

**SISTEMATIZACIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE PROMOCIÓN HACIA LA
PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN UNA POBLACIÓN UNIVERSITARIA DE
LA CIUDAD DE CARTAGENA**

**SEMILLERO DE INVESTIGACIÓN CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES
“SEICIS”**

**TUTOR:
KEILY CATHERINE PUERTA MATEUS**

FLOR ALEJANDRA TORRES MAYORGA

**UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA
CARTAGENA
FACULTAD DE CIENCIA DE LA SALUD
PROGRAMA DE FISIOTERAPIA
ABRIL/2018**

TABLA DE CONTENIDO

RESUMEN

INTRODUCCIÓN

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	7
2. JUSTIFICACIÓN	12
3. OBJETIVOS	14
3.1 OBJETIVO GENERAL	14
3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS	14
4. METODOLOGÍA	15
5. ANTECEDENTES Y BASES TERORICAS	19
6. RESULTADOS	34
7. CONCLUSIONES	38

BIBLIOGRAFÍA

ANEXOS

ANEXOS

	Pag.
1. ANEXO 1: MATRIZ DE ANALISIS: MATRIZ SIN DILIGENCIAR Y MATRIZ DILIGENCIADA (PROYECTO SISTEMATIZACION)	43
2. INSTRUMENTO (GRUPO FOCAL/ENTREVISTA) (PROYECTO SISTEMATIZACION)	54
3. ESCRITO ANALISIS CORRELACIONAL (PROYECTO SISTEMATIZACION)	55
4. CONSTRUCCIÓN DE LA RECOPIACIÓN DEL TRABAJO (PROYECTO SISTEMATIZACION)	56
5. CONSENTIMIENTO INFORMADO AVALADO POR EL COMITE DE ETICA (PROYECTO SISTEMATIZACION)	58
6. CERTIFICADO Y RECONOCIMIENTO PARTICIPACION RedCOLSI NACIONAL	59
7. FOTOS HISTORIAL DEL SEMILLERO	60
8. FOTOGRAFIAS: PORTADA Y ESCRITO LIBRO “VOCES QUE CANTAN, VOCES QUE SUEÑAN”	61
9. APORTES PROYECTO LINEA DE BASE (TRASCRIPCION Y MATRIZ DE ANALISIS)	62
10. ACTAS DE FIRMAS ORGANIZADAS POR AÑOS	73

RESUMEN

Introducción: La actividad física ha sido recientemente designada como una de los 10 principales indicadores de salud, y es por esto que se hace preciso ejecutar y evaluar desde las percepciones de los gestores y cogestores, los programas que promuevan la actividad física en comunidades universitarias. Actívate por la U es una apuesta que conjuga la Actividad Física (AF) y la Recreación, promoviendo en la comunidad Bonaventuriana estilos y hábitos de vida saludables. **Objetivo:** Conocer las experiencias de los actores sobre las estrategias de promoción de actividad física para el fortalecimiento de los niveles de participación en actividades físicas/ recreativas en la Universidad de San Buenaventura de Cartagena. **Metodología:** Este es un estudio cualitativo, de construcción de conocimiento desde la experiencia vivida, reconocido como un estudio sistemático, o aplicación de la sistematización, en la comunidad Bonaventurina. **Resultados:** Las narraciones de las experiencias en el proceso dan cuenta de aspectos significativos que marcan una ruta interesante para su análisis. En estos primeros hallazgos se da cuenta de las estrategias y los aprendizajes derivados de su implementación. **Conclusión:** Las estrategias implementadas en el proyecto han sido claves para el desarrollo del mismo, estas han girado tanto en la parte organizativa como al desarrollo y evaluación del mismo; la gama de estrategias han agenciado una dinámica de trabajo muy alentadora, estas son: La cogestión, La interdisciplinariedad, lo lúdico recreativo, las publicitarias o la visualización del proyecto y la valoración física, permitiendo un trabajo sinérgico favorecedor para coadyuvar y enriquecer el quehacer universitario desde miradas distintas. **Palabras Claves:** Sistematización, Actividad Física, Recreación, Gestores y Cogestores.

INTRODUCCIÓN

En estudios encontrados en este mismo trabajo se evidencia que la actividad física ha sido recientemente designada como una de los principales indicadores de salud, en consecuencia, más que nunca es imperioso ejecutar y evaluar programas que promuevan la actividad física. Actívate por la U es una apuesta que conjuga la Actividad Física (AF) y la Recreación, promoviendo en la comunidad universitaria por medio de estilos y hábitos de vida saludables que favorezcan una mejor calidad de vida. En ese sentido, se busca promover encuentros interdisciplinarios, el trabajo en equipo y la cogestión para coadyuvar esfuerzos que posibiliten y agencien la AF y la Recreación en la comunidad. (2),(3),(4).

El proyecto Actívate por la U, se viene implementando en la comunidad Bonaventuriana desde el año 2013, son tres años que tiene de estar transitando por la vida universitaria, provocando desde distintas estrategias una mirada distinta hacia la AF y la Recreación. Los hallazgos se presentan como un producto social que recrea los saberes develados de una praxis reflexionada y que, sin ningún tipo de pretensión, puede aportar a las búsquedas adelantadas en la temática, abonando en lo local y desde escenarios universitarios, unas indagaciones sobre las estrategias y sus alcances en experiencias de esta índole.

Para este proyecto se implementó la sistematización como un proceso de investigación, siempre teniendo presente que ésta (la sistematización) es ante todo un acto de conocimiento, pero que rebasa la concepción tradicional de producción de conocimiento, en la medida que plantea la transformación a partir de la construcción de saberes en y desde la práctica. De acuerdo a Serna la sistematización es "...una modalidad de investigación que procura hacer una serie de conceptualizaciones a partir de la práctica; se fundamenta en ésta más no se agota en ella". (5). Como objetivo de estudio es sistematizar las estrategias de

promoción hacia la práctica de actividad física en una población universitaria de la ciudad de Cartagena. Descrita a continuación.

1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

Se ha considerado que la práctica de la actividad física es una herramienta clave para disminuir el sedentarismo y las enfermedades no transmisibles, sin embargo, después de un extensivo análisis de literatura planteados en este trabajo se logra evidenciar que a nivel mundial no se han adoptado hábitos de ejercicio físico, suficientes para alcanzar beneficios a la salud, lo que justifica su implementación como una prioridad en las estrategias y programas de Salud Pública, organizaciones privadas y otros estamentos. (20)

Macarro Moreno plantea que "...la práctica regular de actividad físico-deportiva debería ser una constante a lo largo de la vida de todas las personas por los numerosos beneficios". (1). Si bien es cierto, existen innumerables artículos que sustentan los beneficios de la actividad física en las diferentes áreas de vida de la persona, es propicio continuar indagando sobre el cambio de percepciones y actitudes que promuevan la realización de la misma.

En estudios como el de García D. (2012), se evidencia que los jóvenes universitarios se encuentran expuestos a diversos factores que influyen no solo en su calidad de vida, sino que también puede influir en su círculo social, en su entorno y hasta en el papel que desempeñan estos en una sociedad específica. Estos mismos factores construyen barreras de desempeño de actividad no solo como la falta de tiempo para realizar actividades de esta índole, sino el consumo de sustancias como tabaco, alcohol e incluso estupefacientes, un mal manejo del estrés y la misma cantidad de trabajo que muestra evidentemente una ausencia de interés por la práctica de actividades para una vida saludable. (2)

El deporte y la recreación son dimensiones socioculturales que pueden servir como estrategias de formación ciudadana, desde ellas se fortalece, socializa y reconoce la ciudadanía, dado que son factores movilizados y dinamizadores que facilitan la

interacción y la integración social. Son factores positivos para el bienestar, la educación, la salud, la cultura y el fortalecimiento social, la paz y la convivencia ciudadana. (3)

De acuerdo, al modelo transteórico del comportamiento en salud trabajado por Cabrera, se evidencia que la mayoría de la población universitaria, incluyendo a docentes, se encuentra en las etapas de pre-contemplación y algunos pocos en contemplación para realizar actividad física; la primera hace referencia a ese momento donde la persona sabe de la existencia de este, pero no lo considera, en la etapa de la contemplación se plantea metas a corto, mediano e incluso largo plazo para adaptar un proceso de calidad de vida saludable. Lo que lleva a que se generen probables factores de riesgo por la falta de conocimiento de los beneficios que la actividad física trae con ella. Por esto se busca que la práctica de actividad física sea analizada desde estas etapas para generar impacto en las personas que la practican, y de esta forma poder generar cambios en las percepciones de las personas que son invitadas a diferentes programas de práctica de actividad física de forma eficaz y coherente con las metas propuestas de forma individual y colectiva en una comunidad. (4)

“Mientras volvemos a casa”, es un proyecto realizado en la ciudad de Medellín, ejecutado en los centros penitenciarios de esta ciudad, este plantea actividades de ocio y deportivas para las reclusas, en el año 2007 se realizó una sistematización del proyecto, con la finalidad de construir un conocimiento después de la práctica, formular propuestas para la realización de futuras prácticas en el centro carcelario con base en los errores y aciertos de la práctica realizada y, realizar un análisis conjunto de los proyectos desarrollados por los practicantes al interior del centro carcelario, asimismo, se buscó generar una evaluación de este programa mostrando los beneficios, las debilidades o aspectos negativos, haciendo de este estudio una herramienta útil para el INDER (Instituto de Deporte y Recreación de Medellín) (5)

A nivel mundial, en países como Perú y Chile, se han implementado estrategias de promoción de vida saludable en estudiantes tras estudios realizados por las entidades respectivas de salud pública en cada uno de estos países; en Perú la estrategia tiene por nombre “universidad saludable” ofreciéndole a los estudiantes conductas saludables que ellos mismos asumen y modifican para así mismo influir en la salud en general de ese país. Se considera que las universidades tienen la facilidad de generar en los mismos estudiantes líderes y modelos a seguir por otros estudiantes e incluso personal docente de las mismas entidades. (6)

De igual forma, en Chile se evidencia la necesidad de cuidar a la población de adolescentes y jóvenes que asisten a universidades desde su programa “Salud Integral de Adolescentes y Jóvenes”, cuyo propósito es mejorar el acceso y la oferta de servicios, diferenciados, integrados e integrales, en los distintos niveles de atención del sistema de salud, articulados entre sí, que respondan a las necesidades de salud actuales de adolescentes y jóvenes, con enfoque de género y pertinencia cultural, en el ámbito de la promoción, prevención, tratamiento y rehabilitación, incorporando a sus familias y la comunidad" (7)

En Colombia se han realizado diferentes estrategias en varias universidades, en Bogotá en la Pontificia Universidad Javeriana se creó un programa de salud integral dirigido a promover conductas saludables, buscando prevenir y controlar factores de riesgo existentes en la universidad, demostrando que se debe tener en cuenta siempre la salud de todo el personal tanto estudiantes, como administrativos y docentes. (8)

Estudios como el de Garcia D. (2012), Becerra Martinez (2013), Becerra Heraud (2013); muestran que las problemáticas de índole pública llevan a que los jóvenes universitarios presenten problemas de salud desde edades tempranas, las cuales

hacen que sea necesario realizar programas de promoción de actividades saludables, estos muestran, incluso, el buen uso del tiempo libre y la práctica de la actividad física como estrategia para generar cambios en ellos, buscando que existan no solo como una fase electiva solo por el joven, sino también, adaptada por la institución a la que el joven pertenece, estas estrategias se encaminan a la disminución de algunos factores de riesgo a los que los jóvenes están expuestos, haciendo campañas donde ellos se sientan incluidos más no obligados (2) (8) (6)

La Universidad San Buenaventura Cartagena, es una institución de educación superior cuya visión es desde una mirada católica y franciscana del hombre y de mundo y la ciencia ser líder en gestión de conocimiento enfocada al desarrollo humano (9). En correspondencia con ello, a partir del 2013 desde los programas de fisioterapia, psicología y licenciatura en educación física recreación y deporte se viene implementando estrategias que responden a las prácticas de actividades físicas y recreativas. Con el propósito de apoyar en la prevención y la promoción de estilos de vida saludables como también se reduce el riesgo presentado por los estudiantes a padecer de algunas enfermedades de riesgo como obesidad, EPOC (Enfermedad Pulmonar Obstructiva Crónica), depresión, entre otros.

Este proyecto es una oportunidad para que los y las estudiantes de los programas de Fisioterapia y de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes y, Psicología adquieran habilidades, destrezas y compartan sus saberes, generando propuestas de nuevos conocimientos, trabajo en equipo y liderazgo. Generando un impacto positivo para la construcción de proyectos e ideas futuros.

Por ello, se consideró importante sistematizar las experiencias de los actores sobre las estrategias de promoción de actividad física para el fortalecimiento de los niveles de participación de actividades físicas/ recreativas en la universidad de San Buenaventura Cartagena, estos resultados permitieron proponer y efectuar diversas

estrategias que ayuden a la comunidad Bonaventuriana a organizar programas, y actividades culturalmente pertinentes, donde incrementen y/o promuevan la actividad física y el deporte, facilitando el acceso, a partir de entornos propicios.

En la Universidad de San de Buenaventura no se han encontrado estudios cualitativos sobre las experiencias y percepciones de la población universitaria (docentes, estudiantes, administrativos) con respecto a las estrategias realizadas en la institución en relación con la promoción de actividad física “Actívate por la U”. Es así, como surge la pregunta, ¿Cuáles son las percepciones de la población universitaria bonaventuriana sobre las estrategias de promoción de actividad física que se han implementado?

2. JUSTIFICACIÓN

Con respecto a lo propuesto por el Plan Decenal Nacional de salud pública 2012-2021, en lo concerniente a programas de salud mental y convivencia, se encontró, que las estrategias promocionadas desde el proyecto Actívate por la U se

corresponden con las estrategias de dicho Plan, ya que en este se plantea que la práctica de la actividad física y recreativa permite mantener a la persona una salud emocional estable y puede ser parte de una comunidad. (10)

El Plan “Bolívar si avanza” de la gobernación de Bolívar habla de una salud para todos, contemplando la salud pública como bien meritorio, en ese sentido, las estrategias de promoción de la actividad física y la recreación planteadas en el proyecto de sistematización de Actívate por la U, se corresponden a las esbozadas en este Plan. (11)

Revisando el Plan “Primero la gente” de la alcaldía Distrital de Cartagena de Indias, se infiere que un proyecto como :“Sistematización de las estrategias de la promoción hacia la práctica de actividad física en una población universitaria de la ciudad de Cartagena” puede generar conciencia ciudadana, inclusión ciudadana, recreación, deporte, entre otras; favoreciendo al programa de vida saludable y condiciones no trasmisibles, ya que desde la conceptualización de actividad física en una persona de la población universitaria, tendrá impacto sobre su círculo social, además permitirá gestionar de forma adecuada un mejoramiento en la propuesta de este programa buscando siempre tener un mayor impacto sobre toda la población. (12)

Este proyecto permite estar a la vanguardia de las dinámicas que realizan las instituciones universitarias a nivel nacional e internacional en la búsqueda de estrategias efectivas de promoción de la actividad física y divulgar dichos resultados en la población científica.

Se convierte en una oportunidad para que las y los estudiantes cogestores (de los programas de Fisioterapia, Educación Física y Psicología) generen y potencien capacidades de liderazgo y trabajo en equipo interdisciplinar, así como, fortalezcan

sus habilidades sociales y se propicien mayores espacios de convivencia desde el respeto a la diferencia.

Por otro lado, las percepciones de los actores sobre las estrategias de promoción de actividad física, generarán en la comunidad bonaventuriana una oportunidad de estar informados sobre el impacto de estas y el bienestar que resulta de su práctica. Correspondiéndole con algunos de los objetivos del proyecto educativo Bonaventuriano como son esa respuesta al desarrollo de las habilidades y destrezas respetando el entorno, y la construcción de conocimiento desde cada disciplina de forma inter y transdisciplinar.

Finalmente este proyecto es un aporte para las líneas de investigación de Movimiento y Desarrollo Humano desde el programa de Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deporte y el de Salud Pública de la facultad de Salud y el programa de Fisioterapia este estudio busca fomentar el desarrollo científico en el objeto de estudio que viabilicen un crecimiento de las ciencias y las disciplinas relacionadas con el movimiento humano, contextualizando los ejercicios que se desprendan de él en el ámbito local y nacional, como necesidad apremiante en los ámbitos de la recreación, la educación física, el deporte y la actividad física

3. OBJETIVOS

3.1 OBJETIVO GENERAL

Conocer las experiencias de los actores sobre las estrategias de promoción de actividad física para el fortalecimiento de los niveles de participación en actividades físicas/ recreativas en la Universidad de San Buenaventura de Cartagena.

3.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar las percepciones que tiene la población sobre actividad física y la recreación.
- Indagar las percepciones que tiene la población sobre las fortalezas y debilidades del Proyecto Actívate por la U.
- Describir las intervenciones efectivas de promoción de la actividad física y la recreación que se han realizado en la población.

4. METODOLOGÍA

El abordaje metodológico del proyecto se realizó desde las concepciones teóricas de la sistematización, como un proceso de producción de conocimientos de las prácticas en contextos determinados. “La sistematización es fundamentalmente una producción de enunciados y opera como un ejercicio de recreación de la realidad más que de simple reconstrucción o descripción.” (Mejía, 1998:4).

