Realidad educativa y currículo; Prevención de enfermedades cardiovasculares desde la Educación Física

Yarley Steffany Herrera Flórez

Katerine Cruz Gordillo

Universitaria Agustiniana - Uniagustiniana

Facultad de humanidades, ciencias sociales y educación

Especialización en pedagogía

Bogotá D.C.

2025

Realidad educativa y currículo; Prevención de enfermedades cardiovasculares desde la Educación Física

Yarley Steffany Herrera Flórez

Katerine Cruz Gordillo

Tutor

Dr. Myriam Romero Castro

Trabajo de grado para optar al título de Especialista en Pedagogía

Universitaria Agustiniana – Uniagustiniana

Facultad de humanidades, ciencias sociales y educación

Especialización en Pedagógica

Bogotá D.C.

2025

Tabla de contenido

Tabla de contenido 3

Resumen 6

Abstract 7

Introducción 8

Formulación del problema 11

Pregunta problema 16

Estado del Arte 17

Prevención de enfermedades cardiovasculares desde la Educación Física 20

Práctica docente y prácticas pedagógicas en educación física. 24

Marco teórico 28

Currículo general y currículo de Educación Física 28

Práctica docente en la prevención de enfermedades cardiovasculares en Educación Física 33

Marco Legal 37

Objetivo general 41

Objetivos específicos 41

Metodología 42

Referencias.....48

Lista de tablas

Tabla 1.....45

Tabla 2.....46

Tabla 3.....46

Resumen

En Colombia, las enfermedades cardiovasculares representan la principal causa de mortalidad, situación que se ve agravada por factores como el sedentarismo, los malos hábitos alimenticios, la escasa actividad física y la falta de conciencia sobre el autocuidado desde edades tempranas. Esta realidad plantea la necesidad de fortalecer los procesos educativos como una estrategia preventiva desde la formación inicial. El presente estudio tiene como objetivo contribuir al análisis de la relación entre el currículo de Educación Física, la práctica docente y la prevención de enfermedades cardiovasculares, reconociendo que el currículo no es neutro, sino una construcción social que refleja intereses y prioridades que pueden limitar o potenciar la formación integral de los estudiantes.

Para esto, se propone un estudio de caso en dos universidades de Bogotá, una pública y otra privada, lo que permitirá contrastar sus enfoques curriculares y las prácticas pedagógicas que desarrollan. La investigación se llevará a cabo mediante técnicas de recolección de información como entrevistas semiestructuradas y análisis documental, con el fin de identificar fortalezas, vacíos y posibilidades de transformación. De este modo, el trabajo busca aportar reflexiones y propuestas orientadas a la construcción de un currículo inclusivo, crítico y contextualizado, que reconozca la importancia de la Educación Física en la promoción de estilos de vida saludables y en la prevención de enfermedades cardiovasculares desde la formación universitaria.

Palabras claves: Educación Física, prevención de enfermedades cardiovasculares, currículo, práctica docente

Abstract

In Colombia, cardiovascular diseases are the leading cause of mortality, a situation exacerbated by factors such as a sedentary lifestyle, poor eating habits, limited physical activity, and a lack of awareness about self-care from an early age. This reality raises the need to strengthen educational processes as a preventive strategy, starting from early childhood. This study aims to contribute to the analysis of the relationship between the Physical Education curriculum, teaching practice, and the prevention of cardiovascular diseases, recognizing that the curriculum is not neutral, but rather a social construct that reflects interests and priorities that can limit or enhance students' comprehensive education.

To this end, a case study is proposed at two universities in Bogotá, one public and one private, which will allow for a comparison of their curricular approaches and pedagogical practices. The research will be conducted using data collection techniques such as semi-structured interviews and documentary analysis, with the aim of identifying strengths, gaps, and opportunities for transformation. In this way, this work seeks to provide reflections and proposals aimed at building an inclusive, critical, and contextualized curriculum that recognizes the importance of Physical Education in promoting healthy lifestyles and preventing cardiovascular disease from a university perspective.

Keywords: Physical Education, cardiovascular disease prevention, curriculum, teaching practice

Introducción

La Educación Física ha tenido una transformación notable dentro del entorno escolar, ya que no es vista como una materia enfocada en el rendimiento deportivo o el desarrollo de habilidades motoras. En la actualidad se valoran como un elemento clave del currículo, capaz de contribuir al desarrollo integral del individuo en dimensiones físicas, cognitivas, sociales y emocionales.

Bajo esta perspectiva, se considera un espacio fundamental para la promoción de estilos de vida saludables, la promoción del autocuidado y la prevención de enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares (EVC), las cuales han aumentado de forma alarmante a nivel Nacional e internacional.

En Colombia, las EVC son la principal causa de muerte, según información de la Organización Mundial de la Salud, (2023); Ministerio de Salud y Protección Social, (2011). Esta problemática se ve agravada por factores como el sedentarismo, los malos hábitos alimenticios, la escasa actividad física y la falta de conciencia sobre el autocuidado desde edades tempranas.

Ante este contexto, se ha enfatizado el papel crucial que tiene la Educación Física escolar en la promoción de salud y en la formación de hábitos activos y sostenibles que perduren a lo largo de la vida, según lo dice organizaciones como la UNESCO, (2015) y la Organización Mundial de la Salud.

Aunque el Ministerio de Educación Nacional, (2000) señala que el área de Educación Física, Recreación y Deporte debe contribuir al desarrollo integral del estudiante y a la conciencia corporal, en muchas instituciones educativas es considerada como una asignatura secundaria, enfocada especialmente en aspectos recreativos o competitivos. Esta problemática también se ve reflejada en programas universitarios, donde a menudo no se integran contenidos

sobre prevención de enfermedades cardiovasculares ni se promueve una comprensión crítica de la salud.

En este contexto, el presente anteproyecto tiene como objetivo analizar la relación entre el currículo universitario, las prácticas docentes y las prácticas pedagógicas de los Licenciados en Educación Física en la prevención de enfermedades cardiovasculares en el entorno escolar en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

En este sentido, el presente anteproyecto plantea como eje central de análisis la relación entre el currículo universitario y las prácticas docente pedagógicas en Educación Física, enfocándose en su rol en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Para ello, se propone una comparación entre dos programas de Licenciatura en Educación Física en Bogotá, el de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN), de carácter público y con una larga trayectoria pedagógica e investigativa, y el de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO), de carácter privado y reconocido por su enfoque social y comunitario.

Este documento está organizado en varios capítulos: Se inicia con el estado del arte, que se divide en tres secciones principales: Currículo y salud en Educación Física, prevención de enfermedades cardiovasculares en el ámbito escolar y prácticas docentes y prácticas pedagógicas, donde se recopilan investigaciones nacionales e internacionales que demuestran tendencias, contribuciones y vacíos que existen en el campo educativo de la EF.

En el capítulo metodológico aborda un enfoque cualitativo, con un diseño de estudio de caso comparativo, las técnicas de recolección de información son un análisis documental y entrevistas semiestructuradas, donde permita explorar las experiencias, prácticas y discursos tanto desde los documentos curriculares como desde las voces de docentes egresados de ambas instituciones.

Así mismo, el planteamiento del problema, que justifica la necesidad de la investigación propuestas y los objetivos tanto general como específicos, el propósito principal de este estudio es analizar y comprender cómo desde el currículo y la formación profesional se prepara a los futuros licenciados en Educación Física para asumir un rol activo en la promoción de la salud escolar, específicamente en lo relacionado con la prevención de ECV qué son los que guiarán el desarrollo del presente estudio.

Por último, se incluye un marco teórico que presenta fundamentos conceptuales sobre el currículo, prácticas docentes, salud escolar y prevención de ECV. Luego el marco legal que examinará las normativas y políticas públicas nacionales que sustentan la EF como un área formativa en Colombia.

Este anteproyecto se orienta a identificar similitudes, diferencias y vacíos en los procesos formativos, así como a generar una reflexión crítica sobre el lugar que ocupa la salud en la Educación Física escolar. Además de su relevancia académica, la investigación busca aportar elementos que contribuyan a fortalecer los programas de formación docente y a fomentar una Educación Física más consciente, crítica y comprometida con el bienestar integral de las nuevas generaciones.

Formulación del problema

Las enfermedades cardiovasculares (ECV) representan la principal causa de muerte en Colombia, y su incidencia ha ido en aumento debido a factores como la inactividad física, los malos hábitos alimenticios y el sedentarismo (Organización Mundial de la Salud, 2023). En este contexto, la Educación Física es vista como un punto de partida para promover estilos de vida activos desde la infancia, lo que resalta su importancia dentro del proceso educativo (UNESCO, 2015).

La prevención desde edades tempranas es fundamental para reducir la incidencia de enfermedades cardiovasculares en la edad adulta, y la escuela aparece como un escenario privilegiado para ello. Por esta razón, la Educación Física no solo debe contribuir al desarrollo motriz, sino que también debe transformarse en una herramienta pedagógica clave para fomentar hábitos de vida saludables (Caspersen, Powell & Christenson, 1985).

En Colombia, los lineamientos curriculares del área de Educación Física, Recreación y Deporte (Ministerio de Educación Nacional, 2000) establecen que esta asignatura debe aportar al desarrollo integral del estudiante, promoviendo la conciencia sobre el cuerpo, el movimiento y el autocuidado.

