

## Editorial

El presente dossier busca resaltar las investigaciones que, desde una perspectiva ínter y transdisciplinar, aportan a las discusiones relativas a los ejes temáticos de la *Revista de Investigación Cuerpo, Cultura y Movimiento*. Para ello, se invitó como editoras a las docentes investigadoras Paula Janyn Melo Buitrago, coordinadora de investigaciones de la Escuela Militar de Cadetes General José María Córdova (Esmic), y Laura Elizabeth Castro Jiménez, docente investigadora de la Universidad Santo Tomás (USTA), quienes aportaron a la primera parte de la publicación artículos a partir de la educación física vista desde su componente curricular. Además, la directora de la Maestría en Actividad Física para la Salud de la USTA, Cindy Joulieth Castro Ramírez, contribuyó en la segunda parte del dossier con artículos productos de investigación desde la actividad física como herramienta de promoción de la salud y prevención de la enfermedad.

La primera parte del dossier 2019-2 tiene por eje temático los proyectos de investigación formativa de las diferentes instituciones de educación superior, cuyo trabajo se desarrolló en cooperación académica con la Facultad de Educación Física Militar de la Esmic y la Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación de la USTA.

La propuesta de este dossier fue reunir trabajos que abordaran los resultados de investigaciones en las áreas de educación física y deporte realizadas desde las acciones de investigación formativa, con el fin de fortalecer y visibilizar los procesos de los estudiantes y su aplicabilidad en el área. En este sentido, se planteó la convocatoria para recibir escritos desde diferentes áreas como: desarrollo del currículo del área de educación física, metodología de la enseñanza, actitudes, intereses y motivaciones de los estudiantes, el estudio de género en la educación física, desarrollo de materiales didácticos, iniciación a la práctica deportiva, características sociológicas de las instalaciones deportivas, planificación y desarrollo de programas de actividades, impacto sobre la salud y la calidad de vida de la práctica de actividades físico-deportivas, problemática específica del deporte (escolar, universitario, federado), la enseñanza deportiva, el impacto de la competición deportiva sobre la salud en la infancia y adolescencia, estilos de dirección y gestión deportiva, hábitos de práctica deportiva de la población, estudios biomecánicos y kinesiológicos del movimiento, fisiología de la actividad física y el

deporte, bioquímica del movimiento humano, análisis antropométricos y efectos del ejercicio físico sobre dichas variables.

Las temáticas abordadas en los artículos aprobados fueron el desarrollo del currículo en el área de educación física y las metodologías para la mejora de las cualidades físicas en población estudiantil. En el primero, los autores expusieron los resultados al identificar las particularidades del quehacer educativo de la educación física como asignatura escolar en algunas instituciones formales de Bogotá, a la luz de las competencias específicas propuestas por el documento n.º 15 del Ministerio de Educación Nacional, las cuales son: competencia motriz, competencia expresiva corporal y competencia axiológica corporal, a través de una metodología cualitativa. Los investigadores encontraron que el quehacer educativo está centralizado en la competencia motriz, con menor trabajo en las otras dos competencias. No obstante, esto puede reorientar su incidencia educativa a partir del reconocimiento de los estudiantes como seres activos en el lecho social, concientizándolos de que son un cuerpo que se construye y constituye a través del movimiento y su relación con lo otro.

El segundo artículo toma como base el programa de calentamiento Fifa 11+, que fue desarrollado por el Centro de Médico de Evaluación e Investigación de la Fifa (F-MARC, por sus siglas en inglés), que está compuesto por entrenamiento pliométrico, balance y agilidad con ejercicios dinámicos y específicos. Con base en este entrenamiento, los autores lo aplicaron durante 10 semanas, 3 veces por semana, en un grupo experimental de estudiantes de v semestre de la Facultad de Educación Física Militar (FEMF) en la Esmic y compararon los resultados con un grupo control. Se reportó una mejora del 67.9 % en comparación con 8.2 % con el grupo control (calentamiento convencional). Los investigadores concluyeron que el programa de calentamiento Fifa 11+ es efectivo para mejorar la flexibilidad, teniendo como impacto futuro en la escuela ayudar a disminuir la presencia de lesiones musculoesqueléticas.

Las investigaciones publicadas muestran las tendencias de investigación formativa de las universidades, en la que se evidencia cómo la Universidad Pedagógica le apuesta a su quehacer profesional y el impacto social que debe tener el licenciado en Educación Física; y, por otro lado, la Escuela Militar de Cadetes buscando alternativas para la fortalecer la condición física de los militares en formación, resaltando la cultura física como uno de los pilares de su proceso de formación militar.

Por último, resaltamos la importancia de continuar trabajando en la formación de investigadores desde las instituciones de educación superior, pensando en la publicación de sus logros como una forma de visualizar a la comunidad académica los esfuerzos investigativos que indiscutiblemente generan el cambio y el progreso de un país. Esperamos una mayor participación de las diferentes universidades en próximas ediciones.

La segunda parte del dossier 2019-2 tiene por eje temático central la actividad física como herramienta de promoción de la salud y prevención de la enfermedad. De acuerdo con esto, se recopilaron investigaciones que evidenciaron el aporte de la actividad física como herramienta que coadyuva a disminuir factores de riesgo de enfermedades no transmisibles (ENT) y se adapta de acuerdo con el tipo de población. Todos estos trabajos fueron presentados en el VII Seminario Internacional de Actividad Física para la Salud, evento liderado por la Universidad Santo Tomás, el Colegio Colombiano de Educadores Físicos y Profesiones Afines (COLEF) y el Instituto Distrital de Recreación y Deporte (IDRD).