Desde estos planteamientos se implementó la sistematización del proyecto, siempre teniendo presente que ésta (la sistematización) es ante todo un acto de conocimiento, pero que sin embargo, rebasa la concepción tradicional de producción de conocimiento, en la medida que muestra la transformación a partir de la construcción de saberes en y desde la práctica.

La población de estudio fue la comunidad Bonaventuriana participante en las jornadas de Actívate por la U, se tomó como muestra de ocho (8) docentes participantes, cuarenta (40) cogestores, cuatro (4) administrativos, veintiocho (28) estudiantes beneficiarios, para un total de 80 personas.

Las categorías indagadas son las estrategias, los saberes y las transformaciones. La sistematización del proyecto, se abordó desde tres momentos: 1.-Diseño de la propuesta de sistematización; 2.-Recuperación de la práctica (Recuperación del proceso) y; Análisis crítico de la información

Las estrategias e instrumentos que se realizaron fueron: Grupos focales (4), entrevistas semiestructuradas (50), guía de observación, diarios de campo(5).

Este proyecto fue realizado desde el Semillero de Investigación Cuerpo E Interacciones Sociales en donde se asignaron diferentes tareas al estudiante tales como:

Funciones Asignadas para “Sistematización de las estrategias de promoción hacia la práctica de actividad física en una población universitaria de la ciudad de Cartagena”

Función	Actividad
Participación en los talleres para aprender el proceso de sistematización	En estos espacios fue importante escuchar y acoplarse del tema a investigar ya que es donde le da inicio a uno como participante al interés y la motivación por el tema a tratar, entendiendo así, la sistematización como una manera de mostrar por medio de experiencias adquiridas por los mismos investigadores un concepto, que ente caso sería un saber
Presentación de informes de lecturas como guías asignadas.	En las presentaciones de informes de lecturas se llevaba un control sobre los temas asignados de manera progresiva, esto es muy importante porque me ampliaba la información que tenía sobre la sistematización, por ejemplo su origen, como se trabaja, quienes han sido sus precursores entre otros, esto me ha posibilitado desenvolver mi léxico con este tema y entender más porque se realiza este proceso con el proyecto “actívate por la u”
Participación en los grupos de discusión con el asesor nacional.	Esta participación me ha dio la oportunidad de conocer a personas que manejan la sistematización muy bien y desde ese contexto puedo manejar

	<p>conceptos por autores presentes que de una manera enriquecen mi aporte hacia la investigación, dándome la posibilidad de que mi experiencia sea más fructífera dentro del campo sistematizado.</p>
<p>Organización de la caracterización de los autores</p>	<p>En esta actividad se recopiló la información arrojada después de encuestas realizadas a los actores (beneficiarios) de “actívate por la u” en donde basados en las respuestas dadas al cuestionario realizado de 10 preguntas abiertas donde las personas expresaron los sentimientos referentes a la actividad física y a la jornada de “actívate por la u”, en donde se logró identificar cambios y la percepción de los participantes sobre esta jornada, se realizó un análisis de las respuestas de estas personas que nos permitieron identificar datos reales de lo que significa la jornada de “actívate por la u” para la población universitaria.</p>
<p>Apoyo en la recolección de información en los grupos de discusión (cogestores)</p>	<p>Mi función en esta actividad era el apoyo de carácter logístico hacia las profesoras con los grupos focales</p>

	(docentes, administrativos y docentes)y de entrevistas, a participantes.
Transcripción de audios de grupos de discusión (cogestores)(docentes).	Para tener bases de tipo escritural fue necesario la transcripción de los audios recolectados en los grupos focales tanto de docentes, cogestores, y entrevistas semiestructuradas a administrativos y beneficiarios, respetando sus opiniones intentando ser lo más textual posible frente a los datos recogidos, ofreciéndole a la investigación la posibilidad de abrirse hacia ideas surgidas dentro de estos grupos de discusión, y ofreciéndome a mí a un panorama más amplio sobre los puntos de vista de cada uno de los actores de esta investigación.
Presentación del Proyecto	Realice la exposición en el XII encuentro departamental de semilleros de investigación EDESI en calidad de ponente en mayo del 2015 RedCOLSI NODO BOLIVAR, realice la exposición en el XVIII Encuentro Nacional y XII Internacional de Semilleros de Investigación RedCOLSI en calidad de ponente en octubre del 2015, se abrió

	campo para un proyecto de investigación con el Instituto de Recreación y Deporte (IDER) de Bolívar.
--	---

Funciones adicional como semillerista desde 20151- 20181

1. Realizar lecturas sobre líneas de tiempo, formación de observatorios de actividad física.
2. Asistir a las reuniones los días sábados el horario organizado por los profesores, realizar las actas de las reuniones en cuanto sea mi turno de ello.
3. Realizar lecturas y preparación para poder discutir y prepararme para futuros congresos y proyectos interdisciplinarios del semillero.
4. Establecer a futuro un vínculo como profesional egresado aportando a las investigaciones futuras del semillero de la Universidad San Buenaventura.

5. ANTECEDENTES Y BASES TEORICAS

Mena Benjarano B. Analisis de las Experiencias en la Promocion de la Actividad física. [Internet], 2006 [citado Abril de 2017]; Rev. Salud Publica 8:45-56. Disponible en:

[http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0107/pdfs/IS27\(1\)021.pdf](http://bvsm.s.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0107/pdfs/IS27(1)021.pdf).

El objetivo de este artículo fue presentar las fortalezas y debilidades de algunas experiencias de Bogotá de promoción en salud haciendo énfasis en la actividad física.

En el cual como metodología primero realizaron una revisión sobre los modelos teóricos de intervención y de los lineamientos propuestos en declaraciones internacionales y nacionales relacionadas con la actividad física; este análisis lo hicieron en tres fases, la primera fase la llamaron la fase exploratoria la cual consistió en recolectar toda la información sobre los programas de actividad física que existían cuyo objetivo fuera la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, de igual forma que los programas de promoción de la salud realizando una revisión bibliográfica de estos. La segunda fase consistió en describir por medio de una caracterización de los programas de promoción de la actividad física según los objetivos, alcances, estrategias utilizadas y metodologías inmersas en los procesos. Y la última fase fue la analítica, en donde se realizó un análisis crítico de los programas existentes según las categorías establecidas para hacer una aproximación hacia las fortalezas y debilidades de los mismos.

En cuanto a los resultados la autora refiere que el análisis de esto permitió detectar los aspectos favorables y desfavorables de cada programa de promoción de actividad física, que servirán como base para futuras propuestas de intervención. Otros de sus resultados son la promoción de la autogestión y autonomía con redes de apoyo y la capacitación para garantizar su sostenibilidad.

Después de encontrar estos resultados en comparación con lo buscado en este proyecto se encuentra que hay una similitud en los resultados ya que con él se analizan también las fortalezas y debilidades del programa de Actívate Por La U como estrategia de promoción de actividad física y hábitos de vida saludable los cuales muestran que el apoyo de las redes y la preparación adecuada de los cogestores es una fortaleza que destaca en ellos valores como liderazgo y respeto por las opiniones y puntos de vista profesionales de sus pares. (13)

Lara N, Saldaña Y, Fernández N, Delgadillo HJ. Salud, calidad de vida y entorno universitario en estudiantes mexicanos de una universidad pública. Hacia promoc. salud.[Internet]. 2015 [citado Abril 2017]; 20(2): 102-117. DOI: 10.17151/hpsal.2015.20.2.8 . Disponible en: <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v20n2/v20n2a08.pdf>

Dentro de la propuesta que hace la Organización Mundial de Salud (OMS), sobre la universidad como un entidad promotora de salud ya que favorece el desarrollo humano y la mirada de la mejora de la calidad de vida no solo de los estudiantes sino de los todos los que hacen parte de este espacio educativo (docentes y administrativos) encontrando una influencia en su entorno laboral y social, en la Universidad Autónoma Metropolitana Xochimilco (México), plantea el propósito de promover capacidades y actitudes sobre el cuidado de salud realizando mejoras de las condiciones del servicio prestado por ellos como institución educativa.

Se plantea como objetivo identificar la percepción de los estudiantes sobre su salud y la calidad de vida relacionada con el medio universitario, lo que hace que exista un hilo conductor con la sistematización ya que al analizar las percepciones de ellos personales sobre lo que plantea la universidad como medio para influir en la calidad de vida y la salud de los estudiantes se pueden plantear mejoras sobre las estrategias usadas por cada universidad.

Su metodología fue un estudio observacional, transversal, prospectivo y comparativo basada en una encuesta realizada a 352 alumnos, en donde preguntaban datos sociodemográficos, valoración de los servicios universitarios, la satisfacción con sus estudios, estrés académico, problemas de salud y calidad de vida autopercibida. Utilizando para el análisis sistemas de estadísticas como SPSS y STATA que les permitieron generar unos resultados para la propuesta que se

realizó como investigación; a pesar de que en la sistematización no se utilizaron programas de análisis estadísticos si se realizó un estudio sobre lo que hablaba cada alumno sobre su estado de salud antes y después de haber estado en una jornada de actívate Por La U.

Los resultados de esta investigación llaman la atención a que la percepción de la calidad de vida es mejor en estudiantes que reportan un buen trato con los profesores y compañeros, no solo estaban satisfechos con la enseñanza y hacían uso de las instalaciones deportivas, en cuanto a la sistematización se encuentran resultados de satisfacción con esta estrategia ya que al ser realizada en la semana antes de los parciales finales, algunos actores reflejan que el nivel de estrés disminuye y les favorece en la concentración permitiendo tener resultados adecuados para lo esperado.

En la conclusión de este estudio se evidencia que los aspectos que favorecen el entorno universitario son un buen manejo de su entorno en este espacio y favorece a la calidad de vida.

Finalmente, en la sistematización se busca evidenciar también que por medio de las percepciones de cada estudiante se ha realizado un impacto favorable desde la aplicación de “Activate Por La U”, como estrategia de promoción de la salud siendo esta una influencia en la calidad de vida de cada uno de ellos, de forma óptima (18).

Rivera Alvares L., Cuevas Ferrera R., Lara Pot A., González Hernadez J. Diferencias del autoconcepto físico en practicantes y no practicantes de actividad física en estudiantes universitarios [internet] 2015 [citado abril 2017] Servicio de Publicaciones de la Universidad de Murcia Cuadernos de

Psicología del Deporte, vol. 15, 2, 27-34. Disponible en:
<https://digitum.um.es/xmlui/bitstream/10201/45864/1/233791-819881-1-SM.pdf>

En las últimas décadas se han llevado a cabo muchos estudios que demuestran que la práctica de actividad física (AF) tiene beneficios a nivel de salud tanto mental como física, es decir que hay varios estudios que enseñan el efecto positivo en el bienestar de quien practica ejercicio físico en todas las dimensiones del ser humano; el autoconcepto es la forma de verse a sí mismo en todos los ámbitos social, físico, mental, y de personalidad propia.

Su objetivo fue identificar las diferencias del autoconcepto físico en practicantes regulares y no practicantes de la actividad física en estudiantes universitarios.

La metodología fue un muestreo tipo no probabilístico y por conveniencia entre sus criterios de inclusión era que fueran estudiantes de psicología, participaron 208 estudiantes, participaron más mujeres que hombres, en cuanto al cuestionario aplicado fue el “Cuestionario de Autoconcepto Físico”(CAF), con 36 ítems con cinco opciones alternativas, se realizó en una sola sesión la aplicación del instrumentó por 40 minutos, los datos fueron analizados por el sistema SPSS dando una información descriptiva e inferencial.

Para realizar los resultados y para determinar las diferencias del autoconcepto físico se realiza una prueba T de Student para muestras independientes con la finalidad de mirar las diferencias entre quienes lo practican y quienes no, lo que hace que el autoconcepto físico general varié en diferencias muy altas en donde los que no practican actividad física fueron los estudiantes que estaban por arriba. Este autoconcepto según este estudio, también puede depender del sexo y de las valoraciones sociales y propias realizadas.

En conclusión, los universitarios según el estudio indicaron que, aunque se practique o no la actividad física el proceso de autovaloración siempre estará presente pero que es evidente que la práctica del ejercicio físico y el autoconcepto van ligados uno con el otro.

Con este estudio se observa que las percepciones de cada estudiantes varia si hay o no práctica de ejercicio físico; lo que permite en procesos de la sistematización tenerlo en cuenta; ya que, se espera que algunos de los actores nos hablen de sus propios procesos con respecto al auto-concepto, la percepción y práctica de la actividad física, la recreación, y el proceso de cambio hacia los hábitos de vida saludable después de haber participado ya sea como cogestor o como beneficiario en la estrategia de promoción de Actividad Física y la Recreación “Actívate Por La U” (19).

5.2 MARCO TEORICO

5.2.1 SISTEMATIZACIÓN

Para definir la sistematización hay que tener en cuenta que en América Latina ha sido construido el concepto a través de procesos de educación popular, la cual ha permitido que se generen concepciones enmarcadas muy variadas sobre el saber y el conocimiento de las practicas, pero en ellas se tienen en cuenta que los actores buscan a través de las transformaciones, procesos que tengan mayor influencia en la sociedad. (15)

La sistematización comienza a ser desarrollada desde diferentes concepciones, marcos teóricos en los cuales no solo está el conocimiento sino el saber desde la praxis, es decir, desde la misma experiencia dando una orientación sobre su quehacer. (15)

Hablar de sistematización actualmente implica tener claridad, que se busca con ella, desde su práctica como transformación social que esta puede presentar. Un elemento importante de la sistematización son los actores y productores ya que son los sujetos de acción, es por esto que no es necesario que sean grandes expertos quienes comiencen a realizar una sistematización ya que le da un grado de importancia a todos aquellos que tuvieron una práctica y desde ella pueden hablar de un concepto basados en su propia percepción. (15)

La sistematización nace a mediados del 60 en Latinoamérica como una metodología de apoyo a metodologías como investigación, acción participación, teoría de la dependencia, teología de la liberación, etc. Permitiendo que muchos sistematizadores se apoyen también en este tipo de formas de investigar para producir conceptos por medio de ellas. Sin embargo, no lo hace ser un proceso estandarizado, sino que depende de la necesidad que presente el grupo investigador. (15)

Para sistematizar no siempre es necesario tener una fundamentación teórica para empezar una investigación de este tipo, ya que una forma de lograr el objetivo de esta metodología es desde la concepción individual de cada participante sobre lo vivido, y en ella se pueden realizar reflexiones con sentido sobre los actores principales de la sistematización que son los que van a dar la base para la transformación de la sociedad y del mismo individuo. (15).

5.2.2 ACTIVIDAD FISICA

En cuanto a la Actividad Física (AF) de acuerdo a Davis y cols. Definen que la AF. Es: "cualquier movimiento corporal realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea"; esta incluye actividades

donde exista el movimiento corporal que puede ser juego, trabajo, tareas domésticas o recreativas, las que no solo permiten que haya un gasto energético sino que exista una interacción con el ambiente por parte de la persona que la está realizando (2).

La actividad física ha sido recientemente designada como una de los 10 principales indicadores de salud en Healthy People (2010), en consecuencia, más que nunca es imperioso ejecutar y evaluar programas que promuevan la actividad física. En la actualidad, se reconoce la inactividad física como un factor de riesgo independiente para contraer diversas enfermedades relacionadas con la salud física y metabólica, como hipertensión arterial, accidente cerebrovascular, diabetes mellitus, osteoporosis, obesidad y depresión, ansiedad y otras problemáticas asociadas a la salud psicológica.(20).

Desde el análisis realizado partiendo del modelo planteado por Bouchard, Sheprad y Stephens (1993) analizado por Airaska (2002) se encuentran tres visiones o perspectivas de la relación entre actividad física y la salud, las cuales son: la perspectiva rehabilitadora, preventiva y orientada al bienestar. (20)

La perspectiva rehabilitadora hace referencia a la actividad física como medicamentos decir que el ejercicio físico en rehabilitación debe ser dosificado como un medicamento según la necesidad de la persona esto en palabras de Keul (1980) haciendo de la actividad física una manera de recuperar una función corporal enferma o lesionada teniendo efectos adecuados sobre el organismo humano. (20)

Cuando hace referencia a la actividad física como un perspectiva preventiva quiere plantear la actividad física como la forma de disminuir los riesgos de que aparezcan enfermedades o que se produzcan lesiones, Mellerowicz (1981) habla de la

actividad física se ocupa de la postura corporal y la seguridad en la forma de realizar los ejercicios físicos, disminuyendo la probabilidad de padecer algunas Enfermedades Crónicas no Trasmisibles (osteoporosis, Híper Tensión Arterial (HTA), Diabetes Mellitus, Dislipidemia y Depresión, etc.).(20)

De estas dos perspectivas en su análisis nace la necesidad de mirar la actividad física no solo dirigida hacia la enfermedad o la lesión, es por esto que la perspectiva orientada al bienestar es la que considera que la actividad física también interviene en el desarrollo personal y social sin necesidad de mirar si está orientada a rehabilitar o a prevenir, dando paso a la actividad física como un influyente importante en la calidad de vida del individuo que le permite por medio de su práctica conocerse a sí mismo, encontrar espacios de diversión donde interactúe socialmente con sus pares y con el ambiente. (20)

Desde este punto de vista las tres perspectivas incluyen a la actividad física como un agente holístico, siendo está, una forma no excluyente de relacionarse con los demás convirtiendo la actividad física como una expresión del movimiento corporal humano, ya que con su práctica esta provoca cambios no solo morfológicos sino también fisiológicos y comportamentales ayudando a los procesos de cada individuo según este lo requiera ya sea para prevenir o para rehabilitar.(21)

De acuerdo a un estudio realizado en colegios en Argentina, un amplio porcentaje de jóvenes no realiza suficiente actividad física para mejorar o mantener su salud, el 71.6% de los adolescentes dedican su tiempo libre a actividades como ir al cine, conciertos, teatro, destaca el estudio también que el 54.3% de los adolescentes utiliza su tiempo libre en pasear o ver tiendas (21).

