

FACTORES SOCIALES INTERVINIENTES EN EL PROCESO EDUCATIVO DE LA EDUCACIÓN FÍSICA EN EL CONTEXTO ACTUAL

Adolfo Martínez Castro¹

e-mail: amcastro252@gmail.com

ORCID:0009-003-7727-7809

Doctorando en Education
Instituto Pedagógico Rural
“Gervasio Rubio” (IPRGR)
Venezuela

Recibido: 16/10/2025

Aprobado: 30/10/2025

RESUMEN

Se presenta un artículo científico en donde se abordan los factores sociales que intervienen en el proceso educativo de la educación física en el contexto actual, teniendo como propósito ofrecer un análisis interpretativo que conlleve a comprender la incidencia de diversos factores asociados a las transformaciones sociales que se han venido desarrollando en la sociedad en los últimos años con repercusión en el campo educativo y en relación al proceso de enseñanza y aprendizaje de la educación física, la recreación y el deporte en instituciones escolares del Norte de Santander, Colombia; agregando, la importancia de partir de hacer una revisión a los documentos curriculares en donde están establecidos los lineamientos que fundamentan los propósitos que persigue el área de aprendizaje y poder constatar con las realidades que se observan en las instituciones escolares así como también en los estilos de vida de los niños y adolescentes en la actualidad, lo cual difiere de lo que se espera alcanzar desde la educación física hacia la formación y desarrollo integral de los estudiantes, lo que obliga a una reflexión sobre las prácticas pedagógicas en estos momentos de cambios en los intereses y motivaciones de quienes acuden a la escuela en busca de satisfacer la necesidad de conocimientos para la vida; en tal sentido, se pretende abordar factores significativos que se presume están incidiendo en el proceso educativo de la educación física, resaltando los efectos que conlleva la indiferencia hacia la actividad física en términos relacionados a la salud física y mental, a las interrelaciones sociales y a los estilos de vida del niño y el adolescente en estos tiempos de transformaciones; concluyendo que la educación física es fundamental para la adquisición y consolidación de hábitos saludables orientados a un acertado nivel de calidad de vida a través de un efectivo desarrollo integral del individuo

Descriptor: Educación física, factores sociales, proceso educativo.

¹ Adolfo Martínez Castro. Licenciado en Educación Básica con énfasis en Educación Física, recreación y deportes de la Universidad de Pamplona con Maestría en Ciencias de la actividad física de la Universidad de Pamplona. Actualmente labora en el la institución educativa Oriental N° 26 de la ciudad de Cúcuta. amcastro252@gmail.com

SOCIAL FACTORS INVOLVED IN THE EDUCATIONAL PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION IN THE CURRENT CONTEXT

ABSTRAC

A scientific article is presented that addresses the social factors that intervene in the educational process of physical education in the current context, with the purpose of offering an interpretive analysis that leads to understanding the incidence of various factors associated with the social transformations that have been developing in society in recent years with repercussions in the educational field and in relation to the teaching and learning process of physical education, recreation and sport in school institutions in Norte de Santander, Colombia; adding, the importance of starting with a review of the curricular documents where the guidelines that support the purposes pursued by the learning area are established and to be able to verify with the realities observed in school institutions as well as in the lifestyles of children and adolescents today, which differs from what is expected to be achieved from physical education towards the integral formation and development of students, which forces a reflection on pedagogical practices in these times of changes in the interests and motivations of those who come to school in search of satisfying the need for knowledge for life; in this sense, it is intended to address significant factors that are presumed to be influencing the educational process of physical education, highlighting the effects of indifference towards physical activity in terms related to physical and mental health, social interrelations and lifestyles of children and adolescents in these times of transformations; Concluding that physical education is essential for the acquisition and consolidation of healthy habits aimed at achieving a healthy quality of life through effective comprehensive development of the individual.

Descriptors: Physical education, social factors, educational process.

En la Constitución Política de Colombia, está establecido los propósitos que persigue la educación y refrendados a través del Ministerio de Educación Nacional en donde se resalta la formación de ciudadanos aptos y competentes que puedan contribuir de manera activa y participativa en el progreso de una sociedad a la cual pertenece, lo que implica que el sujeto en calidad de estudiante adquiera durante su paso por un sistema educativo progresivo, una educación consolidada en el desarrollo integral demostrable en la personalidad, en las acciones y comportamientos asumidos ante los estímulos que recibe y con sustento en los valores humanos y democráticos que le conlleven a sobresalir como ser humano que cumple con sus deberes ajustado a sus derechos y a principios éticos y morales, adquiriendo experiencias significativas expresadas en conocimientos, habilidades y destrezas que le permitan alcanzar una adecuada calidad de vida de manera integral.