No obstante, la realidad educativa en muchas instituciones muestra que la asignatura se imparte con un enfoque tradicional, recreativo o competitivo, sin una articulación clara con la educación en salud (Williams, 1991). Esto ocurre a pesar de que la UNESCO promueve un currículo de Educación Física de calidad (EFC), que articule la competencia motriz con valores como la cooperación, el pensamiento crítico y el bienestar colectivo.

Además, según la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN, 2015), el 56% de los niños entre 5 y 12 años en Colombia no cumplen con las recomendaciones mínimas de actividad física, lo que incrementa el riesgo de obesidad, hipertensión y otros factores asociados a enfermedades cardiovasculares (Organización Mundial de la Salud, 2023).

Frente a este panorama, la formación y las prácticas docentes cobran una relevancia fundamental. Según la Asociación Europea de Educación Física (EUPEA, 2011), los docentes deben egresar con una base sólida en salud y estilos de vida activos. Sin embargo, como señalan autores como Gallahue & Donnelly, (2007), muchos docentes de EF en Colombia no cuentan con formación específica en salud o prevención de enfermedades, lo cual limita su capacidad para implementar estrategias pedagógicas eficaces.

Rojas, (2018), identifica varios obstáculos que impiden que la Educación Física cumpla su función preventiva: escasez de estrategias didácticas innovadoras, mínima articulación con la educación en salud, insuficiente formación del profesorado y baja motivación de los estudiantes ante la asignatura de Educación Física.

A pesar del marco normativo favorable, persiste una desconexión entre la propuesta curricular, la práctica docente universitaria y la educativa. Esta situación se vuelve evidente al comparar la formación de futuros licenciados en Educación Física en instituciones públicas y privadas, donde se observan enfoques y niveles de profundidad distintos en el abordaje de la salud y la prevención de enfermedades.

Por lo tanto, resulta clave indagar cómo se promueve la prevención de enfermedades cardiovasculares desde los currículos universitarios de práctica docente, y qué tipo de prácticas pedagógicas están desarrollando los estudiantes de licenciatura en sus espacios escolares.

En esta investigación se seleccionaron dos universidades con amplia trayectoria en el contexto educativo colombiano y con programas activos en la formación de Lic., en Educación Física, la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) y la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO). Esta elección se hace con criterios de diversidad, de enfoques formativos y pertinencia académica para un análisis comparativo entre una institución pública y una privada en la ciudad de Bogotá D.C.

La UPN fue fundada en 1962 y es reconocida como la institución formadora de formadores por excelencia en Colombia. Su Lic. en EF cuenta con una trayectoria amplia, ya que la Facultad de Educación Física fue creada mediante acuerdo 076 de 1994 del Consejo Superior de la Universidad Pedagógica Nacional y confirmada por el Decreto Presidencial 2902 del 31 de diciembre de 1994.

Cuenta con un enfoque crítico, investigativo y pedagógico centrado en la construcción del conocimiento desde la corporalidad, el contexto sociocultural y la proyección comunitaria.

Además, se destaca por haber sido pionera en la formación profesional de licenciados en EF, lo que la convierte en un referente nacional, así mismo es la única Universidad pública en Bogotá que cuenta con este programa académico.

Por otro lado, la UNIMINUTO es una institución privada con un enfoque social, su programa de Lic. en Educación Física, Recreación y Deporte fue creado aproximadamente en el año 2012, cuando obtuvo su primer registro calificado mediante la Resolución 11499 del 3 de julio de 2012 del Ministerio de Educación Nacional.

Aunque su programa es más reciente se ha consolidado por su énfasis en la transformación social, la inclusión educativa y la promoción de hábitos saludables, integrando

asignaturas específicas en salud, actividad física y prevención de enfermedades no transmisibles. Se cuenta con la disponibilidad y el acceso directo a los documentos institucionales y pensum actual, el cual permitirá observar y comparar estas dos universidades, ya que a pesar de estar bajo una misma normativa nacional se pueden implementar enfoques curriculares diferentes en torno a la práctica docente, educación para la salud y prevención de enfermedades cardiovasculares.

En este sentido, la comparación entre estas dos universidades permitirá identificar y analizar de forma comparativa las propuestas curriculares de la Lic., en Educación Física con relación a la formación en prevención de enfermedades cardiovasculares. Caracterizar y analizar las prácticas docentes de egresados de ambos programas y relacionar los hallazgos curriculares y de prácticas docentes para comprender de manera integral su aporte a la prevención de estas enfermedades.

Dado lo anterior surgen las siguientes preguntas:

¿Qué diferencias y semejanzas existen entre las propuestas curriculares de Educación Física de las Universidades UPN y UNIMINUTO y la prevención de enfermedades cardiovasculares?

¿Qué competencias o conocimientos poseen los egresados de las dos universidades (UPN Y UNIMINUTO) sobre enfermedades cardiovasculares y cómo se materializan o concretan en su práctica docente?

¿Qué obstáculos o barreras encuentran para materializar la enseñanza de hábitos saludables relacionados con enfermedades cardiovasculares y qué prácticas emplean para abordar el tema?

¿Qué caracteriza las prácticas pedagógicas de egresados respecto a la inserción de conocimientos, hábitos, etc. sobre prevención de enfermedades cardiovasculares?

¿Qué coherencia tiene el currículo de la UPN y la UNIMINUTO, con la práctica profesional de sus egresados, con relación a la prevención de enfermedades cardiovasculares?

Pregunta problema

¿Cómo se articulan las propuestas curriculares y las prácticas docentes de los programas de Licenciatura en Educación Física de la Universidad Pedagógica Nacional y la Corporación Universitaria Minuto de Dios de la ciudad de Bogotá D.C., para la prevención de enfermedades cardiovasculares?

Estado del Arte

La Educación Física ha sido reconocida progresivamente como un componente especial en la formación integral de los estudiantes, al promover no solo el desarrollo motriz, sino también la salud física, emocional y social.

En los últimos años las enfermedades cardiovasculares a nivel mundial han ido aumentando en la población y genera la mayor cantidad de muertes en el mundo, lo que lleva a repensar el papel de la escuela como escenario para la prevención de estas condiciones, en este sentido la Educación Física cobra un valor estratégico al facilitar la adquisición de hábitos saludables desde edades tempranas.

El presente estado del arte contribuye de manera significativa a este trabajo de grado, ya que permite ver la relación que cumple el currículo en la Educación Física, la prevención de enfermedades cardiovasculares y la formación docente y prácticas pedagógicas como temas centrales a trabajar en esta investigación.

A través de una revisión de estudios nacionales e internacionales, se identifican enfoques, metodologías y propuestas que han buscado integrar la salud al sistema educativo, así mismo, los principales obstáculos que persisten en su implementación. Estos antecedentes permiten contextualizar el problema de investigación, evidenciando los vacíos existentes y justificar la necesidad de generar un análisis comparativo entre currículo y realidad educativa en Bogotá.

Diversos estudios coinciden en señalar una desconexión entre las políticas educativas y las prácticas implementadas en la clase de Educación Física. El estudio de la UNESCO, (2015), revela que los gobiernos deben garantizar que la Educación Física tenga mayor importancia en los currículos escolares, ya que esta desarrolla un papel significativo en el aprendizaje transversal.

A través de un estudio de caso, muestran cómo el currículo de educación física debe ser flexible y más equilibrado, permitiendo a los estudiantes explorar nuevos conocimientos y aprendizajes según sus habilidades, mejorando sus capacidades físicas, facilitando la experiencia práctica en la planeación de metas, autocontrol, toma de decisiones entre otras.

El currículo también debe ser adaptable para que los docentes puedan trabajar según las necesidades de los estudiantes y el contexto en donde se encuentren, generando un proceso de aprendizaje centrado en ellos. Así mismo, para Posso, et al., (2021), por medio de un enfoque cualitativo menciona que la educación física permite unificar saberes interdisciplinarios que conlleven a pensar y a repensar sobre las exigencias, transformaciones, necesidades sociales y culturales que ayudan a la formación del ser humano.

Plantean como el currículo en ocasiones se basa en los fines y propósitos de quienes gestionan o gobiernan la educación del país, de ahí nace la importancia de cómo la gestión educativa dirigida a la realidad social puede dar como resultado un currículo encaminado a la formación de una población íntegra.

De igual manera, en la revisión documental con un estudio descriptivo Gómez y Velasco, (2017), son analizados dos documentos: DBA y primera versión de mallas curriculares, la cual realiza una revisión general de todas las asignaturas académicas, enfocándose en matemáticas.

Estos autores plantean que entre los documentos mencionados no hay coherencias y son complejos para ser comprendidos por los docentes e instituciones, por esto los autores mencionan que los docentes deben tener conocimientos y formación que permita desarrollar capacidades de análisis, para apropiar los contenidos y aportar una reformulación de diferentes apartados del DBA y las mallas curriculares.

El trabajo de Coutin, et al., (2018), a través de una revisión sistemática hacen referencia a

que los currículos de Educación Física presentan problemas como falta de claridad conceptual, sustento científico débil e incongruente entre objetivos pedagógicos y prácticos.