La Organización Mundial de la Salud (OMS) plantea, que las causas de estos comportamientos sedentarios y los bajos niveles de actividad física se deben al

rápido crecimiento poblacional en las grandes ciudades, aumento de la pobreza, aumento de la criminalidad, gran densidad del tráfico, mala calidad del aire, inexistencia de parques, aceras, instalaciones deportivas y recreativas; países con ingresos bajos y medios que se enfrentan a cambios económicos y sociales que probablemente reducirán la actividad física por las exigencias de la vida diaria, de manera que conllevan al sedentarismo y/o la inactividad física (21).

Estos estudios plantean la actividad física como una estrategia de educación para evitar el sedentarismo, dándole al practicante una solución no solo de cómo realizar la AF en un espacio donde el mismo controle sus necesidades, sino ayudando a la comprensión de la mejoría de la salud con la práctica de esta mediante la implementación de información brindada por un profesional. (21)

La población universitaria no es ajena a esta problemática, y parece ser el contexto universitario un predictor con una asociación fuerte con los comportamientos de riesgo para la salud. Los jóvenes universitarios se encuentran expuestos a una serie de factores que los predisponen a adoptar conductas nocivas para la salud y aumentar el riesgo de padecer enfermedades crónicas no transmisibles. (2)

5.2.3 RECREACION

La recreación es definida por algunos autores como un comportamiento individual humano, en tiempos antiguos se creía que la recreación solo le pertenecía al niño, pero más tarde se incluyó al adulto dándole paso a considerarse como un comportamiento social.(22).

En 1639 Campanella plantea una organización de un estado ideal donde se recibe educación al aire libre que permite que la juventud pueda obtener otras visiones del mundo.(22)

El teólogo alemán Basedaw habla de la obra “El Emilio” de Rousseau en donde reconoce la Actividad Física como una forma recreativa que puede generar en el ser humano un conocimiento basado en la experiencia.(22)

Por otro lado Herbart (1976) habla de cómo el concepto de actividad física influye de forma positiva en el concepto de la recreación, ya que el plantea que la actividad física es una acción que realiza el hombre por gusto y por placer de conocer para así mismo realizarla.(22)

Powell (1914) plantea un sistema formativo para los jóvenes en donde reconoce el aire libre, ejercicio físico, formación, tiempo libre, como pilares para la formación personal y el desarrollo adecuado de cada individuo. Marx hablaba del tiempo libre y el ocio como la forma de redención tras una jornada laboral haciendo del ocio parte de la jornada laboral para hablar del trabajo como un espacio liberador.(22)

La recreación busca aportar a la calidad de vida para su mejoramiento, ya que no solo hace referencia ya hacia las actividades de ocio y el manejo del tiempo libre, algunos ven la recreación como una alternativa para el influir de forma positiva sobre la calidad de vida, ya que basados en lo dicho por Bockle sobre el concepto de calidad de vida influye sobre el bienestar y el mejoramiento de las condiciones de vida del individuo.(22)

Las conductas de recreación producen una serie de efectos conductuales del ser humano para que este pueda adaptarse a diferentes situaciones dentro del tiempo libre, y pueda asumir su vida con alegría, con buen humor.(22)

Según Meléndez entre las conductas que favorecen la recreación está la adquisición de conocimiento, la apreciación del ambiente, la estimulación sensorial, la competición y la socialización entre otras, las cuales le permiten al individuo generar conocimientos, realizar juicios de valor e incluso desenvolverse ante alguna situación positiva o negativa de su vida. Lo que favorece a los estudiantes Universitarios en su desempeño académico y social en cualquier ámbito en el que el se encuentre le permitirá realizar juicios académicos sobre alguna situación.(22)

En las diferentes etapas de la vida del individuo la recreación tiene una alta participación, para el desarrollo social en los jóvenes y adolescentes por ejemplo influye en las actividades de preferencia donde la recreación debe ir orientada a la práctica de algún deporte a la formación de la personalidad, y a la sensibilización; entre otras; En la madurez cuando el individuo se encuentra en una etapa laboral o productiva la recreación hace referencia a todos esos espacios sociales donde los juegos son más sedentarios y si practican deporte es más por un buen mantenimiento físico que por general placer, el tiempo libre lo emplea en paseos o cambios de espacios donde sus espacios sociales están más influenciados por la familia que por sus pares. (22)

5.3 MARCO LEGAL

Según la Ley 181/95 que habla sobre la actividad física (AF), la recreación y el deporte define la Recreación como un proceso que puede promover la actividad física en las personas, se concibe como: "...un proceso de acción participativa y dinámica, que facilita entender la vida como una vivencia de disfrute, creación y libertad, en el pleno desarrollo de las potencialidades del ser humano para su

realización y mejoramiento de la calidad de vida individual y social, mediante la práctica de actividades físicas o intelectuales de esparcimiento.”

Es un proceso desde el cual los seres humanos potencian sus capacidades y renuevan sus energías creadoras, la recreación posibilita una vida placentera y de goce facilitando dinámicas y agenciando contextos más armónicos y saludables.

“Actívate por la U” es una apuesta que conjuga la Actividad Física (AF) y la Recreación, dándole a la comunidad Bonaventuriana un espacio en donde desde diferentes actividades recreativas y deportivas buscan promover en ellos estilos y hábitos de vida saludables que favorezcan una mejor calidad de vida.

La ley 528 de 1999; define como competencia profesional del fisioterapeuta como “conjunción de los conocimientos, destrezas, aptitudes y actitudes que deben desarrollar los profesionales de la salud, para atender adecuadamente las necesidades de salud de la población, en el contexto del Sistema General de Seguridad Social en Salud”. Y respondiendo a ello de acuerdo con lo planteado en este proyecto el rol de fisioterapeuta es basarse en ese análisis retrospectivo sobre la práctica de la Actividad Física (AF), para implementar estrategias adecuadas para la promoción y la prevención de unos estándares de Salud y calidad de vida adecuados para cada individuo.

Según lo decretado en el plan decenal de salud pública los espacios educativos saludables son espacios que generan construcción de conocimiento, culturas, y desarrollan el pensamiento, la afectividad y los comportamientos básicos para convivir y relacionarse con su entorno; de allí surge la presencia de espacios saludables para el óptimo desarrollo humano de la comunidad educativa, realizando actividades de promoción de salud y en aras de generar la prevención de algunas enfermedades entorno al centro educativo, cumpliendo con el desarrollo sostenible

de la comunidad. En respuesta a esto la estrategia de promoción de actividad física “Actívate Por La U” de La Universidad De San Buenaventura se hace pertinente para favorecer no solo los espacios saludables sino un nuevo conocimiento para todos quienes participen de ella.

Según la ley 30 de 1992 en el capítulo III sobre Bienestar en el artículo 117 habla sobre los programas de actividades que orientan al desarrollo físico, psicoafectivo, espiritual y social de la comunidad universitaria (estudiantes, docentes y personal administrativo), y en el artículo 119 habla de los escenarios deportivos, con el propósito de facilitar el desarrollo de las actividades de forma permanente. Lo que se conecta de forma legal con el proyecto ya que las bases desde bienestar universitario es brindar con el programa de “Actívate Por La U” un espacio de facilitación al desarrollo social de la comunidad.

5.4 MARCO ETICO

El artículo 6 del código de ética y buen gobierno del Ministerio de Educación Nacional habla sobre los valores éticos, la transparencia es una forma de conocer el proceso y los resultados de la gestión en forma clara, veraz y oportuna. Somos transparentes en la disposición de la información clara, completa, veraz y oportuna. La información debe tener una claridad y una veracidad reconocida por el participante.

Según la declaración de Helsinki cuyo principio básico es el respeto por el individuo según su artículo 8. Se complementa con los artículos 20, 21 y 22 donde habla del derecho a tomar decisiones informadas por medio del consentimiento informado para permitir la participación con fines investigativos y su fundamento está en el artículo 9 las consideraciones éticas deben venir siempre del análisis precediendo las leyes.(ANEXO 5).

6. RESULTADOS

Cumpliendo con los objetivos de los semilleros GIMUS (Grupo de Investigación Movimiento Humano y Salud de la Facultad de Ciencias de la Salud) Y SEICIS (Semillero de Investigación Cuerpo e Interacciones Sociales de la Facultad de Ciencias Humanas) específicamente desde la línea de investigación: Salud Pública y Movimiento y desarrollo humano, respectivamente se evidencia es un proyecto que articula ya que se promueve la participación activa de la comunidad y busca de una forma fomentar la producción científica en estudiantes y docentes con un mayor y mejor impacto en la comunidad.

Las narraciones de las experiencias en el proceso dan cuenta de aspectos significativos que marcan una ruta interesante para su análisis. En estos

primeros hallazgos se da cuenta de las estrategias y los aprendizajes derivados de su implementación.

Las estrategias implementadas en el proyecto han sido claves para el desarrollo del mismo, estas han girado tanto en la parte organizativa como al desarrollo y evaluación del mismo; la gama de estrategias han agenciado una dinámica de trabajo muy alentadora, estas son: La cogestión, La interdisciplinariedad, lo lúdico recreativo, las publicitarias o la visualización del proyecto y la valoración física, permitiendo un trabajo sinérgico favorecedor para coadyuvar y enriquecer el quehacer universitario desde miradas distintas.

La cogestión, como una estrategia facilitadora del proyecto: Una de las estrategias claves es la denominada Cogestión, desde esta estrategia se ha ganado un espacio de gestión autónomo por parte de los y las estudiantes que juegan un rol de cogestores.

El trabajo interdisciplinar, El trabajo interdisciplinario que se ha fomentado en el proyecto es exaltado por los docentes del Programa de Educación física y mirado como una práctica a seguir, "...creo que este es ideal de la decanatura que esta interdisciplinariedad que se está viendo en este proyecto sea motivo para otros proyectos, para próximos proyectos y se vinculen más ejes temáticos, más problemáticas..." (Docente participante grupo focal), lo que puede estar mostrando que, como estrategia para la realización de proyectos, puede ser valiosa y apuntar hacia un trabajo que trascienda y conjuntamente desencadenar saberes y aportes a la comunidad universitaria en particular y a la comunidad en general.

De igual forma, para los cogestores es una fortaleza que les permitió forjar lazos de amistad "...se crearon amistades o sea se crearon más a partir de esa relación y de esa unión con otras carreras fue chévere porque además de que

se crearon nuevas amistades... (Participante grupo focal cogestores) La estrategia lúdica-recreativa es implementada para promover la actividad física y la salud.

Desde esta estrategia se han venido desarrollando diversos juegos, actividades recreativas y deportes, entre ellos se mencionan: juegos tradicionales, deportes y actividades como la rumba terapia, el tai chi y el yoga.

Los juegos tradicionales (carrera de sacos, la cucharita, la cuerda) es una de las actividades más recordada por los docentes entrevistados, "...a mi sinceramente la actividad anterior me gustó más que la de este año y me gustó más porque traían juegos tradicionales que a mí me encantan y creo que todo el mundo le gusta participar en carreras de sacos, a todo el mundo le gusta participar en cucharitas esa que uno lleva la pelota, que romper la bomba, esos juegos o sea yo creo que no pasan de moda, porque desde que yo soy niño veo esos juegos..." (Docente participante grupo focal). Los juegos tradicionales fomentan la interacción social entre los y las participantes promoviendo un ambiente lúdico en donde prima el goce y la diversión.

Las estrategias publicitarias o la visualización del proyecto: El proyecto ha ido ganando un espacio en la Universidad, y se resalta un aspecto importante como es la convocatoria que se hace y la movilización de personas, en promedio 250 personas por jornada, realizada un día sábado antes de los exámenes finales, en cada semestre lectivo, "Una de las cosas más significativas ha sido la participación de la población universitaria, yo creo, que si no tengo bien la información, no sé si aumentó en correspondencia con el año pasado, pero por lo menos tengo una percepción de que se mantuvo por la cantidad de participantes que se vincularon en este año..." (Docente participante grupo focal).

La valoración física, una oportunidad para la salud. En la experiencia valorativa las y los cogestores han desarrollado competencias significativas relacionadas con el manejo de público, dado que por la característica masiva del evento, se dan momentos de gran concurrencia y tienen que aprender o desarrollar el control de ansiedad que esto genera o les puede generar.

En lo referido a las transformaciones que ha suscitado el proceso se vislumbran unos cambios de actitud y de comportamientos hacia la AF, “Estas actividades recreativas, lúdicas y también a nivel de actividad física, en mí ha tenido un impacto muy importante, porque me he dado cuenta que puedo realizar en mí, en el contexto donde yo vivo esas actividades que nunca se han realizado allá...”(Participante grupo focal cogestores), “Me dispongo más a realizar actividad física y me divierto ya no es una tortura.” (Entrevista beneficiario del proyecto). Otros cambios notables en las voces entrevistadas se relacionan con el trabajo interdisciplinario y el trabajo en equipo, “Con relación a que teníamos con la división de facultades, que ahora se ve mucho más unión y al parecer también el ámbito social pues sí, o sea si alguien es tímido pues aquí, hay una persona que te impulsa, que te motiva entonces, se ve mucho el trabajo en equipo...”(Participante grupo focal cogestores).

7. CONCLUSIONES

7.1 Conclusiones del trabajo:

La interdisciplinariedad fue señalando la necesidad de articular los saberes y revelar en la práctica la interconexión de las realidades, asimismo, expuso los límites de cada disciplina y de esta manera se hizo más consciente el reconocimiento de los aportes de las demás disciplinas.

La estrategia de cogestión demostró que la participación y la autonomía son claves a la hora de poner en marcha los planes, posibilitan no solo la toma de decisiones sino que además, los estudiantes (en este caso) designados cogestores, van descubriendo habilidades que no sabían que tenían y potenciando otras capacidades.

La vigencia de los juegos tradicionales, en las voces de los distintos actores, se evidencia que estos, están presente en la memoria colectiva, desde los más

jóvenes hasta los más adultos coinciden en afirmarlos como lo más sustantivo de las jornadas de Actívate por la U.

La combinación de los medios escritos, auditivos y las puestas en escenas fueron claves para que la comunidad Bonaventuriana se informará de las jornadas de AF y recreativas, estas campañas movilizaron la necesidad que se tiene de asumir estilos de vida y hábitos más saludables, y de esta manera mejorar la calidad de vida

7.2 Conclusiones como semillerista:

Durante el tiempo en el que he estado en este proyecto aprendí la diferencia real entre una investigación cuantitativa y una investigación cualitativa, ya que aunque la cualitativa sea un poco más empírica puede ser probable y favorece a la sistematización que como dice Marco Mejía “El reconocimiento de que en la praxis humana en los procesos de intervención social y en los saberes locales y populares existen saberes preexistentes a la práctica pero también se crean a partir de la organización y acción de intervención que se realiza en ella. Al reconocerlo se visibiliza el flujo de relaciones que lo auto constituyen, nos plantea que la práctica tiene una relación con la teoría en cuanto constituye un agenciamiento de su acción con la teoría y también del nudo de relaciones que requieren ser conceptualizados.” Que me permite entender que desde la práctica es posible generar un conocimiento nuevo y puedo hablar sobre su significado, y sustentarlo con la práctica, así mismo este proyecto a formado en mi una persona líder investigadora y junto con las docentes he cambiado mi percepción de investigación lo que me anima a continuar en este proceso.

BIBLIOGRAFÍA

1. Macarro M. J., Romero C. C., Torres G. Motivos de abandono de la práctica de actividad físico-deportiva en los estudiantes de Bachillerato de la provincia de Granada [serial de internet]. Sep.-Dic 2010[citado en sep.- oct 2016]; [aprox 24 p] disponible en http://www.revistaeducacion.educacion.es/re353/re353_18.pdf.
2. García D. García G. Tapiero Y. Ramos D. Determinantes de los estilos de vida y su implicación en la salud de jóvenes universitarios. HPS. 2012; (4):169-185.
3. Campo I., Reina E., Gutiérrez j., SISTEMATIZACION DEL IMPACTO SOCIAL DEL PROGRAMA “MIENTRAS VOLVEMOS A CASA”, COMPONENTE “POBLACIÓN PRIVADA DE LA LIBERTAD” DEL CENTRO CARCELARIO DE MUJERES “EL BUEN PASTOR” DE MEDELLIN. [serial de internet] [Trabajo de grado]. UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA MEDELLIN, COLOMBIA. 2007 [aprox 112 p]: [oct 2016] disponible en: <http://viref.udea.edu.co/contenido/pdf/057-sistematizacion.pdf>.
4. Gustavo A., Cabrera A. Modelo transteórico del comportamiento en salud. Revista de la facultad Nacional de salud pública [serial de internet]. 2000 [sep. 2016]. 18(2) [aprox 9 p.]. Disponible en: <http://www.redalyc.org/pdf/120/12018210.pdf>
5. Salazar M., Marín M., Díaz M., Ospina C., Suaza E. Sistematización de las experiencias: deportes sin límites y mientras volvemos a casa, adscritas al Instituto de Deporte y Recreación –INDER Informe final presentado por INSTITUTO DE ESTUDIOS POLÍTICOS Universidad de Antioquia Medellín, [serial de Internet]. Nov de 2009 [oct 2016]. 3 [aprox 10 p.]. disponible en: file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/sistematizacin%20dsl%20y%20mvc%20-%202008.pdf.

