Punina 2022</p> <p>13. Angelica De Lourdes Pérez Tafur 2019</p>	<p>está volviendo grande</p> <p>4. relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares</p> <p>5. Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia</p> <p>6. Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa</p> <p>7. plan de mejora ante los resultados del análisis de los hábitos deportivos y el sedentarismo en estudiantes de 12-13 años de los centros escolares lauro ikastola, colegio miribilla y txorierrri ikastetxea</p> <p>8. la actividad física como prevención de la obesidad en niños entre 6 y 12 años en los centros educativos de la parroquia sucre de la ciudad de cuenca</p> <p>9. El sedentarismo y su efecto en el rendimiento laboral en el área administrativa de la Compañía Nacional de Transporte CNEYTON VÁSQUEZ S.A., en el período 2015 – 2016, propuesta de un plan de acción de pausas activas</p> <p>10. Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia</p> <p>11. Riesgo cardio metabólico del sedentarismo</p> <p>12. Obesidad infantil: riesgo inminente de complicaciones a largo plazo, una revisión bibliográfica</p> <p>13. revisión crítica: la obesidad infantil y su asociación con las nuevas tecnologías</p>	<p>social</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Economía del núcleo familiar</li> <li>➤ El involucramiento del estado</li> <li>➤ contexto social y cultural</li> <li>➤ fortalecer relaciones interpersonales</li> <li>➤ exclusión del estado y la sociedad</li> <li>➤ productividad</li> <li>➤ escenarios deportivos</li> <li>➤ hábitos de vida saludables</li> <li>➤ uso de inadecuado de la tecnología</li> <li>➤ construcción de la identidad</li> </ul>
---	---	--

En el siguiente cuadro se puede observar tres casillas las cuáles cuentan con aspectos importantes, en primer lugar se ubica los autores de manera que se puede examinar las investigaciones realizadas las cuales fueron desarrolladas por diferentes autores , en algunos casos intervinieron de seis a siete autores, esto en particular es positivo puesto que insinúa que los escritores que se encuentran relacionados con el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor, son abundantes y por consiguiente enfocan la problemática en distintos puntos de vista con referencia al sedentarismo obesidad en el desarrollo psicomotor.

De esta forma se revisó cada documento buscando semejanzas que puedan compartir, también de este modo desglosar características propias de cada documento y compararlas con los demás escritos, en este caso 13 investigaciones coinciden con una característica la cuál es el aspecto social, así mismo se puede observar en el cuadro este aspecto se desglosa en diferentes factores cómo la interacción con la población y el entorno, el aislamiento social, la economía del núcleo familiar, el involucramiento del estado, el contexto social y cultural, también al fortalecer las relaciones interpersonales, la exclusión del estado y la sociedad, la productividad, los escenarios deportivos, los hábitos de vida saludable, el uso inadecuado de la tecnología y la construcción de la identidad personal.

Estas 12 características la cual son semejantes a las 13 investigaciones brindan principios para determinar que los documentos citados en el cuadro cuentan con aspectos de mader que enfatizan en el sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor, en este caso orientando su concepto sobre el aspecto social siendo el año 2018 con más investigaciones publicadas sobre el tema de investigación.

***Tabla 8.Aspectos psicológicos***

AUTOR Y AÑO	DOCUMENTOS SIMILARES	ASPECTO PSICOLÓGICO
1. Erwin Enrique Carrillo	1. el sedentarismo y su influencia en	➤ patrones de comportamiento

<p>Matamoros- 2015</p> <p>2. Dr. José Antonio Serrano 2018</p> <p>3. Boris Ebert Iraheta, Carlos Álvarez Bogantes 2020</p> <p>4. 2019 Chacín, Maricarmen; Carrillo, Sandra; Rodríguez,</p> <p>5. Laura Calceto-Garavito Sonia Garzón, Jasmín Bonilla, Dorian Cala-Martínez 2019</p> <p>6. Grace Andrea Huaca Guevara, Adriana Miniet Castillo, Alejandra Maribel Gómez Gordillo, Jeliz Reyes Zamora, Valera Almeida 2019</p> <p>7. Maritza Cantillo Vizcaino Mara Rada Eljaike 2020</p> <p>8. Almudena Prado Lobato 2021</p> <p>9. Sergio Humberto Barbosa Granados Ángela María Urrea Cuéllar 2018</p> <p>10. Roberto Martín Aranda 2018</p> <p>11. Andrés Rosa Guillamón, Eliseo García Canto, Pedro José Carrillo López 2019</p> <p>12. Betancourt-Ocampo, Jaime-Reyes, A. Tellez-Vasquez, M.-Sosa, H. González González, A. 2021</p> <p>13. William Gómez Lemus 2017</p> <p>14. Dr. Alfredo Puican Carreño, y Mg. Cs. Juan Carlos Granados Barreto 2022</p> <p>15. Maricela Carolina Masabanda-Punina 2022</p>	<p>el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del cantón durán</p> <p>2. La obesidad infantil y juvenil</p> <p>3. Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña</p> <p>4. Obesidad Infantil: Un problema de pequeños que se está volviendo grande</p> <p>5. relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares</p> <p>6. Desarrollo psicomotor, estado nutricional y nivel socioeconómico en infantes</p> <p>7. características del desarrollo motor en la población escolar de niños con obesidad y sobrepeso. una revisión sistemática. barranquilla</p> <p>8. relación entre el nivel de desarrollo motor y de actividad física con el estado nutricional en niños y niñas de educación primaria</p> <p>9. Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica</p> <p>10. Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa</p> <p>11. Actividad física, condición física y autoconcepto en escolares de 8 a 12 años</p> <p>12. Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México.</p> <p>13. prevención del sedentarismo a través de actividades lúdico-deportivas</p> <p>14. Prevalencia del sedentarismo e inactividad física en adolescentes jóvenes de la región Lambayeque</p> <p>15. Obesidad infantil: riesgo inminente de complicaciones a largo plazo, una revisión bibliográfica</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ niveles altos de estrés</li> <li>➤ trastornos mentales</li> <li>➤ mortalidad temprana</li> <li>➤ desarrollo de la personalidad</li> <li>➤ dificultad para aprender</li> <li>➤ problemas para relacionarse con el medio</li> <li>➤ problemas de comunicación</li> <li>➤ baja autoconfianza</li> <li>➤ bienestar mental</li> <li>➤ cambios en los estados emocionales y los estados de ánimo</li> <li>➤ retardo mental</li> <li>➤ sentimiento de inferioridad e inmadurez emocional.</li> <li>➤ Problemas cognoscitivos y emocional</li> <li>➤ maduración del sistema nervioso</li> </ul>
--	---	--



--	--	--

El siguiente cuadro se encuentra compuesto de la misma forma que el cuadro anterior teniendo en cuenta el autor, el año, los documentos y las características psicológicas que tienen relación con el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor, se observa cuales documentos son semejantes en su redacción compartiendo características en este aspecto, son más los documentos que enfocan su investigación en factores psicológicos que sociales contando con 15 investigaciones las cuales resaltan el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor enfocada desde factores psicológicos; en consecuencia se puede identificar características como : patrones de comportamiento, niveles altos de estrés, trastornos mentales, mortalidad temprana, desarrollo de la personalidad, dificultad para aprender, problemas para relacionarse con el medio, problemas de comunicación, baja auto confianza ,bienestar mental, cambios en los Estados emocionales y los estados de ánimo, retardo mental, sentimiento de inferioridad e inmadurez emocional, problemas cognoscitivos y emocionales, maduración del sistema nervioso. Estos 15 aspectos son fundamentales para asimilar la profundidad del problema que causa el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor. Siendo el año 2019, en el cual se publicaron más investigaciones con referencia a la presente investigación, refiriéndonos considerablemente a aspectos psicológicas.

**Tabla 9. Características Motrices**

AUTOR Y AÑO	DOCUMENTOS SIMILARES	ASPECTO MOTRIZ
1. Boris Ebert Iraheta, Carlos Álvarez Bogantes 2020 2. Luis Gabriel Sánchez-Reyes, Ana Cecilia Ramón-Santana, Victoria Elizabeth Mayorga-Santana 2020 3. Márquez Cabellos, Norma Guadalupe; Manzo Lozano, Emilio Gerzain-2016 4. Cano Cappelacci, Marcelo; Oyarzún Alfaro, Tania; Leyton 2018 5. Jorge Cuadril Fernández, Inmaculada Tornero Quiñones, Ángela Sierra	1. Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña 2. Desarrollo Psicomotriz en niños en el contexto del confinamiento por la pandemia del COVID 19 3. educar para el desarrollo del talento psicomotor 4. relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares 5. Revisión sistemática sobre los estudios de intervención de actividad física para el tratamiento	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ fuerza y resistencia</li> <li>➤ disminuye el tejido mineral</li> <li>➤ deficiencias en el desarrollo motor grueso</li> <li>➤ capacidades motoras desorientadas</li> </ul>