A pesar de ello, siguen despertando interés entre estudiantes y docentes, lo que muestra su relevancia continua, de igual forma, aunque existen propuestas innovadoras muchas de ellas carecen de coherencia teórica, profundidad científica y aplicabilidad en la práctica.

Cardona, (2024), por medio de una revisión documental cualitativa, refuerza la idea al señalar que las innovaciones curriculares en educación física enfrentan barreras estructurales como la falta de formación docente específica, la asistencia institucional y la ausencia de recursos pedagógicos adecuados. El análisis enfatiza la necesidad de revisar y adaptar los currículos de Educación Física para que sean coherentes, inclusivos y relevantes para el contexto. Esta perspectiva puede ser útil para fundamentar la importancia de alinear las políticas curriculares con las realidades educativas.

Así mismo, en el estudio de Quilindro, (2023), a través de una revisión sistemática de orientaciones curriculares en Colombia, muestra que los enfoques que predominan presentan unas perspectivas fiscalistas y deportivas, con escasa claridad sobre competencias en promoción de la salud y prevención de enfermedades.

El autor destaca la necesidad de un currículo que oriente la práctica docente hacia el desarrollo integral y la formación de hábitos saludables. Para complementar, Pastor, et al., (2015), en su análisis del currículo en Educación Física por medio de una revisión de documentos curriculares, concluyen que los contenidos relacionados con la salud carecen de una estructura clara que permita su efectiva implementación.

Ambos estudios coinciden en que, a pesar de las intenciones claras de los documentos oficiales, la salud está presente de forma débil, lo cual limita el rol de la Educación Física en la

prevención de enfermedades no transmisibles como las cardiovasculares.

Para Bennasar, et al., (2024), por medio de una revisión descriptiva afirma que en Latino América la educación física de calidad no es una prioridad en el currículo escolar, lo que puede tener graves consecuencias para la salud y el bienestar de los estudiantes.

Según lo anterior se sugiere que América Latina debe promover nuevas políticas públicas que favorezcan la puesta en marcha de la educación física de calidad, promoviendo en todos los niveles educativos y fomentando así la formación integral, física, cognitiva y de salud de la sociedad de América Latina.

Prevención de enfermedades cardiovasculares desde la Educación Física

La relación entre la Educación Física y la prevención de enfermedades cardiovasculares ha sido abordada por distintas investigaciones ya que es la principal causa de muerte a nivel mundial, demostrando el potencial pedagógico del área para promover estilos de vida saludables desde la infancia.

Para la UNESCO, (2015), según la Organización Mundial Salud la pandemia generó un aumento de los niveles de sedentarismo y por ende incrementó las enfermedades no transmisibles, lo cual es un problema a nivel mundial. A causa de que ha disminuido la intensidad horaria e importancia de la educación física en el ámbito escolar a nivel mundial, se ha repercutido negativamente en las condiciones de salud de la población.

Por lo anterior en la 66° Asamblea Mundial de Salud se estableció como meta voluntaria para el 2025, que la educación física con calidad debe haber aumentado en un 10.9% en contextos educativos, incluyendo oportunidades de actividad física antes, durante y después de la

jornada escolar formal.

De igual manera la UNESCO, (2015), a través de un estudio de caso manifiesta que la educación física es vista como el punto de partida para incorporar la actividad física desde la niñez y durante toda la vida, así mismo tiene la capacidad de mejorar la atención de los niños, mejorar sus procesos y control cognitivos. A partir de esto se ve la importancia que tiene la educación física durante todo el proceso académico que se lleva a cabo en las escuela o instituciones educativas.

Por su parte Rodríguez, et al., (2016), afirman la importancia que tiene la educación física en el currículo español, ya que permite generar en los estudiantes la motivación para realizar actividad física o alguna práctica deportiva, lo que permite mejorar la salud y calidad de vida de los estudiantes. Para esto proponen en su estudio hacer un cambio de la ley española en donde establezcan como mínimo tres horas a la semana para la clase de educación física, basándose en los buenos resultados y beneficios que ha tenido la población de Finlandia al implementar cinco horas de esta clase.

Adicionalmente, un estudio realizado por Barja, et al., (2020) con un enfoque cuantitativo, evidencian los altos niveles de obesidad que se presenta en España en los infantes y que se puede seguir replicando en edades mayores generando más probabilidad de tener enfermedades cardiovasculares, a causa de los malos hábitos de alimentación y el sedentarismo por motivo del uso excesivo de las pantallas. Por lo cual Barja, et al., (2020), concluyen que:

> “Los objetivos de mayor prioridad deben ser promover la actividad física y los hábitos alimentarios saludables en los jóvenes, poniendo en marcha intervenciones adecuadas que se ajusten a sus necesidades y preferencias. Teniendo en cuenta que la niñez y la adolescencia son las etapas evolutivas en las que el riesgo de obesidad adulta es mayor y

las etapas clave de consolidación de los estilos de vida de la adultez.” (p.98)

El estudio de Domínguez, (2011), desarrolló una experiencia cuasiexperimental con pretest y postest en Cuba, donde se implementaron talleres dirigidos a estudiantes de secundaria con el propósito de aumentar la conciencia sobre el sedentarismo, la alimentación inadecuada y el tabaquismo. Demuestra cómo desde talleres participativos se logró mejorar el conocimiento y disposición de autocuidado en adolescentes, indicando que la Educación Física puede ser un área eficaz para abordar temas de salud pública dentro del entorno escolar.

En el contexto de Colombia, Dupotey, (2021), presenta los resultados de una intervención educativa orientada a la mejora de los hábitos saludables de los estudiantes de Cundinamarca por medio de un estudio preexperimental de tipo descriptivo y longitudinal. Mediante actividades pedagógicas centradas en la prevención de enfermedades cardiovasculares. Se observó una mejora en el conocimiento y en la disposición para cambiar conductas de riesgo.

Bernate, et al., (2020), realizó un estudio llevando a cabo una revisión documental sistemática sobre el sedentarismo y los niveles de actividad física en la población, donde sintetiza estrategias aplicables desde la clase de Educación Física que han demostrado resultados

positivos en los niños y jóvenes frente al sedentarismo y los hábitos de salud, señalando que la promoción del movimiento debe iniciar desde la infancia, con apoyo del área de Educación Física como eje fundamental de hábitos saludables.

Desde una perspectiva institucional, el artículo de García, et al., (2025), da cuenta de los perfiles de formación de licenciados en Educación Física, Recreación y Deporte en Bogotá a través de una revisión documental con enfoque cualitativo. Su estudio revela que, aunque existe

un compromiso general por parte de las universidades, la promoción de la salud y la educación alimentaria aún no se incorporan de manera clara y sistemática en los planes curriculares.

Propone un enfoque de gobernanza en el que se reconoce el rol del educador físico como agente de salud dentro de las políticas públicas integradas. Esta idea se vincula con los Lineamientos nacionales para la aplicación y el desarrollo de estrategias en entornos saludables, elaborados por el Ministerio de Salud y otros actores gubernamentales, que recomiendan acciones intersectoriales para mejorar la calidad de vida de los estudiantes desde el entorno escolar.

Enfatiza en que existe legitimidad política y técnica, pero se requiere empoderamiento comunitario, continuidad política y fortalecimiento territorial para que la estrategia genere un efecto sostenido. En esta misma línea, Silva, (2024), en su estudio con enfoque cualitativo descriptivo identifica percepciones positivas sobre el rol formativo de la Educación Física, aunque también advierten una falta de preparación técnica y conceptual en los docentes para implementar efectivamente estrategias preventivas.

Los últimos estudios realizados por Dupotey, (2021); García, et al., (2025); Silva, (2024), señalan que en Colombia se han realizado esfuerzos importantes en vincular la Educación Física con la promoción de salud cardiovascular, pero también revelan la necesidad de mayor formación docente, mejor articulación institucional y estrategias didácticas más concretas que logren ser sostenibles dentro del contexto escolar en donde se encuentren.

Práctica docente y prácticas pedagógicas en educación física.

La práctica docente y prácticas pedagógicas en educación física deben fortalecer las competencias y habilidades de los futuros profesionales, permitiendo tener la capacidad de reflexión y pensamiento crítico, que se ajusten a las problemáticas o necesidades actuales de la sociedad. Un punto de partida importante es el documento de la UNESCO, (2015), que establece directrices globales para fortalecer esta área como un componente esencial en el desarrollo integral de los individuos.

En este documento, se destaca la importancia de la formación docente, la inclusión y las buenas prácticas como ejes estructurales. Así mismo manifiesta que la formación docente en salud y estilo de vida es fundamental para la enseñanza en las escuelas o instituciones educativas y como la formación profesional puede tener la capacidad de influir en políticas, prácticas en el ámbito educativo, el deporte, la salud y en la comunidad en general.

Se propone una reconfiguración de las políticas educativas de forma que la Educación Física no se limite solamente en la competencia deportiva, sino que construya de forma activa el bienestar físico, emocional y social de los estudiantes. Esta configuración de las políticas educativas internacionales actúa como un marco de referencia para diversas investigaciones, que desde distintos países se han llevado a cabo estudios con enfoques aplicados o teóricos.