En este sentido, el sistema educativo colombiano está diseñado para atender a los individuos desde la educación preescolar, pasando por una educación básica tanto primaria como secundaria para culminar con la educación media, antes de proseguir con los estudios superiores; en cada una de estas etapas o niveles educativos se facilitan una serie de asignaturas o áreas de aprendizaje fundamentales y estructuradas en contenidos y objetivos curriculares con propósitos particulares de acuerdo a cada área, pero que en conjunto se orientan al desarrollo integral del educando mediante prácticas pedagógicas facilitadas por docentes calificados para tales fines, así como se refleja en el artículo 13 de la Ley General de Educación o Ley

115: “Es objetivo primordial de todos y cada uno de los niveles educativos el desarrollo integral de los educandos mediante acciones estructuradas”.

De acuerdo con lo anterior, el desarrollo integral que busca el proceso educativo va encaminado a facilitar al sujeto las condiciones necesarias para una efectiva interrelación con el mundo circundante a través de estilos de vida acordes con la formación de su personalidad, en donde pueda adquirir hábitos positivos que perduren en su trajinar por la vida, y en donde se encuentren en armonía los aspectos cognitivos, socioemocionales y físicos que conlleven a una vida plena en favor tanto en lo individual como colectivo; haciendo referencia a lo planteado, Aguirre, Asencios y López (2019) plantean lo siguiente:

La educación formal y la enseñanza son procesos en cuyo curso el maestro ejerce una acción intencional y coordinada sobre el estudiante con la finalidad de lograr que adquiera nuevos conocimientos, capacidades, y habilidades a través de sus actitudes que se conviertan en hábitos y conductas de vida (p. 114)

En correspondencia a lo tratado y dejando claro los propósitos generales que busca la educación en Colombia, es preciso hacer mención al área de aprendizaje de educación física, recreación y deporte como una de las áreas fundamentales y de carácter obligatorio, que inciden en esa formación y desarrollo integral de la que se espera en el proceso educativo; ya que a través del acto motor como sustento, se propone lograr dicho desarrollo integral de cada uno de los estudiantes, tal como lo reconoce el Ministerio de Educación Nacional a través de lineamientos curriculares en donde plantea: “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”; en efecto, este reconocimiento también es fundamentado a través de los fines de la educación plasmados en la Ley 115 de 1994, los cuales dicen:

Son fines de la educación: 1. El pleno desarrollo de la personalidad sin más limitaciones que las que le imponen los derechos de los demás y el orden jurídico, dentro de un proceso de formación integral, física, psíquica, intelectual, moral, espiritual, afectiva, ética, cívica y demás valores humanos. 2. 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.

Lo anterior deja en evidencia la importancia del área de educación física para el individuo a lo largo de su vida, partiendo de un proceso educativo que se da en las instituciones escolares, tal importancia, conllevó al Ministerio de Educación Nacional a generar unas orientaciones curriculares para la enseñanza de la educación física, recreación y deportes plasmadas en el convenio 113 del año 2019 viendo la necesidad de contextualizar y actualizar el área y darle mayores alternativas de pertinencia, inclusión y transversalidad con aportes hacia el logro del desarrollo integral durante su permanencia y trayectoria en el sistema educativo, en donde el docente tendrá a su disposición elementos que le permitan transformar sus prácticas pedagógicas proyectadas a las necesidades actuales del estudiante en tiempos de cambios; en tal sentido, este documento ofrece a los docentes la posibilidad de generar experiencias significativas de aprendizaje promoviendo la participación e interacción de sus educandos desde el currículo; al respecto el MEN (2010) señala:

“El momento actual demanda cambios profundos que requieren el reconocimiento de diversos factores y actores en la construcción curricular”.

