

Cuerpo, Cultura y Movimiento

ISSN: 2248-4418 | e-ISSN: 2422-474X

Universidad Santo Tomás

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

Vol. 13, n.º 1

enero-junio del 2023

Bogotá, D. C.



ISSN: 2248-4418

e-ISSN: 2422-474X

Periodicidad semestral

Correo electrónico: cuerpoculturaymovimiento@usantotomas.edu.co

Página web: <https://revistas.usantotomas.edu.co/index.php/rccm>

Universidad Santo Tomás

Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación

2023

Universidad Santo Tomás

Ediciones USTA

Sede Principal, Edificio Luis J. Torres

Cra. 9 n.º 51-11, sótano 1

Teléfono: (+57) (1) 587 8797, ext. 2991

<http://ediciones.usta.edu.co>

<http://www.usta.edu.co>

<https://revistas.usantotomas.edu.co/>

editorial@usantotomas.edu.co

Bogotá, D. C., Colombia

2023

Hecho el depósito que establece la ley.



Esta obra está bajo una Licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0).

Consejo Editorial Particular

Fray José Gabriel Mesa Angulo, O. P.

Rector General

Fray Eduardo González Gil, O. P.

Vicerrector Académico General

Fray Wilson Fernando Mendoza Rivera, O.P.

Vicerrector Administrativo y Financiero General

Fray Jorge Ferdinando Rodríguez Ruiz, O. P.

Decano de la División de Educación Abierta y a Distancia

Olga Lucía Ostos Ortiz, Ph. D. (c)

Directora de la Dirección Nacional de Investigación e Innovación

Alejandro Villate Uribe

Director de Ediciones USTA

María del Pilar Florián Escobar

Directora Técnica del CRAI

División Ciencias de la Salud

Padre Pedro José Díaz Camacho, O. P.

Decano de División

Francisco Javier Fonseca Zamora

Decano Facultad Cultura Física, Deporte y Recreación

Luz Marina Rojas González

Secretaria de División

Revista de Investigación Cuerpo, Cultura y Movimiento

Gaviota Marina Conde Rivera

Universidad Santo Tomás, Colombia

Editora

Comité Editorial

Ph. D. Astolfo Romero García

Universidad Santo Tomás, Colombia

M. C. Roberto Espinoza Gutiérrez
Universidad Autónoma de Baja California, México

Ph. D. Silvia Citro
Universidad de Buenos Aires, Argentina

Ph. D. Sonia Castillo Ballén
Universidad Distrital Francisco José de Caldas, Colombia

Ph. D. Mario Cezar de Souza Costa Conceição
Universidade Estadual do Estado do Rio de Janeiro, Brasil

Ph. D. Daniel Rojas-Valverde
Universidad Nacional de Costa Rica: Heredia, Costa Rica

Comité científico

Ph. D. Adriana Yolanda Campos Rodriguez
Universidad Santo Tomás, Colombia

Ph. D. Jhon Fredy Ramírez Villada
Universidad de Antioquia, Colombia

Ph. D. Eduardo Galak
Universidad Nacional de La Plata, Argentina

Ph. D. Raúl Fernández Baños
Universidad Zaragoza, España

Ph. D. Esperanza Osorio
Funlibre, Colombia

Ph. D. Estélio Henrique Martin Dantas
Universidade de Tiradentes, Brasil

Editores invitados

Ph. D. (f). Rosa Elvira Cabrera
Departamento del Sistema de Enseñanza Deportiva y especialista de ciencia, tecnología y medioambiente, Cuba

Ph.D. Alina Bestard Revilla
Facultad de Cultura Física de la Universidad de Oriente, Cuba.

Ph.D. Carlos Roberto Sierra Barbado
Facultad de Cultura Física de la Universidad de Oriente, Cuba

Ing. Jonathan González Pieras
Dirección Provincial de Deportes de Santiago de Cuba, Cuba.

Comité de árbitros

Ph. D. Asunción Milagros Pérez Mariño
Universidad de Oriente. Facultad Cultura Física, Cuba

Ph. D. Emelina de la Concepción Cortés Cancio
MINED Superior, Cuba

Ph. D. Fabián Andrés Contreras Jauregui
Universidad del Atlántico, Colombia

Ph. D. Hilda Rosa Rabilero Sabates
Facultad de Cultura Física. Universidad de Oriente. Cuba

Ph. D. José María Izquierdo Velasco
Universidad de Valladolid, España

Ph. D. María de los Ángeles Fernández Villarino
Universidad de Vigo, España

Ph. D. Moisés Simão Santa Rosa De Sousa
Universidade do Estado do Pará, Brasil

Ph. D. Mónica Aznar Cebamanos
Universidad de Zaragoza, España

Ph. D. Osvaldo Omar Ron
Universidad Nacional de La Plata, Argentina

Ph. D. Richard Almaguer López
Instituto Superior de Formación Docente Salomé Ureña, República Dominicana

Ph. D. Rocío Rivero García
Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia

Ph. D. Yusnely Peña García
Federación mexicana de asociaciones en Educación y Cultura Física, Sinergia A.C e
IBERORED, México

Ph. D. (f). Hoovaldo Florez Vahos
Secretaría de Educación Distrital, Bogotá, Colombia

