

*Desde el punto de vista de la Educación Física, área en la que se centra este trabajo, en la Resolución sobre la Función del Deporte en la Educación (2007), se hace referencia a la Educación Física como “la única materia escolar, que prepara a los niños para un estilo de vida saludable y se centra en su desarrollo integral, físico y mental” (Pastor-Vicedo, Gil-Madrona, Prieto-Ayuso y González-Villora, 2015, p. 135).*

**Rafael Caracuel  
António Guerreiro**

# Percepción del alumnado de primer ciclo de educación secundaria sobre su salud desde la perspectiva del profesorado

## *Perception of students in the first cycle of secondary education about their health from the perspective of teachers*

RAFAEL CARACUEL\*  
ANTÓNIO GUERREIRO\*\*

### Resumen

El objetivo de este trabajo es conocer la opinión del profesorado sobre los conocimientos en salud que tiene el alumnado y qué beneficios piensan los adolescentes que la práctica de actividad física produce en su salud. Vamos a analizar los conocimientos, pensamientos y creencias del alumnado de primer ciclo de educación secundaria acerca de su concepción de la salud y de su imagen corporal, contrastadas con la percepción del profesorado de educación física. Para ello hemos realizado un Grupo de Discusión, en el que han participado 8 profesores de Educación Física. La información obtenida la hemos procesado a través del programa Nudits Vivo. Los resultados indican que el profesorado considera de manera mayoritaria que su alumnado tiene un concepto difuso de lo que es la salud, aunque indiquen ciertos indicadores que hacen presumir que intuyen lo que es beneficioso o lo que no lo es. Así también manifiestan que el alumnado tiene conocimientos y hábitos de seguridad en la práctica de actividades físico-deportivas. Además se detecta que resulta difícil que se produzca una modificación de la conducta alimentaria, si al mismo tiempo no se promueven los cambios en los contextos familiares y sociales.

\* Doctor en Ciencias de la Educación, Universidad de Granada, España; Email: rcaracuel10@gmail.com

\*\* Doutor em Educação Matemática; Professor e diretor da Escola Superior de Educação e Comunicação da Universidade do Algarve, Portugal; Email: aguerrei@ualg.pt

**Palavras-chave:** Percepção. Salud. Actividad física. Adolescentes hábitos.

## Abstract

The aim of this work is to know the opinion of the teachers about the health knowledge that the students have and what benefits the adolescents think that the practice of physical activity produces in their health. We will analyse the knowledge, thoughts and beliefs of students in the first cycle of secondary education about their conception of health and their body image, contrasted with the perception of physical education teachers; it is the object of the investigation that we approach. For this we have made a Discussion Group, in which 8 teachers of Physical Education have participated. We have processed the information obtained through the Nudits Vivo program. The results showed us that teachers consider in a majority way that their students have a diffuse concept of what health is, although they show certain indicators that make presume that they intuit what is beneficial or what is not. They also state that the students have knowledge and safety habits in the practice of physical-sporting activities. In addition, it is detected that it is difficult to produce a modification of the alimentary behaviour, if at the same time the changes in the familiar and social contexts are not promoted.

**Keywords:** Perception. Health. Physical activity. Adolescents habits.

## Introducción

Es complicado definir el concepto de salud, dadas las diferencias individuales humanas tanto a nivel físico como psíquico (Fuentes, 2011). La dificultad radica en no considerar el término salud como una palabra opuesta a la de enfermedad, sino como algo mucho más complejo, un concepto global (Vicedo, Madrona, Ayuso y Villora, 2015), donde la sensación de bienestar, la capacidad para ejercer toda clase de funciones, e incluso la de contribuir a la felicidad de los semejantes, tienen un sitio reservado. Actualmente, debemos entender la asociación entre educación y salud desde esta globalidad, incluyendo, por tanto, tres dimensiones, biológica, psicológica y social (Chaparro, Pérez y Sanz, 2012; Delgado, Tercedor, Chillón, Pérez y Martín, 2014; Pastor-Vicedo, Gil-Madrona, Prieto-Ayuso y GonzálezVillora, 2015).

Esta concepción holística de la salud y del hecho educativo lleva implícito la consideración de una Educación para la Salud, entendida no como una serie de intervenciones aisladas en el espacio y en el tiempo, sino como un aspecto fundamental del proyecto educativo de cada centro, donde se impregne del entorno y movilice a toda la comunidad educativa, y donde la finalidad sea el desarrollo armónico e integral de la persona, atendiendo a la salud como un recurso para la vida (Cimarro, 2014, Morgan y Hernán, 2013).

