



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

Artículo original

Estado físico de los estudiantes al ingresar a la Carrera de Pedagogía en Educación Física

Physical condition of students entering the Physical Education Pedagogy Career

Estado físico dos alunos ao ingressarem no curso de licenciatura em Pedagogia da Educação Física

Andri José Velásquez Salazar.
Universidad Santo Tomás, La Serena, Chile.
ID: <https://orcid.org/0000-0001-9558-445>
Correo electrónico: avelasquez13@santotomas.cl

Juan Guillermo Díaz Labrín.
Universidad Santo Tomás, La Serena, Chile.
ID: <https://orcid.org/0009-0005-7554-0030>
Correo electrónico: jdiaz82@santotomas.cl

Cristian Andrés Pérez Tapia.
Universidad Santo Tomás, La Serena, Chile.
ID: <https://orcid.org/0000-0002-9633-6064>
Correo electrónico: cperez88@santotomas.cl

Ronnie Alejandro Videla Reyes.
Universidad Santo Tomás, La Serena, Chile.
ID: <https://orcid.org/0000-0002-1038-2968>
Correo electrónico: ronnievidelare@santotomas.cl

Yain David Huechaqueo Rivera.
Universidad Santo Tomás, La Serena, Chile.
ID: <https://orcid.org/0009-0008-1352-263X>
Correo electrónico: y.huechaqueo@alumnos.santotomas.cl

Felipe Opazo Vaccaro.
Universidad del Alba
ID: <https://orcid.org/0009-0004-5359-1833>
Correo electrónico: felipe.opazo@udalba.cl

Autor de correspondencia: Andri José Velásquez Salazar
avelasquez13@santotomas.cl



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

Resumen

El desarrollo de habilidades sociales, cognitivas y físicas relacionadas con el movimiento constituye un pilar esencial en la formación de profesores de Educación Física. El objetivo es describir el estado físico inicial de los estudiantes que ingresan a la carrera de Pedagogía en Educación Física de una universidad chilena en el 1er período de 2023. La Metodología adoptada fue enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y transversal, considerando a los 13 estudiantes matriculados en dicho período. La evaluación se realizó mediante el Test de Aptitud Física para Escolares Chilenos. Los resultados indicaron que, en las pruebas de fuerza, tanto en el tren inferior (salto horizontal), como en el tren superior (extensiones de brazo), el 69,3% los estudiantes se clasificaron en las categorías “Bueno” y “Muy Bueno”. En fuerza y resistencia abdominal, el 38,5% se ubicó en el rango “Bueno”. Para la resistencia cardiovascular el 53,9% se encontraron entre “Bueno” o “Muy Bueno”, mientras que el 15,4% alcanzó un rango “Muy Malo”. En la prueba de velocidad, el 69,3% alcanzó una evaluación que se clasificó como “Mala”. En conclusión, los estudiantes presentaron niveles adecuados de condición física en la mayoría de las pruebas, lo que puede ser determinante para su desempeño académico y futuro profesional en el ámbito de la Educación Física.

Palabras clave: Actividad física; condición física; Pedagogía en Educación Física.

Abstract

The development of social, cognitive, and physical skills related to movement is an essential pillar in the training of Physical Education teachers. The objective is to describe the initial physical fitness of students entering the Physical Education Pedagogy program at a Chilean university in the first semester of 2023. The methodology adopted was a quantitative approach, with a non-experimental and cross-sectional design, considering the 13 students enrolled in that period. The evaluation was conducted using the Physical Aptitude Test for Chilean Schoolchildren. The results indicated that, in strength tests, both in the lower body

(horizontal jump) and upper body (arm extensions), 69.3% of the students were classified in the "Good" and "Very Good" categories. In abdominal strength and endurance, 38.5% were in the "Good" range. For cardiovascular endurance, 53.9% were rated "Good" or "Very Good," while 15.4% were rated "Very Poor." In the speed test, 69.3% were rated "Poor." In conclusion, the students demonstrated adequate levels of physical fitness in most tests, which can be crucial for their academic performance and future professional careers in the field of Physical Education.

Keywords: Physical activity; physical fitness; Physical Education Pedagogy.