<p>Robles, Jesús Manuel Sáez Padilla 2018</p> <p>6. Constanza aguilera, Tomas labbe, Javiera Busquets, Pia Venegas, Carolina Neira, Alex Valenzuela 2019</p> <p>7. Laura Calceto-Garavito Sonia Garzón, Jasmín Bonilla, Dorian Cala-Martínez 2019</p> <p>8. Grace Andrea Huaca Guevara, Adriana Miniet Castillo, Alejandra Maribel Gómez Gordillo, Jeliz Reyes Zamora, Valera Almeida 2019</p> <p>9. Méndez Ruíz, Mariela; Estay Carvajal, Jessica; Calzadilla Núñez, Aracelis; Durán Agüero, Samuel; Díaz-Narváez, Víctor Patricio 2015</p> <p>10. Beatriz Andrea Toro Taborda Derly Maritza Ángel Moreno 2016</p> <p>11. Maritza Cantillo Vizcaino Mara Rada Eljaiké Marcial Rodríguez Porto Diego Montenegro García Marcela Ruiz Soto 2020</p> <p>12. Sergio Humberto Barbosa Granados Ángela María Urrea Cuéllar 2018</p> <p>13. Rubén Moreno-Arrebola; Andrés Bernardo Fernández 2018</p> <p>14. Betancourt-Ocampo, Jaime-Reyes, A. Tellez-Vasquez, M. 2021</p> <p>15. William Gómez Lemus 2017</p> <p>16. Luz Marina Chalbaud-Narváez- Nancy Janeth 2019</p> <p>17. ANGELA MARIA HOYOS QUINTERO 2018</p> <p>18. Jenny Marcela Galindo Gómez 2020</p> <p>19. Roberto, María Daiana 2018</p> <p>20. Tenorio León Luis Miguel 2020</p> <p>21. Cristian Curilén Gatica1 Regina Guadalmina Valdete2 2020</p> <p>22. Yorquidia Osmany Díaz Bess1, Yoleisy Torres 2018</p>	<p>de la obesidad</p> <p>6. Obesidad: ¿Factor de riesgo o enfermedad?</p> <p>7. Relación Del Estado Nutricional Con El Desarrollo Cognitivo Y Psicomotor De Los Niños En La Primera Infancia</p> <p>8. Desarrollo psicomotor, estado nutricional y nivel socioeconómico en infantes</p> <p>9. Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normo peso vs sobrepeso el sedentarismo en el desarrollo corporal infantil</p> <p>11. características del desarrollo motor en la población escolar de niños con obesidad y sobrepeso. una revisión sistemática. barranquilla</p> <p>12. Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica</p> <p>13. Revisión sistemática sobre hábitos de actividad física en estudiantes universitarios</p> <p>14. Actividad física, sedentarismo y preferencias en la práctica deportiva en niños: panorama actual en México.</p> <p>15. prevención del sedentarismo a través de actividades lúdico-deportivas</p> <p>16. Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia</p> <p>17. actividad física en la primera infancia</p> <p>18. Prácticas de enseñanza de los docentes de las asignaturas de actividad física y deporte de la Pontificia Universidad Javeriana y su asociación con la actividad física de los estudiantes durante las clases internacionales El desarrollo psicomotor (coordinación, lenguaje y motricidad) en niños de 5 años, de la ciudad de Paraná</p> <p>20. Efectos del HIIT sobre la composición corporal en adulto sedentarios con sobrepeso u obesidad, una revisión sistemática</p> <p>21. Efecto del ejercicio en la memoria de adultos mayores con sobrepeso u obesidad: Revisión sistemática</p> <p>22. La obesidad: un desafío para la Atención Primaria de Salud</p>	<p>➤ mal desarrollo en la motricidad fina y gruesa</p> <p>➤ dominio del manejo del cuerpo</p> <p>➤ identificar sus propias habilidades</p> <p>➤ orientación corporal</p> <p>➤ reeducación postural</p> <p>➤ fortaleciendo el sistema osteomuscular</p> <p>➤ retraso en el desarrollo psicomotor.</p> <p>➤ conocer su cuerpo en movimiento</p>
---	--	---

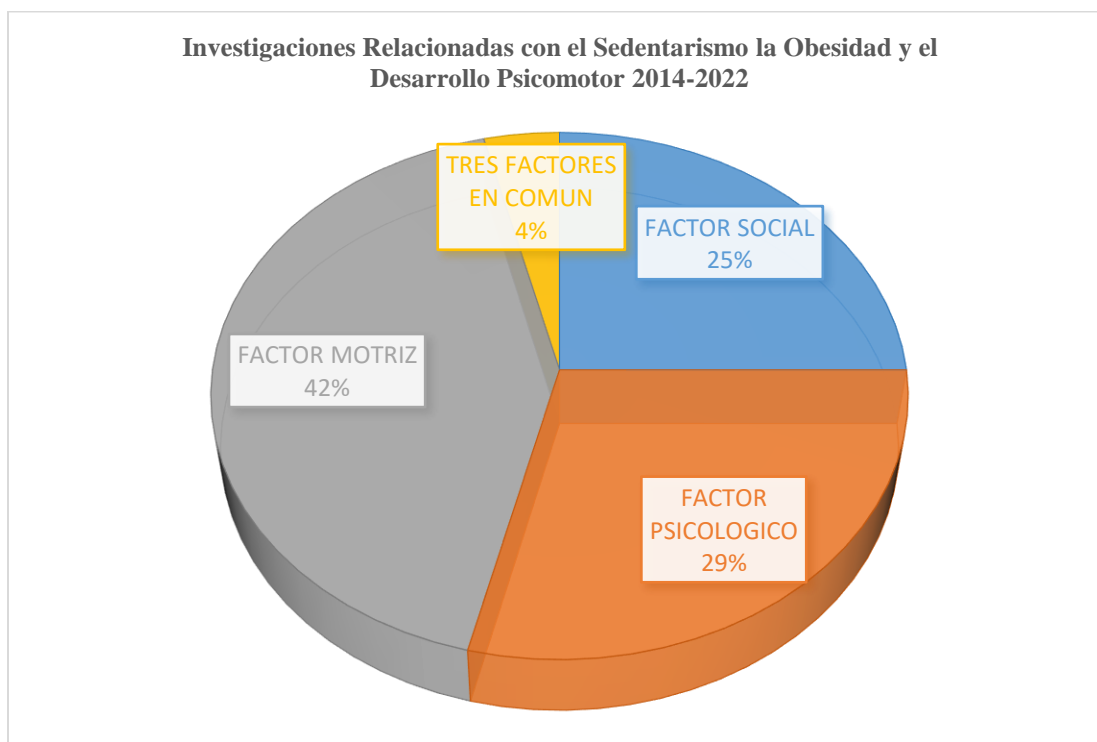
En el siguiente cuadro se puede encontrar factores motrices, por consiguiente son de mayor relevancia frente al sedentarismo, obesidad y desarrollo psicomotor de manera que se puede observar el nivel de estudios semejantes, estos incrementa contando con 22 investigaciones, las cuales cuentan con factores comunes y destacados para la elaboración de esta investigación, se asimila que los autores no se repiten en los estudios realizados siendo el aspecto motriz el más relevante y por el cual se encuentra mayor contenido por esta razón los factores comunes los cuales son la fuerza y resistencia, la disminución del tejido mineral, deficiencias en el desarrollo motor grueso, capacidades motoras desorientadas, un mal desarrollo en la motricidad fina y gruesa, dominio en el manejo del cuerpo, identificación de sus propias habilidades, orientación corporal, la reducción postural, el fortalecimiento del sistema osteomuscular, el retraso en su desarrollo psicomotor, y el conocimiento de su cuerpo en movimiento. Estas 12 características representan el factor motriz siendo el año 2019, en el cual se publicaron más investigaciones con referencia al sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor contando con más características que hacen referencia a la motricidad.

**Tabla 10. Artículos correlacionan tres aspectos en común.**

AUTOR Y AÑO	DOCUMENTOS CON TRES ASPECTOS EN COMÚN SOCIAL, PSICOLÓGICO, MOTRIZ
CANO CAPPELACCI, MARCELO; OYARZÚN ALFARO, TANIA; LEYTON 2018 Roberto Martín Aranda 2018	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ RELACIÓN ENTRE ESTADO NUTRICIONAL, NIVEL DE ACTIVIDAD FÍSICA Y DESARROLLO PSICOMOTOR EN PREESCOLARES</li> <li>▪ Actividad física y calidad de vida en el adulto mayor. Una revisión narrativa</li> </ul>

En el siguiente cuadro se evidencia dos investigaciones las cuales fueron realizadas en el año 2018, de esta se puede determinar características importantes, por tal razón proporciona información ideal sobre el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor enfocado en tres características particulares las cuáles son lo social, lo psicológico y lo motriz.

**Figura 5. Relación porcentajes según factor**



### **Descripción de los efectos que causa el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor**

Matamoros (2015) en su trabajo de grado menciona que el sedentarismo afecta principalmente el aspecto social, ocasionando que la persona se aparte, que se torne callada, poco participativa en las actividades; por ello se le hace muy complicado interrelacionarse con las demás personas en el contexto que lo rodea. Por otra parte, menciona el aspecto psicológico que es de gran importancia dado que es una enfermedad que no solamente ataca el aspecto físico de la persona, por ende, encierra diversos patrones de comportamiento, en consecuencia, que la persona se vuelva sedentaria, desarrollando malos hábitos de vida ocasionándole depresión, ansiedad, baja autoestima y niveles muy altos de estrés.

A si mismo Serrano (2018) en su artículo de revista menciona que.

Una de las consecuencias más graves que conlleva la obesidad asociada con el sedentarismo a corto plazo siendo aun niños o adolescentes son las alteraciones sociales en

dos factores importantes como lo es la discriminación y la baja autoestima que esta pueda repercutir en el trascurso de su vida. la recuperación de la obesidad en los niños se recomienda el tratamiento del apoyo psicológico enfocado en la conducta como el niño se comporta en diferentes entornos con el objetivo de eliminar acciones o comportamiento no adecuados. (p.6)

Ahora bien, Según Machado et al. (2018) en su artículo de revista menciona qué es de vital importancia detectar los factores socioeconómicos a los cuales está asociado el sobrepeso, exponiendo qué la población más afectada es aquella que genera más ingresos, esto conlleva en algunos casos una ingesta elevada de calorías. Por el contrario, la población que tiene menos ingresos económicos está más propensa a sufrir mala alimentación y por ende una desnutrición. Por otra parte, También es importante destacar los problemas de motricidad en los niños a temprana edad esto relacionado con la falta de actividad física aumentando los niveles de sedentarismo, como consecuencia estar muchas horas sentados, caminar muy poco y destinando poco tiempo al realizar actividad física.

En este aspecto sé involucra el género como lo menciona en su artículo de revista Iraheta, Bogantes (2020) .

El sobrepeso afecta el desarrollo integral teniendo repercusión en factores como la autoeficacia la adaptación social generando cambio en la autoestima en su niñez y su aceptación social - en la literatura se reporta que los niños realizan más actividad física que las niñas sin importar que las condiciones ambientales y sociales en las que se encuentren sean las mismas incentivándose menos por la actividad física de moderada intensidad lo que podría ser un factor que influye en su desarrollo motriz. (p.12)

En cambio, Sánchez et al., (2020) en su artículo de revista hace referencia qué la falta de interacción social con familiares y amigos, el no realizar prácticas deportivas llegan a afectar el desarrollo psicológico del individuo, exclusivamente en el aspecto cognitivo por lo tanto se le dificulta llegar a la adquisición de nuevos conocimientos. Por lo mismo el aspecto social está afectado por la falta de zonas apropiadas para realizar la actividad física, como lo son las canchas, los gimnasios, esto genera un incremento en las deficiencias del desarrollo motor grueso, además

la restricción epidemiológica es un motivo más por la cual la falta de actividad y movilidad repercuten en la adquisición de habilidades motoras.