Se puede establecer que los objetivos de la educación coinciden en esta

perspectiva con las metas de la promoción de la salud, tal y como sostiene Pastor Julián (2003, p. 10), “la salud, como elemento del grado de bienestar y de calidad vital conseguida, resulta un elemento clave en la integración social de las personas, meta a la que tiende la educación”. De igual manera, el mismo autor considera que “la salud y la educación son, pues, dos conceptos no sólo compatibles sino tan interrelacionados que no pueden existir el uno sin el otro” (p. 11).

Desde el punto de vista de la Educación Física, área en la que se centra este trabajo, en la Resolución sobre la Función del Deporte en la Educación (2007), se hace referencia a la Educación Física como “la única materia escolar, que prepara a los niños para un estilo de vida saludable y se centra en su desarrollo integral, físico y mental” (Pastor-Vicedo, Gil-Madrona, Prieto-Ayuso y González-Villora, 2015, p. 135).

Una de las finalidades de nuestro currículo, es la de “promover un estilo de vida activo y sano, y fomentar o crear hábitos de adherencia a la práctica de la actividad física para que los alumnos continúen activos” (Gil, Cuevas, Contreras y Díaz, 2012, p. 116) y tanto para primaria, como para secundaria, está impregnado de contenidos referidos a la salud, intentando hacer consciente al alumnado de las consecuencias negativas que puede tener para su salud una vida sedentaria o una mala alimentación, entre otros factores (Pastor, Brunicardi, Arribas y Aguado, 2016; Pastor-Vicedo, Gil-Madrona, Prieto-Ayuso y González-Villora, 2015).

La actividad física, incluyendo al ejercicio físico y el deporte es reconocida como un medio muy eficaz para procurar, mantener y mejorar la salud (Luarte, Garrido, Pacheco y Daolio, 2016). Los profesionales de esta área y otras instituciones reconocen claramente los beneficios saludables que genera la práctica frecuente de ejercicio físico a nivel fisiológico, psicológico y social, tanto a corto y como a largo plazo. Pero el número de personas que dedican parte de su tiempo libre a realizar actividades físicas frecuentes y apropiadas, según demuestran los datos de diversos estudios realizados (Cuberos, Garcés, Fernández, Sánchez, Fernández y Ortega, 2015, Cuesta, 2013, De Frutos, 2016, Fuentes, 2011, Maestre-Miquel, Regidor, Cuthill y Martínez, 2015, Sánchez, García, Rodríguez y Sanz, 2015), sigue siendo bajo en nuestro país, por lo que aún queda mucho trabajo por hacer.

Para que la salud se convierta en una prioridad en los adolescentes, han de ser conscientes de la importancia que tiene para ellos preservarla; no sólo en la etapa de la vida en la que se encuentran, sino enfocándola en una larga expectativa de vida productiva (De la Revilla, Marcos y De los Ríos, 1996). Es aquí donde cobra importancia, conocer previamente, de mano del profesorado, la percepción de salud y hábitos de vida saludables que posee el alumnado.

Una Educación en salud de calidad, en el ámbito escolar, depende, como agente principal para su desarrollo, del profesorado. La percepción, opiniones, sugerencias y actitudes del profesor, van a ser de gran relevancia

en la promoción de salud en el contexto escolar (Talavera y Gavidia, 2013). Concretamente para Camacho-Miñano, García, Rico, y Ángel (2013), es la figura del profesor de Educación Física, la clave para un buen desarrollo de Estilos de vida saludables en el alumnado.

Sobre la importancia del papel del profesor de educación física en la educación para la salud, coincidimos con la opinión de Cimarro (2014, p. 4), cuando considera que

como educadores estamos obligados a fomentar el desarrollo de planes de actividad física y salud adecuados, para ayudar a nuestros escolares a que perciban y valoren los beneficios de la actividad física regular, la correcta alimentación, el adecuado descanso y la correcta higiene personal.

El interés, la formación en educación para la salud en el profesorado de educación física y la elaboración de proyectos de intervención van a ser fundamentales para cambiar y mejorar este concepto en el alumnado, permitiendo una mejora de su salud y calidad de vida a largo plazo (Talavera y Gavidia, 2013).