En atención a lo tratado, es evidente la necesidad de intervención de los actores educativos en la revisión, reflexión y transformación de un currículo del área de educación física, recreación y deporte ajustado al contexto actual, entendiendo y aceptando las transformaciones sociales que han venido incidiendo en los intereses y motivaciones de los estudiantes; es decir, se necesita de un currículo que pueda afrontar los desafíos o retos que se están presentando hoy en día dentro y fuera de las instituciones educativas en relación a la actividad física como rectora de la formación integral en términos de salud y bienestar de los individuos; sin embargo, es fundamental que las practicas pedagógicas sean coherentes con lo esperado, ya que el currículo por sí solo no tendría efectividad en cuanto a los lineamientos y orientaciones si no se adaptan a las exigencias de la realidad actual de manera práctica y con toma de decisiones acertadas.

Por consiguiente, las practicas pedagógicas dependen de la capacidad del docente para generar interacciones e intervenciones con fundamentación innovadora, lúdica y atractiva para los estudiantes, en donde pueda lograr la participación libre y espontánea, además de poder incidir en la adquisición de hábitos saludables, lograr el acercamiento hacia la práctica de actividades físicas, despertando el interés y preocupación en los estudiantes para que contribuyan con el cuidado de su cuerpo a través de estilos de vida apegados al bienestar general expresado en la calidad de vida, es decir, a que se incorporen a la práctica de actividades físicas de manera

consiente, que puedan aprovechar su tiempo libre, que comprendan la necesidad de prevenir enfermedades físicas y mentales, a mantener sanas interrelaciones personales y a consolidar su desarrollo integral.

Luego de dar una mirada a los aspectos curriculares del área de educación física, recreación y deporte, en donde queda claro el propósito que se espera lograr a través del proceso educativo, es preciso reflexionar sobre el reto o desafío que significa hoy en día consolidar tales propósitos y fines a través de la acción pedagógica en las instituciones educativas, al detallar los estilos de vida que han venido adquiriendo tanto los niños como los adolescentes en esta sociedad cambiante y transformadora en donde el avance de la ciencia, la tecnología y las comunicaciones propias de la globalización, aunado a otros factores de carácter social, han conllevado a la adquisición de nuevos intereses y motivaciones con patrones de comportamiento visibles en dicho grupo etario, y que difiere de lo esperado del proceso de formación pedagógica, específicamente, desde la enseñanza de la educación física.

Esto último se ve reflejado por ejemplo, en la particularidad de los estudiantes en poseer un teléfono móvil, y no es por el simple hecho de poseerlo, ya que representa un dispositivo que permite la comunicación entre otros beneficios; sin embargo, el uso desmedido que al parecer se hace de tales dispositivos podrían estar ocasionando efectos negativos en el desarrollo integral de los niños y adolescentes intercediendo directamente en lo cognitivo, motriz y social, y por ende en el proceso de aprendizaje; al respecto, Figueroa y Campbell (2020) sostienen que “las pantallas o las vidas en línea están afectando el aprendizaje, desarrollo social y emocional,

interacciones familiares y comunidades escolares. Algunos maestros comparten sus preocupaciones sobre cómo la tecnología afecta la experiencia en la escuela” (p. 8); aunado a ello, es oportuno abordar a Oliva (2012), quien sostiene:

Cada vez es mayor el tiempo que jóvenes y adolescentes pasan conectados a Internet, usando el móvil o jugando con videoconsolas, con lo que otros pasatiempos y ocupaciones más tradicionales empiezan a quedar arrinconados. Esta nueva realidad ha despertado una considerable preocupación social acerca de la influencia que el uso de estas tecnologías puede tener sobre el desarrollo y ajuste personal, especialmente de adolescentes y jóvenes. (p. 15).

Desde esta perspectiva, se puede inferir que tanto niños como jóvenes han sido víctimas, por decirlo de alguna manera de las nuevas tecnologías, influyendo de manera significativa en el tiempo y uso desmedido que dedican a los dispositivos tecnológicos, dejando a un lado la participación en otro tipo de actividades de carácter físico o que impliquen movimiento; dicha situación llama la atención ya que se está haciendo referencia a un grupo etario que amerita de un adecuado desarrollo integral y formación de su personalidad y que actualmente se podría presumir que este vital proceso está siendo interrumpido trayendo consecuencias tanto inmediatas como a futuro.