Ph. D. (f). José Alexander García García
Corporación Universitaria Minuto de Dios, Colombia

Ph. D. (f). Jorge Mauricio Celis Moreno
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación. Universidad Santo Tomás, Colombia

Ph. D. (f). Juan Pablo Reyes
Universidad Pedagógica Nacional, Colombia

ME. Medicina del Deporte Alma Liliana López Marmolejo
Independiente, Colombia

Mg. Bertha Susana Paz Viteri
Universidad Nacional de Chimborazo, Ecuador

Mg. Darío Mendoza Romero
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, Universidad Santo Tomás, Colombia

Mg. Fabián O. Lancheros Rodríguez
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación. Universidad Santo Tomás, Colombia

Mg. Gloria Elsa Rodríguez Jiménez
Corporación Universitaria Iberoamericana, Colombia

Mg. Hugo Hernández López
Instituto Nacional de Deporte, Educación Física y Recreación, Cuba

Mg. Iván Darío Pinzón Ríos
Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Colombia

Mg. Jeison Daniel Salazar Pachón
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, Universidad Santo Tomás, Colombia

Mg. José Andrés Vivas Díaz
Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Colombia

Mg. Josefina Chávez Chávez
Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Colombia

Mg. Lady Johanna Ruiz González
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación, Universidad Santo Tomás, Colombia

Mg. Luis Adolfo Motato Rodríguez
Institución Universitaria Escuela Nacional del Deporte, Colombia

Mg. Néstor Daniel Sánchez Londoño
Centro Internacional de Educación y Desarrollo Humano, Colombia

Mg. Nicolay Gracia Cortez
Facultad de Cultura Física, Deporte y Recreación. Universidad Santo Tomás, Colombia

Mg. Rosa Elena Mendivelso Leal
Corporación Universitaria CENDA, Colombia

Mg. Yeinsson Enrique Guevara Gutiérrez
Universidad Nacional de La Plata, Argentina

Fga. Andrea Elizabeth Marín Venegas
Instituto de Rehabilitación Infantil Teletón, Santiago de Chile, Chile

Cuidado editorial

Ana María Rojas
Correctora de estilo en español

Sergio Enciso
Corrector de estilo en inglés

Ranita Dalpiaz
Correctora de estilo en portugués
Traductora de metadatos a portugués

Nathalie Barrientos
Traductora de metadatos a inglés

Carlos Arturo Arias Sanabria
Coordinador editorial de revistas de Ediciones USTA

Contenido

Deporte, resiliencia y calidad de vida

Sport, Resilience, and Quality of Life

Esporte, Resiliência e Qualidade de Vida

Rosa Elvira Cabrera Acosta

Alina Bestard Revilla

Carlos Roberto Sierra Barbado

Jonathan González Pieras

Estrategia educativa para el desarrollo físico de los niños en el hogar

Educational Strategy for the Physical Development of Children at Home

Estratégia educacional para o desenvolvimento físico das crianças em casa

Aliagna Téllez Quiala

Beatriz de la Caridad Espinal Ribeaux

Acciones psicopedagógicas en badmintonistas para la toma de decisiones

Psychopedagogical actions in badminton players for decision-making

Ações psicopedagógicas em jogadores de badminton para a tomada de decisões

Amaya Castillo Caurel

Carga de treino do microciclo da periodização esportiva

Carga de entrenamiento del microciclo de la periodización deportiva

Training load of the microcycle in sports periodization

Nelson Kautzner Marques Junior

Covid-19 y síndrome de *burnout* en trabajadores del Instituto Nacional de Deportes, Educación Física y Recreación

COVID-19 and *Burnout* Syndrome in Workers of the National Institute for Sports, Physical Education, and Recreation

Covid-19 e síndrome de *burnout* em trabalhadores do Instituto Nacional de Esportes, Educação Física e Recreação

Carlos Alberto Oliva Lima

Ejercicios terapéuticos para gonartrosis en exatletas tratados con terapia regenerativa

Therapeutic Exercises for Gonarthrosis in Former Athletes Treated with Regenerative Therapy

Exercícios terapêuticos para gonartrose em ex-atletas tratados com terapia regenerativa

*Lisbey Naranjo Abad
Viviana Romero Vidal*

Plan de Acciones Psicológicas para el control del miedo en atletas de pesas

Psychological Action Plan to Control Fear in Weightlifting Athletes

Plano de ações psicológicas para controlar o medo em atletas de levantamento de peso

Yoanni Castelnau Díaz

Understanding Olympic Diplomacy: The Refugee Team at the 2020 Tokyo Games

Comprender la diplomacia olímpica: el equipo de refugiados en los Juegos de Tokio 2020

Compreender a diplomacia olímpica: a equipe de refugiados nos Jogos de Tóquio 2020

*William Douglas de Almeida
Katia Rubio*

Experiencias para la investigación estudiantil en tiempos de pandemia: un aula virtual

Student Research Experiences in Times of Pandemic: A Virtual Classroom

Experiências para a pesquisa estudiantil em tempos de pandemia: uma sala de aula virtual

Reinaldo Castro Cisneros
Susana Cisneros Garbey