En cierta manera (Alfaro et al.,2014) en su artículo de revista comparte un enfoque social, mencionando que en este factor hay un elemento que interviene de gran forma el cual es la exclusión y que hoy en la actualidad se lo observa cada vez más en los centros educativos y en los diferentes contextos de la sociedad, afectando la moral de las personas; Este factor en otras palabras conlleva a adoptar malos estilos de vida obteniendo en si personas sedentarias y obesas, las cuales son excluidas por la sociedad, dicho esto se puede decir que es una problemática que obstaculizan una buena educación y un buen desarrollo social.

Ahora bien, el aporte médico qué (Fernández et al.,2018) En su artículo de revista hace semejanza a programas de intervención en los cuales se utilizan el proceso de pérdida de peso en pacientes adultos con obesidad, mencionando un papel importante de allí que la actividad física sea la primera opción en el tratamiento en pacientes adultos. También se destaca el aporte social el cual menciona el acompañamiento y la adecuada implementación de competencias físicas para superar las barreras personales del individuo, esto proporcionando un cambio en el estilo de vida por esta es importante en el tratamiento contra la obesidad.

Según, Aguilera et al., (2019) menciona dos de los factores que afecta la obesidad en edades tempranas, como el consumo de alimentos ultra procesados, principalmente aquellos ricos en grasas, azúcares, y sales, incluso para algunos conjuntos de la falta de actividad física, a raíz de la tecnificación de los dos principales agentes responsables de la alta prevalencia de obesidad a nivel mundial.

Así pues, En su artículo de revista (Carrillo et al.,2019) aportan a la investigación un enfoque social mencionando las políticas del desarrollo de un gobierno que garantiza la actividad física, la cual debe ser permanente y fundamental para el desarrollo de estrategias para mejorar el régimen de salud en la población, esto es indispensable para un estado próspero.

A sí mismo Vericat, Orden, Viviana (2013) En su artículo de revista propone que.

Es importante destacar que el desarrollo psicomotor es muy importante en la persona ya que en este proceso adquiere habilidades que le permiten desenvolverse en el contexto

social, de esta manera se puede decir que un mal desarrollo psicomotor afectaría la parte psicosocial de la persona conllevando a tener bajas relaciones interpersonales, baja autoconfianza y como también una baja autoestima que de cierta manera le impedirán a la persona gozar de una vida activa y saludable. (p.79)

Por otra parte, en referencia a Escobar, Sánchez y Aldana (2017) Se menciona acerca de los estudios observacionales que evalúan el efecto de la actividad física, con el riesgo de sobrepeso y obesidad, se encuentra una asociación positiva entre estos, de tal manera que el nivel de actividad física desempeña un papel importante, en el gasto metabólico que condiciona el peso del individuo.

El aumento en el consumo de alimentos con alto aporte calórico y la disminución de actividad física son factores que son consecuencia de cambios en el ambiente, en la estructura social y la disponibilidad de alimentos, esto afectando la calidad de vida social en la persona.

Por consiguiente, (Chalapud et al.,2019) Afirman que, en etapas como la niñez y la adolescencia, son etapas de desarrollo susceptibles a cambios, en estilos de vida donde se puede identificar, comportamientos sedentarios durante las actividades de la vida diaria. Además, se menciona que el sedentarismo afecta a más del 60 % de la población mundial, y que esto se asocia al comportamiento de la sociedad en la actualidad, como el uso de aparatos tecnológicos, la inseguridad que disminuye la realización de actividades al aire libre, estos comportamientos condicionan los factores de aparición del sedentarismo y como consecuencia afecta directamente a la salud.

En cuanto a Hoyos (2018) indica acerca del afecto positivo de la actividad física en la prevención de enfermedades crónicas no comunicables en la salud, estos estudios han sido ampliamente abordados e investigados en los últimos 20 años, dado que este comportamiento es de gran impacto en la actualidad, afectando a variedad de poblaciones, pero que genera preocupación en poblaciones de primera infancia, etapa de la vida que genera influencia en las etapas futuras. Como también se menciona el factor socioeconómico como obstáculo para acceder a espacios adecuados y seguros en donde estos tienen un costo y las poblaciones de escasos recursos no pueden acceder a estos y por ende se tendrá una menor interacción con sus familias dadas las condiciones socioeconómicas. Por otra parte, se menciona que, en la parte motriz, la población infantil que presente dificultades es más propensa a adquirir un retraso en el desarrollo

psicomotor, esto le impedirá al niño moverse, explorar y que permita un desarrollo libre y adecuado.

En referencia a Hernández (2012) afirma que la prevalencia creciente de la obesidad infantil se debe a cambios sociales, la obesidad infantil, se asocia fundamentalmente a una mala dieta y la escasa actividad física. Además, se asocia con el desarrollo social, económico y las políticas en materia de agricultura, transportes, planificación urbana, medio ambiente, educación y procesamiento, distribución y comercialización de alimentos. Como también debido al descuido de esta problemática, existen muchas consecuencias las cuales están inmersos distintos tipos de factores, enfrentándose a traumas psicológicos, discriminación, síndrome de aislamiento y por otro lado la parte motriz la cual, se mira afectada por parte de la población infantil, esto es de mucha importancia, dado que el desarrollo humano respecto al desarrollo motor, afectivo, cognitivo y social, los niños en esta etapa toman en cuenta todo lo que ven y hacen, es su manera de explorar y conocer el mundo.

En cuanto a Galindo (2020) menciona acerca de la importancia de la actividad física y las estrategias que, encaminadas a promocionar más este ámbito de la actividad física, puesto que favorecen aspectos, relacionados con el bienestar integral de la persona. Los beneficios más importantes de realizar actividad física están relacionados con la disminución del riesgo cardiovascular, la reducción de control de peso, restablecer el estado de ánimo y la salud mental. Como también se menciona, la importancia de las asignaturas de actividad física y deporte, generando ambientes y condiciones que promueven la actividad física y el deporte en sus estudiantes. Estas asignaturas buscan aportar a la formación integral de los estudiantes, favoreciendo el buen manejo de los hábitos saludables, el desarrollo de capacidades físicas, técnicas y destrezas motrices, mediante la práctica de modalidades físico deportivas.

Por otra parte, (Diaz et al.,2022) alude a su estudio, con la necesidad de crear estrategias eficaces, encaminadas a aumentar la práctica de actividad física y promover los hábitos de vida saludables, especialmente durante la crisis humanitaria que se atravesó y las posibles futuras, por ende, es de demasiada importancia empezar a crear hábitos de vida saludable. Por ello se han tomado medidas y recomendaciones, con la necesidad de practicar ejercicio físico diario y adaptarlo a las nuevas situaciones por las cuales se está atravesando. Como también se evidencia



un crecimiento en el índice de masa corporal de la población y una disminución de actividad física y mayor parte del tiempo se destinan a los medios tecnológicos.

Según Garzón y Aragón (2021) Se menciona acerca del sedentarismo y sus consecuencias sobre la salud, como también consecuencias económicas, personales y sociales, de la insuficiente actividad física, se menciona de estrategias recientes que ayudan a las personas a ser más activas físicamente. Este es un problema social que afecta la salud de las personas sin importar la edad, promoviendo enfermedades como la diabetes o enfermedades cardiovasculares, dado que su riesgo de mortalidad prematura aumenta especialmente si la actividad física es mínima y por el contrario realizan más horas estando sentados frente a una pantalla.

En cuanto a, Pereira (2022) Menciona la disminución de la actividad física durante el confinamiento del Covid 19, el cual generó diversos tipos de cambios en la sociedad, conllevando a que las personas generen malos estilos de vida y aumente el sedentarismo, el cual es un factor que en la actualidad está presente y aumenta su porcentaje cada vez más, y, por ende, el incremento de jóvenes con sobrepeso a causa del sedentarismo. La actividad física es una estrategia para mejorar la autoconciencia y además un factor que ayuda a prevenir la aparición de enfermedades crónicas, como también a través de la realización de actividad física se disminuye el estrés y la ansiedad mejorando su parte mental y psicológica la cual juega un papel importante en el comportamiento de la persona.

Según Carreño y Granados (2022) Afirma que la práctica de ejercicio físico debe consistir en actividades recreativas o de ocio, desplazamientos, como puede ser paseos en bicicleta o a pie, actividades ocupacionales como tareas domésticas, juegos, deportes o actividad física con el fin de preservar la salud y reducir el riesgo de enfermedades no transmisibles. La mejor herramienta con la cual se puede combatir el sedentarismo es la implementación de actividad física, que tiene como objetivo mejorar la condición física en las personas.

Por otra parte, Arocha (2020) Menciona acerca del impacto negativo sobre la salud en general, con una mayor incidencia de enfermedades crónicas no transmisibles y con una tendencia en aumento dentro de la población infantil y juvenil, gracias a la tecnología que es lo que más genera distracción en este tipo de poblaciones. Además de que el sedentarismo es un hábito de vida no saludable, puede generar el aislamiento social y problemas psicológicos y físicos, la

educación física le corresponde motivar y ayudar a las personas a ser más dinámicas y a reducir el tiempo frente a las pantallas, mejorando también su parte mental y emocional.

Según Pérez (2019) Resalta que el sedentarismo en la población infantil puede tener su origen en factores sociales como la facilidad con la que se permite, que los niños usen computadoras, tabletas, pantallas y equipos de video juegos por un tiempo ilimitado, llevando al uso excesivo de estos medios tecnológicos, conllevando a padecer sedentarismo y por consiguiente a enfermedades las cuales afectan la calidad de vida de las personas.

Dicho esto, Vizkano et al., (2020) en su trabajo de grado resalta tres aportes significativos encaminado en el aspecto social psicológico y motriz. Mencionando el aspecto social resaltando la importancia que tiene el niño en relacionarse con el entorno, para que el niño pierda la timidez e interactúe con sus compañeros, esto le ayudara a perder el miedo en circunstancias de actividades lúdicas y sociales; con el objetivo de evitar que los niños se vuelvan inseguros y con la pretensión de ser invisible ante los ojos de los demás. Por otra parte, en el aspecto psicológico mencionan que el sedentarismo y la falta de actividad física puede conllevar a desarrollar trastornos psicológicos, este influyendo en el bajo rendimiento escolar desarrollando un sentimiento de inferioridad ante los demás y una inmadurez emocional. Como consecuencia en el aspecto motriz, menciona que la inhibición motriz es por la cual el niño tiene dificultades para adquirir nuevos conocimientos por esta parte se le dificulta la representación del propio cuerpo con base al movimiento y pierde el sentido de la orientación en el tiempo y el espacio, buscando nuevas alternativas para que su cuerpo se manifieste de manera efectiva al relacionarse con el entorno, esto puede solucionar trastornos del esquema corporal y su lateralidad.