Por otro lado, el artículo de Baños, et al., (2019), mediante un enfoque cuantitativo con diseño correlacional, evidencia que variables emocionales como la satisfacción y el aburrimiento afectan de manera directa la intención de realizar actividad física en el tiempo libre. Este hallazgo es consistente con el estudio de Matus, et al., (2025), en el que se utilizó una metodología cualitativa con diseño de caso colectivo basada en interpretaciones gráficas para comprender cómo los estudiantes perciben sus clases de Educación Física.

En ambos casos se enfatiza en que, el componente afectivo y recreativo de las clases es determinante para incentivar la práctica física regular, lo cual es esencial en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Betancur, et al., (2018), en Colombia examinan las percepciones de los docentes acerca de su papel en la Educación Física en la salud, por medio de un enfoque cualitativo con método fenomenológico-hermenéutico. Mencionan que a pesar de un discurso que fortalece la promoción del bienestar, las actividades en el aula continúan respondiendo a modelos tradicionales, centrados en la ejecución técnica y en la evaluación física.

Esto pone de manifiesto una falta de articulación entre el discurso pedagógico, la formación inicial y la implementación curricular. De igual manera, el estudio realizado por Torres, et al., (2024), a través de una revisión sistemática, concluyen que las prácticas docentes son fundamentales para integrar la teoría en la formación de los futuros docentes, proporcionando habilidades como: autoeficacia (capacidad para realizar con éxito una tarea o alcanzar una meta específica), reflexión, pensamiento crítico. Mejorando la calidad de los procesos formativos para formar profesionales en educación física.

El estudio de Nuñez, et al., (2018), utilizó una investigación mixta cuantitativa en donde evidencian cómo las percepciones de los actores escolares muestran una tensión constante entre la intención de inclusión y la persistencia de metodologías que incluyen a estudiantes con capacidades diversas de salud. Estas barreras pedagógicas revelan la necesidad de que la formación docente incorpore con mayor énfasis el enfoque de diversidad, accesibilidad y equidad en el contexto educativo.

Por su parte, Garzón, et al., (2020), en su estudio realizó una revisión bibliográfica en donde destacan que, aunque los egresados poseen herramientas técnicas y disciplinares sólidas, su impacto real en la promoción de salud depende de una formación transversal que vincula la Educación Física con la educación alimentaria y las políticas públicas.

Esta necesidad de articulación curricular también destacada por Mancheno, (2022), en su revisión sistemática donde identifica que, si bien se reconocen habilidades como el liderazgo, la comunicación y el trabajo interdisciplinar, estas no siempre están consolidadas con programas de formación. Por su parte, López, et al., (2020), en su estudio emplean un enfoque cualitativo donde refieren la importancia de la flexibilidad del currículo para la formación del profesional en educación física, ya que permite satisfacer las necesidades de los estudiantes, el entorno social y profesional, con el fin de desarrollar una sociedad concreta, reflexiva y crítica.

Así mismo permite ampliar el material de enseñanza y aprendizajes basado en las prácticas en donde ejercen lo que aprenden de manera teórica. Otro de los beneficios en la formación profesional de educación física permite generar autoaprendizajes a través de la investigación y las prácticas, de tal manera que sus conocimientos, habilidades, destrezas y aptitudes ayuden al momento de ejercer la profesión y le permita resolver problemas de la disciplina de forma autónoma.

Finalmente, en un estudio cualitativo con enfoque crítico social y diseño de investigación acción realizado en República Dominicana por García, et al., (2025), define que los docentes de educación física deben ser individuos con buenas condiciones físicas, teniendo en cuenta la actividad física, la alimentación, sueño y la salud mental.

A partir de esto se busca brindar este mismo conocimiento y hábitos saludables a los estudiantes de las escuelas. Al fomentar la actividad física en estudiantes se pueden prevenir enfermedades no transmisibles y disminuir el riesgo de mortalidad en la población por estas enfermedades. Donde concluyen que es necesario implementar políticas públicas que fomenten el aumento de los niveles de Actividad Física en la población mundial (Organización Mundial de la Salud, 2023).

En conclusión, estos estudios señalan que para que la Educación Física cumpla su papel como promotora de salud e inclusión, es fundamental reforzar los procesos de formación profesional docente. Esto implica no solo actualizar los contenidos, sino también transformar las prácticas pedagógicas tradicionales, los currículos de educación física y promover competencias que permitan al educador actuar como un agente de cambio en entornos educativos diversos.

Marco teórico

El presente marco teórico tiene como propósito sustentar conceptualmente la investigación sobre la relación entre el currículo, prácticas docentes en Educación Física y prevención de enfermedades cardiovasculares en el contexto de la educación superior en Bogotá D.C.

Para ello, se abordan dos ejes fundamentales: por un lado, el concepto de currículo desde la visión de Tyler, (1949); Sacristán, (2007), currículo de Educación Física desde Blázquez, (2006). Por otro lado, y el concepto de práctica docente en la prevención de enfermedades cardiovasculares en Educación Física según Saldarriaga y Gallo, (2010), desde una mirada médica y profesional en educación física, Blázquez, (2010), desde las prácticas docentes en el currículo establecido.

Estos referentes conceptuales permiten interpretar y analizar los hallazgos respecto a cómo se configuran las propuestas formativas y su impacto potencial en la promoción de la salud desde la educación.

Currículo general y currículo de Educación Física

El término currículo ha cambiado notablemente, pasando de ser simplemente una lista de contenidos a convertirse en un elemento cultural, pedagógico y político en construcción. Tyler, (1949), propone que el currículo debe ser racional y sistemático, en otras palabras, debe ser lógico, coherente, relevante, ordenado y exitoso en el cumplimiento de resultados. Desde este punto de vista, el currículo hace énfasis en objetivos claros, precisos y alcanzables para poder elaborar los diferentes procedimientos de enseñanza, pruebas y exámenes dentro de la educación.

Este autor plantea cuatro preguntas fundamentales que orientan la construcción del currículo: Primera, ¿Qué objetivos educativos se deben alcanzar?, segunda, ¿Qué experiencias de aprendizaje pueden ofrecerse para alcanzar esos objetivos?, tercera, ¿Cómo organizar esas experiencias de forma efectiva?, y cuarta. ¿Cómo evaluar si se han alcanzado los objetivos? Tyler, (1949), afirma que "La función del currículo es seleccionar, organizar y evaluar las experiencias de aprendizaje con base en los objetivos educativos previamente establecidos" (p.1). Este modelo, se centra en objetivos conductuales que guían la enseñanza y evaluación en la educación moderna, incluyendo un enfoque por competencias.

Para Tyler, en la entrevista concedida a Cordero, (1990), (como se cita en Cordero y García, 2004), Tyler ilustra cómo evolucionó su pensamiento en torno a los objetivos. El autor señaló a la entrevistadora:

> "Los profesores deben entender que la buena enseñanza no es seguir recetas sino comprender a los estudiantes y ayudarles a aprender. Los profesores pueden tener recetas para enseñar, pero eso no ayuda a los niños a aprender. Es más fácil enseñar a una persona a enseñar si le importan los alumnos que a alguien que no le importan y piensa que todo lo que él o ella necesita son métodos de enseñanza". (p. 13)

Esta afirmación refleja una perspectiva pedagógica en la que el docente no es un simple transmisor de contenidos, sino un agente activo en la construcción del currículo y un mediador del aprendizaje. Para Tyler, la educación debe comenzar de abajo hacia arriba, lo que significa que los procesos de enseñanza/aprendizaje deben partir de las necesidades y el contexto de los estudiantes.

En esta perspectiva, es importante mencionar las críticas dirigidas al modelo curricular propuesto por Tyler, sobre todo desde un enfoque más contextual y de la época. Garduño indica

que, aunque el modelo de Tyler fue una de la primera iniciativa en su época al intentar estructurar la enseñanza de manera lógica a través de objetivos definidos, también ha sido criticado debido a sus rigidez y visión simple del aprendizaje.

Se señala su enfoque técnico como el resultado final y el cumplimiento de objetivos, desplazando el proceso educativo, la independencia del educador y la variedad de contextos educativos. Según Garduño, (2019), “se critica que su propuesta parte de un enfoque técnico, en donde el docente ejecuta, pero no reflexiona ni construye conocimiento en el proceso educativo” (p.3).

Este autor también menciona que Tyler no se puede encasillar estrictamente en el conductismo y que su pensamiento ha evolucionado hacia enfoques más inclusivos. De esta manera, Garduño propone una lectura crítica y contextual del modelo de Tyler, reconociendo tanto sus contribuciones como sus limitaciones en los contextos educativos actuales.

En este sentido, la elaboración y la aplicación del currículo colombiano se asemeja a la lógica propuesta por Tyler, en donde se establece objetivos en forma de competencias, se define las experiencias esperadas a través de contenidos en diferentes áreas, se organiza los aprendizajes en grados o ciclos y se promueve un sistema de evaluación que buscar verificar el cumplimiento de los objetivos establecidos.

Aunque se han incorporado aspectos pedagógicos más amplios, el modelo basado en competencias que apunta la mayoría de programas educativos, tanto a nivel escolar como universitarios, todavía se enfocan en la idea de que la enseñanza debe estar centrada en resultados medibles, así como lo sugirió Tyler hace más de setenta años.