Los estudios compilados a continuación, se enmarcan en tres líneas temáticas desarrolladas en el evento. La línea 1, *Actividad física y ENT*, presenta dos estudios en los que se evidencian factores de riesgo y la importancia que tiene la actividad física como herramienta de promoción de la salud y prevención de la enfermedad. La línea 2, *Actividad física adaptada para población diversamente hábil*, en la cual se desarrolla una investigación con deportistas de voleibol sentado. Finalmente, la línea 3, *Tendencias de acondicionamiento físico*, con un estudio que visibiliza un método de control de la periodización de una de las nuevas modalidades de entrenamiento en el fitness.

Iniciamos con el artículo *Carga de mortalidad atribuible a la inactividad física*, Colombia 2015 (Chaparro, 2019) como apertura de esta compilación, con el fin de evidenciar la importancia de la actividad física como herramienta de promoción de salud y prevención de las ENT. Al presentar la carga de mortalidad por ENT atribuibles a la inactividad física (IF) en personas de 25 a 64 años durante el año 2015 en Colombia. El estudio calculó la prevalencia de IF y el riesgo atribuible poblacional (%) (%RAP). Se demostró que la IF es un factor de riesgo para desarrollar ENT y se evidenció la problemática de salud pública que representa en el país, al concluir que, en Colombia, para 2015, el 50.1 % de mortalidad por ENT fue atribuible a IF

con un %RAP mayor para enfermedad isquémica cardíaca, diabetes mellitus y tumor maligno de colon en personas de 25 a 64 años.

Luego de abordar la importancia de la actividad física como herramienta de promoción y prevención, nos adentramos al artículo *Correlación: fuerza de tronco y composición corporal de hombres de Bogotá* (Uscátegui, Rodríguez y Gutiérrez, 2019), en el que se estableció la correlación entre las variables de fuerza de tronco en flexión y la composición corporal en hombres de Bogotá. Sus resultados indican que existe una correlación negativa moderada evidenciada entre el porcentaje de masa grasa y la fuerza de flexión del tronco, y señalan que, a mayor porcentaje de grasa, menor fuerza abdominal en flexión. Esto demuestra la importancia de realizar actividad física a partir de un entrenamiento aeróbico y de fuerza, como lo sugieren otros estudios, para disminuir así un factor de riesgo en ENT como lo es porcentaje de masa grasa.

Después de pasar por el entrenamiento de la fuerza que nos sugiere el artículo anterior, abordaremos el entrenamiento de la flexibilidad, ahora en población diversamente hábil, continuando con la investigación *Entrenamiento de la flexibilidad en voleibol sentado* (Cantillo y Camargo, 2019), la cual muestra los efectos de un programa de entrenamiento de la flexibilidad en la cadena muscular posterior sobre el alcance funcional y la ejecución del golpe de antebrazos en un grupo de jugadores de voleibol sentado de la liga de Bogotá. Este estudio mostró la significancia estadística en los resultados de los test de flexibilidad y cambios a nivel clínico, lo que evidencia la adaptabilidad de la actividad física y su influencia positiva a nivel clínico.

Finalizamos con el artículo *Cuantificación del entrenamiento funcional mediante la valoración del esfuerzo percibido en sujetos físicamente activos* (Bustos-Viviescas, Arévalo Contreras, Acevedo-Mindiola, y Castellanos Jiménez, 2019), el cual determinó la relación entre la valoración del esfuerzo percibido en la sesión (Epes) y el índice de Edwards (IE) para cuantificar la carga interna basada en la frecuencia cardíaca en el entrenamiento funcional de alta intensidad con sujetos físicamente activos. Entre los principales hallazgos de esta investigación se evidenció una relación positiva y muy significativa entre el IE y la Epes, considerándose un método viable, económico y de fácil aplicación para cuantificar la carga interna en el entrenamiento funcional de alta intensidad.

Esta compilación evidencia la importancia de implementar la actividad física sistematizada como herramienta para la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, al contrarrestar los efectos generados por la IF —como una de las causas de mortalidad por ENT— y al intervenir en la disminución de factores de riesgo de las ENT, como lo es el porcentaje de masa grasa. Por su efectividad y eficiencia, dicha implementación constituye un medio para atacar la problemática de salud pública actual. Así mismo, evidencia la capacidad de adaptación de la actividad física, de acuerdo con el tipo de población, y su importancia como coadyuvante en la mejora de la condición clínica. Así lo refieren los resultados de la investigación realizada con deportistas de voleibol sentado y con sujetos físicamente activos, a partir de la aplicación de métodos que permiten un control de la periodización en entrenamiento funcional de alta intensidad, como lo es la Epes.

El último artículo del dossier es un trabajo invitado que aborda el índice de masa corporal frente al concepto de autoimagen corporal en profesionales de estética en la ciudad de Bogotá. Se realizó un estudio de tipo descriptivo de corte transversal, con una encuesta en entrevista individual, para indagar sobre la percepción de la imagen corporal. Se tomaron las medidas antropométricas de talla y peso, y se calculó el índice de masa corporal (IMC). Se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre la autopercepción de la silueta corporal y el índice de masa corporal percibido frente al evaluado en los trabajadores del centro estético.

Para finalizar, se espera que el conjunto de artículos presentados en este dossier continúe animando a la comunidad académica a proseguir estudiando, profundizando, investigando e innovando en las bondades de la práctica sistemática de la educación física y la actividad física, para así contribuir al bienestar y la calidad de vida.

Editoras invitadas

*Mg(c). Paula Janyyn Melo Buitrago*

Coordinadora de investigaciones de la Esmic

*Ph. D. (c) Laura Elizabeth Castro Jiménez*

Docente investigadora de la USTA

*Mg. Cindy Joulieth Castro Ramírez*

Directora de la Maestría en Actividad Física para la Salud de la USTA