Carrillo at al., (2019) afirma.

Por todo esto resulta claro que personas con obesidad presentan una frecuencia mayor (2 a 3 veces) de trastornos mentales severos como depresión mayor y trastornos de ansiedad - especialmente en la población femenina traduciéndose en una peor calidad de vida y aumento de la morbilidad y mortalidad prematura. (p.71)

No obstante, Vericat (2013) hace referencia al aspecto psicológico y social mencionando.

El desarrollo psicomotor afecta el componente psicológico al tratar de comprenderlo desde el punto de vista de la evolución o desarrollo de la persona de acuerdo con su edad, en este proceso de desarrollo la persona aprende e interactúa con el medio de acuerdo con el movimiento, el movimiento es muy importante dado que, por medio de este, la persona aprende y conoce de su contexto. En muchos casos cuando no hay una buena estimulación del desarrollo psicomotor hay afectaciones del factor psicológico, observando a personas con mayor dificultad para aprender, para hablar y relacionarse con el medio y con los demás que lo rodean. (p.81)

De ahí que Calceto, Garzón, Martínez (2019) En su artículo de revista médica se destacan dos aspectos, el cual relaciona la motricidad con el peso corporal y las consecuencias psicológicas que puede llegar a desarrollar el niño, mencionando a la población con un índice de masa corporal adecuada, tiene mejores ejecuciones motoras que los niños con aumento de peso en edades de 4 a 5 años; y determinaron que la condición de sobrepeso puede generar que los niños sean víctimas de Bullying, provocando problemas psicosociales y bajo rendimiento escolar. De igual manera aludiendo qué a edad más sensible para desarrollar trastornos relacionados a la motricidad va de los 4 a los 8 años, esto conllevando que el niño no desarrolle adecuadamente la motricidad fina y gruesa a largo plazo, por ende, a tener problemas de aprendizaje, relacionados a una inadecuada alimentación.

La relación que hay entre el desarrollo psicomotor y la psicología en la edad temprana es relevante como lo menciona Guevara et al.,(2019) en su libro Si bien algunos trastornos del desarrollo psicomotor pueden ser transitorios los retrasos en la edad temprana pueden estar asociados al desarrollo psicológico conllevando a presentar discapacidades, tales como retardo mental, parálisis cerebral, autismo, alteraciones del lenguaje y problemas del aprendizaje, esto se puede prevenir desarrollando actividades lúdicas involucrando el mundo que lo rodea.

Según Tinjacá (2019) Menciona las situaciones cambiantes de modernidad, como la tecnología en todas las áreas de la sociedad, la televisión entre otros, estos tienen un gran impacto en la vida de las personas, a tal punto de condicionar sus concepciones, actitudes y comportamientos. De tal manera el sedentarismo es un factor relacionado con el deterioro de la salud, que es producto de los estilos de vida que se llevan actualmente en la modernidad. El efecto

positivo o negativo de la actividad física, produce beneficios o deterioros a nivel psicológico, social y motriz, dado que al no practicar actividad física se observarán cambios y comportamientos que conllevan a tener una baja calidad de vida.

En cuanto a Diaz et al., (2018) menciona los distintos tipos de enfermedades no transmisibles y los órganos implicados debido al sedentarismo y la obesidad la cual afecta no solamente la parte fisiológica, sino también la parte cognitiva y social, este tipo de enfermedades es más común obsérvalas en la actualidad, dado que la tecnología y los diversos cambios que está sometida la sociedad, han conllevado a que las poblaciones permanezcan sentadas o no realicen ningún tipo de actividad física.

De la misma manera En su trabajo de grado Toro et al. (2014) recalcan la implementación de la actividad física.

Se busca que la comunidad en general y la comunidad educativa se enteren de la importancia de enseñar y estimular para generar aprendizajes significativos en los niños y niñas, promoviendo así la motivación, irradiando positivismo y autoestima; proceso que ayuda de forma estratégica y recursiva a los niños y niñas a el aprendizaje y en el dominio del manejo del cuerpo, asociadas al desarrollo motriz, preparación o entrenamiento en las carreras físicas, identificando sus propias habilidades y cuáles son las que en su momento pudiera descubrir a través de una orientación corporal con un adecuado acompañamiento esto como estrategia para prevenir el sedentarismo y la falta de actividad física.( p.17)

Citando a Granados, Cuéllar (2018) menciona.

Permitiendo la tolerancia al estrés, adopción de hábitos protectores de la salud, mejora del auto concepto la autoestima, disminuye el riesgo percibido de enfermar, generando efectos tranquilizantes y antidepresivos, mejorando los reflejos y la coordinación, aumento en la sensación de bienestar, prevención del insomnio, regulación de los ciclos de sueño y mejoras en los procesos de socialización. (p.144)

Por consiguiente Aranda (2018) Mencionando en su revista las limitaciones en las habilidades físicas, en este caso el sedentarismo genera un problema en el desarrollo social dado que limita las actividades y planes para relacionarse con otras personas, también enfocando el

desarrollo con ciertas condiciones que limita al individuo a tener un contacto social de manera constante; un factor importante también es el entorno que puede variar en aspectos como el clima, los niveles altos de inseguridad y la falta de escenarios deportivos para el desarrollo de actividades físicas. Por otra parte, el sedentarismo afecta el nivel psicológico de la persona destacando aspectos como la inseguridad y la depresión esto relacionado al sedentarismo generando un aumento de peso o masa corporal la cual se conoce como obesidad, infiriendo negativamente en el bienestar psicológico la persona.

Según Guillamón et al. (2019) relacionan la actividad y la capacidad físicas con el autoconcepto personal, dado que un bajo concepto, puede influir negativamente en la noción que tiene el niño, sobre su potencial humano en un rango de determinadas situaciones, esto provoca que no se siente bien consigo mismo y con sus capacidades, teniendo más probabilidades de padecer desordenes psicosociales como ansiedad o depresión. Además de que señalan que la actividad física, se relaciona con la competencia motriz, señalando estos factores como esenciales para la participación de la actividad física a edades tempranas.

Con relación a Trujillo (2012) Menciona que la inactividad física es la cuarta causa de muerte en los países de alto y medio nivel económico, además tiene una relación directa con la segunda y la tercera causa de muerte (hipertensión arterial y obesidad). El sedentarismo representa la principal fuente de inactividad física en el tiempo libre de los jóvenes, en algunos países se está limitando el uso del televisor y demás medios tecnológicos que se asocian al sedentarismo y al uso excesivo de estos, vinculándose a la inactividad física de la juventud y además conlleva a comportamientos violentos, desórdenes alimenticios, estereotipos sexuales y el uso de sustancias perjudiciales.

En cuanto a Rodríguez (2017) Menciona en su investigación, la influencia del sedentarismo con base en el campo laboral, dado que la inactividad física afecta el diario vivir de la persona y el rendimiento laboral que están tienen en su cotidianidad, por lo que menciona que una persona sedentaria es una persona inactiva con problemas psicológicos y motores que conllevan a tener una vida menos armoniosa, esto afectando su rendimiento laboral, por los constantes factores que afecta el sedentarismo en la persona.

A si pues Ocampo et al. (2021) señalan la importancia de las actividades físico-deportivas al practicarlas con mayor frecuencia, se favorecerá el decremento del sobrepeso y la obesidad, así

como las enfermedades asociadas a esta problemática. Como también señalan beneficios psicológicos y motores, dado que la actividad física se asocia con una mayor calidad de vida, con un menor riesgo de enfermedades, así como niveles más altos en cuanto a un bienestar emocional, psicológico y físico.

Por otra parte, Ibarra (2014) indican la relación que hay entre los hábitos deportivos y el sedentarismo, en su estudio llevado a cabo en varios contextos educativos, indican que en la actualidad el sedentarismo infantil es un factor de riesgo muy importante en los jóvenes, y por ello es de gran importancia trabajar en acciones y estrategias para incentivar a los jóvenes a llevar una vida más activa y saludable. Como también señalan la importancia de la actividad deportiva en cuanto a factores psicosociales y motores, dado que el sedentarismo puede provocar enfermedades que afectan estos factores, obteniendo poblaciones con una calidad de vida muy baja.

Con respecto a Delgado (2012) Menciona la importancia de la actividad física para prevenir el sobrepeso y la obesidad, en niños de 6 a 12 años, dado que la falta de actividad física produce un desequilibrio energético que conlleva a factores que contribuyen al sobrepeso y la obesidad. Además, que la actividad física está muy relacionada con el campo de la salud, los patrones de inactividad física están ligados al desarrollo de enfermedades crónicas, no transmisibles como la diabetes, la hipertensión, enfermedades cardiovasculares etc. Además de que la actividad física interviene en el factor psicosocial, reduciendo el consumo de tabaco o drogas, medicamentos, mejora en el rendimiento académico por lo tanto es de gran importancia la actividad física en el desarrollo de las personas.

Según Zúñiga (2012) en su proyecto de investigación, el realizar actividad física evita el desarrollo de problemas motores que pueden originarse a causas del sedentarismo conllevando a desarrollar pérdida de fuerza, poca resistencia muscular, falla en articulaciones, permitiendo que sus músculos pierdan tejido mineral además con su investigación aporta que el sedentarismo afecta los aspectos psicológicos ocasionando depresión, de esta manera involucrando sentimientos de tristeza, frustración y ansiedad, esto relacionada con el estrés por lo tanto afecta el interactuar adecuadamente con las demás personas afectando sus relaciones interpersonales.

No obstante Granados, Cuéllar (2018) Menciona en su investigación que la actividad física es un potenciador como recurso que se utiliza para mejorar aspectos motores, esto también

generando una autonomía e independencia en las actividades diarias de la persona mejorando su calidad de vida y su desarrollo psicosocial. Por otra parte, el no ser una persona sedentaria tiene muchos beneficios psicológicos.

