

Influencia de las TICS en la Actividad física de los Estudiantes de una Institución Educativa,
Valledupar 2024

Autores

Mayron Fabián Cuesta Guzmán

Pedro Guillermo Meza Marín

Universidad Popular del Cesar

Facultad Ciencias de la salud

Programa de Enfermería

Valledupar- Cesar

2024

Influencia de las TICS en la Actividad física de los Estudiantes de una Institución Educativa,
Valledupar 2024

Autores

Mayron Fabián Cuesta Guzmán
Pedro Guillermo Meza Marín

Docente

Katherin Sildana Coronel Corzo

Universidad Popular del Cesar
Facultad Ciencias de la salud
Programa de Enfermería
Valledupar- Cesar
2024

Tabla de contenido

Planteamiento del problema	9
Formulación del problema	11
Justificación	11
Propósito	13
Línea de investigación: Practica de Cuidados Básicos de Enfermería.	14
Objetivos	15
Objetivo general	15
Objetivos específicos	16
Capitulo II Marco Referencial	16
Marco de antecedentes	16
Marco teórico	25
Marco Legal	26
Capitulo II Metodología	28
Enfoque de estudio cuantitativo	28
Tipo de investigación	28
Población	28
Muestra	28
Unidad de análisis	29
Criterios de exclusión	30
Variables	30
Técnicas para la recolección de información	30
Fuentes primarias	30
Fuentes secundarias	30
Instrumento para la recolección de información	30

	8
Procesamiento de la información	31
Análisis y difusión de los resultados	31
Aspectos éticos y bioéticos de la investigación	31
Capitulo IV Análisis y Discusion de los Resultados	33
Análisis de los Resultados	33
Referencias bibliográficas	39
Anexos	42
PERSONA PARTICIPANTE DE LA INVESTIGACIÓN	43
Anexo C: Instrumento para la recolección de los datos	44

Contenido de Tablas

Tabla 1. Características de la Población objeto de estudio	36
Tabla 2. Desarrollo de Actividad Física	38
Tabla 3. Uso de redes sociales	41

Resumen

Las TICs en la actualidad hacen parte activa en el desarrollo de actividades diarias para el conglomerado social, sin embargo, este ha llevado a reemplazar actividades físicas o deportivas para poblaciones de adolescentes y jóvenes que prefieren darle uso a las herramientas tecnológicas por medio de las redes sociales, alejándose de prácticas físicas; este tipo de problema lleva a trazar como objetivo general determinar la influencia de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) de la actividad física de los estudiantes de una institución educativa en Valledupar, durante el periodo del 2024. Por medio de una metodología de enfoque cuantitativo de cortes descriptivo-transversal donde los participantes fueron 30 estudiantes de validación de la institución educativa Milcíades Cantillo Costa, donde se aplica un instrumento de tipo Likert con 21 preguntas direccionadas a los objetivos específicos. Como resultados se halló que las características sociodemográficas muestran que tienen una edad de 18 años en un 87%, predomina el sexo masculino con un 63%, con estratificación socioeconómica uno (1), 87% encontrándose enfermedades no transmisibles en un 97% las cuales son heredadas. Con relación al desarrollo de actividades físicas se encontró un cumplimiento medio que oscila en un 69.7%, relacionado con las prácticas de actividades físicas no son indispensable para los alumnos en un 33%; y por ultimo el uso de las redes sociales el cual tuvo un cumplimiento de la variable que se catalogó como alto con un 90.3% porque los alumnos tienden a utilizar en diferentes espacios dispositivos móviles para el desarrollo de sus actividades, donde las redes sociales se convierten en las zonas web más visitas. De esta manera se logra concluir que las TIC juegan un papel importante en la vida de los alumnos, puesto que gran parte de su tiempo lo utilizan en redes sociales, las cuales se han convertido en el entrenamiento de los alumnos; desplazando actividades físicas, deportivas y recreativas

Palabras claves: Actividad física, Enfermería, Estudiantes y Uso de las TICS

Abstrac

TICs currently play an active part in the development of daily activities for the social conglomerate, however, this has led to replacing physical or sports activities for populations of adolescents and young people who prefer to use technological tools through social networks, moving away from physical practices; This type of problem leads to drawing up as a general objective to determine the influence of information and communication technologies (ICT) on the physical activity of students of an educational institution in Valledupar, during the period of 2024. Through a quantitative approach methodology of descriptive-cross-sectional sections where the participants were 30 validation students from the Milcíades Cantillo Costa educational institution, where a Likert-type instrument is applied with 21 questions addressed to the specific objectives. As results it was found that the sociodemographic characteristics show that they are 18 years old in 87%, the male sex predominates with 63%, with socioeconomic stratification one (1), 87% finding non-communicable diseases in 97% which are inherited. In relation to the development of physical activities, an average compliance was found that oscillates in 69.7%, related to the practices of physical activities are not essential for students in 33%; and finally the use of social networks which had a compliance of the variable that was classified as high with 90.3% because students tend to use mobile devices in different spaces for the development of their activities, where social networks become the most visited web areas. In this way, it is possible to conclude that the influence of information and communication technologies (ICT) on the physical activity of students has a negative impact, because for the population under study, social networks and the development of content are indefensible for their lives, more than carrying out recreational activities.