6. Becerra Heraud S. Universidades saludables: una apuesta a una formación integral del estudiante [serial de Internet]. 2013 [oct 2016]; 31 (2): [aprox. 5 p.] disponible en: [http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254- 4 5](http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S0254-45)
7. Bastías Arriagada E, Stieповich Bertoni J (2014) UNA REVISIÓN DE LOS ESTILOS DE VIDA DE ESTUDIANTES UNIVERSITARIOS IBEROAMERICANOS [serial de internet]. 2014; 20 (2) [sep. 2016]: [aprox. 6 p.] disponible en: http://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0717-95532014000200010
8. Becerra Martínez N, Alba L., Granados M. Orientaciones para la implementación de un programa de mantenimiento de la salud en los servicios de salud universitarios. Aportes desde la experiencia de la Pontificia Universidad Javeriana, Bogotá, Colombia [serial de internet]. 2013; vol. 54 (3) [sep. 2016]: [aprox. 11 p.] disponible en <http://revistas.javeriana.edu.co/index.php/vnimedica/article/view/16237>
9. Usbctg.edu [homepage on the internet]. Cartagena: Universidad de San Buenaventura Misión y Visión; c2006.01 [actualizado 01 oct 2016; citado 17 oct 2016]. Disponible en: <http://usbcartagena.edu.co/>
10. Elabcplandecenal.gov [homepage on the internet]. Colombia: Plan Decenal; c2012-2021 [actualizado oct 2012; citado 18 oct 2016]. [aprox 2 pantallas]. Disponible en [file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/EL%20ABC%20DEL%20PLAN%20DECENAL%20DE%20COLOMBIA%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/EL%20ABC%20DEL%20PLAN%20DECENAL%20DE%20COLOMBIA%20(1).pdf).
11. Plandesarrollobolivar.gov [homepage on the internet]. Colombia: Bolívar sí avanza; c2016-2020 [actualizada ene 2016; citado 18 oct 2016]. [aprox 2 pantallas]. Disponible en: [file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/Programa%20de%20Gobierno%20Bolivar%200Si%20Avanza%202016-2019%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/Programa%20de%20Gobierno%20Bolivar%200Si%20Avanza%202016-2019%20(1).pdf).

12. Plandedesarrolloctg.gov [homepage on the internet]. Colombia: Primero La Gente; c2016-2020 [actualizada ene 2016; citado 18 oct 2016]. [aprox 2 pantallas]. Disponible en: file:///C:/Users/fauni_000/Downloads/DOCUMENTO-BASE-PLAN-DE-DESARROLO-PRIMERO-LA-GENTE%202016%20(1).pdf.
13. Mena Benjarano B. Analisis de las Experiencias en la Promocion de la Actividad física. Rev. Salud Publica (Internet), 2006 (citado en abril de 2017); 8:45-56. Disponible en: [http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0107/pdfs/IS27\(1\)021.pdf](http://bvsmms.saude.gov.br/bvs/is_digital/is_0107/pdfs/IS27(1)021.pdf).
14. Hernandez Sanchez J, Forero Bulla CM, Concepciones y Percepciones Sobre Salus, Calidad de Vida, Actividad Fisica en una comunidad academica de salud. Efermer (Internet), 2011; 27 (2). Disponible en: http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-03192011000200008&script=sci_arttext&tlng=pt
15. Mejía, M. (s.f.) Atravesando el espejo de nuestras prácticas. Sistematización del proyecto COMBOS- Expedición Pedagógica Nacional - Fe y Alegría Colombia.
16. Ramirez W, Vinnacia S, Ramon Suarez G. El impacto de la actividad física y deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: Revisión Teorica. Rev.estud.soc (Internet); 2004 (febrero del 2017);8. Disponible en http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0123-885X2004000200008&script=sci_arttext&tlng=es

ANEXOS

1 . MATRIZ DE ANALISIS: SIN DILIGENCIAR Y DILIGENCIAR

1.1 MATRIZ DE ANALISIS

ACTOR _____

EJE	OPINIONES (RESPUESTAS)	OBSERVACIONES (REFLEXION)
<p>ESTRATEGIAS</p> <p>4. Qué cambios de estilos de vida (hábitos saludables) se han producido a partir de la experiencia</p> <p>5. Qué actitudes han cambiado o emergido hacia la AF y las AR</p> <p>9. De esta experiencia qué ha sido lo más significativo para ti (y lo menos)</p>		
<p>SABERES</p> <p>10. Si le vas a contar a alguien sobre las actividades de actívate por la U, que le dirías sobre porque vale la pena participar y que cosas</p>		

<p>consideras que se necesitan para fortalecer la realización de este proyecto?</p>		
<p>TRANSFORMACION</p> <p>1. Las jornadas de Actívate por la U, te han permitido cuestionar tus vivencias personales relacionados con la actividad física y las actividades recreativas?. Cuales, en qué sentido?</p> <p>2. Qué cambios a nivel de la imagen corporal, ha percibido a partir de la experiencia?</p> <p>3. Qué cambios a nivel emocional ha percibido a partir de participar en la experiencia?</p> <p>6. Has escuchado a tus compañeras y compañeros de estudio hablar acerca de las actividades de Actívate por la U?, que has</p>		

<p>escuchado positiva y negativamente sobre las actividades?</p> <p>7. Lo han priorizado como una actividad de su agenda en el semestre?</p> <p>8. ¿Se ha dado mayor utilización a los escenarios recreativos y deportivos como producto de la realización del proyecto?, como se puede evidenciar esta situación?</p>		
--	--	--

Fuentes: Idis Alfaro, Linda Martinez y Keily Puertas

1.2 MATRIZ DE ANALISIS INICIAL

ACTOR_____

EJE	OPINIONES (RESPUESTAS)	OBSERVACIONES (REFLEXION)
<p>ESTRATEGIAS</p> <p>4. Qué cambios de estilos de vida (hábitos saludables) se han producido a partir de la experiencia</p> <p>5. Qué actitudes han cambiado o emergido hacia la AF y las AR</p> <p>9. De esta experiencia qué ha sido lo más significativo para ti (y lo menos)</p>	<p>4. Salir a caminar más que antes; los hábitos saludables se han producido menos enfermedades; bueno en mi caso soy deportista y mis hábitos son muy saludables; mejorar mi alimentación y tener una rutina de ejercicios.</p> <p>5. lo positivo es que se pasa muy bien con los compañeros la rumba terapia los juegos tradicionales y lo negativo...; buenos las actividades son muy satisfactorias para mí; las actividades</p>	<p>Es impactante ver como a mayoría de mis compañeras lo que más les impacta es las relaciones interdisciplinarias y se construyen y/o refuerzan lasos de amistad con personas de otras carreras, sigo pensando que hemos hecho grandes cosas con la actividad hemos llevado a nuestros compañeros incluso a pensar en cómo mejorar sus hábitos de vida a cuestionarse a sí mismos, destruí ese estigma de hacer ejercicio es una tortura no es fácil pero bien lo dicen cambio la mirada de las</p>

	<p>que he cambiado hacia la actividad física y actividad recreativa son positivas; Me dispongo más a realizar actividad física y me divierto ya no es una tortura.</p> <p>9. lo más significativo divertirme y lo menos al momento que me evaluaron había mucho desorden; lo más significativo es aprender sobre la actividades físicas y actividades recreativas y lo menos significativo ninguno; en toda esta experiencia he aprendido muchas cosas de manera positiva para mi vida; tener en cuenta los</p>	<p>personas hacia la actividad física.</p> <p>Es importante recalcar que todo en orden debidamente calculado es necesario en todo el tiempo e la actividad, ya que esto nos permite evaluar la seriedad y la veracidad del impacto que puede tener una actividad como esta en la sociedad.</p>
--	---	--

	<p>beneficios de la actividad física y la actividad recreativa.</p>	
<p>SABERES</p> <p>10. Si le vas a contar a alguien sobre las actividades de actívate por la U, que le dirías sobre porque vale la pena participar y que cosas consideras que se necesitan para fortalecer la realización de este proyecto?</p>	<p>10. para mejorar nuestros estilos de vida a través de la actividad física y hábitos saludables y fortalecer las relaciones interpersonales; le diría que es muy importante en nuestra vida como profesional y para mejorar nuestro sistema de salud que es muy importante para nuestra vida; que es un proyecto donde nos vamos a recrear a aprender sobre actividades para ponerlas en práctica</p>	<p>Es emocionante ver que de un proyecto como este podemos sacar cosas tan rescatables como que esta actividad nos muestra cómo mejorar los estilos de vida a través de la actividad física; mis compañeras encontraron a profundidad que las relaciones interpersonales son importantes y que esto también afecta a la persona para bien o para mal. Impactante ver como no solo estamos pensando en la población universitaria sino en la población en general cuando hablamos de mejorar un sistema de</p>

	<p>y disminuir enfermedades; porque cambia la perspectiva de realizar la actividad física y uno se divierte con los compañeros de otras carreras.</p>	<p>salud dando a entender que con que mejoremos uno a uno nuestros hábitos de vida la atención en el sistema de salud mejorara ya que no habrían tantas personas enfermas sin contar con el personal suficiente para atenderlo, ver que conocer a las otras personas es lo que más promueven los compañeros hablar e interactuar con la comunidad para crear losos de unión entre la comunidad estudiantil bonaventuriana.</p>
<p>TRANSFORMACION</p> <p>1. Las jornadas de Actívate por la U, te han permitido cuestionar tus vivencias personales relacionados con la actividad física y las</p>	<p>1. Si en qué debo ,mejorara mi actividad física; actívate por la u me ha cuestionado actividades recreativas personales por que nos deja</p>	<p>Aunque todo lo que dicen mis compañeras en la entrevista es verdad me llama la atención ver que a pesar de que las hizo pensar en cambiar hábitos y en mejorar su calidad de vida aun así no hay el tiempo ni se han</p>

<p>actividades recreativas?. Cuales, en qué sentido?</p> <p>2. Qué cambios a nivel de la imagen corporal, ha percibido a partir de la experiencia?</p> <p>3. Qué cambios a nivel emocional ha percibido a partir de participar en la experiencia?</p> <p>6. Has escuchado a tus compañeras y compañeros de estudio hablar acerca de las actividades de Actívate por la U?, que has escuchado positiva y negativamente sobre las actividades?</p> <p>7. Lo han priorizado como una actividad de su agenda en el semestre?</p> <p>8. ¿Se ha dado mayor utilización a los escenarios recreativos y deportivos como producto de la realización del</p>	<p>aprendizajes recreativos que uno pone en práctica cualquier actividad física; bueno las actividades de actívate por la u me han servido mucho en la parte de actividad física relaciones con el entorno; antes no tenía ningún interés por realizar ejercicio o actividades físicas pero a medida que me integre más a la actividad de actívate por la u mis expectativas cambiaron y hoy se lo importante que es la actividad física.</p> <p>2. Más que corporal, me parece que me preocupo más por sentirme activa con actividades</p>	<p>podido organizar bien para practicarlos, ver que la imagen corporal y como te proyectas antes las personas es importante ver que todas las compañeras dicen que si les ha servido y que una dice que le ayudo a subir incluso su autoestima es importante ya que ha mejorado en su postura su aceptación de imagen corporal y ver como esa imagen se mantiene es importante, que los cambios en la visión del deporte como una tortura y que personas sedentarias hayan querido cambiar y lo estén haciendo así su actividad número uno en la agenda no sea actívate por la u pero si hacer actividad física creo que es lo más importante que con un poco de actividad</p>
--	---	--

<p>proyecto?, como se puede evidenciar esta situación?</p>	<p>recreativas salir a caminar o cosas así; los cambios que tuve fue el sedentarismo y la disminución de mi enfermedad hipoglicemia; he percibido a partir de la experiencia cambios más positivos en mi imagen corporal; me ha ayudado a mejorar la postura física y a reducir mi IMC.</p> <p>3. Me siento más abierta para realizar tareas de actividades de la vida cotidiana; a nivel emocional me he sentido mejor ya que disminuyo mi sedentarismo; un cambio emocional muy agradable al</p>	<p>el pensamiento y la actitud hacia una vida activa y deportiva son importantes, es verdad que las canchas deportivas las utilizan más los muchachos y compañeros de educación física claro esta sus clases son teórico- prácticas y por eso permanecen ahí varias horas grupos rotatorios, sin embargo me sorprende ver que unos pocos se han dado cuenta que los escenarios deportico también asisten personas de otras carreras a usarlos sin embargo puede ser que el cruce con los horarios de los compañeros de educación física no permita el uso adecuado de las canchas para compañeros de otras</p>
--	--	--

	<p>participar y vivir todas estas experiencias; ha mejorado mi autoestima ya que por ser gordita me sentía mal.</p> <p>6. no, solo cuando veo la publicidad del evento; si positivamente; si; que es muy bien porque ayuda a prevenir muchas enfermedades no transmisibles.</p> <p>7. cuando tengo el tiempo sí; si; si; no.</p> <p>8. como que o pues los muchachos de educación física siempre las usan pero en locaciones veo compañeras de fisio haciendo deporte en la cancha; en los escenarios</p>	<p>facultades y programas, sin embargo ver que el sedentarismo en la universidad es un tema que se ha cambiado a través de una actividad como actívale por la u, deja como gran interrogante es ¿ hasta qué punto realmente queremos llegar?, ¿solo nos interesa tener estos efectos de cambio en la comunidad bonaventuriana? O ¿quizás queremos impactar en la sociedad Cartagenera e incluso Bolivarenses sobre la importancia de la actividad física y el sentirse bien consigo mismo y con el otro?, falta ver después de esta nueva actividad hasta donde llegaremos.</p>
--	---	---

	recreativos y deportivos si se han dado; si; pienso que no estos son utilizados solo para la actividad y por los estudiantes de educación física.	
--	---	--

Fuente: Flor Alejandra Torres Mayorga

2. INSTRUMENTO (GRUPO FOCAL/ ENTREVISTA)(PROYECTO SISTEMATIZACION)

Instrumento (Grupo de discusión/ Entrevista)

1. Las jornadas de Actívate por la U, te han permitido cuestionar tus vivencias personales relacionados con la actividad física y las actividades recreativas? ¿Cuáles, en qué sentido?
2. ¿Qué cambios a nivel de la imagen corporal, ha percibido a partir de la experiencia?
3. Qué cambios a nivel emocional ha percibido a partir de participar en la experiencia?
4. Qué cambios de estilos de vida (hábitos saludables) se han producido a partir de la experiencia
5. Qué actitudes han cambiado o emergido hacia la AF y las AR
6. Has escuchado a tus compañeras y compañeros de estudio hablar acerca de las actividades de Actívate por la U?, ¿qué has escuchado positiva y negativamente sobre las actividades?
7. Lo han priorizado como una actividad de su agenda en el semestre?
8. ¿Se ha dado mayor utilización a los escenarios recreativos y deportivos como producto de la realización del proyecto?, como se puede evidenciar esta situación?
9. De esta experiencia qué ha sido lo más significativo para ti (y lo menos)
10. Si le vas a contar a alguien sobre las actividades de actívate por la U, que le dirías sobre porque vale la pena participar y que cosas consideras que se necesitan para fortalecer la realización de este proyecto?

3. ANÁLISIS CORRELACIONAL (PROYECTO SISTEMATIZACION)

A QUIENES ACTIVAMOS

Este es un proyecto que va enfocado a la población universitaria en general, sin embargo en medio de las encuestas realizadas a los participantes de la actividad se evidencia que es más frecuente que las mujeres asistan a este tipo de

actividades, pero los hombres también se divierten en con los juegos es verdad que a él asisten personas de todos los programas académicos y se espera encontrar docentes y administrativos sin embargo con menor frecuencia se observa la participación de ellos en estas actividades, en cuanto a los programas tenemos que la asistencia en estos active por la u está en su mayoría por el programa de psicología, le sigue fisioterapia y luego educación física lo cual representa que la población estudiantil que organiza el evento hace una fuerte promoción de la actividad en sus programas , es sorprendente ver que en una proporción no muy amplia como las otras tres derecho es el programa que más participación tiene en este tipo de actividades.

El impacto de la actividad física y el cambio de actitud hacia esta se evidencia más en estos mismos estudiantes quienes reportan que si practican o han practicado actividad física teniendo como delantera el programa de psicología el cual es el que con mayor porcentaje participa en las actividades , es evidente también que la mayoría de nuestros docentes no puede asistir a estas actividades ya que es un día sábado sorprende que en las encuestas el 1% de la población que participó fueron docentes que seguramente les concedió el tiempo de actividad física y estaban allí y aprovecharon para compartir con los alumnos en un ámbito diferente al de alumno profesor en un aula de clase.