En efecto, es común observar a un niño y/o adolescente haciendo uso de alguna pantalla de manera pasiva y por largo tiempo, en donde han conseguido centrar su interés y motivación, solventando su necesidad de entretenimiento, situación que llama a la atención y a la reflexión producto del cómo se han venido sustituyendo de manera acelerada los productos que anteriormente eran del agrado

de los niños y adolescentes como las bicicletas, los patines, los implementos deportivos, los juguetes, entre otros, por una pantalla en sus diversas presentaciones, sumergiéndolos en un mundo digital en donde se sienten satisfechos; en relación a ello, Ramírez y Bennasar (2025), afirman:

En la actualidad, niños y adolescentes en edades comprendidas entre 5 y 15 años están inmersos en un entorno digital en el que los dispositivos como teléfonos inteligentes, tabletas y computadoras portátiles han adquirido un papel central como principales herramientas de entretenimiento e interacción social (p. 155)

Lo anterior conlleva a reflexionar sobre el protagonismo que ha adquirido el uso de pantallas en los niños y adolescentes actualmente y, en los efectos que tal situación genera en la salud física y mental; por una parte, es preciso señalar que una posible adicción por parte de los sujetos señalados al uso desmedido de dispositivos tecnológicos los aparta de manera significativa de la actividad física lo cual contribuye al incremento del sedentarismo, a la obesidad y da origen a enfermedades cardiovasculares entre otras, desde temprana edad, además, alteran el normal desenvolvimiento de las rutinas básicas del ser humano como lo son el horario adecuado para dormir y la sana alimentación; es decir, el tiempo dedicado a las pantallas es desmedido acortando el tiempo para dar cumplimiento a satisfacer las necesidades básicas como es debido.

Continuando con lo que se ha venido planteando, hay que agregar el grado de dependencia que asumen los jóvenes a sus dispositivos, incrementando la ansiedad, el estrés, las crisis nerviosas, por mencionar algunas de las situaciones que van en detrimento de la salud mental y en el deterioro de las relaciones interpersonales tanto

familiares como sociales; es decir, al parecer el joven adquiere un vínculo cerrado entre él y su pantalla alejándolo de cualquier otra actividad que requiera de su participación plena. En este sentido, los autores antes mencionados agregan:

La falta de actividad física asociada a este estilo de vida sedentario incrementa el riesgo de obesidad, desequilibrios en los niveles de glucosa y una mayor probabilidad de desarrollar enfermedades no transmisibles, como hipertensión arterial. Estos factores, combinados, representan un riesgo significativo para la salud cardiovascular desde etapas tempranas de la vida. (p. 156)

En atención con lo anterior, es evidente la incidencia negativa de este factor social en la formación integral de los niños y adolescentes; es decir, se está viendo afectado su desarrollo motor, cognitivo, emocional y social, dejando al proceso educativo del área de educación física con la tarea mayor de poder intervenir desde la escuela para que el estudiante comprenda y tome conciencia de los prejuicios que trae consigo la inactividad física para su bienestar; ante ello, es fundamental el apoyo de los padres y representantes; sin embargo, son estos los que contribuyen de manera directa a originar y/o incrementar la situación considerada como problemática, al permitir que sus hijos adquieran y posean pantallas digitales sin moderar el uso que se les debería dar, son ellos quienes se las suministran desde muy temprana edad sin evaluar los riesgos y sin imponer normas de utilización por parte de sus hijos.

Al abordar el protagonismo que asumen los padres de familia en lo que se ha venido tratando a través de la producción escrita, es preciso considerar algunos elementos contextuales como por ejemplo que los padres en ese rol protector prefieren que sus hijos permanezcan en sus hogares el mayor tiempo posible, que

permanezcan ocupados en sus pantallas para evitar el aburrimiento propio de estar en una casa o en una habitación al no contar ni con el tiempo ni con la disposición de generar alternativas que conlleven a otro aprovechamiento del tiempo libre de sus hijos; es decir, no se planifican salidas a lugares recreativos, no se inscriben a los hijos en actividades deportivas o culturales; es decir no se le presta atención a los hijos como se debería, independientemente de las razones o excusas que se puedan esgrimir para justificar tal responsabilidad como padres en el desarrollo integral de sus hijos.