Keywords: Physical activity, Nursing, Students and Use of ICT

Introducción

La influencia de las TICS para el desarrollo de la sociedad juega un papel importante que se encuentra motivado en la mayoría de las habilidades de los individuos en su diario vivir, puesto que esta ha llegado a facilitar las tareas dentro del conglomerado social y con ella al desarrollo de aspectos negativos que se direccionan con el mal uso de cada herramienta tecnológica; una de las mas comunes son los dispositivos celulares, el cual se ha convertido en la elemento más utilizado por los estudiantes a nivel mundial no solamente para fines académicos, sino mas bien para actividades de ocio en redes sociales y otro tipo de paginas donde todo esta a un clic (Vivas & Willy, 2019).

En palabras de la UNESCO (2020), la influencia de la tecnología desde la redes sociales para los estudiantes han desplazado el uso de libros dentro de las bibliotecas y también el desarrollo de actividades deportivas en parques, zonas verdes u otras siendo esta una de las mas comunes a nivel mundial, conllevado al desarrollo de enfermedades no transmisibles que en la actualidad el 46% de la población la enfrenta por falta de hábitos alimenticios dentro en cada una de las etapas de sus vidas, llegando a promover situaciones análogas direccionadas al uso inadecuado de las TICS.

Ahora bien, para Melo & Rosario (2023), el desarrollo de actividades físicas tiene una relación proporcional con el uso de las TIC, específicamente en niños y adolescentes puesto que el juego, el deporte y el Gym ha sido modificado por el uso de elementos tecnologías como el celular que se convierten en herramientas indispensables e inseparables para este tipo de poblaciones, originado enfermedades no transmisibles que pueden causar efectos primera y secundarios. En palabras de Gamez (2021), manifiesta que el 56% de los adolescentes que no hacen actividades físicas, tienen un alto índice en uso de elementos tecnológicos, los cuales se convierten en sus elementos de ocio, promoviendo afectaciones para el desarrollo de su salud.

Teniendo en cuenta el contexto anterior, el estudio es importante porque demuestra que el uso excesivo de dispositivos tecnológicos como teléfonos inteligentes, tabletas y computadoras puede contribuir al sedentarismo en los adolescentes. La accesibilidad a plataformas de entretenimiento digital, redes sociales y juegos en línea ha resultado en un aumento del tiempo dedicado a actividades sedentarias, en detrimento de la participación en actividades físicas y deportivas.

Ahora bien, cada uno de los elementos mencionados conlleva al desarrollo del objetivo de la presente investigación que fue determinar la influencia de las tecnologías de la información y la comunicación (TIC) en los niveles de actividad física de los estudiantes de una Institución Educativa en Valledupar, durante el periodo del 2024; implementado bajo una metodología de corte cuantitativo descriptivo transversal con una muestra de 30 estudiantes que se encuentran en validación en grados decimo y undécimo de la Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa.

Otra de las características que tiene la investigación desde el aspecto de aplicabilidad esta relacionado al desarrollo del estudio en otras instituciones educativas dentro de la comuna tres de la ciudad de Valledupar, donde existen vulnerabilidades que afectan el desarrollo de los individuos, al igual que en diferentes zonas del municipio, logrando de esta manera crear un macroproyecto que pueda mitigar los daños o impactos negativos relacionados con la falta de actividades físicas en estudiantes, sino también en otras individuos por el abuso a la tecnología.

Para terminar, el informe está estructurado por cuatro capitulos; el primero se direcciona ala planteamiento del problema, compuesto por la descripción, objetivo general, específicos, justificación, propósito y línea de investigación; en el segundo, se encuentra estructurado todo el marco referencial que consta de antecedentes, marco teórico, conceptual y legal. El tercer capítulo, contempla el marco teórico el cual integra el desarrollo del enfoque cuantitativa, tipo de estudio, participación de la población, muestra y recolección de los datos por medio de la técnica utilizada. Por último, el capítulo cuatro se halan los análisis de los resultados, donde se hicieron tablas de estadística descriptiva para la discusión y posterior análisis de los resultados finales.

por falta de tiempo; infiriéndose que algunos realizan actividades por ocio sin tener hábitos deportivos para el desarrollo de sus vidas. Para terminar para el desarrollo del estudio no hubo limitaciones y tampoco conflictos de interés.