En cuanto a la práctica de la actividad física es sorprendente ver que los estudiantes de educación física tan solo el 9% siente que realiza actividad física cuando las clases so teóricos/prácticas, sin embargo se entiende que ellos practican deporte que hace parte de la actividad física pero no lo es todo, muchos practican deporte o actividad física (baile, caminar, trotar) tres veces a la semana o más, incluso algunos dicen que esta actividad les generó un cambio para la salud que sea más saludable y tenga mejor de calidad de vida.

Fuente: Flor Alejandra Torres Mayorga

4.CONSTRUCCIÓN DE LA RECOPIACIÓN DEL TRABAJO (PROYECTO SISTEMATIZACION)

EN QUÉ NOS BASAMOS

Para a hablar de actividad física se evidencia una amplia cantidad de conceptos ya que todas las personas lo ven de diferentes formas; sin embargo algunos autores como Davís

y cols (2000) la definen actividad física como "cualquier movimiento corporal realizado con los músculos esqueléticos, que resulta en un gasto de energía y en una experiencia personal y nos permite interactuar con los seres y el ambiente que nos rodea"; dejando ver que actividad física no es sólo ejercicio, que por el contrario el ejercicio hace parte de la práctica de actividad física, esta incluye actividades donde exista el movimiento corporal puede ser juego, trabajo, tareas domésticas o recreativas, las que no solo permiten que haya un gasto energético sino un que exista una interacción con el ambiente por parte de la persona que la está realizando. La actividad física rompe los esquemas de las personas sedentarias creando hábitos de vida saludable.

En un contexto universitario se observan que por cuestiones de tiempo y de ocupaciones tareas y otras cosas algunos estudiantes de universidades no se preocupan por realizar ningún tipo de actividad que los saque de ese contexto, que rompa los esquemas y que ellos mismos han creado de sedentarismo y de rechazo hacia la actividad física; Es esta misma preocupación la que hace dos años y medio un grupo de estudiantes de la universidad de San Buenaventura de la seccional de Cartagena quisieron investigar acerca de la actividad física en la universidad, en alumnos, docentes y administrativos por medio de la IPAQ (encuesta de la actividad física) y después del análisis de los resultados algo sorprendidos estudiantes y docentes encontraron que la actividad física no era una práctica en la universidad a pesar de tener carreras afines con ella (licenciatura en educación física y fisioterapia), sin negar que no solo estos programas sino que toda la universidad no realizaba ningún tipo de actividad ya que no era de su agrada, altamente preocupados por este resultado y en pro de incentivar a sus compañeros a romper con los paradigmas del sedentarismos y los hábitos poco saludables se realizan estudios y los docentes de las áreas los apoyan en formar un proyecto que promueva y prevenga sobre las diferentes consecuencias del sedentarismo, estimulando a la participación y a la aceptación de la actividad física como un espacio recreativo, estimulante y de compartir con otros dentro de la universidad, el nombre que se eligió después de un largo proceso fue ACTIVATE POR LA U, programa realizado por estudiantes para la población universitaria completa incluidos docentes y administrativos, en él se realizan no solo actividades deportivas, se intenta que con los juegos de antaño y de aquellos que han pasado de generación en generación se rompa el paradigma de que la actividad física es solo realizar actividades deportivas, esta actividad se realiza cada semestre desde el 2013-1 un día sábado una o dos semanas antes de comenzar parciales finales, ya que con ella se busca despejar un poco el estrés por el cierre de semestre en un rato de esparcimiento, este comenzó solo con estudiantes de los programas de licenciatura en educación física, recreación y deporte y fisioterapia, en lo largo de los semestres y con el paso de la actividad por la universidad se han unido programas como fonoaudiología y psicología para la creación de este proyecto.

Con estos datos recogidos y haciendo un análisis cualitativo de la actividad se crea un grupo sistematizador quienes desde la praxis han querido generar un concepto, y cuyo objetivo para este proyecto es "Conocer las experiencias de los actores sobre las estrategias de promoción de actividad física para el fortalecimiento de los niveles de participación en actividades físicas/ recreativas en una población universitaria de la

ciudad de Cartagena”. El cual nos lleva a presentar los resultados que han dado respuesta a este objetivo dejando ver diferentes hallazgos en todas las perspectivas.

Fuente: Flor Alejandra Torres Mayorga

5. CONSENTIMIENTO INFORMADO AVALADO POR EL COMITE DE ETICA PROYECTO SISTEMATIZACION

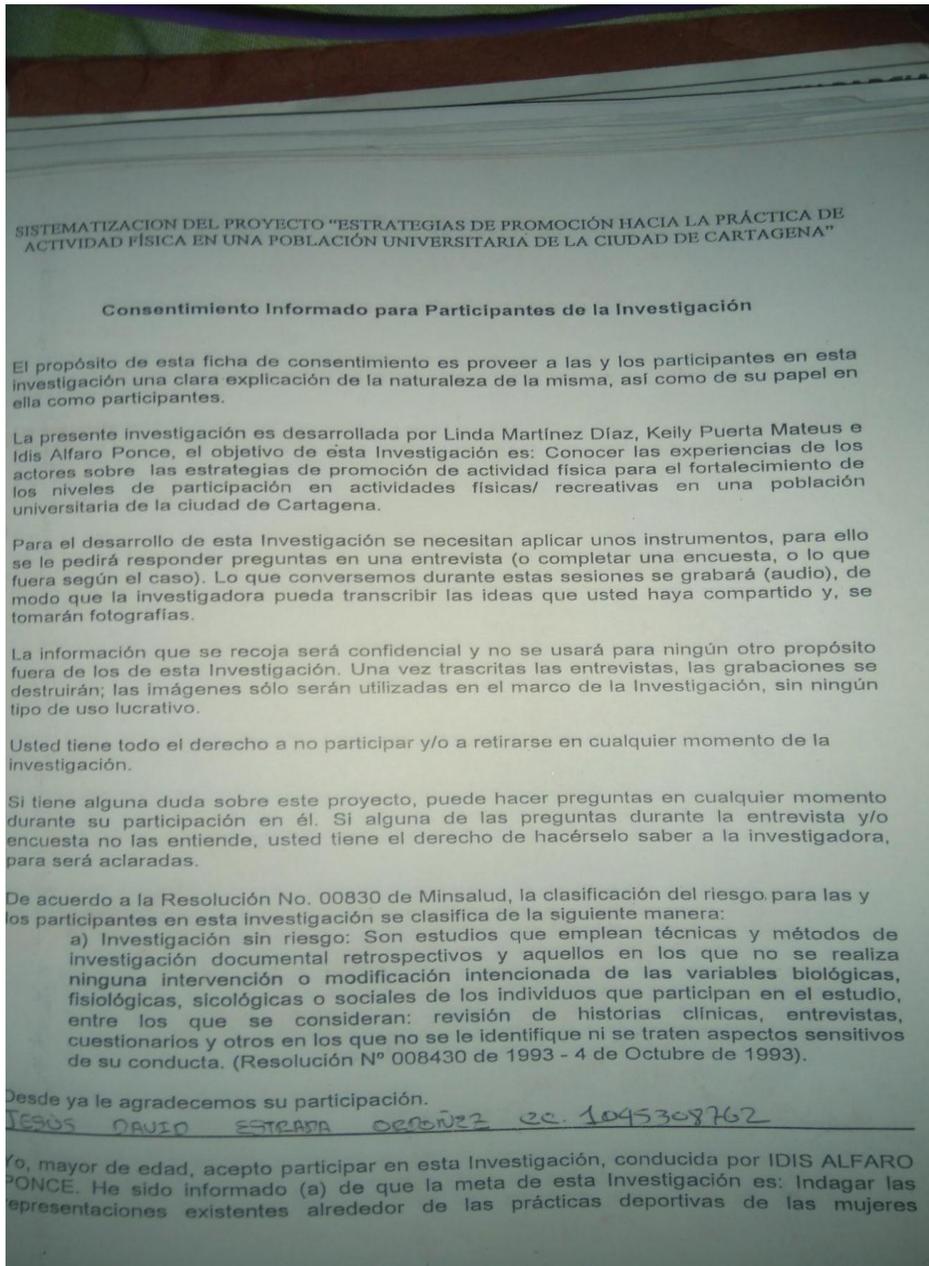


Foto tomada por: Flor Alejandra Torres Mayorga

6. CERTIFICADO Y RECONOCIMIENTO DE PARTICIPACIÓN RedCOLSI NACIONAL



Foto tomada por: Flor Alejandra Torres Mayorga



Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

7. FOTOS HISTORIAL SEMILLERO



Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

8. FOTOGRAFIA: PORTADA Y ESCRITO DEL LIBRO “VOCES QUE CANTAN, VOCES QUE LLORAN”



Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

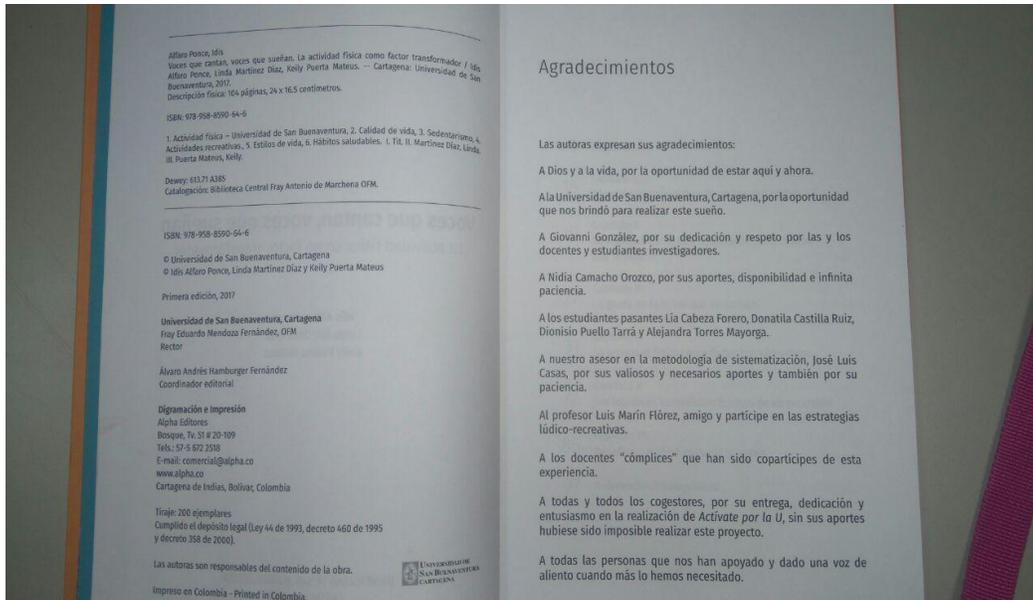


Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

9. APORTES PROYECTO LINEA DE BASE (TRASCIPCION Y MATRICES DE ANALISIS)

9.1 TRANSCRIPCIÓN AUDIO 002

1era pregunta ¿Para usted que es el deporte?

- El deporte para mi es poder practicar una disciplina deportiva de cualquier modalidad, el deporte en si es practicar una disciplina pero con toda la rigurosidad, la reglamentación de cada deporte lleva, con unos tiempos de prácticas y unas fechas estipulada para su entrenamiento.
- Es un estilo de vida más aceptado que se puede conseguir, es el estilo de mi vida más completo, hay personas que se dedican a ser estudiantes, hay personas que se dedican a ser cocineros, ser deportista implica tener una disciplina alta, tener una alimentación buena, significa tener un sentido de responsabilidad contigo mismo, sentido de liderazgo, sentido de comprendimiento y entendimiento a las cosas que estás haciendo. Ser un deportista y practicar un deporte es un estilo de vida completo
- Es una herramienta de tener la capacidad de poder transformar y unir una generación de una nación, lo vemos representado en un partido de futbol, la gente se reúne para ver un partido sin importar de que estrato tengan. Y lo desglosaría de tres formas, deporte a nivel competitivo, deporte a nivel aficionado para las personas que hacen actividad física y el deporte como factor social, la oportunidad que le da el deporte a las personas de venir a él, de ser transformado y poder llegar a un deporte de alto rendimiento.
- Es la integración de varios niños en cualquier clase de rama deportiva, puede ser futbol, puede ser boxeo, el básquet, es la forma como se asocian cantidades de niños y empiezan a practicar algo pero primero de todo con la disciplina para tener un alto rendimiento que queramos conseguir en ese deporte, sea en el futbol o sea en el boxeo.

2 pregunta ¿Qué opinión tiene ustedes sobre la formación en deportes en niños y niñas en edad escolar?

- Yo pienso que hay una falencia bastante grande porque hasta donde tengo entendido no es obligatorio los profesores de educación física en la primera, entonces los niños no están recibiendo e a información y no va a ser parte de su futuro, generalmente cuando sean adolescentes van a sentir rechazo de cualquier actividad que generen movimiento porque no lo están teniendo desde cuando son niños
- En el beisbol, el rendimiento empiezan a formarse desde los 3 años. Se dividen en varias categorías, lo que es la pony (3-5 años) la preparatoria (5-6 años) y la infantil (6-7años).
- Para mi promover el deporte en la edad escolar es muy importante porque estamos incentivando al que el grupo escolar practique una disciplina deportiva

con eso vamos a lograr a que haya jóvenes en menos riesgos porque ya sabemos que el deporte crea disciplina, crea una cantidad de compromiso, entonces es sumamente importante vincular o introducir el deporte en la edad escolar y es muy bueno también que los niños hagan como un paseo por las diferentes disciplinas deportivas para que ellos se identifiquen con el deporte que más les gusta.

- Para mi es de lo más importante practicar el deporte en la fase escolar, pero hoy por hoy aquí en Cartagena tenemos algo, soy franco en decirlo, una deficiencia grande donde muchas escuelas no tienen profesor con disciplina, cuando esos niños llegan a donde nosotros para formarlos se nos hace difícil, puesto que la principal base esta en las escuelas, porque en las escuelas es donde el niño empieza a dar sus primeros pinitos, cuando ellos vienen acá a donde nosotros a presentarse ellos tienen muchas dificultades, ya que no conocen todo lo que es la parte del cuerpo ni tienen obligación de hasta donde pueden ellos llegar, por eso yo pido de corazón que en las escuelas de Cartagena exijan mas a los profesores físicos para que estos niños se puedan moldear mejor.
- Todos hemos recalado la importancia de los que es aplicar una base deportiva en los escolares, pienso que inculcar estos fundamentos a temprana edad, incluso aquí en Cartagena, la mayoría de las personas hablamos de que yo lo coloco en deporte porque no quiero que robe cuando tenga los 12 años, o no quiero que este en la calle a los 14 años, independientemente esa sea la razón por la que ellos piensan que el deporte los ayuda de una u otra manera, pienso que debería ser como inculcado más, así como son los profesores que están en la parte institucional, hay escuelas que no tienen incluso profesores de educación física, es una falencia que se nota.
- Yo pienso que hay se debe hacer una llamado muy fuerte a lo que es al ministerio de educación y a la secretaria de educación porque en verdad hay que invertir mucho en los licenciados de educación física para que haya no solo un profesor sino instructores en las diferentes disciplinas deportivas para incentivar el deportes en los niños y aumentar un poquito el horario de la práctica del deporte en la escuela, de 3 a 4 días por semana.

3ra pregunta. ¿Creen ustedes que existen diferencias entre recreación, actividad física y deporte?

- El deporte tiene unas reglas y unas normas, la otra se hace como recreación y la otra se hace para mantener un buen estado de salud
- El deporte es una disciplina que exige una rigurosidad en tiempo, la actividad física la practicamos de una manera de prevención de la salud y como programa escolar, y la recreación muchas personas la utilizan para su realizar su hobby, son diferentes formas de hacer ejercicios con una práctica diferente

4ta pregunta. ¿Cuáles son los instrumentos que utilizan para conocer el nivel psicomotriz del niño o la niña o de la persona al momento de ingresar a la escuela de formación o al club o a la liga?

- Generalmente yo pienso que no hay ninguna prueba estándar que les obligue, generalmente las personas que lo hacen si deciden o han sido profesionales aplican algunos test basado en esas experiencias que ellos tienen como deportistas, esa información les ayuda a determinar los niveles de capacidad motriz y a partir de ahí pueden tener una herramienta como información para saber que talento tiene esa persona y como se puede encaminar
- Aquí en Colombia nos falta preparación pero demasiado, demasiado en lo que es la educación física.
- El presidente de la liga de beisbol, él tiene unos entrenadores que son los manager que van a dirigir a los pelotas, cada categoría tiene su manager que va a darle sus indicaciones a peloteros etc. Ahí es donde tiene las formaciones de sus muchachos
- Yo pienso que desconozco mucho al interior de todos los organismos deportivos, entonces digamos que no existe un formato específico o de pronto lo tienen pero por no conocerlo, pero nosotros en nuestra liga trabajamos con chicos de discapacidad si medimos mucho el manejo de su funcionalidad para poder direccionarlo a uno de los deportes.

5ta pregunta. Mencione tres características que definan al deporte de alto rendimiento.