Desde una perspectiva crítica, Sacristán, (2007), afirma que “El curriculum no es un instrumento neutro, sino una propuesta cargada de intenciones, valores y supuestos que orientan

la acción educativa" (p.20). Describe el currículo como un proceso activo desarrollado en la práctica, influenciado por los docentes, el entorno institucional y las necesidades sociales que impactan la educación.

El currículo describe la puesta en práctica de las funciones propias de la escuela y la forma de encaminarse en un momento histórico social definido para un nivel o modalidad de educación. A partir de esto, Sacristán, (1988), afirma que "los currícula son la expresión del equilibrio de intereses y fuerzas que gravitan sobre el sistema educativo en un momento dado, en tanto que a través de ellos se realizan los fines de la educación en la enseñanza escolarizada". (p. 18).

Las intenciones del currículo para Sacristán, (1988), son que "el currículum supone concreción de los fines sociales y culturales, de socialización que se le asignan a la educación escolarizada o de ayuda al desarrollo, de estímulo y escenario del mismo" (p. 15) y en este mismo sentido, Sacristán, (1988), "el sistema educativo sirve a unos intereses concretos y ellos se reflejan en el currículum" (p. 18). Según lo anterior, el currículo es visto desde la perspectiva del docente, las experiencias de los estudiantes, programa de actividades planificadas y los contenidos y valores, todo con el fin de un trabajo social de la escuela.

Para este autor, el currículo se ajusta según las necesidades sociales, culturales y de formación del momento histórico, de igual manera el currículo debe tener en cuenta los contenidos que se ofrecen en las escuelas con el fin de crear un proyecto global de educación.

Para Sacristán, (2007), el currículo trasciende los documentos formales o la planificación, manifestándose en lo que realmente sucede en el aula. El currículo debe ser analizado no sólo como una estructura técnica como lo plantea Tyler, sino como un práctica política y pedagógica que implica tomar decisiones sobre qué enseñar, cómo enseñar, con qué sentido, y para qué tipo

de sociedad se educa. Esta mirada ha sido crucial para repensar una educación inclusiva y reflexiva, por lo tanto, es importante para comprender y analizar los hallazgos que arroje la presente propuesta.

Así mismo, desde una perspectiva más específica en el ámbito de EF, Blázquez, (2006), plantea que “La educación física debe concebirse como un área con identidad propia dentro del currículo, capaz de educar en valores, en hábitos saludables y en actitudes cooperativas, y no solo en destrezas motrices” (p.42). A partir de esto, sostiene que el currículo de Educación Física debe ir más allá de los contenidos técnicos y deportivos, enfocados en el desarrollo integral de los alumnos.

Blázquez, (2006), apoya un enfoque curricular que integre el movimiento y el cuerpo como herramientas para formar seres humanos conscientes, activos y responsables de su bienestar. Además, destaca que el currículo debe ajustarse a las particularidades del grupo y al contexto social, lo que requiere una labor pedagógica crítica y reflexiva por parte del educador.

Estos autores, coinciden en que el currículo debe ser visto como una herramienta cambiante, contextualizada y formativa. En el área de Educación Física, esta perspectiva implica que el currículo no debe limitarse a las habilidades físicas y deportivas, sino también atender a la formación en salud, el autocuidado y la prevención de enfermedades no transmisibles. Sacristán, (2007); Blázquez, (2006), contribuyen de manera significativa al diálogo sobre el currículo desde una visión integrada y comprometida con la transformación social y educativa.

Práctica docente en la prevención de enfermedades cardiovasculares en Educación Física

Las enfermedades cardiovasculares representan una de las principales causas de muerte en Colombia, según la Organización Mundial de la Salud, (2023), este tipo de enfermedades son causa principal de mortalidad a nivel mundial con alrededor de 17,9 millones de personas fallecidas por esta patología. Las causas principales del aumento de las enfermedades cardiovasculares en la población mundial se dan a causa de la poca práctica de actividad física, alimentación poco saludable, consumo de tabaco y bebidas alcohólicas.

Su prevención debe comenzar desde la infancia, en este sentido, la Educación Física escolar se posiciona como un espacio privilegiado para el desarrollo de hábitos saludables, la educación para el autocuidado y la promoción de la actividad física como herramienta preventiva. Parlebas, (2001), propone un enfoque de estudio central de la educación física escolar, basado en que no debe limitarse al cuerpo o al movimiento, sino centrarse en una conducta motriz, entendiendo estas acciones corporales en el contexto social y las relaciones interpersonales. En sintonía con Blázquez, (2006), esta visión amplia revela que la Educación Física va más allá de un ejercicio biológico o técnico, conformando una práctica rica en significados culturales, educativos y sociales.

Parlebas, (2001) argumenta que “La educación física escolar no puede contentarse con el rol de suplemento recreativo; es una disciplina de formación del ciudadano” (p. 28). Él cuestiona el concepto tradicional de la educación física, el cual se enfoca únicamente en la técnica o rendimiento deportivo y la repetición de habilidades mecánicas. En cambio, propone una educación física más completa y diversa, centrada en la formación integral. Desde este punto de vista, la educación física en las escuelas debe abarcar actividades que fomenten no sólo el

desarrollo físico, sino también la autonomía, la capacidad de tomar decisiones, el trabajo en equipo y la conciencia sobre el bienestar personal.

Así mismo, Parlebas subraya la importancia del docente como mediador pedagógico, cuya función es interpretar la lógica interna de cada actividad física, incluyendo sus reglas, interacciones, espacios, cooperación y oposición, para crear estrategias de aprendizajes integrales en los estudiantes. En este contexto, su propuesta defiende la educación física escolar como un ámbito privilegiado para promover la salud, la ciudadanía y la convivencia, superando una visión limitada que se centra solamente en lo físico y lo competitivo.

Por otra parte, la prevención de enfermedades cardiovasculares, desde una perspectiva crítica, Gallo describe que las enfermedades cardiovasculares son tratadas una vez diagnosticadas por medio de medicamentos o tecnologías avanzadas, pero no se rescata la importancia de la educación en actividad física como prevención y promoción de salud. La actividad física regular reduce las tasas de mortalidad y el riesgo de desarrollar una enfermedad coronaria. Según Gallo, (2010):

> “Las personas con enfermedad cardiovascular, un programa de ejercicio aumenta la capacidad física, mejora la calidad de vida y disminuye la morbimortalidad. Tanto hombres como mujeres, quienes presentan aumento en la actividad física y un buen acondicionamiento físico, tienen una reducción entre 20 y 35% en el riesgo relativo de muerte. Sin embargo, a pesar de dicha evidencia, se observa desconocimiento y pobre utilización de la actividad física como estrategia de promoción de la salud y prevención de la enfermedad cardiovascular”. (p. 14).

Para él, la actividad física es un eje fundamental para la promoción y prevención de enfermedades cardiovasculares, por lo cual, es importante enseñar a la población la práctica de

ejercicios físicos de manera constante desde edades tempranas.

Así mismo, desde su perspectiva teórica Saldarriaga, (2010), afirma que “El sedentarismo es el otro enemigo silencioso” (p. 5). En la actualidad los malos hábitos de alimentación y el consumo del tabaco son causales del aumento de las enfermedades cardiovasculares, las cuales se han convertido en un problema de salud pública de gran importancia científica y social. ya que afecta de manera progresiva la salud de la población, aumentando los riesgos de provocar enfermedades cardiovasculares, y con ello el incremento de la mortalidad en la población mundial.

Si analizamos la compleja estructura anatómica y fisiológica del ser humano, la conclusión es innegable: Saldarriaga, (2010):

> “fuimos diseñados para el movimiento. Esto se evidencia en el número de músculos, articulaciones y los intrincados procesos metabólicos involucrados en la producción y gasto de energía. Los criterios para considerar a una persona sedentaria son: no realizar actividades físicas de resistencia aeróbica de intensidad moderada”. (p. 6).

A partir de lo anterior, Saldarriaga, (2010), menciona que el cuerpo humano fue creado para estar en movimiento continuo, por esta razón la falta de ejercicio físico en el ser humano causa daños en la salud. Para él, la actividad física debe enseñarse a través de un estilo de vida activo, viendo la práctica de ejercicio físico moderado como mejora en la capacidad cardiorrespiratoria, lo que genera un beneficio en los factores de riesgo cardiovascular en la población.

La práctica docente va más allá de simplemente seguir un currículo de manera automática, se trata de un proceso laborioso que involucra conocimientos, experiencias, valores, elecciones pedagógicas y contextos socioculturales. En el ámbito de la Educación Física, esta

labor se vuelve esencial para la creación de hábitos saludables desde la infancia y la adolescencia. Según Blázquez, (2010), un referente significativo en la didáctica de la Educación Física, los educadores deben adoptar una postura activa y consciente ante los desafíos de la salud pública que impactan a las nuevas generaciones.