Conclusiones

Al determinar la influencia de las tecnologías de la información y las comunicaciones, se halló que los estudiantes tienen una influencia alta que se direcciona con el uso de cada uno de los elementos tecnológicos a los cuales tienen un acceso por medio de computadoras, celulares y Tablet los cuales hacen parte activa para el desarrollo de actividades en su diario vivir, resaltando el uso de redes sociales que se convierten en la herramienta indispensable para los alumnos de esta institución educativa, mostrando que el tiempo oscila entre 4 a 6 horas diarias, mostrando que tienen un uso inadecuado; puesto que el desarrollo de actividades físicas tiene un nivel bajo puesto que menos de la mitad de la población realiza este tipo de tareas por medio de hábitos de estudio.

Con estos hallazgos se debe mencionar que los estudiantes realizan un uso inadecuado de las TICS, porque su principal función esta direccionada a las redes sociales, mostrando que no realizan actividades deportivos, los cuales pueden originar enfermedades no transmisibles por la falta de actividades recreativas, puesto que los padres y sus familia han padecido de diabetes e hipertensión, los cuales hacen parte activa del procesos hereditarios por falta de actividades físicas, siendo esta una preocupación para el sistema de salud.

Con relación a las características sociodemográficas se puede manifestar que los estudiantes se encuentran en proceso de validación, mostrando que un gran porcentaje son mayores de edad, y perteneces a género masculino, identificado que realizan otras actividades laborales que o permiten el desarrollo de actividades deportivas durante la semana, logrando demostrar que los índices de masa corporal están por encima de la edad de los participantes puesto que dentro de su ingesta comen gran cantidad de harías y azucars que no ayudan al desarrollo de vida saludable, mostrado que integran un inadecuado uso de la tecnología. También llamó la atención que las patologías más frecuentes dentro del núcleo familiar son hipertensiones y diabetes, pero también

canecer de mama y de próstata convirtiéndose en enfermedades de base por la no práctica de deportes.

Por otra parte, el desarrollo de actividades físicas que realiza los estudiantes de validación de la Institución Educativa Milcíades Cantillo Costa, realizan actividades físicas en sus tiempo libres, aunque no hacen parte del desarrollo de hábitos saludables, la aplican dependiendo al gusto por el deporte, aunque dentro del colegio no realizan este tipo de acciones porque solamente se integran a las actividades académicas los sábados por encontrarse validando, lo cual origina un alejamiento por parte de los alumnos. Aunque se debe mencionar que la participación de actividades deportivas dentro de la institución educativa es nula porque solamente asisten a clases una vez por semana y no realizan ningún tipo de participación, y los que practican algún deporte u actividad física lo realizan por fuera del entorno educativo.

Para terminar el uso de las redes sociales dentro es alto puesto que manifiestan que no pueden llevar una vida normal sin el uso de redes sociales; este indicador muestra el tipo de adicción que tienen los jóvenes con el uso inadecuado de las redes sociales, puesto que el 100% se encuentran el ítems bajos que originan preocupación por la dependencia que tienen para el desarrollo de sus actividades; puesto que solo utilizan las redes sociales para actividades académicas mientras que el restante integran otro tipo de tareas donde no se encuentra las funciones académicas, con tiempos de duración altos en redes sociales el cual es mayor para que para actividades académicas u deportivas.

Recomendaciones

A la Institución Educativa

- Crear espacios deportivos para los estudiantes de validación que originen el bajo uso del desarrollo tecnológico dentro de las aulas de clases.
- Realizar campañas masivas relacionados al uso y mal uso de dispositivos móviles desde la creación de hábitos saludables,
- Permitir el acceso a estudiantes de la Universidad Popular del Cesar para poder conocer cada una de las problemáticas que tienen los estudiantes.

A los estudiantes

- Realizar actividades físicas de forma frecuente con la finalidad de evitar enfermedades no transmisibles, puesto que tienen descendencias familiares.
- Participar de forma activa en las diferentes actividades físicas que integra la institución educativa con aras de promover hábitos saludables.

A los estudiantes de Enfermería

- Realizar investigación direccionadas al uso de las TICS en instituciones educativas para que puedan promover acciones positivas que mitiguen los daños a los alumnos
- Socializar cada uno de los resultados al comité de las instituciones educativas para que puedan colocar en práctica planes de acciones.
- Tomar los datos de la investigación para realizar el estudio dentro de la Institución Milcíades Cantillo, para poder construir planes de acciones que conlleven a mitigar las problemáticas de los alumnos.