- Un deportista de alto rendimiento tiene una disciplina alta, tiene un modo de superación más grande que el mismo, un nivel de prueba y culpabilidad contra el mismo muy alto, un sentido de pertenencia por lo que hace muy alto, considero que son cosas esenciales de un deportista de alto rendimiento. (16:05)

9.2 MATRIZ DE ANALISIS INICIAL

**ACTOR: CO-GESTORES
AUDIO 002**

Eje	OPINIONES (RESPUESTAS)	OBSERVACIONES
-----	-------------------------	---------------

<p>Preguntas</p> <p>1. ¿Para usted que es el deporte?</p>	<p>El deporte para mi es poder practicar una disciplina deportiva de cualquier modalidad, el deporte en si es practicar una disciplina pero con toda la rigurosidad, la reglamentación de cada deporte lleva, con unos tiempos de prácticas y unas fechas estipulada para su entrenamiento.</p> <p>Es un estilo de vida más aceptado que se puede conseguir, es el estilo de mi vida más completo, hay personas que se dedican a ser estudiantes, hay personas que se dedican a ser cocineros, ser deportista implica tener una disciplina alta, tener una alimentación buena, significa tener un sentido de responsabilidad contigo mismo, sentido de liderazgo, sentido de comprendimiento y entendimiento a las cosas que estás haciendo. Ser un deportista y practicar un deporte es un estilo de vida completo.</p> <p>Es una herramienta de tener la capacidad de poder transformar y unir una generación de una nación, lo vemos representado en un partido de futbol, la gente se reúne para ver un partido sin importar de que estrato tengan. Y lo desglosaría de tres formas, deporte a nivel competitivo, deporte a nivel aficionado para las personas que hacen actividad física y el deporte como factor social, la oportunidad que le da el deporte a las personas de venir a él, de ser transformado y</p>	<p>Con respecto q la deficion de de deporte especificamente "el deporte como ejercicio fisico especifico para una practica deportiva", vemos que las respuestas que encontramos fueron mas enfocadas a la importancia personal acerca de la practica de un deporte.</p> <p>Es impactante ver como para todos los participantes el depreote es una herramienta para desarrollas actitudes, aptitudes y valores en una persona de cualquier edad que quiera practicar un deporte.</p> <p>Una de las respuestas que mas llama la atencion para nosotros es que el deporte "es un estilo de vida" y da a enteder que es un estilo que es importante sin obiar ningun detalle incluso nos dice que es el estilo de vida mas completo porque interviene en todos los campos de la persona que la practica es decir que tiene un impacto biologico, fisico y emocional que permite que la persona tambien tenga un desarrollo social con un impacto positivo para la sociedad.</p> <p>Además definen el deporte como una herramienta de</p>
---	--	--

	<p>poder llegar a un deporte de alto rendimiento.</p> <p>Es la integración de varios niños en cualquier clase de rama deportiva, puede ser futbol, puede ser boxeo, el básquet, es la forma como se asocian cantidades de niños y empiezan a practicar algo pero primero de todo con la disciplina para tener una alto rendimiento que queramos conseguir en ese deporte, sea en el futbol o sea en el boxeo.</p>	<p>transformación que no tiene estato social al momento de compartir la emoción que este trasmite, lo que nos muestra que muchos lo ven como la herramienta para transformar la sociedad desde la afición o el gusto hasta la practica de un deporte o como lo dicen ellos mismos la "disciplina" que sea elegida de practicar.</p>
<p>2. ¿Qué opinión tiene ustedes sobre la formación en deportes en niños y niñas en edad escolar?</p>	<p>Yo pienso que hay una falencia bastante grande porque hasta donde tengo entendido no es obligatorio los profesores de educación física en la primera, entonces los niños no están recibiendo e a información y no va a ser parte de su futuro, generalmente cuando sean adolescentes van a sentir rechazo de cualquier actividad que generen movimiento porque no lo están teniendo desde cuando son niños</p> <p>En el beisbol, el rendimiento empieza a formarse desde los 3 años. Se dividen en varias categorías, lo que es la pony (3-5 años) la preparatoria (5-6 años) y la infantil (6-7años).</p> <p>Para mi promover el deporte en la edad escolar es muy importante porque estamos incentivando al que el grupo escolar practique una disciplina deportiva con eso vamos</p>	<p>Para muchos no solo es importante que desde una edad escolar se obtenga un cambio en cuanto a la necesidad que se presenta por la ausencia de docentes o licenciados en educación física y deporte, sino que, es necesario que se incluya esto de nuevo como una materia en los colegios.</p> <p>De igual forma es imperioso ver como muchos de los participantes son concientes de la problemática social por la que atraviesa no solo la ciudad sino el país entero sobre las probabilidades y opciones de vida que muchos de los niños de esta edad pueden tener por la necesidad o por simplemente dejarse llevar por la compañía que el niño a esta edad decide tener.</p>

	<p>a lograr a que haya jóvenes en menos riesgos porque ya sabemos que el deporte crea disciplina, crea una cantidad de compromiso, entonces es sumamente importante vincular o introducir el deporte en la edad escolar y es muy bueno también que los niños hagan como un paseo por las diferentes disciplinas deportivas para que ellos se identifiquen con el deporte que más les gusta.</p> <p>Para mi es de lo más importante practicar el deporte en la fase escolar, pero hoy por hoy aquí en Cartagena tenemos algo, soy franco en decirlo, una deficiencia grande donde muchas escuelas no tienen profesor con disciplina, cuando esos niños llegan a donde nosotros para formarlos se nos hace difícil, puesto que la principal base esta en las escuelas, porque en las escuelas es donde el niño empieza a dar sus primeros pinitos, cuando ellos vienen acá a donde nosotros a presentarse ellos tienen muchas dificultades, ya que no conocen todo lo que es la parte del cuerpo ni tienen obligación de hasta donde pueden ellos llegar, por eso yo pido de corazón que en las escuelas de Cartagena exijan más a los profesores físicos para que estos niños se puedan moldear mejor.</p> <p>Todos hemos recalado la importancia de lo que es aplicar una base deportiva en los</p>	<p>Pero esta misma necesidad hace que la practica deportiva cambie la perspectiva no solo del niño sino tambien de su circulo social y familiar, viendo el deporte como la mejor herramienta para ser mejor.</p> <p>De forma evidente todos los participantes conciden en que no solo se puede esperar llegar a practicar un deporte de alto rendimiento sino que tambien es necesario e importante que exista en el colegio la asignatura de educación física para realizar actividad física y ejercicio ya que esta para ellos es la base de una practica deportiva adecuada.</p> <p>Expresan también de la disciplina que debe tener el educador físico para que los niños vean lo importante que es esta asignatura para su vida, además para que genere el impacto adecuado sobre la sociedad en la que nos estamos desarrollando hoy en día a nivel de ciudad y de País.</p>
--	---	--

	<p>escolares, pienso que inculcar estos fundamentos a temprana edad, incluso aquí en Cartagena, la mayoría de las personas hablamos de que yo lo coloco en deporte porque no quiero que robe cuando tenga los 12 años, o no quiero que este en la calle a los 14 años, independientemente esa sea la razón por la que ellos piensan que el deporte los ayuda de una u otra manera, pienso que debería ser como inculcado más, así como son los profesores que están en la parte institucional, hay escuelas que no tienen incluso profesores de educación física, es una falencia que se nota.</p> <p>Yo pienso que hay se debe hacer una llamado muy fuerte a lo que es al ministerio de educación y a la secretaria de educación porque en verdad hay que invertir mucho en los licenciados de educación física para que haya no solo un profesor sino instructores en las diferentes disciplinas deportivas para incentivar el deportes en los niños y aumentar un poquito el horario de la práctica del deporte en la escuela, de 3 a 4 días por semana.</p>	
<p>3. ¿Creen ustedes que existen diferencias entre recreación, actividad física y deporte?</p>	<p>El deporte tiene unas reglas y unas normas, la otra se hace como recreación y la otra se hace para mantener un buen estado de salud</p> <p>El deporte es una disciplina que exige una rigurosidad en tiempo, la actividad física la practicamos de</p>	<p>Es evidente con las respuestas que para los participantes que si existe una diferencia para ellos de las tres areas, y que ninguna es menos importante que la otra.</p>

	<p>una manera de prevención de la salud y como programa escolar, y la recreación muchas personas la utilizan para su realizar su hobby, son diferentes formas de hacer ejercicios con una práctica diferente</p>	<p>Llama la atención la conclusión de una de las respuestas "son diferentes formas de hacer ejercicios con una práctica diferente"; esta respuesta nos permite evidenciar que aunque la teoría no está muy clara reconocen que son tres cosas diferentes y que todas pueden ir de la mano o por separado según la persona.</p>
<p>4. ¿Cuáles son los instrumentos que utilizan para conocer el nivel psicomotriz del niño o la niña o de la persona al momento de ingresar a la escuela de formación o al club o a la liga?</p>	<p>Generalmente yo pienso que no hay ninguna prueba estándar que les obligue, generalmente las personas que lo hacen si deciden o han sido profesionales aplican algunos test basado en esas experiencias que ellos tienen como deportistas, esa información les ayuda a determinar los niveles de capacidad motriz y a partir de ahí pueden tener una herramienta como información para saber que talento tiene esa persona y como se puede encaminar</p> <p>Aquí en Colombia nos falta preparación pero demasiado, demasiado en lo que es la educación física.</p> <p>El presidente de la liga de beisbol, él tiene unos entrenadores que son los manager que van a dirigir a los</p>	<p>En cuanto a los test específicos de los niños es evidente que hay una ausencia de conocimiento de la existencia o no de test para el desarrollo motor. Sin embargo, refieren que aunque no hacen test específicos si realizan una evaluación del deporte dependiendo cada deportista y de que recorrido lleve en el deporte.</p> <p>Los participantes también refieren que existe una ausencia de preparación para ellos como bases de formación no solo en la disciplina deportiva que practica sino en las generalidades de la práctica del deporte.</p>

	<p>pelaos, cada categoría tiene su manager que va a darle sus indicaciones a peloteros etc. Ahí es donde tiene las formaciones de sus muchachos</p> <p>Yo pienso que desconozco mucho al interior de toda los organismo deportivos, entonces digamos que no existe un formato especifico o de pronto lo tienen pero por no conocerlo, pero nosotros en nuestra liga trabajamos con chicos de discapacidad si medimos mucho el manejo de su funcionalidad para poder direccionarlo a uno de los deportes.</p>	<p>En general se evidencia una ausencia de conocimiento sobre las pruebas y los test que se pueden implementar para la evaluación de la práctica deportiva, aunque de igual forma tambien se hace evidente que es diferente las valiraciones en personas con discapacidad ya que uno de ellos refiere a que a las personas y niños con discapacidad se les evalua la funcionalidad para la practica deportiva pero no es tampoco especifico en cuanto a las pruebas o no que se deben realizar o que realizan, este parricipante habla de forma muy general sobre una tema especifico que es la funcionalidad de una persona.</p>
<p>5. Mencione tres características que definan al deporte de alto rendimiento.</p>	<p>Un deportista de alto rendimiento tiene una disciplina alta, tiene un modo de superación más grande que el mismo, un nivel de prueba y culpabilidad contra el mismo muy alto, un sentido de pertenencia por lo que hace muy alto, considero que son cosas esenciales de un deportista de alto rendimiento.</p> <p>Bueno yo digo que el deportista para tener ese alto rendimiento lo primero que tiene que tener es una buena disciplina, y tener un buen comportamiento con el profesor porque muchas veces los</p>	<p>En general todos los pariticipantes nombran lo mismo para ellos un deporista de alto rendimiento debe tener disciplina, constancia y tenasidad.</p> <p>Asi mismo reconoce que el deportista de alto rendimiento debe tener amor por lo que hace y que este necesita apoyo familiar, y un apoto económico. Pero la buena salud tambien hace parte de una de las lineas</p>

	<p>profesores tiene ese material, tienen todo eso de trasmitirle a nosotros pero ellos son un poquito dice uno mezquino no les sueltan a uno lo que uno en realidad necesita, por ejemplo aquí en Cartagena hay muchos deportistas que en realidad me doy cuenta yo que tienen capacidad para estar en deportes de alto rendimiento pero no llegan allá ¿porque? Porque hay muchos profesores que como que les cortan las salidas entonces los sostienen, ¡No! que tú no puedes hacer esto, no puedes hacer lo otro, al deportista para ser de alto rendimiento hay que soltarlo primero que todo ara que el deportista empiece a conocer todo lo que es integro en el, que el demuestre lo que él tiene, eso es lo que es un deportista de alto rendimiento, entonces un deportista se enfoca, dice voy a hacer esto y lo hago voy a llegar y lo hago por encima de lo que venga pero con eso capacitándose día por día a través de la disciplina máxima.</p> <p>Para mí un deportista de alto rendimiento tiene que tener amor por lo que hace, que les guste mucho la disciplina deportiva que esté haciendo, deseos de superación y disciplina</p> <p>Yo pienso que lo que determina un alto rendimiento son factores que lo componen no solamente el talento del deportista sino el apoyo económico, la familia, el estado de</p>	<p>importantes que debe tener un deportista.</p> <p>es evidente que los participantes son concientes que va mucho mas alla de solo las facultades fisicas que pueda tener la persona sino los motivos intrinsecos que influyen sobre la parte emocional y puede mejorar tambien su rendimiento deportivo.</p>
--	--	---

	salud que tenga y que tenga un grupo de trabajo que le permita potenciar ese talento o sino no va a poder ejecutar el alto rendimiento.	
6. ¿Cuál es la ley que reglamenta el deporte, la recreación y la actividad física en Colombia?	La ley del deporte, la ley 181) y hace poquito el año pasado, en el 2015 le hicieron unas modificaciones	Respecto a la legislación es de conocimiento popular y unanime entre los participantes. Y aunque no tienen claridad de las modificacion saben que existe y que es por la cual trabajan en este campo.

Fuente: Flor Alejandra Torres Mayorga

10. ACTAS DE FIRMAS

Feb. 18. 2014
 Sistema de Gestión - Hora: 11:00 am
 1º Reunión con estudiantes

Nombre	Código/lee	Cursado
Esneider Figueroa	1065560	esneider.figueroa@perce@itk
lea Cabeza	3065191	esneider.figueroa@gmail.com
Algodora Torres	107033F	frankrapa2010@gmail.com
Katy Rueda	5301534	Katulle@updel.com
Juan Valenzuela	6471232	liada - jmorales@updel.edu
José Alfredo Rivas	4701177	minguapaloma@updel.edu

CEQUA	Lombare
107455087	fla Cabeza
302072128	fla Algodora Torres
107459885	Esneider Figueroa Pérez

Anexo A de est Ramón

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Nombre	Programa	Código
Katy Rueda	Psicología	300831610
fla Cabeza	Psicología	314352361
José Alfredo Rivas	Teoría de la Comunicación	301531214
lea Cabeza	Psicología	312452117
Algodora Torres	Psicología	318763442

Reunión Estudiantes - Hora: 11:00 am
 5 de Feb. 2014

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA - SECCIONAL CARTAGENA
 COORDINACIÓN DE PRÁCTICAS - PROGRAMA DE PSICOLOGÍA
 ETAPORA DEL ESTUDIANTE

COSEQUIA
 Página 1 de 1
 Fecha vigencia: 2015 - 1

NOMBRE DEL ESTUDIANTE EN PRÁCTICA: Grupo de sistematización

Fecha	Número de horas	NOMBRE	Objetivo	Logros u Observaciones
12/03/2015	2	Donatila Castillo Est		
18/03/2015	2	Elvis Mejía Pérez		
19/03/2015	2	Paula Martínez		
18/03/2015	2	Diana Fabiel Pellerina		
18/03/2015	2	Alejandra Torres Mayorga		
18-03-2015	2	Karly Pouta Malvar		

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Reunión # 3 Sistematización
 25-02-2015 Hora: 10:45 am a 12:00 del medio día

Número de horas	Actividad Nombre	Objetivo	Logros u Observaciones
	Esneider Figueroa Pérez	Organizar y aplicar la entrevista y discusiones	Compromiso de docentes, taller de sistematización
	Diana Castillo Est	''	''
	Alejandra Torres Mayorga	''	''
	Elvis Mejía	''	''
	Karly Pouta	organizar y aplicar la entrevista y discusiones	''

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Universidad de San Buenaventura - Seccional Cartagena
 Coordinación de prácticas - Programa de Psicología
 BITACORA DEL ESTUDIANTE

Código NA
 Página 1 de 2
 Fecha vigencia: 2014 - 2

NOMBRE DEL ESTUDIANTE EN PRÁCTICA: Alc. Sistematización 'Actívate por la U'.