El presente trabajo forma parte de una investigación más amplia en el que se analiza la influencia de la educación física en los hábitos saludables del alumnado del primer ciclo de educación secundaria en diferentes centros de las comarcas de Córdoba. El principal objetivo del estudio es analizar los conocimientos, pensamientos y creencias del alumnado de primer ciclo de Educación Secundaria de centros de las comarcas del Sur de Córdoba, acerca de su concepción de la salud, contrastadas con la percepción del profesorado de Educación Física de estos centros.

## **1. Metodología**

### **1.1. Diseño y participantes**

Se trata de un estudio cualitativo, de tipo interpretativo y corte transversal, en el que han participado 8 profesores de Educación Secundaria Obligatoria, 6 hombres y 2 mujeres, que imparten la asignatura de Educación Física en centros de las comarcas del Sur de la provincia de Córdoba. La selección de la muestra ha sido realizada mediante “muestreo por criterio lógico” (Tójar, 2006), tomando como criterio básico el ser profesor de los centros educativos de las comarcas de estudio.

### **1.2. Instrumento**

Se ha creado un sistema de categorías, estableciéndose como campo de análisis la percepción del alumnado sobre su salud desde la perspectiva del profesorado. Para la recogida de datos se ha utilizado como instrumento el Grupo de Discusión, con preguntas abiertas, concretamente, para

aproximarnos a esa relación salud-adolescencia, nos parece de gran interés conocer la percepción del profesorado a través de las opiniones del concepto de salud. Para ello, se plantearon las siguientes preguntas al profesorado que participó en el Grupo de Discusión: ¿Qué percepción creéis que tiene vuestro alumnado sobre su salud y sobre la relación que existe entre la práctica de actividad física y los beneficios que ésta reporta sobre su salud? ¿Qué aspectos consideran que la conforman?

Para la validez y fiabilidad del grupo de discusión se ha utilizado la estrategia de triangulación de los datos (Cowman, 1993).

### 1.3. Procedimiento

Comenzamos solicitando la colaboración de los Centros Educativos de Educación Secundaria que participaron en este estudio. Realizándose mediante un documento informativo en el cual se detallaba la naturaleza del mismo y los instrumentos a utilizar.

Una vez obtenida la aprobación de los centros educativos, el equipo directivo de los mismos procedió a informar a los profesores especialistas en la materia en cuestión. El instrumento fue aplicado el jueves día 2 de julio de 2015 en el Centro de Profesorado. El debate comenzó a las 11.15 horas y finalizó a las 13.30 horas.

### 1.4. Análisis de los datos

El análisis lo hemos comenzado con la asignación de códigos, que resumen el conjunto de datos reunidos en una categoría o subcategoría, por tanto, los códigos etiquetan los segmentos, agregando información al texto a través de un proceso que abstrae las características del contenido agrupado y la sintetiza en un solo concepto o símbolo. En nuestro caso hemos utilizado tres o cuatro letras mayúsculas para simbolizar los códigos.

Para facilitar la lectura del informe, a lo largo del artículo aparecerán párrafos escritos en cursiva, estos datos corresponden a los textos procesados en el programa de análisis cualitativo Nudits Vivo. Al final aparecerá un código de referencia que indicará a quien corresponde la opinión, estos códigos se girarán por los siguientes criterios:

- Número asignado al Profesor/a.
- Números entre paréntesis que marcarán las líneas del texto de donde está recogida la cita originalmente.
- Tres o cuatro letras en Mayúscula que señalan el código utilizado.

## 2. Resultados

Para conocer las concepciones que tienen el alumnado sobre su salud y la relación que existe entre la práctica de actividad física y los beneficios que reporta a la salud; de información emitida por el profesorado, hemos formulado las siguientes categorías para su análisis:

Tabla 1. *Percepción del Profesorado sobre la concepción de Salud que posee su Alumnado*

CAMPO	Cuadro		CÓDIGO
	PERCEPCIÓN DEL PROFESORADO SOBRE LA CONCEPCIÓN DE SALUD QUE POSEE SU ALUMNADO		PSA
CATEGORÍAS	1.1.- Concepción de la salud por parte del alumnado (PSA)	1.1.1.- Concepto difuso de salud	PCD
		1.1.2.- Salud, ausencia de enfermedad	PAE
	1.2.- Relación del concepto de salud con la práctica de actividad físico-deportiva (PPF)	1.2.1.- Conocimiento de una relación general	PPRG
		1.2.2.- Salud orgánica, práctica físico-deportiva	PPSO
		1.2.3.- Diversión, práctica físico-deportiva	PPDV
		1.2.4.- Relación social, práctica físico-deportiva	PPRS