Resumo

O desenvolvimento de competências sociais, cognitivas e físicas relacionadas ao movimento constitui um pilar essencial na formação de professores de Educação Física. O objetivo é descrever o estado físico inicial dos alunos ingressantes no curso de Pedagogia em Educação Física de uma universidade chilena no 1º período de 2023. A metodologia adotada foi de abordagem quantitativa, com desenho não experimental e transversal, considerando os 13 alunos matriculados no referido período. A avaliação foi realizada através do Teste de Aptidão Física para Escolares Chilenos. Os resultados indicaram que, nos testes de força, tanto na parte inferior do corpo (salto horizontal) quanto na parte superior do corpo (extensões de braços), 69,3% dos alunos foram classificados nas categorias "Bom" e "Muito Bom". Na força e resistência abdominal, 38,5% estavam na faixa "Boa". Para a resistência cardiovascular, 53,9% ficaram entre "Bom" ou "Muito Bom", enquanto 15,4% atingiram a faixa "Muito Ruim". No teste de velocidade, 69,3% obtiveram avaliação classificada como "Ruim". Conclui-se que os alunos apresentaram níveis adequados de aptidão física na maioria das provas, o que pode ser decisivo para o seu desempenho acadêmico e futuro profissional na área da Educação Física.

Palavras-chave: Atividade física; condição física; Pedagogia em Educação Física.

Recibido:13.01.2025

Aprobado:14.03.2025



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

Introducción

La actividad física realizada espontáneamente, pero bajo una dirección especializada, permitirá la formación y desarrollo de hábitos saludables, que contribuyen a un crecimiento físicamente armónico, a la formación integral y la satisfacción espiritual. Tal como se describe en las Directrices de la Organización Mundial de la Salud sobre Actividad física y comportamiento sedentario (Bull et al. 2020).

En virtud de la importancia del movimiento como factor relevante que ayuda a consolidar la Educación Física, se hace necesaria la práctica de actividades que derivan de los principios educativos. Chile es uno de los países con mayor índice de sobrepeso y obesidad en la población infantil (Rivadeneira-Valenzuela et al. 2021). Por lo tanto, las orientaciones pedagógicas del docente deben tomar en cuenta las capacidades físicas de cada estudiante. Así, resulta pertinente, hacer un análisis sobre la condición física orientada en la salud de los estudiantes de pedagogía en Educación Física. Se recuerda que esta población estuvo afectada por la pandemia asociada al COVID-19, donde las clases desarrolladas durante dos años de manera virtual afectó el estado físico de los estudiantes. Otras investigaciones han relacionado variables como características antropométricas, composición corporal y el nivel de condición física en estudiantes, ya sea a través de pruebas de campo o encuestas (Chalapud & Molano, 2021; Sepúlveda et al., 2022), lo que permite una mejor comprensión de los factores que influyen en el estado físico de los estudiantes.

Actualmente las discusiones en torno a la Educación Física se distinguen en un proceso cada vez más complejo, porque surgen diversas propuestas, se analizan la realidad escolar y los factores que afectan los procesos pedagógicos. Por ejemplo, la actividad física en el ámbito escolar resulta fundamental para fomentar hábitos saludables desde edades tempranas (Gutiérrez-Sanhueza, 2024). Se trata entonces de la búsqueda de alternativas para el logro eficaz de las acciones colectivas y la interacción entre todos los actores del proceso educativo, puede transformar progresivamente las acciones de los estudiantes de Educación Física, con una verdadera relación pedagógica dentro de la Universidad. Se espera que sus



prácticas sean satisfactorias para que puedan transmitir experiencias positivas, formadoras. Una de las interrogantes de este estudio gira en torno a ¿Cuál es el estado físico de los estudiantes que ingresaron a estudiar Pedagogía en Educación Física?, una carrera que tiene en su malla curricular asignaturas de carácter práctico donde las exigencias físicas son mayores.

En cuanto al punto de vista teórico, se presentan diversos conceptos importantes para la orientación de la salud, haciendo énfasis en el perfil de egreso que tiene la universidad, donde se destaca que los egresados deben emplear conocimientos pedagógicos, científicos y metodológicos de la Educación Física. Por ende, se pretende que el estudiante considere esas estrategias propuestas en la malla curricular; a la vez sirva como instrumento motivacional en las diferentes áreas de aprendizaje en las cuales se vean inmersos. Por ejemplo, “el efecto que ha causado el sedentarismo demuestra que un gran porcentaje de las personas presenta alteraciones en el sueño, falta de motivación al realizar sus actividades de la vida diaria y con tendencia al estrés” (Aguilar-Farias et al., 2021, p.8).