De acuerdo con Ruíz et al. (2015) En su artículo de revista es muy importante la actividad física en edades tempranas, siendo esencial las actividades planteadas en los diferentes rangos de edad, ya que la ventana del desarrollo psicomotor, dónde se avanza en la globalidad del aprendizaje y el dominio del manejo del cuerpo a través de actividades lúdicas y recreativas esto para impedir el sedentarismo y la obesidad en edades tempranas.

Por otra parte, Arrebola et al. (2018) menciona en su artículo de revista el realizar actividad física periódicamente mejora el sistema biológico, este aspecto es de vital importancia para evitar enfermedades avanzadas cómo lo son: las enfermedades cardiovasculares y diabetes tipo II. Cabe resaltar qué al evitar el desarrollo de estas enfermedades genera aportes adicionales al bienestar físico mejorado su capacidad cardiorrespiratoria, su capacidad muscular, el fortalecimiento del sistema óseo, esto en semejanza a las personas que no tienen hábitos de vida saludable.

Según Tenorio (2020) Resalta que en la adultez los procesos catabólicos aumentan y tienen efecto en la funcionalidad motriz y a su vez el decrecimiento muscular, lo cual aumenta el riesgo de sufrir enfermedades degenerativas al llegar a una edad más avanzada, esto también afecta la coordinación y el equilibrio de la persona, esto puede ser prevenido con entrenamientos de fuerza, orientado a mejorar las capacidades mermadas por la inactividad físicas.

De igual manera cómo lo menciona en su artículo de revista (Cabellos et al.,2016) el desarrollo psicomotor es de vital importancia para la adquisición de habilidades fundamentales en el desarrollo natural de una persona, esto con el fin del desenvolvimiento de las diferentes capacidades innatas del ser humano, por ello es primordial que la persona se desenvuelva adecuadamente en el medio que lo rodea como el desplazarse, aprender, trabajar etc. Por esta razón el factor motor es uno de los más importantes y se debe trabajar en todas las edades.

En cuanto a Lobato (2021) En su trabajo de grado tiene un enfoque social y motriz mencionando qué el bienestar social va de la mano al realizar actividad física mejorado la relación que el individuo tiene con las demás personas, evitando desarrollar ansiedad, falta de sueño

ayudando a fortalecer el sistema cognitivo, de esta manera la persona tenga un rol y un estilo de vida activo. Esto también depende del entorno en el que viva y determinados patrones familiares que condicionan el quehacer cotidiano del individuo, mencionando los aportes que tiene a nivel físico y motriz; la actividad física mejora el aspecto postural del individuo dado que en diferentes rango de edades los niños y adultos cometen muchos errores en su rutina diaria y esto teniendo como consecuencia al desarrollar graves problemas motrices y físicos a largo plazo, asimismo el realizar actividad física continua mejora la fuerza, la resistencia muscular, reduciendo la fatiga mejorando su flexibilidad, y en general toda su condición psicomotriz.

Por otra parte, Gómez (2017) Indica la importancia de la formación lúdico-deportiva en el contexto educativo, menciona acerca de estrategias que permitan motivar al estudiante a realizar actividad física y así de esta manera evitar el sedentarismo. Como también indica que es absolutamente primordial prestar una atención especial en la planeación y ejecución de diferentes actividades lúdico-recreativas dirigidas a los niños y jóvenes, que conlleven a lograr disminuir los altos niveles de sedentarismo que estos presentan. Además, se menciona que la actividad física, está asociada con factores sociales y culturales, como es el concepto del autocuidado del cuerpo, y el ejercicio, a través del cual las personas se comunican y construyen relaciones en el contexto social de su diario vivir.

Cabe resaltar que Amarayo (2017) Afirma que la Educación física, puede aportar a la construcción de la identidad personal, por lo cual resulta necesario para la salud, con esto se busca que el niño, adquiera un buen conocimiento, una buena relación con su cuerpo, conciencia del cuidado, de si mismo y de los otros. En el campo de la educación física tiene que ver, casi exclusivamente con el cuidado de la salud, como son los factores fisiológicos y psicológicos en la persona.

En cuanto a, Ortiz y Salazar (2019) afirma la importancia de la estimulación de la actividad física a tempranas edades, para mejorar las condiciones físicas, emocionales, cognitivas, y sociales de los niños, potenciando así su motricidad, mejorar su rendimiento escolar y su desarrollo social. El niño a través de sus movimientos y acciones entra en contacto con personas y objetos, con los que se relaciona de una manera activa y constructiva. Como también es importante trabajar las capacidades físicas en los primeros años de la educación primaria, ya que la mejora funcional del



dominio corporal supondrá la adquisición de conductas motrices de carácter utilitario, lúdico o expresivo.

Según Daiana (2018) Menciona que el desarrollo motor, no solo depende de la maduración del sistema nervioso central, sino también de las capacidades sensorio-perceptivas del niño, esto se reflejara según los estímulos que provea la familia o la escuela. En los primeros años del niño son decisivos para ampliar y enriquecer el desarrollo de la inteligencia, de su personalidad y el comportamiento social que este reflejara en el contexto que lo rodea, por lo que es importante fortalecer las intervenciones, en los jardines infantiles y la primaria educativa. Como también en las primeras etapas del niño se necesita de actividades diarias que le ayuden a ejercitar los músculos, y a desarrollar habilidades motoras finas; conocer su cuerpo en movimiento, tomar conciencia del espacio en su propio cuerpo y el de otros, para controlar sus impulsos y vincularse adecuadamente con los demás.

En referencia a Punina (2022) Menciona la influencia de la mala alimentación con el sedentarismo, debido al alto consumo de comidas chatarra, las cuales contienen grandes cantidades de calorías y como también lo que implica la tecnología y su asociación con el sedentarismo lo cual está produciendo una problemática de gran impacto. Por otra parte, la salud mental de los niños está ampliamente relacionada con los patrones de alimentación, los trastornos alimentarios, la ansiedad y la depresión aumentan el índice de masa corporal, la depresión y la ansiedad pueden ser a causa de la obesidad.

Según Curilem et al. (2020) Mencionan acerca de los cambios en la actualidad, existen tres factores del estilo de vida, que desempeñan un papel muy importante en la desaceleración del deterioro cognitivo y la prevención de la demencia. En este sentido, el ejercicio, mente y cuerpo, muestra beneficios significativos sobre el rendimiento cognitivo, la cognición global, el aprendizaje, la memoria y el lenguaje. Como también los problemas de movilidad, se relacionan con el deterioro cognitivo, afectando los cambios neuronales estructurales a la función motora, la capacidad funcional física y psicológica de las personas.

## 10. Conclusiones

En la presente monografía se destaca la relevancia que tiene el sobrepeso y el sedentarismo en la población cotidiana, por lo cual conlleva a un inadecuado desarrollo psicomotor causando el mal desarrollo de la coordinación y la ejecución de movimientos.

Mediante una revisión documental exhaustiva se contó con trabajos de grado, artículos de revista, libros y tesis. Las cuales se encontraban en el rango de publicación del año 2012 al 2022, esto permitió brindar información detallada sobre los efectos que causa el sedentarismo y la obesidad en el desarrollo psicomotor,

Por otro lado se pudo caracterizar los documentos investigados brindando un aporte significativo para la elaboración de la monografía, conllevando a una búsqueda por medio de plataformas digitales, utilizando palabras clave como lo es el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor; por ello se realizó una selección de acuerdo con la semejanza a el año de su aporte a la respectiva investigación, en cuanto al análisis se enfatizó en los factores psicológicos, sociales y motrices cada uno inmerso en cada investigación para proceder a dar el análisis y semejanzas que tienen con los demás documentos revisados. No obstante, se encontró que en el año 2018 y 2019 hubo un mayor número de documentos específicamente 10 documentos por cada año enfocados al sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor, además resaltando que el año 2013, se contó con menos publicaciones relacionadas con el tema, con tan solo una investigación en dicho año. De modo que el país que se destacó por su número de investigaciones enfocadas al tema fue España con 12 investigaciones publicadas entre el año 2012 al 2022, ahora bien, en la clasificación de los respectivos documentos se encontró más contenido en las revistas, las cuales cuentan con 26 investigaciones en el rango de años establecido.

También se enfocó en la población más afectada siendo los niños y jóvenes. Por otra parte, se resalta la importancia de las investigaciones, las cuales tienen una variabilidad en su contexto y en su estilo de investigación, por lo cual se puede destacar al continente europeo, el cual tiene mayor porcentaje de investigaciones, relacionados a la problemática actual, como también se puede destacar al continente americano y sur américa, el cual hace un gran aporte con las distintas investigaciones científicas, las cuales son de mucha importancia, ya que orientaron este proceso de investigación con base en la recopilación de información.

Por otra parte, se identificó los factores más importantes y que tienen mayor relevancia en el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor por lo tanto se hizo una recolección de información implementando una matriz de análisis documental y la ficha RAE, la cual permitió categorizar de forma ordenada y coherente todos los aportes relevantes que suministraba cada una de las investigaciones que fueron revisadas. De esta manera se decidió desglosarlas en tres aspectos: social, psicológico y motriz igualmente tuvieron mayor relevancia los documentos que compartían similitudes en su pensamiento frente a la investigación planteada, por lo tanto, se determinó si el documento se enfocaba de mejor manera; utilizando unos parámetros los cuales se encargaron de determinar si el documento otorgaba aspectos significativos en lo social, psicológico y motriz

Con 13 documentos entre los años 2014 y 2022 enfocados objetivamente en el aspecto social mencionando que la persona sedentaria interactúa menos con la población, generando un aislamiento social por lo cual se resalta que la economía familiar es muy importante para que las personas no vivan en el contexto social y cultural, por tal motivo conllevando a que la persona se sienta excluida y que sea alejada de la sociedad, esto ha falta de escenarios deportivos apropiados por consiguiente a no establecer hábitos de vida saludable. Por otra parte, el uso elevado de herramientas tecnológicas ocasiona dependencia a la tecnología, en consecuencia, que las personas no sean productivas para la sociedad y por ende no se genere una construcción adecuada de la identidad en la persona así mismo un buen desarrollo de la personalidad.