En lo que respecta a la concepción de la salud por parte del alumnado (PSA); el profesorado participante en el grupo de Discusión considera de manera mayoritaria que su alumnado tiene un concepto difuso de lo que es la salud. (PCD)

Yo creo que el alumnado hoy en día en el lugar que nos movemos no tiene claro el concepto de salud. Básicamente porque por los años de vida que tienen no ven la vida mucho más allá, entonces ellos entienden la salud como algo inmediato y como algo de aplicación o de repercusión instantánea... ... pues entonces, yo creo que ese concepto de salud está muy, muy difuso. Profesor (1 -010-015) PCD

En esta opinión coinciden varios de los participantes en el Grupo de Discusión, así también lo expresa el Profesor 4:

El alumnado no tiene muy claro el concepto de salud. Le queda un concepto ahí como muy abstracto. Pero a lo mejor no saben que es, o en que repercute la salud, la práctica de ejercicio. Por eso te digo que ese contexto que tienen ellos, esa idea global que tienen hace que se quede muy difuso y no le quede claro. Por eso se pierden en ese aspecto. Profesor 4 (051-055) PCD

La consideración de sentirse bien en cuanto a estado de salud, es la que predomina en el alumnado, sin profundizar en otros aspectos que la condicionan; como puede ser la genética. Así lo indican los profesores:

No ven la influencia de la genética (o no lo conocen) ni se percatan de la importancia de la salud mental. Profesor 8 (046-047) PCD

Yo creo que el concepto de salud de los chicos, como habéis dicho es un concepto que se maneja en un nivel abstracto, es decir, es un concepto teórico que ellos pueden asimilar, pero como no hay una repercusión inmediata no hay una causa-efecto de yo hago esto e inmediatamente veo un resultado, sino que es una cuestión a largo plazo, prácticamente se encuadra en una cuestión de fe. Profesor 2 (070-076) PCD

De las opiniones expresadas por el profesorado, apreciamos como de manera mayoritaria se inclinan a considerar que en el primer ciclo de Educación Secundaria el alumnado aún no tiene formado un concepto claro de lo que es la salud, aunque tienen ciertos indicadores que hacen presumir que intuyen lo que es beneficioso o lo que no lo es. Coinciden estas opiniones con las expresadas por Fuentes (2011) en su Grupo de Discusión con profesorado de Educación Secundaria de Jerez de la Frontera. En el análisis de las siguientes categorías apreciamos con más claridad estas percepciones.

Una concepción muy arraigada en el alumnado a estas edades, es considerar la relación causa efecto salud-ausencia de enfermedad (PAE). En este sentido nos parece muy ilustrativa la opinión de Marcos-Becerro (1995, p.54), cuando entiende el concepto de salud con una importante carga



genética y poco apreciada hasta que se pierde: “La salud es un bien, el cual suele ser poco apreciado hasta que se pierde, pero muy deseado cuando se carece de él”. En el alumnado predomina esta concepción de la salud, a tenor de las siguientes opiniones del profesorado.

Por la edad que tienen, consideran que, por lo general, están sanos. Entienden que “si no tienen enfermedades es que están sanos”. Profesor 8 (038-039) PAE

Ellos se manejan dentro una cuestión saludable, ellos están saludables y las típicas enfermedades o síntomas que aparecen producto de unos malos hábitos alimenticios de sedentarismo, de consumo de determinadas sustancias, son las cuestiones que aparecen en edades adultas, no en edades infantiles o adolescentes. Entonces, claro, es una cuestión más, ellos lo asimilan como un concepto teórico y un poco veo yo que se manejan en esa disyuntiva. Profesor 2 (083-089) PAE

La salud así entendida, se asocia a un modelo clínico, donde las personas son consideradas como sistemas fisiológicos multifuncionales. La salud, o su ausencia en este caso, vendría dada por los síntomas de alteración, o lesión de dichos sistemas o funciones orgánicas.

Relacionando el concepto de salud con la práctica de actividad físico-deportiva (PPF). De los estudios realizados (Delgado-Fernández y Tercedor-Sánchez, 2000), ha quedado suficientemente demostrado como la realización de actividad física desarrolla de acuerdo a unos criterios de tipo, duración, intensidad, frecuencia y progresión (American College of Sports Medicine, 1990; Heyward, 1996), y adaptada a las posibilidades del individuo, mejora la salud de la persona y ayuda al tratamiento de enfermedades.