A raíz de la preocupación y contingencia por los problemas de salud relacionados al nivel de actividad física en diversas poblaciones, han surgido un gran número de investigaciones a nivel internacional y nacional, involucrando distintos factores como la condición física, la cantidad de ejercicio realizado en la semana, las clases de Educación Física y las consecuencias de la pandemia producida por el Covid-19 (López-Valenciano et al., 2021; Bull et al., 2020; Brand et al., 2020).

En el ámbito internacional según las investigaciones y distintos fundamentos teóricos, son variados los factores que influyen en la condición física de los estudiantes. El estudio de Tovar et al. (2008), realizado en Colombia, obtiene datos que muestran niveles de sobrepeso infantil por encima del 30 %, los cuales se asocian al sedentarismo y bajo desempeño físico, porcentaje similar a los de países con una alta prevalencia de sobrepeso como Chile, México, Brasil, Argentina y Perú. Los niveles regulares de práctica de actividad física poseen como consecuencia grandes beneficios fisiológicos y psicológicos. Además, no establecen como factor significativo el género para establecer los niveles de actividad física con su estudio



en una población escolar (Torres-Luque et al., 2014). Otros estudio también han señalado los beneficios cognitivos de la práctica de la actividad física, que contribuyen a un mayor rendimiento académico (Moral et al., 2024; Aguilar-Farias et al., 2021; Gutiérrez-Sanhueza, 2024).

El contexto nacional no presenta grandes variaciones a lo expuesto anteriormente, con factores y niveles similares al contexto global, donde cerca del 80% de la población no realiza actividad física regularmente y los niños/as solo realizan la actividad asociada a la asignatura de Educación Física y Salud en la escuela, lo que se traduce en una población inactiva físicamente (Cigarroa, et al., 2017). Bajo este contexto, se estima, que el 86,7% de la población es sedentaria (Ahumada et al., 2020). Respecto a sobrepeso y obesidad en población estudiantil, se observa que en Chile un 58,3% de niños y adolescentes, tienen problemas de nutrición (Etchegaray-Armijo et al., 2023). Para abordar esta problemática es necesario entregar una formación adecuada a los/as estudiantes respecto a la nutrición, hábitos saludables y práctica de la actividad física. Por su parte, Carrasco-Venturelli et al. (2024) establece que seis de cada diez adolescentes practican de forma leve actividad física y ninguno de forma intensa. Por ende, los profesores de Educación Física juegan un rol fundamental, quienes promueven hábitos más saludables respecto a la población en general, no obstante, estos no son permanentes en la trayectoria universitaria (Valdés-Badilla, et al., 2013).

Estudios realizados en universitarios de Chile, que mantienen estilos de vida no saludables, como una nutrición deficiente y niveles bajos de actividad física, los sitúan como un grupo vulnerable al desarrollo de enfermedades no transmisibles (Muñoz et al., 2024). En particular los estudiantes de Pedagogía en Educación Física de una universidad chilena presentaban malos hábitos alimentarios a lo largo de toda su carrera universitaria, mostrando sobrepeso u obesidad (Costa et al., 2021).

La hipótesis de investigación sostiene que los estudiantes que ingresan a la carrera de Pedagogía en Educación Física presentan una condición física adecuada, lo que les permite desempeño satisfactorio tanto en su formación académica como en su vida personal. En apoyo a esta hipótesis, el estudio de Velásquez et al. (2023)

encontraron que los estudiantes con mejores resultados en su condición física mostraron un mayor rendimiento académico. De esta manera, resulta crucial que tanto los docentes como los estudiantes reconozcan la importancia de la condición física, comprendiendo los beneficios que estos tienen para una mejor calidad de vida (Navarro-Aburto et al., 2017; Valdés & Yanci, 2016; Álvarez et al., 2025). En este contexto, el objetivo de este estudio es describir el estado físico inicial de los estudiantes que ingresaron a la carrera de Pedagogía en Educación Física de una universidad chilena, en el período 2023-I.

Materiales y Métodos

La investigación se presenta desde un enfoque cuantitativo. Se utilizó la recolección de datos para probar hipótesis con base en la medición numérica y el análisis estadístico. El diseño fue de tipo no experimental y transversal, dado que los datos se analizaron en un único momento para luego describirlos (Pérez et al., 2020). Se determinaron hipótesis tomando como base estudios previos, buscando generalizar los resultados a la población representada por los 13 estudiantes que ingresaron a una carrera de Pedagogía en Educación Física en Chile en el año 2023. Se utilizó el sistema computacional Class como base de datos de esa universidad.