Fecha	Número de horas	Actividad	Nombre	Logros u Observaciones
15/04/2015	2	Socialización línea de tiempo	Alejandra Torres Mayorga	
15/04/2015	2	Socialización línea de tiempo	Juan Martínez	
15-04-2015	2	Socialización línea del tiempo	Kely Puerta	
15-04-2015		Socialización línea del tiempo	Diana Pello Torres	

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
 ASISTENCIA - Fecha: Octubre 21 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
13 Juan Martínez P	EPED		9100020	2016435336	ftorrey@usbctg.edu.co
14 Lily Alfaro Ponce	EPAD		45471423	3126882157	milagrodefesero@hotmail.com
15 Inés del Rosario	EPED		64312322	3025885406	Imartinez@usbctg.edu.co
16 Flor Alejandra Torres M.	Psicología VIII	107358	102070228	317820150A	Fisokaprazos7@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICS
ASISTENCIA - Fecha: Agosto 6 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
1. Merys G. Sotelo Alvar	Le. Ed. Hum. VIII	404460A	71535941	3002621634	merysde16@gmail.com
2. Karla Flores Vega	Le. Ed. Hum. VIII	1048778	414338401	3002574157	Karlova10@hotmail.com
3. Jorge R. Rodríguez Benito	Le. Ed. Hum. VIII	1066169	404957569	3165787795	Jorgebenito8116@hotmail.com
4. Diana Diaz U.	Psicología	—	39327475	311342746	diana.diaz@usb.edu.co
5. Karla Guevara	Psicología	10526324	415408852	3135677213	Krcg045@hotmail.com
6. Santiago A. Bustamante d	Psicología	1077803	1027846580	3715231062	Santiaho1990@gmail.com
7. Juan Antonio Miranda Ojeda	Psicología	34418	114341192	390396129	Juanantonio@hotmail.com
8. C.M. SYAM TASHLYTA	Psicología	30732	3042463236	304704844	CTSg843@Gmail.com
9. Luis Enrique Rodríguez	Psicología	107716	113354151	316365143	rodreper1000@hotmail.com
10. Tatiana Toralthorán	Psicología	107716	100001091	3040790916	Tatiana1502@gmail.com
11. Juliana Balcón Galarza	Le. Ed. Hum. VIII	1141632	423503641	344216254	jgarc@hotmail.com
12. Flor Alejandra Torres N.	Psicología	1049338	1000721428	317870504	Floralejandra2002@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICS
ASISTENCIA - Fecha: Agosto 26 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
Linda G. Martínez D.	Docente	—	64741222	302385406	Lmartinez@usb.edu.co
Juan Manuel Tor P	Docente	—	9100620	301645536	juanmanueltorp@usb.edu.co
Florencia Torres M	Psicología	1078352	1000321218	317870504	Florencia2@hotmail.com
Diana Diaz Vidal	Psicología	—	39327475	311342746	diana.diaz@usb.edu.co
Santiago A. Bustamante d	Psicología	71780	1027846580	3715231062	Santiaho1990@gmail.com
Isabel Acandía Ballester	Estadística	107729	1050974166	3093951107	isobalacandia@gmail.com
Dilan Ortiz Ramos	Estadística	4029655	1143407779	3205235235	dilanzortizramos@gmail.com
Kevin Rojero González	Ed. Física	1077750	1044824777	3056774878	Kevin-Rojero0875@hotmail.com
Dante Lora	Psicología	1000337	1147382744	3043442870	DanteLora100@hotmail.com
JOSÉ MENDOZA SERRANO	Psicología	1000337	1147382744	3043442870	josemendoza22@hotmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
 FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES - PROGRAMA DE LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA,
 RECREACIÓN Y DEPORTES
 FACULTAD DE SALUD - PROGRAMA FISIOTERAPIA
 SEMILLERO CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES- SEICIS
 Fecha: 20-08-2016

NOMBRE	PROGRAMA / CÉDULA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
Kelce Jacobini Clivez	Psicología 45480857	Krc9045@hotmail.com	3135679213
Jorge Patricio Daniels	Lic. EduFis 1080957569	JorgeDaniels12@hotmail.com	3165784995
Mar Alexander Torres Mayorga	Fisioterapia 102821728	Torres2@hotmail.com	318783422
Wils Enrique Rodriguez Gomez	Fisioterapia 1143551151	Rodriguez-el-cano@hotmail.com	3163863993
JOSE MIZAS AGUIRES	ED. Fisica 9103433	kavari22@hotmail.com	3105181503
Yannick Amador Mosquera	CO. Fisica 1143390179	YannickAmadorMosquera@gmail.com	3107000736
Manuel Gonzalez LUIS	Lic. EduFis 1080957569	Manuelus2012@hotmail.com	313-6718740
Diego RIVERA	Fisioterapia 52031524	DiegoRivera2012@gmail.com	310715507
Kathy Patricia Mateus	Fisioterapia 52031524	Kpatriam2012@unibuenaventura.edu.co	3008327020
Juan Alfonso Ponce	Lic. EduFis 41471427	milagrosdefonseca@gmail.com	3126892117
Yanet Yanez Salas	Fisioterapia 1097467773	YanezYanez0909@hotmail.com	3045812190

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
 FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES - PROGRAMA DE LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA,
 RECREACIÓN Y DEPORTES
 FACULTAD DE SALUD - PROGRAMA FISIOTERAPIA
 SEMILLERO CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES- SEICIS
 Fecha: 3-5-2016

NOMBRE	PROGRAMA / CÉDULA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
Clara Lina Gonzalez	Psicología 104941140	Clara_Lina@hotmail.com	3015517404
Wils Enrique Rodriguez	Fisiot 1143551151	Rodriguez-el-cano@hotmail.com	3163863993
Jorge Patricio Daniels	Edu Fisica 1080957569	JorgeDaniels12@hotmail.com	3165784995
Kelce Jacobini	Psicología 1056529	Krc9045@hotmail.com	3135679213
Yannick Amador Mosquera	Fisioterapia 34527975	YannickAmadorMosquera@gmail.com	3107000736
Manuel Gonzalez LUIS	Psicología 64742722	Manuelus2012@hotmail.com	3015391214
Yanet Yanez Salas	Fisioterapia 1097467773	YanezYanez0909@hotmail.com	3045812190
Juan David Salcedo Aguirre	Fisiotec 53134853	Jdavid-s.a@hotmail.com	3076358953
Juan Alfonso Ponce	TRW 41471427	milagrosdefonseca@gmail.com	3126892117
Yanet Yanez Salas	Psicología 1047467773	YanezYanez0909@hotmail.com	3045812190
Mar Alexander Torres Mayorga	Fisioterapia 102821728	Fisioterapia2012@gmail.com	318783422

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES – PROGRAMA DE LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES
FACULTAD DE SALUD – PROGRAMA FISIOTERAPIA
SEMILLERO SEICIS
Fecha: OCTUBRE 1 - 2016

NOMBRE	PROGRAMA / CÉDULA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
luis Rodriguez G.	Fisioterapia 143354151	Rodriguez_c910@hotmail.com	3163863793
Jorge P. Daniels A.	Lic. Educat 105993569 3165789995	JorgeDaniels12@hotmail.com	3165789995
Santiago A. Bustamante A.	Fisioterapia 1038416580	Santalle1997@gmail.com	3215731067
Flora Lina GONZALEZ	Psicología 1047441640	Flora_lina@hotmail.com	3015517404
Annie Perez Wilches	Docente 64742322	Lmatyagusbustagradu.com	3015291214
Natalia Siles Salas	Psicología 1047469964	annie PEREZ2011	
Flor Alejandra Torres Mayorga	Psicología 1047469964	Natysvleis_0906@hotmail.com	
	Fisioterapia 102070728	Fisioterapia20152@gmail.com	3178201504

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES – PROGRAMA DE LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA,
RECREACIÓN Y DEPORTES
FACULTAD DE SALUD – PROGRAMA FISIOTERAPIA
SEMILLERO SEICIS
Reunión extraordinaria
Fecha: OCTUBRE 6 - 2016

NOMBRE	PROGRAMA / CÉDULA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
luis Enrique Rodriguez G.	Fisioterapia 143354151	Rodriguez_c910@hotmail.com	3163863793
Jorge P. Daniels A.	Lic. Educat 105993569 3165789995	JorgeDaniels12@hotmail.com	3165789995
Natalia Siles Salas	Psicología 1047469964	Natysvleis_0906@hotmail.com	3015512146
Karla Gerasbini O	Psicología 45440857	Krcgo45@hotmail.com	3135679213
ANNIE PEREZ W	Psicología 1047469964	annieperez2011@hotmail.com	3017344521
Flor Alejandra Torres M.	Fisioterapia 102070728	Fisioterapia20152@gmail.com	3178201504

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
 FACULTAD DE EDUCACIÓN CIENCIAS HUMANAS Y SOCIALES – PROGRAMA DE LIC. EN EDUCACIÓN FÍSICA,
 RECREACIÓN Y DEPORTES
 FACULTAD DE SALUD – PROGRAMA FISIOTERAPIA
 SEMILLERO SEICIS
 Fecha: OCTUBRE 15 - 2016

NOMBRE	PROGRAMA / CÉDULA	CORREO ELECTRONICO	TELEFONO
Laura Diaz Vidal	Fisioterapia 34527475	laura.diaz@usb.edu.co	3103042795
J. S. Alfaro	Educación 45521427	alfaro.joseluis@usb.edu.co	3126782117
Los Rodriguez Gomez	Fisioterapia 1032116	Rodriguez - gomez@usb.edu.co	3103805793
Anne Perez Wilches	Psicología 1067027	anne.perez200@hotmail.com	3017394321
Diego Alejandro Torres Mayorga	Fisioterapia 1010358	Fisioterapia20152@hotmail.com	3128701504

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
 ASISTENCIA - Fecha: 14 de febrero 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CÉDULA	TELEFONO	CORREO
Los Rodriguez Gomez	Fisioterapia	1032116	1043354	3163863793	Rodriguez - gomez@usb.edu.co
Anne Perez Wilches	Psicología	1067027	1043462762		anne.perez200@hotmail.com
Clarice Cano	Psicología	1064066	1043441240	3015512409	Claricecano@gmail.com
Jorge Parodi Amado	Lic. Educar	106689	103095369	316578495	JorgeParodi2@hotmail.com
Andrés M. Alvarado	Educación	Psicología	64742772	3023225406	Amvtruj2@usb.edu.co
Diana Elena Diaz	Fisioterapia	Psicología	31222475	3113042795	diana-elena@usb.edu.co
Manuel Gonzalez Elv	Educación	1065286	1049444870	3226000192	Manuelos123@hotmail.com
Diego Alejandro Torres M	Fisioterapia	1070557	101021728	3128701504	Fisioterapia20152@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

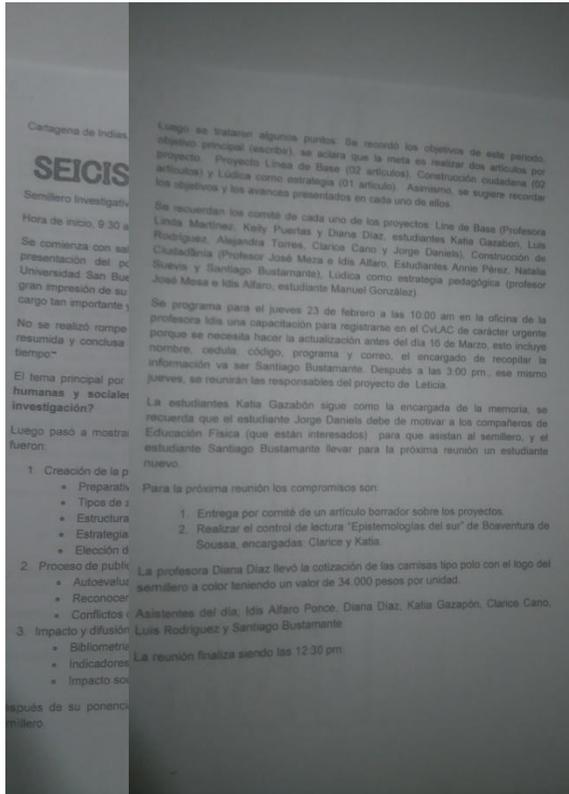


Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - Fecha: 18-02-2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
Diana Diaz	Fisioter	-	24227475	311209279	diana.diaz@usbc.edu.co
Karla Garzon	Psicología	1056579	45450857	213567920	Krcgo45@hotmail.com
Clarice Cano	Psicología	1064046	1093941240	3015517404	clariclw@gmail.com
Lina Rodriguez	Fisioterapia	1072116	1143354	3163863793	Rodriguez_0710@hotmail.com
Gonzalo Rueda	Fisioterapia	1072808	103691050	3215731067	Santillo1497@gmail.com
J. Ibarra	E. Fisica	-	45471.427	3126882157	milagrosdefesias@hotmail.com
Diego Rueda	Fisioterapia	1010358	1020221928	3078701504	fisioterapiaecise@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Semillero Investigativo, Cuerpo e Investigación Social

Hora de inicio: 9:20 am

Iniciamos con saludos de bienvenida y lectura de los puntos del día de parte de la profesora Idis Alfaro. Seguido continuamos con la dinámica de rompecabezo a cargo de Manuel González. La profesora Idis hace lectura del acta anterior.

Al momento de socializar los ejercicios escriturales solo lo hace Manuel González con el proyecto "Lúdica como estrategia de socialización". Se recuerda el compromiso de entregar los ejercicios escriturales a los demás integrantes.

A la presentación del artículo de Lúdica como estrategia de socialización se hacen sugerencias como es realizarlo como una guía, asimismo, se debe añadir la técnica de grupos focales en la metodología.

Realizamos un ejercicio de escritura creativa con base a los recuerdos de la infancia, este consistía en iniciar una historia con la frase "El mejor recuerdo de la infancia..." y luego de un tiempo se continuaba pasando el texto al compañero o compañera de la derecha, se hizo la rotación dos veces y finalmente se lee el texto que sale del ejercicio.

Continuamos con la presentación del semillero para 3 estudiantes nuevas y la presentación de cada una de ellas. Seguido se explica brevemente la lectura "Epistemología del sur" por parte de Clarice Cano.

Se recuerda adelantar las cotizaciones para los uniformes y enviar datos personales para completar portafolio al sistema de semilleros investigativos de la

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - fecha: 5 de Agosto del 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CECULA	TELEFONO	CORREO
Linda Mercedes Diaz	E. Fisica	---	64242222	202 2023406	l.mercedes@usb.cu
Santiago Bustamante	Fisiología	1072803	1038416580	321573107	Santallo1997@gmail.com
Clara Pérez	Psicología	10744220	1041066	301551464	clara_cbu@gmail.com
Annie Pérez	Psicología	1067027	1047467968		annie.perez.20@hotmail.com
Juan Rodríguez	Fisio	1072116	1143354	3163363793	Rodriguez_0710@hotmail.com
Yamir Aragón	E.F.				
Karla Plórez	E. Física	1068938	1143394491	3005594153	Karla.clouisave@hotmail.com
Mileidy Serrano	Ec. EF		1143795641	3002623634	Mileidyssed23@gmail.com
Diana Díaz Vidal	Fisiología	---	34327475	3113042795	diana.diaz@usb.cu
Milagros	E.Fisic		45491423	3126882155	milagros.fisio@hotmail.com
Fisioterapeuta Juan M.	Fisioterapia	100050	302072778	3178701504	Fisioterapeuta.2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - fecha: 5 de Agosto del 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CECULA	TELEFONO	CORREO
Linda Mercedes Diaz	E. Fisica	---	64242222	202 2023406	l.mercedes@usb.cu
Santiago Bustamante	Fisiología	1072803	1038416580	321573107	Santallo1997@gmail.com
Clara Pérez	Psicología	10744220	1041066	301551464	clara_cbu@gmail.com
Annie Pérez	Psicología	1067027	1047467968		annie.perez.20@hotmail.com
Juan Rodríguez	Fisio	1072116	1143354	3163363793	Rodriguez_0710@hotmail.com
Yamir Aragón	E.F.				
Karla Plórez	E. Física	1068938	1143394491	3005594153	Karla.clouisave@hotmail.com
Mileidy Serrano	Ec. EF		1143795641	3002623634	Mileidyssed23@gmail.com
Diana Díaz Vidal	Fisiología	---	34327475	3113042795	diana.diaz@usb.cu
Milagros	E.Fisic		45491423	3126882155	milagros.fisio@hotmail.com
Fisioterapeuta Juan M.	Fisioterapia	100050	302072778	3178701504	Fisioterapeuta.2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

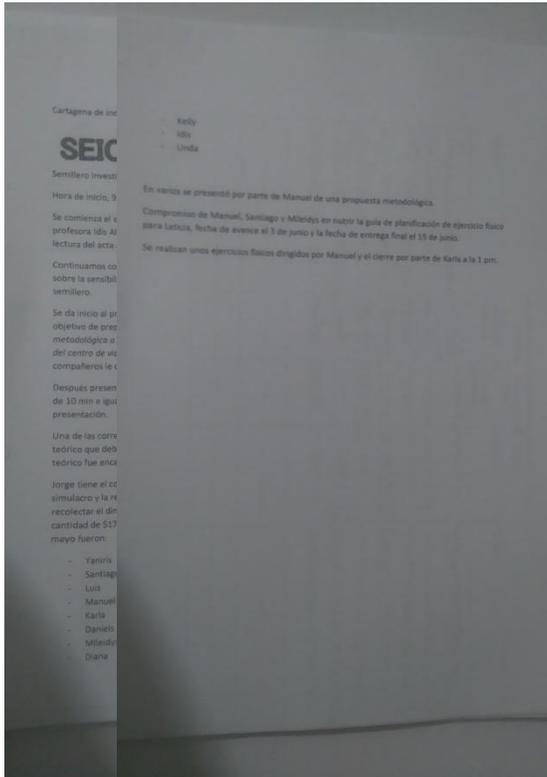


Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES - SEICS
 ASISTENCIA - Fecha: Marzo 14 de 2017
 Sala 7

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	No. DOCUMENTO IDENTIDAD	TELEFONO	CORREO
Alfonso G. Salcedo Serna	Supervision Educacion Básica	1143598644	3002623634	a.f.salcedo29@gmail.com
Karla Flores Soto	Licenciatura en Educación	114358408	3005594153	Karla.stevis@netnet.com
JORGE JAZAICIO DANIELS	Licenciatura en Educación	105952569	31578195	JORDANICA14@hotmail.com
Walter Rodríguez Gómez	Psicología	1143584	316383393	rodriguez_walter@hotmail.com
Andrés R. Rodríguez	Derecho	6474272	302788	andresr@usb.edu.co
José Luis Pérez	Derecho	-	3124992155	m.luis.perez@usb.edu.co
Flor Alejandra Torres N.	Psicología	1038358	3188701500	flortorres2002@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

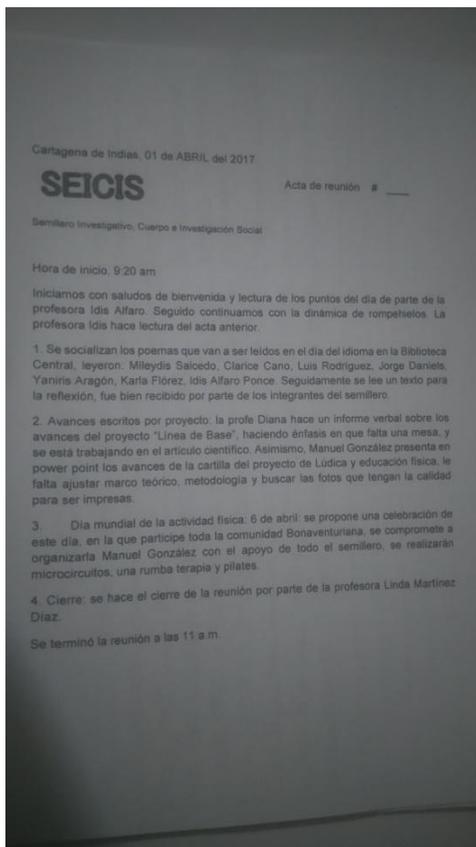


Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES
ASISTENCIA - Fecha 1 de Abril.