Esta relación debe ser entendida en el ámbito de estudio de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, fundamentalmente, desde dos prismas de análisis. El primero de ellos se centra en la importancia de la práctica de la actividad física en la conformación de un estilo de vida saludable, y el segundo en la aportación que desde el área de la Educación Física se puede hacer en la Educación para la Salud.

En cuanto al conocimiento de una relación general (PPRG). Desde la perspectiva de proceso la actividad física se considera fundamentalmente una experiencia personal y una práctica sociocultural, enfatizándose el potencial beneficio de la práctica de actividad física en el bienestar de las personas, las comunidades y el medio ambiente. El profesorado manifiesta de manera mayoritaria, que su alumnado tiene clara la relación entre la actividad física y la salud.

Entienden que la práctica de ejercicio físico como el realizado a través de juegos, deportes o los propios ejercicios físicos les aporta estar más sanos y fuertes. Por tanto, supone un camino para tener una buena salud. Profesor 8 (031-033) PPRG

Ahora bien, también, es cierto al menos bajo mi experiencia el alumnado si asocia al 100% la práctica de actividad física y de salud. Profesor 1 (021-022) PPRG

Mi alumnado sabe que al hacer práctica de actividad física saben que mejora a su salud, que es bueno para su salud, que es bueno para su cuerpo, que están más fuertes que están más activos. Profesora 3 (026-028) PPRG

El hecho de que el alumnado reconozca como adecuada la práctica de actividad física para la salud, no constituye un factor decisivo para que realice la misma, pero es un primer paso importante. En este sentido, las relaciones entre actividad física y salud no pueden objetivarse o prescribirse, sino comprenderse y orientarse en función de las características de las personas y los grupos que la practican.

La influencia de la actividad física sobre el componente biológico de la salud (PPSO) ha sido ampliamente estudiada y demostrada por su correlación positiva entre el mantenimiento de estilos de vida activos y la existencia de estados de salud y bienestar ha quedado demostrada (Biddle, 1993; Blasco, 1994; Delgado-Fernández, 2000; Devís-Devís, 1992).

El profesorado participante en nuestro Grupo de Discusión considera que aunque el alumnado realiza actividad física tanto en el centro escolar como en su tiempo libre, no tiene muy claro el beneficio que para su salud aporta esta actividad, vinculándola más a aspectos de diversión, ocio o relación social.

Pero en verdad, no saben completamente el sentido real que tiene la práctica en esa actividad física tanto dentro del colegio de educación física como fuera en su tiempo de ocio. Ellos practican sí, pero no saben realmente que mejora la función circulatoria, respiratoria, o incluso aspectos psicológicos, mentales. No llega a saber eso. Profesora 3 (029-033) PPSO

Estoy de acuerdo con lo que se ha comentado anteriormente y quizá uno de los problemas que veo en nuestra tradición es que hemos centrado mucho la salud en temas físicos, entonces el alumnado identifica salud con aspectos físicos, no entienden que sentirse bien, que sentirse psicológicamente realizado, porque al hacer una actividad física esa sensación de bienestar o felicidad que tienes creo que no la asocian a salud, pero creo está en nuestro deber, que hemos orientado esa práctica hacia la salud como algo físico, algo. Profesor 1 (129-136) PPSO

¿Mejora la salud mental por la práctica físico-deportiva (PPDV)? Una de las áreas más investigadas dentro de la psicología del deporte y el ejercicio físico, es el referente a los principales motivos y razones por las cuales los niños o los jóvenes se inician en el deporte y permanecen en él o por el

contrario, abandonan la práctica deportiva.

Desde la perspectiva de proceso, la actividad física, además de poder prevenir o curar enfermedades, encierra potencialmente otros beneficios saludables que no se traducen en adaptaciones orgánicas. Pérez-Samaniego y Devís-Devís (2003) entienden que además de sus potenciales efectos en el funcionamiento de los sistemas orgánicos, la práctica de actividad física permite entrar en contacto con uno mismo, conocer a otras personas o, simplemente, disfrutar de la práctica de las actividades.