Para medir la condición física se aplicaron los test de aptitud física para escolares chilenos, normalizado en el país por la Universidad Católica del Maule como parte del proyecto Chiledeportes en el 2000. Esta batería de evaluaciones tiene como características similares que son test fáciles de aplicar, que tienen validaciones tanto nacionales como internacionales, y que son pruebas altamente fiables y objetivas (tabla 1).

Tabla 1.

Capacidades y test utilizados para evaluar la condición física en estudiantes de Educación Física.

Capacidad	Factor	Nombre Test
Fuerza	Fuerza explosiva tren inferior	Salto Horizontal
Fuerza	Fuerza potencia extensora	Flexo-extensiones de
Velocidad	brazos	brazos
Fuerza	Velocidad miembros inferiores	Velocidad 30 metros
Resistencia	Fuerza zona media	Abdominales

Si bien este Test fue normalizado a nivel escolar mediante una muestra aplicada a 10.608 estudiantes de todo el país que asistían de 5to año básico hasta 4to año medio, la misma investigación señala que es una herramienta aplicable en otros contextos, como clubes, grupos selectivos y en los de actividad física y recreación. Además, en su síntesis plantea ser aplicable a toda la población chilena (Montecinos, 2001). Se obtuvo el consentimiento informado de todos los participantes. Esta investigación contó con la aprobación del Comité de Ética Científico Zona Centro Norte de la Universidad Santo Tomás (código 52.22). Se realizó un análisis descriptivo a través del software IBM SPSS 25.

Resultados

Las cinco tablas se presentan tomando en consideración la escala de puntuación que corresponde a siete categorías respecto a la condición física y establecen los siguientes puntajes de corte: Excelente (>P90), Muy Bueno (< P90> P75), Bueno (<P75> P60), Regular (<P60>P45), Menos que Regular (<P45>P30), Malo (<P30>P15), y Muy Malo (<P15) (Montecinos, 2001, p.25).

Tabla 2.
Evaluación Fuerza Tren Inferior

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Excelente	3	23,1	23,1	100,0
Muy Bueno	4	30,8	30,8	76,9
Bueno	2	15,4	15,4	46,2
Regular	1	7,7	7,7	30,8
MenosqueRegular	2	15,4	15,4	23,1
Malo	1	7,7	7,7	7,7
Muy Malo	0	0	0	0
Total	13	100,0	100,0	

En la tabla 2, en relación con la medición de fuerza del tren inferior evaluada a través de la prueba de salto de longitud horizontal, el 69,3% de los estudiantes obtuvo calificaciones de Bueno, Muy Bueno y Excelente, lo que indica un

rendimiento favorable en esta prueba. En contraste, el 30,8% restante fue evaluado en las categorías de Malo, Menos que Regular y Regular, lo que refleja un rendimiento inferior en comparación con el resto del grupo. Para valorar el comportamiento de la fuerza en el tren superior . Ver tabla 3.

Tabla 3.
Evaluación Fuerza Tren Superior

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Excelente	0	0	0	0
Muy Bueno	6	46,2	46,2	100,0
Bueno	3	23,1	23,1	53,8
Regular	1	7,7	7,7	30,8
Menosque Regular	1	7,7	7,7	23,1
Malo	1	7,7	7,7	15,4
Muy Malo	1	7,7	7,7	7,7
Total	13	100,0	100,0	

Resultados similares se obtuvieron en la evaluación fuerza extensora de brazos, donde se observó que el 69,3 % de los estudiantes obtuvieron resultados en las categorías Bueno y Muy Bueno. En las categorías de Menos que Regular y Regular se ubicó el 15,4%, mientras que un 15,4 % adicional fue clasificado en las categorías más bajas, Muy Malo y Malo. Al comparar estos resultados con investigaciones previas realizadas en Chile, se encontró que no presentan diferencias significativas.

Tabla 4.
Evaluación Fuerza Abdominal

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Excelente	0	0	0	0
Muy Bueno	2	15,4	15,4	100,0
Bueno	5	38,5	38,5	84,6
Regular	3	23,1	23,1	46,2
Menos que Regular	2	15,4	15,4	23,1
Malo	0	0	0	0
Muy Malo	1	7,7	7,7	7,7
Total	13	100,0	100,0	

El test de abdominales se utilizó para evaluar la fuerza de la zona media de los estudiantes, los resultados mostraron que el 15,4% de los estudiantes alcanzaron un rendimiento clasificado como Muy Bueno, mientras que un 38,5% obtuvo una

valorización de Bueno. En conjunto, el 53,9% de los estudiantes se ubicaron en los niveles de rendimiento Muy Bueno y Bueno. En cuanto a la calificación de Regular el 23,1% de los estudiantes, se situaron en esta categoría, mientras que un 15,4% fueron clasificados como Menos que Regular. Finalmente, el 7,7% de estudiantes evaluados se ubicaron en la categoría de Muy Malo.