Con relación al aspecto psicológico en la investigación, se puede observar qué se contó con 15 investigaciones las cuales van del 2015 al 2022, por lo tanto el aspecto fundamental de estas investigaciones resaltan cómo el sedentarismo y la obesidad afecta el desarrollo psicomotor desde un aspecto psicológico determinando cuando una persona desarrolla hábitos de vida sedentarios, esto se determina en sus patrones de comportamiento ante circunstancias por lo ello las personas desarrollar altos niveles de estrés, trastornos mentales, baja autoconfianza, presentando problema cognitivos y emocionales, esto genera qué la mortalidad de la persona se reduzca a edades tempranas impidiendo su buen desarrollo de la personalidad, además llevando a problemas en relación con el entorno lo cual no permite qué el individuo demuestre un bienestar mental, por lo está razón a tener cambios emocionales repentinos y en su estado de ánimo, esto impide que la persona tenga una maduración del sistema nervioso adecuado.

Se puede determinar que el aspecto motriz, es relevante en la relación con el sedentarismo, la obesidad y el desarrollo psicomotor, contando con 22 investigaciones que se realizaron en el año 2015 al 2020. Son diferentes en muchos aspectos los cuales determinan qué el sedentarismo y la obesidad afectan el desarrollo psicomotor, disminuyendo el tejido muscular por la falta de actividad física, fuerza y la resistencia de la persona esporádica, esto conlleva a desarrollar problemas en el sistema motor grueso ocasionando un mal desarrollo en la motricidad fina, orientando sus capacidades físicas, esto genera que la persona no puedan tener dominio de su propio cuerpo, de esta forma no podrá identificar sus habilidades corporales implicando a un retraso en su desarrollo psicomotor. También se logra destacar dos investigaciones las cuales son las únicas en contar con los 3 aspectos tanto sociales, psicológicos y motrices.

### **Recomendaciones**

1. Realizar actividad física mejora la autoconciencia y además ayuda a prevenir la aparición de enfermedades crónicas, como también disminuye el estrés y la ansiedad mejorando su parte mental.
2. Fomentar la creación de espacios que faciliten la actividad física, el deporte y la recreación como hábito de salud y mejoramiento de la calidad de vida y el bienestar social.
3. El uso elevado de herramientas tecnológicas ocasiona dependencia a la tecnología, en consecuencia, que las personas no sean productivas para la sociedad y por ende no se genere una construcción adecuada de la identidad en la persona así mismo conllevando a un mal desarrollo de la personalidad.
4. Es de vital importancia fomentar el deporte y el contacto social para formar personas integrales, desarrollando su parte motriz, social y psicológica de esta manera fundamentar una calidad de vida óptima en cada persona.

## 11. Anexos

Tabla 11. Resumen Analítico Especializado (RAE)

TÍTULO	AUTOR Y AÑO	TIPO DE DOCUMENTO	RESUMEN	FACTORES PSICOSOCIALES	FACTORES PSICOLÓGICOS	FACTORES MOTORES	CONCLUSIONES
OBESIDAD ABDOMINAL, EXCESO DE PESO Y SEDENTARISMO ASOCIADOS CON EL AUSENTISMO LABORAL POR INCAPACIDAD MÉDICA EN TRABAJADORES DE LA EMPRESA X EN LA CIUDAD DE CALI	RICARDO ANTONIO AGREDO ZÚNIGA 2012	proyecto de investigación	Factores de riesgo cardiovascular como la obesidad abdominal, el exceso de peso y el sedentarismo, han sido objeto de estudio en numerosas investigaciones epidemiológicas, por la fuerte relación que se ha demostrado científicamente, tienen con la ocurrencia de diversas enfermedades crónicas, especialmente las derivadas del sistema cardiocerebrovascular".	El sedentarismo afecta aspectos psicosociales ocasionando depresión, involucrando sentimientos de tristeza, frustración, ansiedad esto en relación con el estrés, el cual puede afectar la relación con las demás personas	Realizar actividad física plantea importantes beneficios relacionados a la Salud Mental, reduciendo el estrés evitando desarrollar trastornos psicológicos como la ansiedad y la depresión.	El realizar actividad física, evita desarrollar problemas motores que pueden originarse a causa del sedentarismo como lo es la pérdida de fuerza y resistencia en sus músculos y articulaciones perdiendo algo de su tejido mineral.	La falta de actividad física conlleva a desarrollar problemas sociales, en cuanto a interactuar con las demás personas esto a raíz del sedentarismo, a si mismo puede afectar aspectos psicológicos desarrollando estrés, ansiedad de igual manera tiene preecencia en la motricidad, perdiendo tejido mineral el cual es importante para el soporte y estructural del cuerpo.
La obesidad infantil y juvenil	Dr. José Antonio Serrano 2018	Revista Quaderns de polítiques familiars -	"La obesidad se considera hoy como una enfermedad crónica, compleja y de causa multifactorial. Sobre una base genética heredada se precisa ese denominado ambiente "obesógeno" (mayor consumo calórico y menor actividad física) para ponerla en marcha y perpetuarla".	Una de las consecuencias mas graves que conlleva la ovesidad asociada con el cederantismo a corto plazo siendo aun niños o adolescentes son las alteraciones psicosociales en dos factores importantes como lo es la discriminación y la baja autoestima que esta pueda repercutir en el transcurso de su vida.	la recuperacion de la obesidad en los niños se recomienda el tratamiento del apoyo psicologico enfocado en la conducta como el niño se comporta en diferentes entornos con el objetivo de eliminar acciones o comportamiento no adecuados	Uno de los tres pilares fundamentales en el tratamiento utilizado para convarir la obesidad es el realizar actividad física enfocado en el entorno o medio en el cual el niños se encuentra expuesto esto acompañado de 1 hora diaria de actividad física cada día pra perder peso y mejorar su condicion cardiovascular	La obesidad es una de las enfermedades que mas prevalecen en las edades tempranas estas teniendo como origen las costumbres por parte de sus padres al no desarrollar avios como una adecuada alimentación el realizar actividad física constantemente puede ser punto de partida de una enfermedad que tiene tratamiento pero la cual se puede evitar.
Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo	Karina Machado, Patricia Gil, Inocencio Ramos, Catalina Pérez, 2018	revista Archivos de Pediatría del Uruguay-	"sobrepeso y obesidad son un problema de salud pública, con una prevalencia creciente en niños uruguayos. El diagnóstico precoz y la identificación de factores de riesgo son fundamentales para su tratamiento y prevención".	involucrando factores socioeconomicos se resalta que la poblacion mas afectada es la que mas ingresos genera conllevando a una ingesta elevada de calorías por el contrario la poblacion con menos ingresos economicos esta promensa a sufrir desnutricion	la obesidad esta asociada con problemas en la infancia representando un claro factor de riesgo afectando la salud en un tiempo y lugar determinados incrementando la tasa de mortalidad en las personas afectadas uno de los mayores problemas se presenta en el aspecto psicologico	problemas en la motricidad temprana y adulta estan asociadas con la ineciencia de la actividad física aumentando los niveles de sedentarismo teniendo como consecuencia el pasar muchas horas sentados caminando poco y destinando poco tiempo a la actividad física	el sobrepeso y la obesidad estan teniendo un aumento significativo en la poblacion la mala nutricion y consumo de alimentos hipercalóricos el dedicar poco tiempo a realizar actividad física conlleva a generar avios de vida inadecuados asociandolos significativamente al desarrollo de su edad escolar conllevando a generar trastornos.

Tabla 4. Matriz de Análisis Documental

TÍTULO ARTÍCULO	AUTORES	REVISTA - AÑO	UNIVERSIDAD,	ENALACE URL	REFERENCIA EN	CITA
La obesidad infantil y juvenil	Dr. José Antonio Serrano	Revista Quaderns de polítiques familiars- 2018	repositori.uic.es ULC - barcelona	<a href="http://repositori.uic.es/bitstream/handle/20.500.12328/958/03La_obesidad_infantil_juvenil.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y">http://repositori.uic.es/bitstream/handle/20.500.12328/958/03La_obesidad_infantil_juvenil.pdf?sequence=1&amp;isAllowed=y</a>	<a href="#">Aguilar-Cordero, M. J., Rodríguez-Blanque, R., Menor-Rodríguez, M. J., Guisado-Barrilao, R., León-Ríos, X., &amp; Sánchez</a>	La obesidad constituye un problema de salud muy importante ya que incrementa el riesgo de padecer enfermedades
Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo	Karina Machado, Patricia Gil, Inocencio Ramos, Catalina Pérez,	Archivos de Pediatría del Uruguay- 2018	montevideo -Uruguay	<a href="http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492018000400016&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en">http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?pid=S1688-12492018000400016&amp;script=sci_arttext&amp;tlng=en</a>	<a href="#">Machado, K., Gil, P., Ramos, I., &amp; Pérez, C. (2018). Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y</a>	Sobrepeso y obesidad se asocian a problemas de salud en la infancia y representan un importante factor de riesgo temprano
Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña	Boris Evert Iraheta, Carlos Álvarez Bogantes	MHSalud, 2020	República de El Salvador	<a href="https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-097X2020000100001&amp;script=sci_arttext">https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1659-097X2020000100001&amp;script=sci_arttext</a>	<a href="#">Iraheta, B. E., &amp; Bogantes, C. Á. (2020). Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y</a>	La transición al postmodernismo cada día arrecia el sedentarismo y limita las posibilidades de movimientos, esto es

## 12. Bibliográfica

- Agredo Zúñiga, R. (2012.). Obesidad abdominal, exceso de peso y sedentarismo asociados con el ausentismo laboral por incapacidad médica en trabajadores de la empresa X en la ciudad de Cali. Universidad de Valle.
- Aguilar-Cordero, M. J., Rodríguez-Blanke, R., Menor-Rodríguez, M. J., Guisado-Barrilao, R., León-Ríos, X., & Sánchez-López, A. M. (2020). Influencia de la actividad física sobre la calidad de vida de los niños con sobrepeso u obesidad. *salud pública de México*, 61, 550-551.
- Aguilera, C., Labbé, T., Busquets, J., Venegas, P., Neira, C., & Valenzuela, Á. (2019). Obesidad: ¿Factor de riesgo o enfermedad? *Revista médica de Chile*,
- Alondra Velasco-Estrada, Claudia N. Orozco-González y Guadalupe Zúñiga-Torres (2018) población y salud en meso América, Volumen 16, número 1, Revisión Bibliográfica.
- Amarayo Emanuel (2017)12. El sedentarismo en edad escolar: un análisis de los programas, proyectos y diseños curriculares de Educación Física en las escuelas públicas de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, p88
- Bayona Capacho, L. D., & Ramírez Ospina, R. A. (2018). Efectos de 8 semanas de entrenamiento HIIT sobre la condición física de los estudiantes de octavo grado del Instituto Técnico Superior Dámaso Zapata.
- Becerra Mera, S. J. (2017). Desarrollo psicomotor en los niños de cuatro años del nivel inicial de una institución educativa en Chiclayo, agosto de 2016.
- Cano Cappelacci, Marcelo; Oyarzún Alfaro, Tania; Leyton Artigas, Fernanda; Sepúlveda Muñoz, Cristóbal (2014) Relación entre estado nutricional, nivel de actividad física y desarrollo psicomotor en preescolares *Nutrición Hospitalaria*