Yo coincido con ellos y lo que veo más en mis alumnos es la práctica de ejercicio físico es por el disfrute, ahora mismo, esa es su percepción de la actividad física de la salud... ... Pero en un principio y la práctica de ellos es por disfrute fundamentalmente. Profesora 5 (061-064) PPDV

Yo estoy de acuerdo con lo que ella ha dicho, ellos lo ven como una vivencia, como una vivencia positiva, no son capaces posiblemente de extrapolar como esa vivencia se materializa en esas cuestiones de salud, como antes he dicho de análisis psicológicos, autoestima etc., pero, en definitiva ellos lo viven como algo positivo en la vida cotidiana, de disfrute, con compañeros. Profesor 2 (119-124) PPDV

Una cuestión que ha apuntado la profesora 5, es que ellos lo asocian directamente con el tema del disfrute, la diversión y también durante vuestra intervención ha salido también un aspecto de tipo psicológico de tipo orgánico. Profesor 7 (091-094) PPDV

Aunque ellos no los identifiquen directamente como salud, sino como una emoción en ese caso. Profesor 7 (113-114) PPDV

Los motivos que aparecen con mayor consistencia en la literatura, científica incluyen la diversión, la mejora de la salud y el desarrollo de habilidades (Benjumea, 2011; Cimarro, 2014; Cuesta, 2013; Estévez, 2012). Rosich (2005), expresa que los niveles de satisfacción personal provocados por el ejercicio son de diversa índole; tales como físicos, relacionados con el bienestar fisiológico y psíquico/psicológico. En diversos estudios relacionados con el tema de satisfacción se ha demostrado que los sujetos orientados a la tarea están más satisfechos e interesados en practicar y disfrutar el deporte que los orientados al ego (Cervelló y Santos-Rosa, 2000).

La actividad físico-deportiva también juega un papel importante en el factor social (PPRS). Como soporte y puente entre la persona y el ambiente en el que ésta se desenvuelve, y también como conexión entre muchas de las operaciones humanas entre sí, se encuentra la motricidad (actividad física, deporte), la cual repercute en tres grandes áreas: biomotriz, psicomotriz y sociomotriz. Por tanto, la práctica deportiva puede hacerse partícipe de la formación integral del ser humano, puesto que guarda relación con todos estos elementos, no

limitándose únicamente a las repercusiones físicas, sino teniendo también una gran capacidad de influencia sobre las funciones psicológicas (emocionales) y sociales (relacionales). (Gutiérrez-Sanmartín, 2003).

Es evidente que el deporte en sí mismo no genera valores, pero su utilización como medio de educación es incuestionable. Nos identificamos con la opinión de Torres-Guerrero (2013) cuando considera que el deporte en sí mismo y si lo analizamos desde una perspectiva estructural no es más que el dominio de una técnicas por medio del desarrollo de la condición física y las habilidades motrices, pero no hay que olvidar que en este proceso de adquisición de habilidades, de mejora de capacidades y cualidades intervienen personas, y si bien el dominio de las habilidades por sí mismo no tiene un componente de educación en valores, lo que es indudable que si lo tiene es el cómo se transmiten esas técnicas, y que fines se plantea las personas que lo administran y quienes lo practican, ese objetivo será el que dará moralidad y sentido ético a las acciones deportivas. Así, lo entiende el profesorado.

Pues la verdad es que pienso que sí, porque de hecho ellos se dan cuenta que cuando están practicando alguna actividad física en grupo o jugando, llámalo a través de fútbol, baloncesto, simplemente jugando ellos se dan cuenta que forman parte de un grupo y que son premiados por los amigos, por los compañeros y le hacen sentir mejor cuando hacen una actividad bien, cuando han hecho una buena jugada o cuando han pasado al compañero, como hay un afecto, una cordialidad entre ellos que refuerza su autoestima. Profesora 5 (102-109) PPRS

Por otro lado, están las relaciones sociales que se establecen con la práctica continuada de actividades deportivas. Relaciones de amistad, compañerismo, cooperación o solidaridad. Pero todo dependerá de cómo se articula esta práctica deportiva, qué objetivos se plantean los profesores, monitores, entrenadores, padres... y los propios participantes. Creo que es muy importante para la salud global del alumnado estas prácticas. Profesor 6 (112-117) PPRS

Después de numerosos análisis e investigaciones, psicólogos, sociólogos y educadores parecen estar cada vez más de acuerdo en que el deporte será bueno o malo según cómo se desarrolle su práctica (Torres-Guerrero, 2006).

## Consideraciones finales

Tras la realización de este trabajo de investigación, concluimos que el profesorado de forma mayoritaria considera que su alumnado de primer ciclo de educación secundaria, tiene un concepto de salud difuso.

Aun así, el profesorado apunta que existe ciertos indicadores entre el alumnado que les llevan a intuir que es beneficioso para su salud o no. Pese

a no tener un concepto claro de lo que es la misma. Está en manos de ellos, el promover un estilo de vida activo, que fomente la práctica de actividad física. Así también, llevarles hacia una concepción de salud que no sólo sea entendida como una mera ausencia de enfermedad fisiológica, que es según sus opiniones lo que piensa el alumnado; sino que vaya hacia un término más amplio, alcanzando su faceta psicológica o social. Desarrollando de este modo un estado de salud integral.