Tabla 5.
Evaluación Velocidad Máxima.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Excelente	0	0	0	0
Muy Bueno	0	0	0	0
Bueno	1	7,7	7,7	100,0
Regular	0	0	0	0
Menos que Regular	3	23,1	23,1	92,3
Malo	3	23,1	23,1	69,2
Muy Malo	6	46,2	46,2	46,2
Total	13	100,0	100,0	

En las pruebas de velocidad de desplazamiento, la mayoría de los estudiantes se ubicaron en los rangos Muy Malo y Malo, con un total del 69,3%. Mientras que el 23,1% se situaron en la categoría de Menos que Regular. Sólo un 7,7% de los alumnos alcanzaron un rendimiento clasificado como Bueno. Ningún estudiante alcanzó el nivel Muy Bueno.

Tabla 6.
Evaluación Resistencia Cardiovascular.

	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Excelente	4	30,8	30,8	100,0
Muy Bueno	3	23,1	23,1	69,2
Bueno	0	0	0	0
Regular	4	30,8	30,8	46,2
Menos que Regular	0	0	0	0
Malo	0	0	0	0
Muy Malo	2	15,4	15,4	15,4
Total	13	100,0	100,0	

La evaluación de la resistencia cardiovascular se realizó mediante el Test Navette, el cual estima el consumo máximo de oxígeno. Los resultados mostraron que la mayoría de los estudiantes se clasificó en los niveles Muy Bueno y Excelente,



con un total de 53,9%. Un 30,8%, de los estudiantes se ubicaron en la categoría Regular, mientras que el 15,4% restante fue clasificado en el nivel Muy Malo.

Discusión

El ingreso a la universidad representa para los jóvenes un proceso de adaptación que involucra transformaciones a nivel social, personal y familiar, lo que sin duda impacta en su vida diaria y, por ende, en su estado físico Duche et al. (2020). En el caso de los estudiantes de la carrera de pedagogía en Educación Física, esta transición es aún más significativa, ya que se espera que mantengan un alto nivel de condición física, no solo como parte de su formación académica, sino también como ejemplo para los futuros estudiantes.

En este sentido, la evidencia muestra que, durante la transición entre la infancia y la vida universitaria, los niveles de actividad física tienden a disminuir lo cual es consistente con los hallazgos de estudios previos (López-Valenciano et al., 2021; Chalapud y Molano, 2021). Esta disminución en la actividad física podría explicarse por factores inherentes a la vida universitaria, como las exigentes rutinas académicas que fomentan estilos de vida más sedentarios, junto con hábitos alimenticios poco saludables (Muñoz et al., 2024).

Los resultados obtenidos en este estudio indican que, en la mayoría de las pruebas realizadas se ubicaron predominantemente en los rangos de Bueno a Muy Bueno, lo que sugiere un nivel adecuado de la condición física general. Sin embargo, en el test de velocidad los resultados fueron considerados como Malo o Muy Malo, lo que destaca una excepción en el rendimiento de los estudiantes. Este hallazgo puede explicarse en parte por la naturaleza de la capacidad evaluada, ya que la velocidad es una variable física que, en gran medida de la influencia del entorno (Ahumada et al. 2020). En este sentido, se debe tener en cuenta que la velocidad no es fácil de modificar a corto plazo. La literatura respalda esta explicación señalando que la velocidad es la capacidad física que requiere un entrenamiento temprano para alcanzar niveles óptimos (Vallamarin, 2022). Por lo tanto, los resultados del test de velocidad podrían reflejar una condición más relacionada con la predisposición



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

genética de los estudiantes que con su estado física actual, lo que hace que los resultados de esta prueba no sean necesariamente indicativos de su condición física general.