Blázquez, (2010), Expresa que “Educar en salud no es solo hablar de ella, sino provocar cambios de actitud, enseñar a valorar la actividad física como elemento fundamental en el bienestar y formar hábitos estables que ayuden a prevenir enfermedades como las cardiovasculares.” (p. 45). Argumenta que la educación en el campo deportivo no debe restringirse a la mera realización de actividad física como objetivo único, sino que debe enfocarse en la formación integral del alumno, fomentando actitudes responsables hacia el cuidado del cuerpo y la prevención de enfermedades no transmisibles.

Esta manifestación señala que la intervención de los docentes tiene un efecto crucial en cómo los estudiantes entienden y adoptan conductas relacionadas con su salud. Por lo tanto, la función del educador no debe limitarse a coordinar actividades físicas, sino a crear experiencias educativas significativas que combinen movimiento, reflexión y conciencia sobre el autocuidado.

Desde esta perspectiva, la práctica docente debe abarcar contenidos claros sobre la prevención, implementar estrategias didácticas activas y reflexivas, y promover la comprensión del cuerpo como parte de un camino hacia un estilo de vida saludable. Esto significa incluir estrategias que contemplen una programación didáctica con un propósito claro, orientada a la salud y el bienestar, realizar actividades contextualizadas que relacionen la actividad física como la comprensión de sus beneficios para el corazón y crear estrategias evaluativas formativas que consideren actitudes, conocimientos sobre la salud y la formación de hábitos y prevención de enfermedades.

Marco Legal

El marco legal de esta investigación se apoya en las normas, políticas y directrices que rigen la EF, la capacitación de los docentes y la promoción de la salud del ámbito escolar. Estas normas son cruciales para entender las regulaciones que justifican la entrada de la salud y la prevención de enfermedades en el currículo educativo y en los programas de formación universitaria para los licenciados en Educación Física.

El Congreso de la República de Colombia en la ley 115 de 1994 del Ministerio de Educación Nacional, se establece la Educación Física, Recreación y Deporte como componentes importantes del currículo escolar, de acuerdo con el artículo 5 “Son fines de la educación (...) la formación para la preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre” (art.5, Ley 115, 1994, párr. 12, p.2). Esta norma establece claramente que la Educación Física en el sistema educativo debe tener un enfoque tanto formativo como preventivo.

Así mismo, la ley 115 de 1994 del Ministerio de Educación Nacional cuenta con las normas generales para regular la educación, con el fin de cumplir un objetivo social teniendo en cuenta las necesidades e intereses, la idea integral, digna de la persona humana, con derechos y deberes de la población. La ley 115 de 1994 del Ministerio de Educación Nacional coloca la educación como prioridad y debe ser de manera permanente, con el fin de dar cumplimiento a la Constitución política en donde uno de sus principios fundamentales es el derecho a la educación para toda la población colombiana.

La ley 115 de 1994 del Ministerio de Educación Nacional en el Capítulo 2 habla del currículo y el plan de estudio, en este se menciona la manera como se lleva a cabo su

implementación en las instituciones educativas, así mismo, la responsabilidad administrativa que tienen las instituciones en la asesoría para el diseño y el desarrollo del currículo y la regulación del mismo es realizada por El Ministerio de Educación Nacional a través del diseño de los lineamientos generales de los procesos curriculares, de igual forma establece los indicadores de logros para cada grado teniendo en cuenta los niveles educativos. En el artículo 76 se define de manera clara el:

> "Concepto de currículo. Currículo es el conjunto de criterios, planes de estudio, programas, metodologías, y procesos que contribuyen a la formación integral y a la construcción de la identidad cultural nacional, regional y local, incluyendo también los recursos humanos, académicos y físicos para poner en práctica las políticas y llevar a cabo el proyecto educativo institucional." (art.76, Ley 115, 1994, párr. 1, p.17).

Además, desde los lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte, 2000, se observa en el apartado *Creación de Coldeportes y Deportivización del Currículo* lo siguiente:

> "En la década de los años setenta consolidan su influencia la orientación deportiva y la psicomotricidad en el marco de la tecnología educativa y su modelo instruccional. Se hace énfasis en los procesos metodológicos de la fundamentación deportiva para la educación secundaria, mientras que para la educación primaria se difunde la importancia de la psicomotricidad." (lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte, 2000, párr.1, p.12).

A partir de esto, se infiere que la educación física es vista como escenario netamente deportivo, dejando de lado la formación integral y en salud del alumno. Generando que los mismos licenciados vean el área desde el lado competitivo y fisicalista, a pesar de que esto

sucedió hace tiempo, la cantidad de licenciados que continúan con este objetivo son bastantes.

Ahora, el Ministerio de Educación Nacional caracteriza el área de Educación Física, Recreación y Deporte como una actividad social que favorece el desarrollo integral del alumno. Se señala que "Se reconoce la educación física, recreación y deportes como una práctica social del cultivo de la persona como totalidad en todas sus dimensiones (cognitiva, comunicativa, ética, estética, corporal, lúdica), y no sólo en una de ellas." (lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte, 2000, párr.4, p.4).

Igualmente, se resalta que el currículo debe ser:

> "Un proceso de interpretación, comprensión y organización de culturas para afrontar una realidad múltiple y compleja, a través de un diseño técnico de preceptos educativos y disciplinares, base de un proyecto de construcción social y desarrollo del conocimiento y carta de orientación de la acción pedagógica escolar." (lineamientos curriculares de educación física, recreación y deporte, 2000, párr.4, p.5).

Estas normativas respaldan una Educación Física que esté en relación con la salud, la ciudadanía y el bienestar social.

Finalmente, en el decreto 230 de 2002 del Ministerio de Educación Nacional, establece las regulaciones para aplicar la Ley 115, enfocándose en aspectos relacionados con el currículo, la evaluación y la promoción en los niveles educativos de básica y media.

El decreto 230 de 2002 del Ministerio de Educación Nacional define que:

> "El currículo es un conjunto de criterios, planes de estudio, metodologías y procesos que contribuyen a la formación integral y la construcción de la identidad cultural nacional, regional y local, incluyendo también los recursos humanos, académicos y físicos para poner en práctica las políticas y llevar a cabo el proyecto educativo institucional" (art.2,

Decreto 230,2002, párr. 1, p.1).

De igual manera, el decreto brinda a las instituciones educativas la libertad de estructurar áreas obligatorias, ajustarlas a su contexto local y seleccionar estrategias didácticas que se alineen con el Proyecto Educativo Institucional (PEI). De este modo, se facilita que la Educación Física se integre de acuerdo con las realidades específicas de cada institución y su entorno social. Así mismo, establece un sistema de evaluación continua e integral para los alumnos, enfocado en alcanzar habilidades y saberes en cada disciplina y nivel educativo, lo que fortalece la naturaleza formativa de las directrices curriculares.

En conclusión, la Ley 115 de 1994 del Ministerio de Educación Nacional, los Lineamientos Curriculares del MEN de 2000 y el Decreto 230 de 2002 del Ministerio de Educación Nacional, conforman un soporte legal de la Educación Física como un componente central del currículo escolar, orientado a la salud y la prevención. Estas normativas ofrecen un marco fuerte que justifica el propósito de investigar cómo esta área es abordada en la formación de licenciados en EF y su desempeño en relación con la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Objetivo general

Contribuir al análisis de la relación entre currículo de Educación Física, práctica docente y prevención de enfermedades cardiovasculares a través de una comparación entre el pensum académico de la Licenciatura en Educación Física en la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) y la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) de la ciudad de Bogotá D.C.

Objetivos específicos

Objetivo 1: Identificar y analizar de forma comparativa las propuestas curriculares de Licenciatura en Educación Física de dos universidades de Bogotá (UPN y UNIMINUTO), con relación a la formación en prevención de enfermedades cardiovasculares.

Objetivo 2: Caracterizar y analizar las prácticas docentes de egresados de los programas de licenciatura en Educación Física de dos universidades de la ciudad de Bogotá (UPN y UNIMINUTO), con relación a la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Objetivo 3: Relacionar los hallazgos de la caracterización y análisis de las dos propuestas curriculares y las prácticas docentes respecto a la prevención de enfermedades cardiovasculares, halladas en los objetivos previos de la UPN y UNIMINUTO.

Metodología

La presente propuesta de investigación pretende comprender la relación entre los currículos y las prácticas docentes de la Universidad Pedagógica Nacional y la Corporación Universitaria Minuto de Dios y de manera transversal en la prevención de las enfermedades cardiovasculares.

En tal sentido, el actual estudio se desarrolla bajo un enfoque cualitativo que se pretende llevar a cabo mediante un estudio de caso. Es cualitativo ya que, según Vasilachis, (2006), "el enfoque cualitativo permite interpretar los sentidos que los actores otorgan a su experiencia educativa, considerando el contexto natural en que se desarrolla" (p. 23). Se obtiene una comprensión profunda de los fenómenos sociales en su complejidad contextual, considerando las voces, realidades y trayectorias de los sujetos implicados.

Además, el enfoque cualitativo ofrece la posibilidad de que el análisis evolucione a partir del diálogo constante entre los datos y la interpretación investigativa. A partir de esto, se considera pertinente analizar significados, enfoques, percepciones y prácticas teniendo en cuenta documentos institucionales y elementos clave provenientes de las diferentes técnicas implementadas.