En palabras del profesorado, se ha hecho referencia a que el alumnado vincula la práctica de actividad física a la diversión u ocio, debemos utilizar este estímulo, para implementar el grado de conocimiento entre el alumnado del ejercicio físico como fuente de salud.

La Educación Física, como área de conocimiento se encuentra vinculada a la salud. Es por ello, que entre los objetivos del profesorado ha de estar el transmitir a su alumnado una concepción adecuada de salud, la cual puede alcanzarse a nivel biomotriz, psicomotriz y sociomotriz a través de la práctica de actividad física.

## Referencias

---

American College of Sport Medicine (1990). The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Medicine & Science in sports & exercise*: 265-274.

Benjumea, M. A. (2011). *Motivación del alumnado de segundo ciclo de Educación Secundaria de la comarca de la Vega Alta de Granada, en Educación Física escolar y en las actividades físico-deportivas extraescolares*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.

Biddle, S. J. (1993). Children, Exercise and Mental Health. En Sánchez- Bañuelos, F. (1996). *La actividad física orientada hacia la salud*. Madrid: Biblioteca Nueva.

Blasco, T. (1994). *Actividad física y salud*. Barcelona: Editorial Martínez Roca. S.A.

Camacho-Miñano, M. J., García, E. F., Rico, E. R., & Ángel, J. B. (2013). La Educación Física escolar en la promoción de la actividad física orientada a la salud en la adolescencia: una revisión sistemática de programas de intervención/The role of Physical Education in the promotion of health-oriented physical activity in adolescence: a systematic review of intervention programs. *Revista complutense de educación*, 24(1), 9.

Cervelló, E. y Santos-Rosa, F. J. (2000). Motivación en las clases de educación física: Un estudio de la perspectiva de las metas de logro en el contexto educativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 9, 51-70.

Chaparro Aguado, F., Pérez Curiel, A., & Sanz Arroyo, P. (2012). Evaluación de la salud psicosocial en una sesión de Educación Física. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 12(45).

Cimarro, J. (2014). *Adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables en los escolares del tercer ciclo de Educación Primaria en centros de las comarcas del Sur de Córdoba, y la influencia de la Educación Física sobre ellos*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.

Cowman, S. (1993). Triangulation: a means of reconciliation in nursing research. *Journal of Advanced Nursing*, 18(5), 788-792.

Cuberos, R. C., Garcés, T. E., Fernández, Á. C., Sánchez, M. C., Fernández, J. F. L., y Ortega, F. Z. (2015). "Exergames" para la mejora de la salud en niños y niñas en edad escolar: estudio a partir de hábitos sedentarios e índices de obesidad/«Exergames» to improve the health of school children: study of sedentary lifestyle and obesity rates. *Revista Latinoamericana de Tecnología Educativa-RELATEC*, 14(2), 39-50.

Cuesta, J.M. (2013). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, la autoestima, el autoconcepto físico y la composición corporal, en el alumnado de tercer ciclo de Educación Primaria de la ciudad de Motril*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.

De Frutos, G. A. (2016). Impacto del sedentarismo sobre la práctica de actividad física y la salud. Análisis de la situación en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes*, (412), 33-44.

De la Revilla, L., Marcos, B. y De los Ríos, A. (1996). Un método de detección de problemas psicosociales en la consulta del médico de familia. *Atención primaria*, 19, 133-137.

Delgado, M., Tercedor, P., Chillón, P., Pérez, I. J., & Martín, M. (2014). La salud y su tratamiento en el currículum de Educación Física. *Actividad física, educación y salud*, 69-107.

Delgado-Fernández, M. y Tercedor-Sánchez, P. (2000). Modalidades de práctica de actividad física en el estilo de vida de los escolares. *EFdeportes Revista Digital, Buenos Aires*, Año 5, n°24 - Agosto de 2000.

Devis-Devis, J. y Peiró-Velert, C. (1992). Ejercicio físico y salud en el currículum de la educación física: modelos e implicaciones para la enseñanza. En Devis, J. y Peiró, C. (dirs.) *Nuevas perspectivas curriculares en educación física: la salud y los juegos modificados*. Barcelona: INDE.