NOMBRE	PROGRAMA	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
Jorge Daniel Torres	La Educación	1066109	109451909	3165 781195	JorgeDanielT2@hotmail.com
Manuel González	2º Educación	—	31047 444 810	322 6000 192	manuel.gonzalez@usb.edu.ve
Yanire Pérez Wilches	Psicología	1069027	1097367968	—	YanirePerez20@hotmail.com
Manuel Rodríguez G	Fisioterapia	1072716	1143351151	3165865793	ManuelRodriguezG@hotmail.com
Clarica Cano González	Biología	1064066	122441140	301517404	ClaricaCano@gmail.com
Johs Alfonso Ponce	2º Educación	—	4593(427)	312682111	milagrosdefe520@hotmail.com
Diana Diana Díaz	Fisioterapia	—	24327975	311 3092795	diana.diaz@usb.edu.ve
Flor Alejandra Torres M	Fisioterapia	1070358	102072728	3198701504	Fisioterapia2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO CUERPO E INTERACCIONES SOCIALES - SEICIS
ASISTENCIA - Fecha Abril 22 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	TELEFONO	CORREO
Jorge Daniel Torres	La Educación	1066109	3165 781195	JorgeDanielT2@hotmail.com
Diana Diana Díaz	Fisioterapia	—	311 3092795	diana.diaz@usb.edu.ve
Milagros G Saldado Alvar	2º Educación	1069682	3002028634	milagrosaldado@gmail.com
Karla Flórez Sosa	La Educación	1068978	3005594757	KarlaFloriza@hotmail.com
Clarica Cano González	Biología	1064066	301517404	ClaricaCano@gmail.com
Ketty Gazarón Olivares	2º Educación	1056529	313 5679 213	KCC9045@hotmail.com
Natalia Susana Sosa	Psicología	1066931	3095812148	NataliaSusanaSosa@hotmail.com
Linda M Martínez	Docente	—	3023885406	l.martinez@usb.edu.ve
Manuel Rodríguez Elías	—	—	322 6000 192	manuel.gonzalez@usb.edu.ve
Flor Alejandra Torres M	Fisioterapia	1070358	319 870 1504	Fisioterapia2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Cartagena de Indias, 20 de mayo del 2017

SEICIS

Acta de reunión # _____

Semillero Investigativo, Cuerpo e Investigación Social

Hora de inicio, 9:20 am

- 1) Iniciamos con saludos de bienvenida y lectura de los puntos del acta anterior de parte de la profesora Idia Alfaro.
- 2) Recorrido por la naturaleza: se realiza un ejercicio en pareja: cada persona escoge un árbol y se relaciona con él, luego con los ojos cerrados una de los integrantes busca su árbol con ayuda de la otra persona (solo con la voz), fue un ejercicio interesante de acuerdo a la evaluación de los integrantes, les pareció una forma de relacionarse más con la naturaleza y con sus compañeros, asimismo, manifestaron la importancia de la observación.
- 3) Simulacros proyectos EDELSI: Luis Rodriguez y Yaniris Aragón presentan sus diapositivas que llevarán al encuentro de semilleros departamental EDELSI (31 de mayo y 1 junio), se le hicieron observaciones tanto de tipo contenido como de presentación, se realizará otro simulacro el día miércoles 24 a las 10 a.m. en el bloque E.
- 4) Varios: se recuerda el compromiso de la camiseta, y queda en recoger el dinero (\$17.000) por persona, fecha: 30 de mayo.
- 5) Cierre: la profesora Linda Martinez Díaz hace el cierre.

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - Fecha: 20 de mayo - 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEJULA	TELEFONO	CORREO
José Alfaro Ponce	EFEB	-	45471427	3126882117	milagroslopez@hotmail.com
Yanis Araujo	E.F.	1068277	1143390177	3004726620	
Andrés Hernández	ad.fm	-	64742722	7023883406	andres@usb.edu.co
Santiago Bustamante	Fisioterapia	1072803	1038416580	3215721067	Santillo1497@gmail.com
Manuel González	D. Física	--	1.047.444.830	322.6000-192	manuelusb123@hotmail.com
Mileydis Salcedo	Eduf	1069682	1143395641	3002521674	mileydiscd27@gmail.com
Karla Florez	EduF.	1068978	1143384059	3005594157	Karlaclouisa@hotmail.com
Jorge Patricia	hc EF.	106893807		3005184445	jorgepatricia12@hotmail.com
Yanis Araujo	Fisioterapia		11433354	8163863793	Yanisaraujo_0910@hotmail.com
Yanis Araujo Torres	Fisioterapia	1070558	102071778	3198701504	Fisioterapia2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - Fecha: Agosto 12 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEJULA	TELEFONO	CORREO
Adalberto Pacheco Comino	Fisioterapia	25784	103665016	3214104942	adalbertopacheco@gmail.com
Andrés Ricardo H.	Fisioterapia	25457	1143403702	3024325957	andricoherrera@gmail.com
Daniela Lara Paredón	Edu Física	1068937	1143302741	304894281	daniela.lara@hotmail.com
Talia Torres Thurien	ψ	1070049	1030971691	3046730716	taliit591@gmail.com
Stephany Coronado Lucat	Psicología	1070052	1045309978	3013715113	stephanycoronado@hotmail.com
Rolando Carlos Pérez	Edu Física	42396	1091772856	3003826198	rolandocarpob1996@hotmail.com
José Alfaro Ponce	E.FEB		45471427	3126882117	milagroslopez@hotmail.com
Diana Milena Diaz	Fisioterapia	-	34327475	3113092745	dianamdz@usb.edu.co
Manuel González	Edu Física	-	1.047.444.830	322.6000-192	manuelusb123@hotmail.com
Karla Florez	Psicología	1056529	1143390177	3135679213	Krc9045@hotmail.com
Santiago Bustamante	Fisioterapia	1072803	1038416580	3215721067	Santillo1497@gmail.com
Karla Florez	Edu Física	1068978	1143384059	3005594157	Karlaclouisa@hotmail.com
Yanis Araujo Torres	Edu Física	1068277	1143390177	3004726620	Yanisaraujo_0910@hotmail.com
Yanis Araujo Torres	Fisioterapia	1070558	102071778	3198701504	Fisioterapia2015@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - Fecha: Octubre 6 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
1. Mercedes Et Salcedo Alvaris	Lic. Ed. Fisic. VIII	1069682	114534841	3002621634	merdyssede7@gmail.com
2. Karla Florez Vera	Lic. Ed. Fisic. VIII	1068778	114338489	3005574157	Karlaclouisa@hotmail.com
3. Jorge Patricio Bernal	Lic. Ed. Fisic. VIII	1066169	165057569	3165787795	JorgeBernal12@hotmail.com
4. Diana Daza U.	Fisioterapia	—	39327475	3113092795	diana.daza@usbtc.edu.co
5. Keila Gonzalez	Psicología	10526527	15440857	3135677213	Krcg045@hotmail.com
6. Santiago Bustamante A	Fisioterapia	1071803	1038416580	3715731067	Santiago1992@gmail.com
7. Juan Antonio Múnera Ojeda	Fisica	34918	119341192	3003905127	JuanAntonio1@hotmail.com
8. CHRISTIAN TRASLAVIA	Lic. Ed. Fisic.	30732	7047467788	3004700840	CTS0893@GMAIL.COM
9. Luis Enrique Rodríguez	Fisioterapia	1071116	114338181	3163868793	loderiguez_0910@hotmail.com
10. Talía Tovar Thurian	ψ	1020019	105297169	3006770316	Talia1592@gmail.com
11. Talva Bolívar Gutiérrez	Lic. Ed. Fisic.	1071631	1235038443	3047058254	yajo@hotmail.es
12. Flor Alejandra Torres M.	Fisioterapia	1070338	1020721728	3178701504	Fisioterapiatorres2@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

SEMILLERO SEICIS
ASISTENCIA - Fecha: Octubre 21 de 2017

NOMBRE	PROGRAMA SEMESTRE	CODIGO	CEDULA	TELEFONO	CORREO
13. Tomas Mayorga P.	EFED	—	910070	201643336	tomay@usbtc.edu.co
14. I. F. Alfaro Ponce	EFED	—	45471423	3126882117	milagrodefueros@hotmail.com
15. Linda El Estrogo	EFED	—	6472722	302825406	Lmestrogo@usbtc.edu.co
16. Flor Alejandra Torres M.	Fisioterapia VIII	1070338	1020721728	3178701504	Fisioterapiatorres2@gmail.com

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

CUBA
 Sistematización - Feb 18 2014
 No. 22 20
 1º Reunión con estudiantes

Nombre	Cédula/ID	Cursado
Enaider Pizarra	1005000	enaderpizarra@cepa
Lia Cabrera	1005000	lia.cabrera@cepa
Alfonso Lara	1005000	alfonso.lara@cepa
Kely Pineda	1005000	kely.pineda@cepa
Linda Martínez	69-712 283	linda.lm@cepa
José Alfredo Torres	1005000	joselaf@cepa

CEBICA	CEBICA
047455087	Lia Cabrera
104149885	Enaider Pizarra Pérez

Anexo Acta de esta Reunión

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
SISTEMATIZACION PROYECTO ACTIVATE POR LA U
FECHA: 25 de Mayo 2015

NOMBRE	PROGRAMA / CODIGO	CORREO ELECTRONICO
Alejandra Torres Mayorga	Activa 1010350	torres20@hotmail.com
Edo Alfaro	EF	milagrodafesre@hotmail.com
Linael Alvarado	Docente	lmoitree@usbctg.edu.co
Kaily Puerta	Docente	Kpuerta@usbctg.edu.co
Daniela Roldán Puella Jara	egresado	l.c.puella.TE@outlook.com / Daniela.Puella

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Ac
Sistematización 'Activate por la U'

NOMBRE DEL ESTUDIANTE EN PRÁCTICA:

Fecha	Número de horas	Actividad	Nombre	Logros u Observaciones
15/04/2015	2	Sistematización línea de tiempo	Alejandra Torres Mayorga	
15/04/2015	2	Sistematización línea de tiempo	Linael Alvarado	
15-04-2015	2	Sistematización línea del tiempo	Kaily Puerta	
15-04-2015		Sistematización línea del tiempo	Daniela Puella Jara	

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

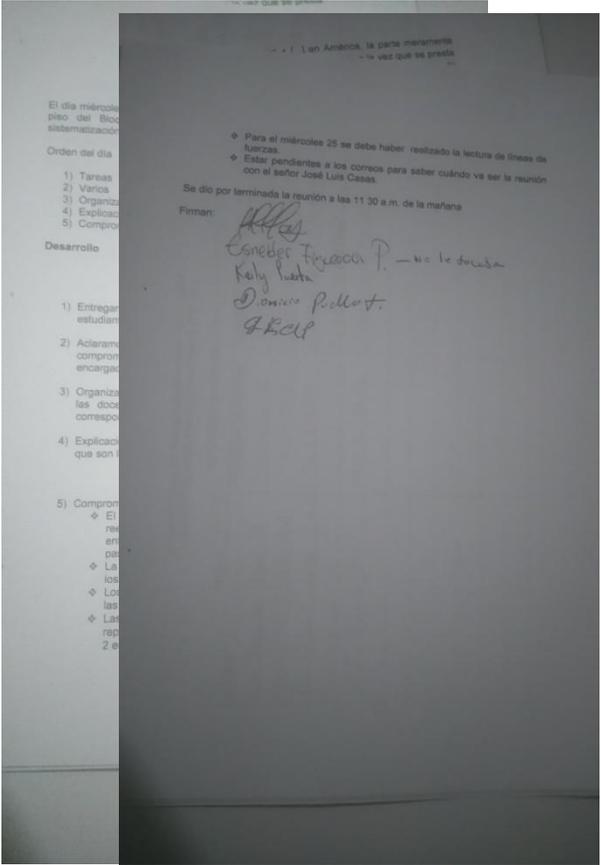


Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

UNIVERSIDAD DE SAN BUENAVENTURA CARTAGENA
SISTEMATIZACION PROYECTO ACTIVATE POR LA U

"GRUPOS DE DISCUSIÓN" Grupo SIS deactiva por la U

FECHA: 19-XI-2014

NOMBRE	PROGRAMA / SEMESTRE	CORREO ELECTRONICO
Flor Alejandra Torres M	Fisioterapia II	flortorres2@hotmail.com
Diana Estel Castillo R	Actividad Física	DianaEstelCastilloR@gmail.com
Da Suki Cabeza J	2014	sicokobatores@gmail.com
Yolanda Pineda de la Cruz	Educación Física	ly.palleto@unibuenaventura.edu.co
Juli Alfonso Ponce	Actividad Física	jalfonso@unibuenaventura.edu.co

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Noviembre 5 - 2014
A.S.S. deactiva

05 - Nov

2012

Programa de Apoyo y orientación Estudiantil (PAOE) - Universidad de San Buenaventura Cartagena
REPORTE DE TUTORIAS LIDERES DE APOYO

PROGRAMA DE EDUCACION: _____ LIDER DE APOYO: _____

SEMESTRE	CODIGO	ESTUDIANTE	TEMA DE TUTORIA	FECHA	FIRMA DEL ESTUDIANTE
III	1080358	Flor Alejandra Torres M			
X	1063199	Diana Estel Castillo R			
X	1063844	Diana Castillo R			
		Docente: Linda Mordino			
		Docente: Kelly Puente			
		Juli Alfonso Ponce			
VIII	10655	Yolanda Pineda de la Cruz			

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

Resumen de Actividades - mayo 2018
Total: 432

Nombre	Programa	Actividad
Katy Inés Nolasco	Artes	300000000
Ana Cabeza Rojo	Psicología	300000000
Luisa del Rosario	Deporte	300000000
Yuli Alejandra	Deporte	300000000
María Alejandra Torres	Deporte	300000000

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga


 Universidad de San Buenaventura - Seccional Cartagena
 Coordinación de prácticas - Programa de Psicología
 BITÁCORA DEL ESTUDIANTE

CÓDIGO NA
 Página 1 de 1
 Fecha vigencia: 2015 - 1

NOMBRE DEL ESTUDIANTE EN PRÁCTICA: *Grupo de sistematización*

Fecha	Número de horas	NOMBRE	Objetivo	Logros u Observaciones
15/03/2015	2	Daniela Cristina Est		
17/03/2015	2	Elisabetta Pérez		
19/03/2015	2	Paula Hurtado		
16/03/2015	2	Daniela Fabiola Pellerin		
18/03/2015	2	Alexandro Torres Hugga		
18-03-2015	2	Kathy Puente Mateus		

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga

25-02-2015

Número de horas	Actividad Nombre	Objetivo	Logros u Observaciones
	Exposición Ejercicios Básicos	Organizar y aplicar la información de los ejercicios	Compartir y discutir los resultados de los ejercicios
	Diana Estrella Zúñiga	"	"
	Alexandro Torres Hugga	"	"
	Elisabetta Pérez	"	"
	Kathy Puente	organizar y aplicar la información de los ejercicios	"

Foto tomada por Flor Alejandra Torres Mayorga