Así mismo, la presente propuesta se desarrolla con un método de estudio de caso, ya que se permite hacer inserción en cualquier problemática social tal como lo menciona Neiman y Quaranta, (2007), donde plantean que "el estudio de caso es una estrategia de investigación que permite abordar un fenómeno social contemporáneo en su contexto real, especialmente cuando los límites entre el fenómeno y el contexto no están claramente definidos" (p. 218), es decir, que posibilita profundizar en un fenómeno en particular sin aislarlo de su contexto, además de tener

una visión integral y situada que lleva a comprender cómo y por qué ocurre algo, no solo generalizando sino que profundiza en dos casos concretos, entendiendo el fenómeno en su contexto institucional real.

Desde esta perspectiva, el estudio pretende comprender cómo se relacionan los procesos formativos y curriculares en torno a la educación para la salud, específicamente en la prevención de enfermedades cardiovasculares. En sintonía con lo anterior, las técnicas para la recolección de información serán las siguientes:

- **Análisis documental**. Sobre esta técnica de investigación Arias, (2012):

  > "describe que éste (...) es un proceso basado en la búsqueda, recuperación, análisis, crítica e interpretación de datos secundarios, es decir, los obtenidos y registrados por otros investigadores con fuentes documentales: impresas, audiovisuales o electrónicos. Como en toda investigación el propósito de este diseño es el aporte a nuevos conocimientos". (p.27).

Arias, (2012), propone una secuencia de pasos para la técnica: primero se define claramente el problema de investigación que se pretende responder. Segundo, se hace una búsqueda y selección de fuentes bibliográficas de libros, artículos, revistas, informes, etc., de los documentos más relevantes del tema. Tercero, se definen las categorías y se revisa cuidadosamente los documentos seleccionados, para extraer los datos más relevantes del problema de investigación. Cuarto, se realiza un análisis e interpretación de datos en el que se establecen relaciones entre los datos. Quinto y último, se elaboran conclusiones basadas en el análisis e interpretación de los datos obtenidos, dando respuesta a la pregunta de investigación.

La presente propuesta está orientada a examinar y describir documentos institucionales como planes de estudio (pénsum), mallas curriculares, perfiles de asignaturas de la Licenciatura

de Educación Física de la UPN y la UNIMINUTO. Esta técnica permitirá identificar los contenidos explícitos e implícitos relacionados con la promoción de la salud y la prevención de enfermedades cardiovasculares, así como las competencias que se espera desarrollen los futuros docentes en esta área.

- **Entrevista semiestructurada:** Para Flick (2012), esta forma de recolectar información es reconocida como un "método para reconstruir teorías subjetivas, donde las capas de conocimiento explícito e implícito del entrevistado se articulan a través de diferentes tipos de preguntas" (p.58). Esta técnica de recopilar información combina preguntas predefinidas con flexibilidad de explorar temas emergentes, es decir, se utiliza una guía de preguntas, pero se permite al entrevistador profundizar en respuestas o desviar la conversación hacia áreas inesperadas.

Este tipo de entrevista busca un equilibrio entre la estandarización y adaptación a circunstancias específicas de cada entrevistado, busca recoger las percepciones sobre la formación académica recibida en relación con la educación para la salud, el uso de estrategias didácticas y la integración curricular de temas vinculados al bienestar físico y la prevención.

Ambas técnicas permitirán realizar una triangulación metodológica que refuerce la validez del análisis al contrastar lo declarado en los documentos oficiales con lo vivido o percibido por los actores educativos. Esta metodología busca así comprender en profundidad cómo la formación inicial en Educación Física se vincula -o no- con los retos actuales en salud escolar y prevención de enfermedades no transmisibles.

Tabla 1

Análisis Documental

CATEGORIAS DE ANÁLISIS	INDICADORES	UNIMINUTO	UPN	OBSERVACIONES /COMPARATIVOS
Enfoque curricular	Enfoque pedagógico y epistemológico del programa			
	Semestres en los que aparece, sobre salud y estilos de vida saludable			
	¿El currículo vincula explícitamente la EF con la educación para la salud?			
	Nombre, nivel de profundidad y créditos que abordan en salud.			
Prácticas comunitarias	¿Se menciona prácticas escolares o comunitarias con enfoque en salud?			
	¿En qué edades se promueven?			
	¿En qué espacios se desarrolla?			
Evaluación del aprendizaje	¿Cómo se evalúan el aprendizaje en la práctica de prevención de ECV?			
	¿Cómo evalúan los ejes temáticos o competencias con relación a la salud escolar?			

Nota: Análisis documental. Fuente: Autoría propia (2025)

Tabla 2

Entrevista semiestructurada

Categoría de análisis	Preguntas	Testimonio	Interpretación
Formación recibida sobre salud y prevención de enfermedades cardiovasculares	¿Qué formación (contenidos, competencias...)recibió sobre salud en la universidad? sobre prevención de enfermedades cardiovasculares		
	¿Se abordaron temas de ECV?		
Prácticas y estrategias pedagógicas utilizadas en el aula	¿Qué estrategias pedagógicas usa para promover hábitos saludables o prevenir enfermedades cardiovasculares?		
	¿Qué tipo de actividades prioriza en su práctica pedagógica en la clase de educación física?		
	¿Incluye activida física dirigida a la salud y a la prevención de enfermedades cardiovaculares? si es así ¿Con qué frecuencia las realiza? y si es no ¿Cúal es la razón?		
	¿Ha implementado o participado en proyectos de promoción de la salud cardiovascular? sino ¿Cómo implementaria un proyecto con el fin de promover la salud en los estudiantes?		
Barreras institucionales o personales	¿Qué limitaciones tanto institucionales como personales ha enfrendado para trabajar la salud y prevención de enfermedades cardiovasculares en sus clases de educación física?		
Nivel de conciencia sobre salud cardiovascular	¿Cree qué sus estudiantes conocen la importancia de prevenir enfermedades cardiovasculares y los beneficios que el ejercicio físico tiene para el cuerpo?		
Proyección	¿Qué debería mejorar la universidad para formar docentes más preparados en salud y prevención de enfermedades cardiovasculares?		

Nota: Entrevista semiestructurada. Fuente: Autoría propia (2025)

Tabla 3

Análisis comparativo entrevista semiestructurada

CUADRO ANALISIS COMPARATIVO					
ENTREVISTA SEMIESTRUCTURADA		UNIMINUTO		UPN	
CATEGORIA DE ANALISIS	PREGUNTAS	DOCENTE 1	DOCENTE 2	DOCENTE 1	DOCENTE 2
Formación recibida sobre salud y prevención de enfermedades cardiovasculares	¿Qué formación (contenidos y competencias) recibió sobre salud y prevención de enfermedades cardiovasculares en la universidad?				
	¿Se abordaron temas de ECV? ¿Cuáles?				
Prácticas y estrategias pedagógicas utilizadas en el aula	¿Qué estrategias pedagógicas usa para promover hábitos saludables o prevenir enfermedades cardiovasculares?				
	¿Qué tipo de actividades prioriza en su práctica pedagógica en la clase de educación física?				
	¿Incluye actividad física dirigida a la salud y a la prevención de enfermedades cardiovasculares? si es así ¿Con qué frecuencia las realiza? y si es no ¿Cuál es la razón?				
	¿Ha implementado o participado en proyectos de promoción de la salud cardiovascular? sino ¿Cómo implementaría un proyecto con el fin de promover la salud en los estudiantes?				
Barreras institucionales o personales	¿Qué limitaciones tanto institucionales como personales a enfrentado para trabajar la salud y prevención de enfermedades cardiovasculares en sus clases de educación física?				
Nivel de conciencia sobre salud cardiovascular	¿Cree que sus estudiantes conocen la importancia de prevenir enfermedades cardiovasculares y los beneficios que el ejercicio físico tiene para el cuerpo?				
Proyección	¿Qué debería mejorar la universidad para formar docentes más preparados en salud y prevención de enfermedades cardiovasculares?				

Nota: Análisis comparativos entrevista semiestructurada. Fuente: Autoría propia (2025)

Se realiza una revisión sistemática de los documentos de las dos programadas de Lic. en Educación Física, uno de la Universidad Pedagógica Nacional (UPN) y el otro de la Corporación Universitaria Minuto de Dios (UNIMINUTO) en la ciudad de Bogotá D.C. Entre los documentos a analizar se encuentran el pensum académico, el perfil de egreso, los propósitos formativos, las asignaturas relacionadas con la salud y prevención y los documentos institucionales de política curricular. El análisis se realizará mediante una matriz categorial, en la que se proyecta clasificar los datos de categorías como currículo (general y de EF) y prácticas docentes en la prevención de enfermedades cardiovasculares.

Así mismo, se aplicarán entrevistas semiestructuradas a docentes del programa licenciatura en educación física de ambas universidades. Las entrevistas permiten ampliar la comprensión sobre el enfoque curricular, las prácticas docentes en torno a la salud y prevención de enfermedades cardiovasculares y las competencias que se espera desarrollen futuros licenciados.

Una vez recolectada la información documental y de las entrevistas, se diseñarán matrices comparativas que permitan identificar similitudes, diferencias, vacíos y potencialidades de ambas universidades. Las matrices se utilizarán para realizar un análisis comparativo que permita responder a la pregunta de investigación desde una perspectiva crítica y contextual.