Aunado a lo anterior, se puede observar que el niño al experimentar ante un dispositivo electrónico como un video juego o un teléfono inteligente siente satisfacción y comodidad, lo que conlleva a crear nuevos hábitos e incrementar el interés y motivación, dedicándole mayor cantidad de tiempo, originando una rutina sedentaria y dependiente que trae consigo efectos contraproducentes en relación a su desarrollo integral como ya se ha tratado en párrafos anteriores; es allí en donde la figura de los padres y de los docentes deben hacer su intervención oportuna, apegados a la acertada formación que se debe impartir y evitar a tiempo la adquisición por parte de los niños y jóvenes de estilos de vida o de hábitos no deseados; en relación a lo tratado, Silva (2003) asegura lo siguiente:

No se debe dejar a los niños acostumbrarse a nada de tal manera que adquieran ciertos hábitos que constriñan su capacidad de decisión racional, ya que entre más son las necesidades generadas por el hábito, menos libre e independiente será el ser humano. (p.99)

Es evidente de acuerdo con lo anterior, que la responsabilidad en la formación de los niños recae en un principio en los padres, en la familia, es allí en donde e debe velar inicialmente por el cuidado de la salud y su mantenimiento con orientación a la consolidación de una vida digna tal como lo pretendía Kant desde sus contribuciones filosóficas a la educación, afirmando además, que desde la crianza se debe educar al ser humano para que adquiriera la capacidad de cuidarse a sí mismo, de respetar su cuerpo y de fortalecer su condición física, esto permite que el individuo no adquiriera malos hábitos; es por ello, que Kant le daba a la educación física un sentido estricto al asegurar que la pedagogía se divide en educación física y en educación practica o moral como fundamento del quehacer educativo particular.

En este orden de ideas, el ser humano debe entender desde su niñez la importancia de mantenerse en un buen estado de salud física y mental; sin embargo, para que esto suceda deberá contar con una acertada formación educativa que le permita razonar y tomar decisiones a su favor; es decir, diferenciar entre lo que le beneficia de lo que le perjudica, de sus acciones y de las consecuencias a las que conlleva. Lo anterior va a facilitar al individuo colocar limites a lo que decida hacer, tomar conciencia de los efectos de las extra limitaciones para consigo mismo; es allí, en donde radica la esencia de esta situación que se está esgrimiendo desde un sentido analítico y reflexivo, partiendo de los fines y propósitos que persigue curricularmente la educación física pero considerando los factores sociales que han venido interfiriendo en el logro efectivo de tales propósitos desde un proceso formativo hacia la integralidad del individuo.

De acuerdo con las consideraciones anteriores, es propicio aseverar que la actividad física ofrece al ser humano la alternativa de beneficiar su salud física y mental, en donde hay evidencias de carácter científico sobre la incidencia de la práctica de actividades físicas en la prevención de enfermedades, en el fortalecimiento corporal, en el afianzamiento de interrelaciones sociales, en el desarrollo de las funciones cognitivas, en la adquisición de hábitos saludables entre otros beneficios, todos ellos en conjunto constituyen la base para mantener una mejor calidad de vida, entendiendo y aceptando que es la salud la base en donde se sustenta la condición que determina la calidad de vida de las personas; al respecto, Ruvalcaba (2005), señala lo siguiente:

La práctica de la actividad física se considera como un medio para mejorar la salud, también se puede decir que una de las funciones de la actividad física es la de evitar la aparición de enfermedades, especialmente aquellas asociadas con el sedentarismo; además de sus potencialidades efectos en el funcionamiento de los sistemas orgánicos, la práctica de actividad física permite entrar en contacto con uno mismo, conocer a otras personas, o simplemente disfrutar. (p.25)

En correspondencia con lo citado, es más que evidente el papel fundamental de la práctica de actividades físicas como alternativa para promover hábitos saludables en los seres humanos; sin embargo, es necesario que desde la escuela se incentive al educando para que comprenda tal situación, no basta con prácticas pedagógicas tradicionales, con obligar al educando a participar por un requisito académico evaluativo, con mantener una actitud pasiva y desinteresada tanto del que enseña como del que aprende, con presentar actividades competitivas que excluyan al menos hábil y al género femenino, en fin, se necesitan practicas pedagógicas

orientadas a inculcar hábitos saludables de verdad, ajustadas a las realidades actuales, a los intereses del niño y adolescente, con más sentido lúdico que competitivo, con objetivos claros a conseguir, con diagnósticos iniciales que permitan un conocimiento real por parte del educador de las condiciones físicas tanto individuales como grupales y poder adaptar y adoptar estrategias acordes a las necesidades.