Estevez, M. (2012). *Relación entre la insatisfacción con la imagen corporal, autoestima, autoconcepto físico y composición corporal en el alumnado de segundo ciclo de Educación Secundaria de la ciudad de Alicante*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.

Fuentes, E. (2011). *Adquisición y mantenimiento de hábitos de vida saludables en los escolares de primer ciclo de Educación Secundaria Obligatoria de Jerez de la Frontera (Cádiz)*. Tesis Doctoral: Universidad de Granada.

Gil, P., Campos, R. C., Jordán, O. R. C., & Díaz, A. (2012). Educación Física y hábitos de vida activa: percepciones de los adolescentes y relación con el abandono deportivo. *Aula abierta*, 40(3), 115-124.

Gutiérrez Sanmartín, M. (2003). *Manual sobre valores en la Educación Física y el deporte*. Barcelona: Paidós.

Heyward, V. H. (1996). *Evaluación y prescripción del ejercicio*. Barcelona: Paidotribo.

Hurtado, J. C. T. (2006). *Investigación cualitativa: comprender y actuar*. Editorial La Muralla.

López Pastor, V. M., Pérez Brunicardi, D., Manrique Arribas, J. C., & Monjas Aguado, R. (2016). Los retos de la Educación Física en el Siglo XXI. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29).

Luarte Rocha, C., Garrido Méndez, A., Pacheco Carrillo, J., & Daolio, J. (2016). ANTECEDENTES HISTÓRICOS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA PARA LA SALUD. *Revista*

*Ciencias de la Actividad Física UCM*, 17(1).

Maestre-Miquel, C., Regidor, E., Cuthill, F. y Martínez, D. (2015). Desigualdad en la prevalencia de sedentarismo durante el tiempo libre en población adulta española según su nivel de educación: diferencias entre 2002 y 2012. *Revista Española de Salud Pública*, 89(3), 259-269.

Marcos-Becerro, J. F. (1995). *La Salud y la actividad física en las personas mayores* (Tomo I). Madrid: Editorial Rafael Santonja.

Morgan, A., y Hernán, M. (2013). Promoción de la salud y del bienestar a través del modelo de activos. *Revista Española de Sanidad Penitenciaria*, 15(3), 78-86.

Parlamento Europeo. Resolución sobre la función del deporte en la educación (2007/2086(ini)), de 13 de noviembre de 2007. <http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?pubRef=-//EP//TEXT+TA+P6-TA-2007-0503+0+DOC+XML+V0//ES>

Pastor Julián, A. M. (2003). La eficiencia de la educación y los indicadores de salud. *A tu salud*, (42), 8-12.

Pastor-Vicedo, J. C., Gil-Madrona, P., Prieto-Ayuso, A., & González-Villora, S. (2015). Los contenidos de salud en el área de educación física: Análisis del currículum vigente. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (28).

Pastor-Vicedo, J. C., Gil-Madrona, P., Prieto-Ayuso, A., & González-Villora, S. (2015). Los contenidos de salud en el área de educación física: Análisis del currículum vigente. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (28).

Pérez-Samaniego, V. y Devis-Devis, J. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte* vol. 3 (10), 69-74.

Rosich, M. (2005). Estudio sobre la percepción de satisfacción en el deporte en el ámbito competitivo en una muestra de universitarios. *Memoria del X Congreso Nacional y Andaluz de Psicología de la Actividad Física y el Deporte*. (632-641). Málaga, España.

Sánchez, D. J. M., García, R. S., Rodríguez, M. M. y Sanz, N. P. (2015). ¿Qué significa ser activo en una sociedad sedentaria? Paradojas de los estilos de vida y el ocio en la juventud española. *Empiria: Revista de metodología de ciencias sociales*, (30), 77-108.

Talavera Ortega, M., & Gavidia Catalán, V. (2013). Percepción de la educación para la salud en el personal docente y el sanitario.

Tójar Hurtado, J. C. (2006). Investigación cualitativa: comprender y actuar.

Torres-Guerrero, J. (2006). La preparación física aplicada a voleibol. En *Manual del Preparador de Voleibol Nivel II*. Cádiz: Edita Jiménez Mena.

Torres-Guerrero, J. (2013). El centro escolar como promotor de actividades físico-deportivas. *Jornadas sobre El Deporte en Edad Escolar*. Instituto Andaluz del Deporte. Dos Hermanas (Sevilla).

Vicedo, J. C. P., Madrona, P. G., Ayuso, A. P. y Villora, S. G. (2015). Los contenidos de salud en el área de educación física: Análisis del currículum vigente. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (28), 134-140.