- Carrillo Erwin (2015). El sedentarismo y su influencia en el desarrollo físico y psicológico de los jóvenes del parque lineal primavera 2 del cantón durán. p100
- Chalapud-Narváez, L. M., Molano-Tobar, N. J., & Ordoñez-Fernández, M. Y. (2019). Niveles de sedentarismo de una institución educativa en Popayán, Colombia. *Universidad y Salud*, 21(3), 198-204
- Chicaiza, C. E. R. (2020). Estado nutricional y desarrollo psicomotor en niños de 12 a 36 meses. *Magazine de las Ciencias: Revista de Investigación e Innovación*, 5(8).
- Chipana Diaz, P., & Herrera Cristóbal, H. (2018). DESARROLLO PSICOMOTRIZ EN NIÑOS Y NIÑAS DE 3 AÑOS DE LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA INICIAL N° 905 MAZARONQUIARI PANGO. A.
- Cubas Cabanillas, E., & Cueva Martínez, K. T. (2016). Indicadores del desarrollo psicomotor fino presentes y ausentes en los niños/as de 5 años de IE del nivel inicial del distrito de Rioja.
- de la Rosa, I. S., Arnau, A. V., Homar, L. S., & Meljac, C. las familias.
- El Congreso De Colombia. (2019). LEY No 1967 11 JUt 2019. Colombia.
- El Congreso de Colombia. (1995). Ley 181 de enero 18 de 1995. Colombia.
- El Congreso de Colombia. (2006). LEY 1098 DE 2006. Colombia.
- Facultad de Ciencias de Actividad Física y el Deporte. (2012). La importancia de la psicomotricidad en. EFDeportes.com, Revista Digital. Buenos Aires, 65.
- Fajardo, M. Algunas consideraciones sobre psicomotricidad y las necesidades educativas especiales (NEE).



- Figueroa de la Barra, J., & Mellado Araya, P. (2013). Actividad física, salud y calidad de vida el discurso de las personas con hábitos sedentarios (Doctoral dissertation, Universidad Academia de Humanismo Cristiano).
- Flores, J. A. (2015). “Efecto del aumento de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en México en la producción científica sobre el tema y su relación con la aplicación y generación de programas de intervención” PROTOCOLO DE TESIS (Doctoral dissertation, INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL).
- Fraga, A. B. (2016). El sedentarismo es... Saúde e Sociedade, 25, 716-720.
- García Pérez MA, Martínez Granero MA. Desarrollo psicomotor y signos de alarma. En: AEPap (ed.). Curso de Actualización Pediatría 2016. Madrid: Lúa Ediciones 3.0; 2016. p. 81-93.
- García, E. (2004). ¿Qué es la obesidad? Revista de endocrinología y nutrición, 12(4), S88-S90.
- García, E. (2004). ¿Qué es la obesidad? Revista de endocrinología y nutrición, 12(4), S88-S90.
- García, E. (2004). ¿Qué es la obesidad? Revista de endocrinología y nutrición, 12(4), S88-S90.
- González Castañeda, J. L. (2016). Actividad física e imagen corporal: conceptos y enfoques desde la equidad-inequidad en salud (Doctoral dissertation, Universidad del Rosario).
- González Galván, M. A. (2019). Factores genéticos compartidos entre la obesidad y el asma.
- Hernández Rivera, H. D. R. (2012). La socio afectividad en el desarrollo psicomotriz para los niños y niñas con capacidades diferentes, en la UTE 5 de la ciudad de Guayaquil de la provincia del Guayas, del año 2012 (Master's thesis, Universidad de Guayaquil. Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación).
- Hernández Zamora, K. J. (2019). Wakoo Chair: diseño como método para incentivar hábitos de actividad física en niños, disminuyendo el riesgo del sobrepeso y la obesidad.

- Hoyos Quintero, A. (2018-12-17.). Actividad física en la primera infancia. Revisión sistemática de los factores asociados a su realización.
- Huamán Pillhuamán, G. I. (2019). La estimulación de la motricidad gruesa en niños y niñas de 5 años de la institución educativa virgen del Carmen.
- Iraheta, B. E., & Bogantes, C. Á. (2020). Análisis del sobrepeso y obesidad, niveles de actividad física y autoestima de la niñez salvadoreña. *MHSalud*, 17(1), 1-18.
- Jáuregui-Lobera, I. (2006). Gordos, obesos y obsesos. *Trastornos de la conducta alimentaria*, (4), 295-320.
- Lincy Herrera, Chinchaya, b, Isabel Silva Ocasc, Nelly Castro Silvad, Carlos Del Águila Villard (2020) Desarrollo social, cognitivo y psicomotor en niños peruanos con hipotiroidismo congénito, revista chilena de pediatría.
- Líneas de Investigación Grupo de Investigación COOPER. (2015). Línea de Investigación Corporal. San Juan de Pasto: UNIVERSIDAD CESMAG.
- Lobelo, F., Pate, R., Parra, D., Duperly, J., & Pratt, M. (2006). Carga de mortalidad asociada a la inactividad física en Bogotá. *Revista de Salud Pública*, 8, 28-41.
- López Luis, J. C., & Cejas Lara, G. (2020). El sedentarismo y su impacto: una revisión bibliográfica.
- Machado, K., Gil, P., Ramos, I., & Pérez, C. (2018). Sobrepeso/obesidad en niños en edad escolar y sus factores de riesgo. *Archivos de Pediatría del Uruguay*, 89, 16-25.
- Malo-Serrano, Miguel, Castillo M, Nancy, & Pajita D, Daniel. (2017). La obesidad en el mundo. *Anales de la Facultad de Medicina*, 78(2), 173-178
- Mantilla, M. M. C. (2017). Adicciones tecnológicas: ¿Enfermedad o conducta adaptativa? *Medisur*, 15(2), 251-260.

- Márquez Cabellos, Norma Guadalupe; Manzo Lozano, Emilio Gerzain (2016) Educar para el desarrollo del talento psicomotor Educación Física y Ciencia
- Martínez Darío (2019) Construcción de conceptos de sedentarismo y actividad física en adolescentes de 11 – 15 años en una I.E.D de Bogotá
- Martínez-López, E., & Saldarriaga-Franco, J. (2008). Inactividad física y ausentismo en el ámbito laboral. *Revista de salud pública*, 10(2), 227-238.
- Matamoros, W. F. (2019). Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*. Vol. 3 núm.1., 50.
- Matamoros, W. F. G. (2019). Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. *RECIMUNDO*, 3(1), 1602-1624.
- Matamoros, W. F. G. (2019). Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. *RECIMUNDO*, 3(1), 1602-1624.
- Méndez Ruíz, Mariela; Estay Carvajal, Jessica; Calzadilla Núñez, Aracelis; Durán Agüero, Samuel; Díaz-Narváez, Víctor Patricio Comparación del desarrollo psicomotor en preescolares chilenos con normo peso versus sobrepeso/obesidad *Nutrición Hospitalaria*, vol. 32, núm. 1, 2015,
- Mojica, G. T., Poveda, J. G., Pinilla, M. I., & Lobelo, F. (2008). Sobrepeso, inactividad física y baja condición física en un colegio de Bogotá, Colombia. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 58(3).
- Morales Folleco, K. G. (2020). Relación del desarrollo psicomotor con el funcionamiento familiar en niños/a de la “Zona de Intag” parroquia Peñerrera (Bachelor's thesis).

- Morelo Ubarne, W. L., & Bejarano Orjuela, L. N. Alternativas en un plan de negocios, para mitigar las enfermedades de tipo laboral y promover los hábitos de vida saludable, en el marco del distanciamiento físico preventivo por la pandemia del SARS-CO19.
- Moretti, P., Lechuga, M., & Torrecilla, N., (2020). Desarrollo psicomotor en la infancia temprana y funcionalidad familiar. *Psychologia*, 14(2), 37-48
- Organización Mundial De La Salud OMS. (24 de abril de 2019). Nuevas directrices de la OMS sobre actividad física, sedentarismo y sueño para niños menores de 5 años. Obtenido de Nuevas directrices de la OMS sobre actividad física, sedentarismo y sueño para niños menores de 5 años:
- Organización Mundial de la Salud. Clasificación internacional de enfermedades para estadísticas de mortalidad y morbilidad. Décimo primera revisión (ICD-11). Capítulo 5: Enfermedades endocrinas, nutricionales o metabólicas
- Orozco-Hormaza, M., Sánchez-Ríos, H. & Cerchiaro-Ceballos, E. (2012). Relación entre desarrollo cognitivo y contextos de interacción familiar de niños que viven en sectores urbanos pobres. *Universitas Psychologica*, 11 (2), 427440
- Pacheco Salvatierra, D. X. (2016). Herramientas lúdicas y su incidencia en el desarrollo de la motricidad gruesa en los estudiantes de segundo de la Escuela de Educación Básica Isidro Ayora del cantón Ventanas Provincia de Los Ríos (Bachelor's thesis, BABAHOYO: UTB, 2016).
- Pérez Pueyo, Á., Hortigüela Alcalá, D., González Calvo, G., & Fernández-Río, J. (2019). Muévete conmigo, un proyecto de aprendizaje servicio en el contexto de la educación física, la actividad física y el deporte.