La prueba del Test Navette, ha mostrado que los estudiantes que ingresaron a la carrera de Pedagogía en Educación Física en ese período presentan un estado físico y una resistencia cardiorrespiratoria considerados mayormente Muy Buenos o Excelente. Estos valores coinciden con los reportados por Valdés et al. (2013), el cual también observó que los estudiantes de esta misma carrera alcanzaron en su mayoría niveles satisfactorios en la capacidad cardiorrespiratoria. Esta tendencia contrasta significativamente con los resultados obtenidos en una investigación realizada por Costa et al. (2021), con estudiantes universitarios de licenciatura de un alto porcentaje presento niveles insatisfactorios en el mismo test. Además, este hallazgo subraya la importancia de las prácticas pedagógicas orientadas al desarrollo físico en la formación inicial de profesionales en Educación Física, lo que podría explicar sus mejores resultados en comparación con otros estudiantes universitarios. Sin embargo, es relevante considerar que los resultados también dependen de factores como la motivación y el contexto sociocultural, los cuales podrían influir en el rendimiento físico (Ahumada et al. 2020).

En relación con las pruebas de fuerza, tanto en el test de abdominales como en el test de flexo extensiones de brazos, revelaron que la mayoría de los participantes se encontraron dentro del rango de Bueno o Muy Bueno. Estos hallazgos coinciden con los obtenidos en el estudio Valdés et al. (2013), aplicado a estudiantes chilenos de la Universidad Autónoma, donde también se observó que los estudiantes alcanzaron principalmente valores satisfactorios en esta prueba. Sin embargo, en la prueba de fuerza del tren inferior, se observaron porcentajes inferiores a los evidenciados en el estudio mencionado. Este hallazgo, sugiere que, aunque los estudiantes de la carrera de Pedagogía en Educación Física presentan un buen nivel de fuerza general, podría existir áreas de mejora, que quizás podrían abordarse mediante un enfoque más centrado en el desarrollo de esta capacidad.

Este contraste en los resultados entre las diferentes pruebas de fuerza podría reflejar la variabilidad en la preparación física de los estudiantes en distintos grupos



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

musculares. Además, Costa et al. (2021), resaltan la importancia de realizar un análisis más detallado sobre los aspectos específicos del desarrollo físico de los estudiantes que ingresan a esta carrera, con el fin de optimizar su rendimiento en áreas claves para su futura formación profesional.

Los resultados globales de las distintas pruebas físicas realizadas indican, en su conjunto, un nivel adecuado de la condición física de los estudiantes, a pesar de que pertenecen a una población que experimentó las restricciones y cuarentenas producto de la pandemia asociada al COVID-19 (Etchegaray-Armijo et al. 2023). Este contexto podría haber tenido un impacto negativo en los niveles de actividad física de los estudiantes durante ese período. En ese sentido, López-Valenciano et al. (2021), presentaron evidencia consistente sobre la disminución de los niveles de actividad física en estudiantes universitarios durante el confinamiento, basándose en una revisión sistemática de 10 estudios que comparaban los niveles de actividad física antes y después de la pandemia asociada al COVID-19.

No obstante, algunos estudios también han reportado que ciertos grupos de estudiantes, incluidos aquellos de disciplinas relacionadas con la actividad física conservaron o incluso aumentaron su frecuencia de ejercicio durante la pandemia (Brand et al., 2020; Aguilar-Farias et al., 2021; Álvarez et al., 2025).

Conclusiones

Este estudio ha permitido describir el estado físico de los estudiantes que ingresaron a la carrera de pedagogía de Educación Física de una universidad chilena. En general, los resultados obtenidos respaldan la hipótesis planteada, que indicaba que los estudiantes de esta carrera presentaban una condición adecuada. La mayoría de los participantes alcanzaron niveles satisfactorios en las pruebas de resistencia cardiorrespiratoria y fuerza, particularmente en las pruebas de abdominales, flexo extensiones de brazos y el test Navette, donde los estudiantes se ubicaron en los rangos Buenos y Muy Buenos.

A pesar de las dificultades atribuidas a la pandemia, que afectó los hábitos de vida de muchas personas, los resultados generales del estudio indican que los estudiantes de esa carrera mantienen una buena condición física, lo cual es crucial



Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>

tanto para su formación académica como para su desempeño como profesionales en el campo de la Educación Física.

Aunque la pandemia afectó globalmente los niveles de actividad física, los estudiantes de esta carrera parecen haber experimentado un menor impacto, lo que se refleja en los resultados obtenidos en las pruebas físicas. Esto evidencia la resiliencia de esta población en mantener una condición física saludable, a pesar de las dificultades provocadas por la crisis sanitaria.