Referencias

Arias, F. G. (2012). El proyecto de investigación. Introducción a la metodología científica. 6ta.

Baños, R., Marentes-Castillo, M., Zamarripa, J., Baena-Extremera, A., Ortiz-Camacho, M. del M., & Duarte-Félix, H. (2019). Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física en la intención de realizar actividad física extraescolar en adolescentes mexicanos: Satisfacción, aburrimiento e importancia de la educación física…. Cuadernos de Psicología del Deporte, 19(3), 205–215.

Barja-Fernández, S., Pino Juste, M., Portela Pino, I., & Leis, R. (2020). Evaluación de los hábitos de alimentación y actividad física en escolares gallegos. *Nutrición Hospitalaria*, *37*(1), 93-100.

Bennasar, M y Silva, M. (2024). Educación Física de Calidad: Realidad en América Latina. Revista Mentor, 3(7), 269-291.

Bernate, J., Fonseca, E. R., & Cruz, J. E. L. (2020). Sedentarismo y actividad física: Revisión 47 bibliográfica de estrategias desde la educación física y aplicaciones prácticas para niños y adolescentes. EmásF: revista digital de educación física, (67), 137-156.

Betancur-Agudelo, J. E., López-Ávila, C. R., & Arcila-Rodríguez, W. O. (2018). EL DOCENTE DE EDUCACIÓN FÍSICA Y SUS PRÁCTICAS PEDAGÓGICAS. Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (Colombia), 14(1), 15-32.

Blázquez Sánchez, D. (2006). La Educación Física: Aspectos didácticos y desarrollo curricular. Barcelona: INDE.

Blázquez Sánchez, D. (2010). Evaluar en Educación Física. Barcelona: Editorial INDE.

Cardona-Morales, R. J. (2024). Innovaciones Curriculares en Educación Física: Experiencias y Desafíos en el Contexto Educativo: Curricular Innovations in Physical Education:

Experiences and Challenges in the Educational Context. *Multidisciplinary Latin American Journal (MLAJ)*, *2*(3), 61-79.

Caspersen, C. J., Powell, K. E., & Christenson, G. M. (1985). Actividad física, ejercicio y aptitud física: definiciones y distinciones para la investigación relacionada con la salud. *Public health reports*, *2*(100), 126-132.

Congreso de la República de Colombia. (1994). Ley 115 de 1994. Ley General de Educación.

Coutín, A., Gastélum, G., & Guedea, J. C. (2018). Problemas actuales de los currículos en la educación física en Iberoamérica. Una revisión sistemática. *Revista Ciencias De La Actividad Física UCM*, *19*(2), 1-9. https://doi.org/10.29035/rcaf.19.2.1

de Colombia, R. (2015). Ministerio de Salud y protección Social. *Encuesta Nacional de la Situación Nutricional ENSIN [Internet]*.

Decreto 230 de 2002 (Ministerio de Educación Nacional). Por el cual se dictan normas en materia de currículo, evaluación y promoción de los educandos y evaluación institucional. 11 de febrero de 2002.

Domínguez, Y. A. (2011). Intervención educativa para la prevención cardiovascular en adolescentes de secundaria básica. *Revista Finlay*, *1*(2), 97-104.

Dupotey Hernández, D. R. (2021). Intervención educativa en la prevención de enfermedades cardiovasculares en comunidades urbanas. *Conrado*, *17*(81), 363-373.

Flick, U. (2012). Introducción a la investigación cualitativa. Madrid, España: Morata.

Gallahue, D. L., & Donnelly, F. C. (2007). *Developmental physical education for all children*. Human Kinetics.

Gallo, J., Saldarriaga, J., Clavijo, M., Arango, E., Rodríguez, N., & Osorio, J. (2010). Actividad física y salud cardiovascular: en búsqueda de la relación dosis respuesta. Medellín: CIB.

García, J. yTabarquino, R. (2025). Incluir profesionales en educación física en el sistema de salud colombiano: enfoque desde la gobernanza. Tendencias, 26(1), 216-242. https://doi.org/10.22267/rtend.252601.271

García, M. I. B., Guillén, R. G. L., Quezada, R. G., Reyes, E. A. R., Rodríguez, Y. J. R., Caraballo, R. C., & Peña, J. R. P. (2025). Acciones educativas para la formación de estilos de vida saludable en estudiantes de educación superior. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, (64), 532-540.

Garzón-Sichaca, A. D., Rico-Ricaurte, J. S., Valderrama-Tolosa, J. M., García-Báez, A. G., & Gacharna-Triviño, D. F. (2020). EL PAPEL DEL PROFESIONAL EGRESADO DE PROGRAMAS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA, LAS CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA CULTURA FÍSICA EN LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES Y LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, *6*(2), 172–194. https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n2.2020.1575

Gómez, P., y Velasco, C. (2017). Complejidad y coherencia de los docu-mentos curriculares colombianos. Revista Colombiana de Educación, (73), 261-281.

López Abella, L. M., & Juanes Giraud, B. Y. (2020). Flexibilidad curricular en la formación del profesional de la educación física. *Revista Universidad y Sociedad*, *12*(1), 194-201.

MANCHENO: Mancheno, F. D. B. (2022). Las competencias profesionales de educación física en el proceso de formación académica: Revisión Sistemática. MENTOR Revista de investigación Educativa y Deportiva, 1(2), 108-126.

Matus, P. H., Chávez, J. I., Fuentes-Vilugrón, G., Hernández, C. A., Caamaño-Navarrete, F., & del Val Martín, P. (2025). Percepción de las clases de Educación Física y Salud según 49 estudiantes de enseñanza media de la comuna de Temuco, Chile. Revista Ciencias de la

Actividad Física UCM, 26(1), 1-15.

Ministerio de Educación Nacional. (2000). Lineamientos curriculares: Educación Física, Recreación y Deporte. Bogotá: MEN.

Neiman, G. y Quaranta, G. (2007). 'Los estudios de caso en la investigación sociológica'. En: Vasilachis, I, (coord.), Estrategias de investigación cualitativa, Gedisa, Argentina

Nuñez, P. C., Kenigs, O. A., Carcamo-Oyarzun, J., Tapia, J. L., & Martinez-Salazar, C. (2018). Prácticas pedagógicas que favorecen u obstaculizan la inclusión educativa en el aula de educación física desde la perspectiva del alumnado y profesorado (Students' and teachers' perspective on pedagogical practices promoting or holding up educational incl. *Retos*, *34*, 212-217.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (2015) Educación física de calidad (EDC) guías para los responsables políticos. UNESCO.

Parlebas, P. (2001). Juegos, deporte y sociedad: léxico de praxiología motriz. Barcelona: Paidotribo.

Pastor-Vicedo, J. C., Gil-Madrona, P., Prieto-Ayuso, A., & González-Víllora, S. (2015). Los 50 contenidos de salud en el área de educación física: Análisis del currículum vigente. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, (28), 134-140.

Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., y Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. Revista Venezolana De Gerencia, 26(Número Especial 5), 232-247. https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16

Quilindro, V. (2023). Orientaciones curriculares de la educación física en Colombia: Una revisión sistemática. Cultura, Educación y Sociedad, 14(2), 157–178.

Rodríguez, A. C., Valenzuela, A. V., & Martínez, B. J. S. A. (2016). La importancia de la educación física en el sistema educativo. *EmásF: revista digital de educación física*, (43), 83-96.

Rojas, M. P. (2018). *Unidades Didácticas en Educación Física para la Promoción de Hábitos de Vida Saludable en Estudiantes de Grado Sexto del Colegio Ciudadela Educativa de Bosa JT* (Doctoral dissertation, Universidad Santo Tomás).

Sacristán, J. G. (1988). El curriculum: una reflexión sobre la práctica (Vol.1). Madrid: Morata.

Silva, M. A., & Oliveira, R. C. D. (2024). Educación física y salud: la comprensión de los profesores y administradores escolares. *Pro-Posições*, *35*, e2024c0502EN.

TORRES ET AL : Torres, C. H., Lazo, S. E., Contreras, V. R., Bastías, D. D., Guerrero, M. H., Crichton, J. P. Z., & Sepúlveda, R. Y. (2024). Orientaciones de las prácticas profesionales en la formación de profesores de educación física: una revisión de alcance. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, (56), 779-796.

Tyler, R. W. (1949). Basic Principles of Curriculum and Instruction. University of Chicago Press.

Vasilachis, I. (2006). Estrategias de investigación cualitativa

Williams, J. M., & Bunker, L. (1991). Técnicas cognitivas para la mejora de la ejecución y la construcción de la confianza. In *Psicología aplicada al deporte* (pp. 345-373). Biblioteca Nueva.

World Health Organization. (2023). Healthy diet. 20. Ye, Y., Lin, H., Wan, M., Qiu, P., Xia, R., He, J., Tao, J., Chen, L., & Zheng, G. (2021). The Effects of Aerobic Ex ercise on Oxidative Stress in Older Adults: A Systematic Review and Meta-Analysis. Frontiers in Physiology, 12, 1682. https://doi.org/10.3389/FPHYS.2021.701151/BIBTE X