- Posición de la Sociedad Mexicana de Nutrición y Endocrinología. (2004). ¿Qué es la obesidad? Revista de Endocrinología y Nutrición Vol. 12, 90.
- Ramos-Pino, José M, & Carballeira Abella, Mónica. (2022). Conocimientos, creencias y actitudes sobre la obesidad y el sobrepeso en una muestra de dietistas-nutricionistas de España. *Nutrición Hospitalaria*, 39(1), 63-72. Epub 04 de abril de 2022
- Reyes-Oyola, F. A., Palomino, C, & Meza-Salcedo, G. (2021). Análisis del perfil psicomotor en infantes colombianos de 4-9 años. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 19(2), 1-17.
- Rivera-Tapia, J. A., Cedillo-Ramírez, L., Pérez-Nava, J., Flores-Chico, B., & Aguilar-Enríquez, R. I. (2018). Uso de tecnologías, sedentarismo y actividad física en estudiantes universitarios. *Revista Iberoamericana de Ciencias*, 5(1).
- Roberto, B. E. J. (2018). México y el reto de las enfermedades crónicas no transmisibles. El laboratorio también juega un papel importante. *Revista latinoamericana de patología clínica y medicina de laboratorio*, 65(1), 4-17.
- Rodrigo-Cano, Susana<sup>1,2</sup>; Soriano del Castillo, José Miguel <sup>2</sup>; Merino-Torres, Juan Francisco (2017) Causas y tratamiento de la obesidad. *Nutr. clín. diet. hosp.* 2017; 37(4):87-92
- Ruiz, R. D., & Castañeda, M. A. (2016). Relación entre uso de las nuevas tecnologías y sobrepeso infantil, como problema de salud pública. *RqR Enfermería Comunitaria*, 4(1), 46-51.
- Santos Muñoz, S. (2005). La Educación Física escolar ante el problema de la obesidad y el sobrepeso.

- Secretaría de Salud y Bienestar Social. Estado de Colima. Estados Unidos Mexicanos. (2016).  
LA OBESIDAD ESCOLAR. UN PROBLEMA ACTUAL. Revista Cubana de Alimentación y Nutrición, 156.
- Soler Lanagrán, A., & Castañeda Vázquez, C. (2017). Estilo de vida sedentario y consecuencias en la salud de los niños. Una revisión sobre el estado de la cuestión. Journal of Sport and Health Research, 9 (2), 187-198.
- Universidad y Salud. (2016). Efectos del sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor en niños y niñas: SECCIÓN DE ARTÍCULOS DE REVISIÓN DE TEMA.
- Villalva Reyes, V., & López Rodríguez, S. (2013). Valoración de la Capacidad Cardiovascular durante una prueba de Esfuerzo en Banda sin fin con Protocolo de Balke en Adolescentes de 12 a 15 años de edad con Obesidad y Sedentarismo, realizadas en el Centro de Medicina de la Actividad Física y el Deporte, 2012.
- Wärnberg, J., Pérez-Farinós, N., García, J. R. A. C., González, F. J. C., Rodríguez, F. M. V., & Gómez-Gracia, E. *Dieta mediterránea, actividad física y terapia conductual para la prevención de enfermedades cardiovasculares en personas mayores con síndrome metabólico*. Estudio predimed, predimed-plus y su aplicación en la atención primaria en el distrito sanitario costa del sol. Longevidad y Salud., 54.
- Wirt, A. y Collins CE. (2009). Diet quality: ¿what is it and does it matter? Public Health Nutr, 12(12), 2473–92.
- Zambrano-Márquez, L. A., & Mera-Chinga, O. E. (2021). Incidencia de la actividad física en el sedentarismo de los estudiantes de tercero de bachillerato de la Unidad Educativa Olmedo. Dominio de las Ciencias, 7(6), 594-609.

 <p>UNIVERSIDAD <b>CESMAG</b> NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</p>	<b>CARTA DE ENTREGA TRABAJO DE GRADO O TRABAJO DE APLICACIÓN – ASESOR(A)</b>	<b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-032
		<b>VERSIÓN:</b> 1
		<b>FECHA:</b> 09/JUN/2022

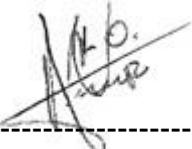
San Juan de Pasto, 26 junio de 2023

Biblioteca  
**REMIGIO FIORE FORTEZZA OFM. CAP.**  
Universidad CESMAG  
Pasto

Saludo de paz y bien.

Por medio de la presente se hace entrega del Trabajo de Grado / Trabajo de Aplicación denominado Revisión documental sobre el Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor del año 2012 al 2022 presentado por los autores Farit Alexander Morales Coronel y David Alejandro Benavides Villacruz del Programa Académico Licenciatura en Educación Física al correo electrónico biblioteca.trabajosdegrado@unicesmag.edu.co. Manifiesto como asesor(a), que su contenido, resumen, anexos y formato PDF cumple con las especificaciones de calidad, guía de presentación de Trabajos de Grado o de Aplicación, establecidos por la Universidad CESMAG, por lo tanto, se solicita el paz y salvo respectivo.

Atentamente,

  
-----  
**ANDERSSON KREISBERGER ORTIZ**  
C.C. 1.085.295.364  
Licenciatura en Educación Física  
Cel: 3173878839  
E-mail: akreisberger@unicesmag.edu.co


 <b>UNIVERSIDAD CESMAG</b> <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	<b>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-031
		<b>VERSIÓN:</b> 1
		<b>FECHA:</b> 09/JUN/2022

INFORMACIÓN DEL (LOS) AUTOR(ES)	
<b>Nombres y apellidos del autor:</b> Farit alexander morales coronel	<b>Documento de identidad:</b> 1085333753
<b>Correo electrónico:</b> Farit2696@outlook.com	<b>Número de contacto:</b> 3186415274
<b>Nombres y apellidos del autor:</b> David Alejandro Benavides Villacruz	<b>Documento de identidad:</b> 1088598237
<b>Correo electrónico:</b> Dabenavides.8237@unicesmag.edu.co	<b>Número de contacto:</b> 3017801541
<b>Título del trabajo de grado:</b> Revisión documental sobre el Sedentarismo y obesidad en el desarrollo psicomotor del año 2012 al 2022	
<b>Facultad y Programa Académico:</b> Facultad de Educación Licenciatura en Educación Física	

En nuestra calidad de autores y/o titular (es) del derecho de autor del Trabajo de Grado o de Aplicación señalado en el encabezado, conferimos a la Universidad CESMAG una licencia no exclusiva, limitada y gratuita, para la inclusión del trabajo de grado en el repositorio institucional. Por consiguiente, el alcance de la licencia que se otorga a través del presente documento abarca las siguientes características:

- a) La autorización se otorga desde la fecha de suscripción del presente documento y durante todo el término en el que los firmantes del presente documento conservemos la titularidad de los derechos patrimoniales de autor. En el evento en el que dejemos de tener la titularidad de los derechos patrimoniales sobre el Trabajo de Grado o de Aplicación, nos comprometemos a informar de manera inmediata sobre dicha situación a la Universidad CESMAG. Por consiguiente, hasta que no exista comunicación escrita de nuestra parte informando sobre dicha situación, la Universidad CESMAG se encontrará debidamente habilitada para continuar con la publicación del Trabajo de Grado o de Aplicación dentro del repositorio institucional. Conozco(conocemos) que esta autorización podrá revocarse en cualquier momento, siempre y cuando se eleve la solicitud por escrito para dicho fin ante la Universidad CESMAG. En estos eventos, la Universidad CESMAG cuenta con el plazo de un mes después de recibida la petición, para desmarcar la visualización del Trabajo de Grado o de Aplicación del repositorio institucional.
- b) Se autoriza a la Universidad CESMAG para publicar el Trabajo de Grado o de Aplicación en formato digital y teniendo en cuenta que uno de los medios de publicación del repositorio institucional es el internet, aceptamos que el Trabajo de Grado o de Aplicación circulará con un alcance mundial.
- c) Aceptamos que la autorización que se otorga a través del presente documento se realiza a título gratuito, por lo tanto, renunciamos a recibir emolumento alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y/o cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente autorización y de la licencia o programa a través del cual sea publicado el Trabajo de grado o de Aplicación.
- d) Manifestamos que el Trabajo de Grado o de Aplicación es original realizado sin violar o usurpar derechos de autor de terceros y que ostentamos los derechos patrimoniales de autor sobre la misma. Por consiguiente, asumo(asumimos) toda la responsabilidad sobre su contenido ante la Universidad CESMAG y frente a terceros, manteniéndose indemne de cualquier reclamación que surja en virtud de la misma. En todo caso, la Universidad CESMAG se compromete a indicar siempre la autoría del escrito incluyendo nombre de los autores y la fecha de publicación.



 <b>UNIVERSIDAD CESMAG</b> <small>NIT: 800.109.387-7 VIGILADA MINEDUCACIÓN</small>	<b>AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN DE TRABAJOS DE GRADO O TRABAJOS DE APLICACIÓN EN REPOSITORIO INSTITUCIONAL</b>	<b>CÓDIGO:</b> AAC-BL-FR-031
		<b>VERSIÓN:</b> 1
		<b>FECHA:</b> 09/JUN/2022



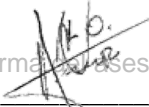
e) Autorizamos a la Universidad CESMAG para incluir el Trabajo de Grado o de Aplicación en los índices y buscadores que se estimen necesarios para promover su difusión. Así mismo autorizo autorizamos a la Universidad CESMAG para que pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

**NOTA:** En los eventos en los que el trabajo de grado o de aplicación haya sido trabajado con el apoyo o patrocinio de una agencia, organización o cualquier otra entidad diferente a la Universidad CESMAG. Como autores garantizamos que hemos cumplido con los derechos y obligaciones asumidos con dicha entidad y como consecuencia de ello dejamos constancia que la autorización que se concede a través del presente escrito no interfiere ni transgrede derechos de terceros.

Como consecuencia de lo anterior, autorizamos la publicación, difusión, consulta y uso del Trabajo de Grado o de Aplicación por parte de la Universidad CESMAG y sus usuarios así:

- Permitimos que nuestro Trabajo de Grado o de Aplicación haga parte del catálogo de colección del repositorio digital de la Universidad CESMAG por lo tanto, su contenido será de acceso abierto donde podrá ser consultado, descargado y compartido con otras personas, siempre que se reconozca su autoría o reconocimiento con fines no comerciales.

En señal de conformidad, se suscribe este documento en San Juan de Pasto a los 26 días del mes de 06 del año 2023

	
Firma del autor	Firma del autor
Nombre del autor: farit alexander morales coronel	Nombre del autor: David Alejandro Benavides Villacruz
 Firma del asesor	
Nombre del asesor: Andersson Kreisberger Ortiz	