Lo anterior conlleva a exigir una educación física con mayor pertinencia al contexto actual, facilitada y orientada por especialistas, por profesionales en el área con conocimientos actualizados y con experiencia demostrable, dicha área no puede ser facilitada por cualquier persona sin experiencia ni conocimientos; es el momento de resaltar la importancia de la educación física, la recreación y el deporte en la formación y desarrollo integral de los individuos en condición de estudiantes, es el momento de revisar los currículos y hacerle seguimiento en cada institución educativa y hacer los cambios o correcciones que sean pertinentes y poder reorientar los propósitos a su consecución; además, insistir a través de las prácticas pedagógicas a que cada uno de los educando tome conciencia de la importancia del cuidado de su cuerpo, de su salud y del mantenimiento de una adecuada calidad de vida. En relación a lo planteado el MEN a través del documento 15 (2010), plantea:

La Educación Física busca formar estudiantes conscientes de su corporeidad, que pueden alcanzar mejores condiciones de vida a través del cuidado de su salud y de una ética corporal basada en la comprensión de sí mismos y de su interacción con los otros, lo que les permitirá sostener relaciones armónicas con su entorno natural y social. (p. 13)

Es de resaltar en atención a lo planteado que el estudiante en esa conciencia que se quiere que logre desde la educación física, pueda comprender lo fundamental que es para la vida la adecuada alimentación, los buenos hábitos de higiene, la necesidad de dormir el tiempo adecuado, la interacción con la naturaleza y la participación en actividades físicas, recreativas y deportivas, además, del cultivo de relaciones interpersonales sanas, la comunicación asertiva con sus pares, divertirse, reírse, distraerse bajo ambientes acordes, todo ello va a contribuir a mantener una salud física y mental de alto nivel representada en una mejor calidad de vida; a esto se suma, la necesidad de que el estudiante haga uso responsable y adecuado de los dispositivos tecnológicos sin permitir la adicción que lo empuje al sedentarismo, al aislamiento social, al automatismo del pensamiento y a la adquisición de estilos de vida que vayan en contra de su bienestar físico y mental.

Se puede concluir entonces, que el área de educación física, recreación y deporte representa un área de aprendizaje de suma importancia para la formación y desarrollo del ser humano, para la formación y educación de individuos aptos y competentes para la sociedad; sin embargo, en los tiempos actuales y debido a las transformaciones sociales que se han venido presentando y en donde los avances de la ciencia, las tecnologías y las comunicaciones han contribuido a que los niños y jóvenes adolescentes en calidad de escolares estén adquiriendo estilos de vida que contraponen los fines y propósitos que persigue la educación física, se hace necesario una revisión, valoración y reflexión por parte de los actores educativos en todos los niveles para poder tomar las decisiones correspondientes que se tengan que tomar y

poder encaminar nuevamente el área de educación física hacia un verdadero proceso formativo y educativo que contribuya al desarrollo integral de los estudiantes.

REFERENCIAS

- Aguirre, F. Asencios, L. y López, C. (2020). Necesidad del desarrollo integral del estudiante en los tiempos actuales. Revista Inclusiones vol. 7 numero 1 enero – marzo 2020. Chile.
- Figuroa, A. y Campbell, O. (2020). El efecto de la exposición a los dispositivos móviles en el desarrollo infantil. Experiencia y propuesta de trabajo. Revista digital Bol Clin Hosp Infant Edo Son 2020; 37(1)
- Ministerio de Educación Nacional (2010). Orientaciones Pedagógicas para la Educación Física, Recreación y Deporte (Documento 15). Bogotá, Colombia.
- Ministerio de Educación Nacional (1994). Ley General de Educación (Ley 115). Bogotá, Colombia
- Oliva, A. (2012). Uso y riesgo de adicciones a las nuevas tecnologías entre adolescentes y jóvenes Andaluces. España: Agua Clara Editorial.
- Ramírez, Y. Bennisar M. (2025). Impacto del uso excesivo de dispositivos electrónicos en la salud de niños y jóvenes. Revista Actividad Física y Ciencias Vol. 17Nº1(173) año 2025, pp.154-170ISSN (digital) 2244-7318Primer semestre enero / julio: Venezuela.
- Ruvalcaba, L. (2005). El ejercicio físico: una necesidad impostergable. Venezuela: Prisma Publicidad C.A.
- Silva, A. (2003). I. Kant: Educación y emancipación. Universidad Industrial de Santander CEDEDUIS: Bucaramanga.