Referencias

- Aguilar-Farias, N., Verdugo-Miranda, F., & Cortinez-O'Ryan, A. (2021). Interés por la actividad física y recomendaciones recibidas con relación a conductas físicas durante etapas tempranas de la pandemia por COVID-19 en Chile. *Journal of Movement & Health*, 18(1). <https://jmh.cl/index.php/jmh/article/view/115>
- Ahumada Tello, Jorge, & Toffoletto, María Cecilia. (2020). Factores asociados al sedentarismo e inactividad física en Chile: una revisión sistemática cualitativa. *Revista médica de Chile*, 148(2), 233-241. <https://dx.doi.org/10.4067/s0034-98872020000200233>
- Álvarez Varas, C., Velásquez Salazar, A., Veas Alfaro, L., Díaz Labrín, J. G., & Contreras Vivanco, P. C.(2025). El Efectos del entrenamiento de la musculatura respiratoria inspiratoria de la potencia anaeróbica, en el rugby. *Revista PODIUM*, 20(1), e1682. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1682>
- Brand, R., Timme, S., Nosrat, S. (2020). When Pandemic Hits: Exercise Frequency and Subjective Well-Being During COVID-19 Pandemic. *Frontiers In Psychology*, 11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.570567>
- Bull, F. C., Al-Ansari, S. S., Biddle, S., Borodulin, K., Buman, M. P., Cardon, G., ... & Willumsen, J. F. (2020). World Health Organization 2020 guidelines on physical activity and sedentary behaviour. *British journal of sports medicine*, 54(24), 1451-1462. <https://bjsm.bmj.com/content/54/24/1451>
- Carrasco Venturelli, H., Cachón-Zagalaz, J., Ubago-Jiménez, J. L., & Lara-Sánchez, A. (2024). Relación entre el estado nutricional y la actividad física en



Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>

- adolescentes chilenos. *Retos*, 56, 672–680.
<https://doi.org/10.47197/retos.v56.104833>
- Chalapud Narváez, L. M., & Molano Tobar, N. J. (2021). Nivel de actividad física en universitarios de Popayán, Colombia. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 40(4), 1-12
<https://revibiomedica.sld.cu/index.php/ibi/article/view/1083>
- Cigarroa, S. C., Palma, D., Figueroa, N., Castillo, M., Zapata-Lamana, R., & Escorihuela, R. (2017). Estado nutricional, condición física, rendimiento escolar, nivel de ansiedad y hábitos de salud en estudiantes de primaria de la provincia del Bio Bío (Chile): *Estudio transversal*. *Revista chilena de nutrición*, 44(3), 209-217. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-75182017000300209>
- Costa Acosta, J., Valdés López Portilla, M. R., Rodríguez Madera, A., & Núñez González, A. (2021). Los componentes de la condición física, su relación con el estado de salud en estudiantes universitarios. *PODIUM*, 16(2), 369–381.
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/917>
- Duche Pérez, A.B., Paredes Quispe, F.M., Gutiérrez Aguilar, O.A., & Carcausto Cortez, L.C. (2020). Transición secundaria-universidad y la adaptación a la vida universitaria. *Revista De Ciencias Sociales*, 26(3), 244-258.
<https://doi.org/10.31876/rcs.v26i3.33245>
- Etchegaray-Armijo, K., Fuentealba-Urra, S., & Bustos-Arriagada, E. (2023). Risk factors associated with overweight and obesity in children and adolescents during the COVID-19 pandemic in Chile. *Revista Chilena de Nutrición*, 50(1), 56-65. <https://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182023000100056>
- Gutiérrez-Sanhueza, C. A. (2024). La importancia de la actividad física para la salud y el desarrollo sostenible en las escuelas. *Journal of Movement & Health*, 21(1). [https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1\(2024\)art197](https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1(2024)art197)
- López-Valenciano, A., Suárez-Iglesias, D., Sánchez-Lastra, M. A., & Ayán, C. (2021). Impact of COVID-19 pandemic on university students' physical activity levels: an early systematic review. *Frontiers in psychology*, 11, 624567.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.624567>



Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>

- Montecinos Espinoza, R. (2001). La aptitud física en la población escolar chilena de 10 a 18 años. *Revista Ciencias De La Actividad Física UCM*, 4(4), 7-50.
<https://revistacaf.ucm.cl/article/view/1039>
- Moral Moreno, L., Flores Ferro, E., & Maureira Cid, F. (2024). Nivel de actividad física en estudiantes universitarios: un estudio comparativo España-Chile. *Retos*, 56, 188–199. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.102969>
- Muñoz Strale, C., Giakoni-Ramírez, F., Pinochet, F., Godoy-Cumillaf, A., Fuentes-Merino, P., & Duclos-Bastías, D. (2024). Condición Física, Actividad Física y Calidad de Vida en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Retos*, 56, 521–530.
<https://doi.org/10.47197/retos.v56.104184>
- Navarro-Aburto, B, Díaz-Bustos, E, Muñoz-Navarro, S, & Pérez-Jiménez, J. (2017). Condición física y su vinculación con el rendimiento académico en estudiantes de Chile. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 15(1), 309-325. <https://doi.org/10.11600/1692715x.1511902032016>
- Pérez, L. Pérez, R. & Seca, M. V. (2020). *Metodología de la investigación científica:* (ed.). Editorial Maipue.
<https://elibro.net/es/lc/santotomas/titulos/138497>
- Rivadeneira-Valenzuela, J., Soto-Caro, A., Bello-Escamilla, N., Concha-Toro, M., & Díaz-Martínez, X. (2021). Estilos parentales, sobrepeso y obesidad infantil: Estudio transversal en población infantil chilena. *Revista chilena de nutrición*, 48(1), 18-30. <http://dx.doi.org/10.4067/S0717-75182021000100018>
- Sepúlveda, R. Y., de Souza Lima, J., Crichton, J. P. Z., Prat, A., Jaña, S. H., & Arancibia, J. O. (2022). Relación entre las características antropométricas, composición corporal y capacidad física en estudiantes de la comuna de Quintero, Chile. *Retos*, (44), 1113-1120.
<https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.86715>
- Torres-Luque, G., Carpio, E., Sánchez, A. L., & Sánchez, M. L. Z. (2014). Niveles de condición física de escolares de educación primaria en relación con su nivel de actividad física y al género. *Retos*, (25), 17-22.
<https://doi.org/10.47197/retos.v0i25.34468>



Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>

- Tovar Mojica, G. Gutiérrez Poveda, J. Ibáñez Pinilla, M. & Lobelo, F. (2008). Sobrepeso, inactividad física y baja condición física en un colegio de Bogotá, Colombia. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 58(3), 265-273. <https://www.alanrevista.org/ediciones/2008/3/art-8/>
- Valdés, P., & Yanci, J. (2016). Análisis de la condición física, tipo de actividad física realizada y rendimiento académico en estudiantes de educación secundaria. *Retos*, (30), 64-69. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.36862>
- Valdés, P., Godoy, A., & Caniuqueo, A. (2013). Medición de la Condición Física de los Estudiantes de Pedagogía en Educación Física, utilizando el Simce de la Especialidad. *Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM*, 14(1), 21-9. <https://www.redalyc.org/pdf/5256/525657740004.pdf>
- Valdés-Badilla, P., Godoy-Cumilaf, A., & Gedda-Muñoz, R. (2013). Comparación por cohorte de la condición física de estudiantes de pedagogía en educación física de la universidad Autónoma de Chile, sede Temuco. *Revista Horizonte*, 76-85. <https://revistahorizontecaf.ulagos.cl/index.php/revhorizonte/article/view/2740>
- Velásquez, A.J., Veas, Alfaro L.B, García, Velásquez, L.C., Bernal Orellana S.V. (2023). Relación entre condición física y rendimiento académico en estudiantes de colegios municipales de La Serena-Chile. *Journal of Movement & Health*, 20(2). <https://jmh.cl/index.php/jmh/article/view/187>
- Villamarin Menza, S. (2022). La velocidad de carrera en escolares de 11 a 15 años del municipio de Galapa, atlántico. *Revista Educación Física, Deporte Y Salud*, 5(9), 53-67. <https://doi.org/10.15648/redfids.9.2022.3307>

Conflicto de intereses

Los autores de este trabajo declaran no presentar conflicto de intereses.

Contribución de autoría:

Conceptualización: Andri José Velásquez Salazar, Juan Guillermo Díaz Labrín y Cristian Andrés Pérez Tapia. *Investigación:* Andri José Velásquez Salazar, Juan Guillermo Díaz Labrín, Cristian Andrés Pérez Tapia y Felipe Opazo Vaccaro. *Validación y revisión. Redacción-borrador original y visualización.* Andri José Velásquez Salazar. Juan Guillermo Díaz Labrín, Cristian Andrés Pérez Tapia y Yain



*Acción, Vol21. 2025, en publicación continua. E-ISSN: 1812-5808,
<https://accion.ucefd.cu>*

David Huechaqueo Rivera.Ronnie Alejandro Videla Reyes.Yain David Huechaqueo Rivera y Felipe Opazo Vaccaro. *Redacción final:* Andri José Velásquez Salazar y Juan Guillermo Díaz Labrín .