Al programa de Enfermería

- Incentivar a los estudiantes de Enfermería a realizar investigaciones en instituciones educativas.
- Realizar estudios direccionados al uso de las TICS en diferentes contextos donde se encuentre el rol profesional de Enfermería.

Referencias bibliográficas

Alfaro P., Gómez J. (2021). Medición de actividad física en adolescentes, cuestionario Youth Activity profile-Spain durante el confinamiento, Chia 2020. Recuperado el 06/05/2023 de <https://repository.udca.edu.co/bitstream/handle/11158/4024/TRABAJO%20DE%20INVESTIGACION%20CI%20C3%93N.pdf?sequence=1>

Ayala D. (2020). Incidencia del uso de los dispositivos móviles en las prácticas de actividad física de los estudiantes de licenciatura en educación física, recreación y deportes de la Universidad de San Buenaventura, seccional Cartagena. Recuperado el 05/03/2023 de <https://bibliotecadigital.usb.edu.co/server/api/core/bitstreams/097ff599-03bb-491d-a744-31d55b84f84a/content>

Jiménez R., Gargallo E., Dalmau J., Arriscado D. (2022). Factores asociados a un bajo nivel de actividad física en adolescentes de la Rioja (España). Recuperado el 06/05/2023 de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1695403321001442>

Justiano R. (2019). La influencia del celular en el desarrollo de actividades físicas de los adolescentes. Recuperado el 06/03/2023 de <https://repositorio.untumbes.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12874/1605/JUSTINIANO%20CULLA%20c%20ROMEL%20JUAN.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

M. McGovern. C. (2018). Factors Associated with Healthy Lifestyle Behaviors Among Adolescents. Recuperado el 18/02/2023 de <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0891524517306867>

Marques A., Loureiro. N. (2020). Estilos de vida saludables de los adolescentes. Recuperado el 18/01/2023 de <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S225555361830208>

Ministerio de salud colombiano (2017). Compromiso con los estudios de vida saludable. Recuperado el 17/01/2023 de <https://www.minsalud.gov.co/Paginas/Compromiso-con-los-estilos-de-vida-saludables.aspx#:~:text=%2D%20Promover%20la%20actividad%20f%C3%ADsica%20regular,la%20Semana%20de%20Modos%2C%20Condiciones>

Ochoa J., Yunkor Y (2020). El estudio descriptivo en la investigación científica. Recuperado el 22/02/2023 de <http://revistas.autonoma.edu.pe/index.php/AJP/article/view/224/191>

Organización Mundial de la Salud (2018). Salud del adolescente. Recuperado el 25/03/2023 de <https://www.paho.org/es/temas/salud-adolescente>

Organización Mundial de la Salud (2022). ¿Cómo define la OMS la salud? Recuperado el 17/01/2023 de <https://www.who.int/es/about/frequently-asked-questions>

Organización Mundial de la Salud. (2022). Salud mental: fortalecer nuestra respuesta. Recuperado el 19/01/2023 de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/mental-health-strengthening-our-response>

Organización Naciones Unidas (2019). Un 80% de los adolescentes no hacen actividad física. Recuperado el 5/03/2024 de <https://news.un.org/es/story/2019/11/1465711>

Puig B., Llamas F., Portolés A. (2018). Relación entre las tecnologías de la información y la comunicación con el rendimiento académico y la práctica de la actividad física en educación primaria. Recuperado el 05/03/2024 de <https://core.ac.uk/download/pdf/78533929.pdf>

Sánchez F. (2019). Fundamentos epistémicos de la investigación cualitativa y cuantitativa: Consensos y disensos. Recuperado el 21/02/2023 de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2223-

Anexos

Anexo a: Operacionalización de las variables

Objetivo	Variable	Indicadores	Escala de medición
Caracterizar sociodemográfica a los estudiantes de la institución educativa en Valledupar, durante el periodo 2024-II	Características sociodemográficas	Edad Genero Nivel Socioeconómico Grado Estado Civil	Nominal
		Practica algún deporte Peso Talla Número de personas con que vive Enfermedades familiares	Nominal
Identificar el tipo de actividad física que practican los estudiantes de una institución educativa en Valledupar en el periodo 2024-II	Actividades Físicas	Participación en Actividades físicas	Nominal
Describir el tiempo de uso en la tecnología de la información y la comunicación (TIC) en los estudiantes de una institución educativa en Valledupar, durante el periodo 2024-II	Uso de la Tecnología	Uso de Redes Social	Nominal