



UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
DIVISIÓN BIBLIOTECA EDUARDO COTE LAMUS



RESUMEN TRABAJO DE GRADO

AUTOR(ES): NOMBRES Y APELLIDOS COMPLETOS

NOMBRE(S): LORENA ISABEL APELLIDOS: GIRALDO GÓMEZ

FACULTAD: DE EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES

PLAN DE ESTUDIOS: DE DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS EN EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

DIRECTOR:

NOMBRE(S): JEISON ALEXANDER APELLIDOS: RAMOS SEPULVEDA

TÍTULO DEL TRABAJO (TESIS): PERFIL DE CONDICIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD EN ESCOLARES INDÍGENAS DE LA COMUNIDAD NASA PERTENECIENTES AL RESGUARDO DE JAMBALÓ (CAUCA-COLOMBIA)

RESUMEN

En el siguiente trabajo de grado se evalúa la condición física relacionada con la salud en población escolar indígena, este resguardo no se han realizado investigaciones sobre la condición física y composición corporal de los escolares, además, las instituciones educativas no cuentan con información epidemiológica que permita valorar objetivamente el estado de salud de estos niños, y no poseen instrumentos ni escalas de valoración adecuadas a sus características fisiológicas y contexto sociodemográfico.

PALABRAS CLAVE: Perfil, Condición Física, Salud, Escolares, Indígenas

CARACTERÍSTICAS:

PÁGINAS: _81_ PLANOS: ___ ILUSTRACIONES: ___ CD ROOM: _1_

**PERFIL DE CONDICIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD EN ESCOLARES
INDÍGENAS DE LA COMUNIDAD NASA PERTENECIENTES AL RESGUARDO DE
JAMBALÓ (CAUCA-COLOMBIA)**

LORENA ISABEL GIRALDO GÓMEZ

**UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES
PLAN DE ESTUDIOS DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS
EN EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
SANTIAGO DE CALI**

2014

**PERFIL DE CONDICIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD EN ESCOLARES
INDÍGENAS DE LA COMUNIDAD NASA PERTENECIENTES AL RESGUARDO DE
JAMBALÓ (CAUCA-COLOMBIA)**

LORENA ISABEL GIRALDO GÓMEZ

**Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de licenciado en educación
básica con énfasis en educación física, recreación y deportes**

Director

JEISON ALEXANDER RAMOS SEPULVEDA

Licenciado en educación

**UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER
FACULTAD DE EDUCACION, ARTES Y HUMANIDADES
PLAN DE ESTUDIOS DE LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ÉNFASIS
EN EDUCACION FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES
SANTIAGO DE CALI**

2014



UNIVERSIDAD FRANCISCO DE PAULA SANTANDER

ACTA DE SUSTENTACIÓN TRABAJO DE GRADO
FACULTAD DE EDUCACIÓN ARTES Y HUMANIDADES

HORA: 7:30:00 P.M.
FECHA: 20 DE MARZO DE 2014
LUGAR: SEDE NORTE INSTITUCIÓN UNIVERSITARIA ANTONIO JOSÉ CAMACHO
JURADOS: JOSE FERNANDO BEDOYA PEREZ
HECTOR REINALDO TRIANA REINA
HERNAN ZULUAGA ALBARRACIN

TITULO DE LA TESIS: PERFIL DE CONDICIÓN FÍSICA RELACIONADA CON LA SALUD EN ESCOLARES INDÍGENAS DE LA COMUNIDAD NASA PERTENECIENTES AL RESGUARDO DE JÁMBALO (CAUCA-COLOMBIA)

DIRECTOR: JEISON ALEXANDER RAMOS SEPULVEDA

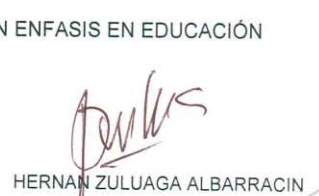
NOMBRE DE LOS ESTUDIANTES	CÓDIGO	NOTA	CALIFICACIÓN
LORENA ISABEL GIRALDO GOMEZ	730593	4.5	Cuatro Punto Cinco

PLAN DE ESTUDIOS: LICENCIATURA EN EDUCACIÓN BÁSICA CON ENFASIS EN EDUCACIÓN FÍSICA, RECREACIÓN Y DEPORTES

FIRMA DE LOS JURADOS:


JOSE FERNANDO BEDOYA PEREZ
16455089


HECTOR REINALDO TRIANA REINA
94410436


HERNAN ZULUAGA ALBARRACIN
16822121

Vo. Bo.


MARIA ISABEL AFANADOR RODRIGUEZ
DIRECTORA DEL PROGRAMAS DE EDUCACIÓN

Al finalizar un trabajo tan arduo y lleno de dificultades como el desarrollo de una tesis es inevitable que te asalte un muy humano egocentrismo que te lleva a concentrar la mayor parte del mérito en el aporte que has hecho. Sin embargo, el análisis objetivo te muestra inmediatamente que la magnitud de ese aporte hubiese sido imposible sin la participación de personas e instituciones que han facilitado las cosas para que este trabajo llegue a un feliz término. Por ello, es para mí un verdadero placer utilizar este espacio para ser justo y consecuente con ellas, expresándoles mis agradecimientos.

Infinitas gracias a DIOS por haberme dado sabiduría, fortaleza, salud, coraje, y no dejarme sola en los momentos difíciles, y haberme permitido llegar a la meta en este gran proyecto.

Con profundo agradecimiento a ti mamá, por ayudarme a la construcción de mi proyecto de vida y hacer que verdaderamente crea en mí. Gracias mamá por tu amor, por tu comprensión y por ser la mejor amiga, eres quien hizo que todo esto fuera posible, a ti te debo gran parte de lo que soy.

Diego Villafañe por ser una parte muy importante en mi vida, por haberme apoyado en las buenas y en las malas, sobre todo por su paciencia y amor incondicional.

Con todo mi cariño y amor para las personas que hicieron todo en la vida para que yo pudiera lograr mis sueños, por motivarme y darme la mano cuando sentía que el camino se terminaba, a ustedes les dedico mi tesis, y les entrego mi cariño sincero.

AGRADECIMIENTOS

Le agradezco la confianza, apoyo y tolerancia a mis profesores: Manuel Camilo Morales, Jhoana Peña, Jose Fernando Bedoya. Gracias por haber compartido conmigo sus conocimientos y sobre todo su amistad.

A mis amigos por todos los momentos que pasamos juntos. Por las tareas que juntos realizamos, por todas las veces que a mí me explicaron. Marta, Alejandra, José Luis, David, gracias a ustedes por hacer de la tesis una experiencia inolvidable.

Al profesor Jeison Alexander Ramos, muchas gracias por haberme brindado la oportunidad de desarrollar la tesis, por su apoyo en este proceso y también por todo lo que me ha enseñado.

A La Institución Educativa De Formación Integral Marden Arnulfo Betancourt sede Loma Redonda y Loma Gruesa, por abrirnos las puertas y permitir el desarrollo de la tesis en sus instalaciones, gracias a los docentes que laboran en ellas a los estudiantes y a la comunidad educativa en general. Muchas gracias porque sin su colaboración no se podría haber llevado a cabo el desarrollo de la tesis.

CONTENIDO

	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
1. PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
1.1 PREGUNTA PROBLEMA	4
1.2 JUSTIFICACIÓN	4
2. RELACIÓN ENTRE CONDICIÓN FÍSICA, COMPOSICIÓN CORPORAL Y SALUD	6
2.1 LA CAPACIDAD AERÓBICA	9
2.2 CAPACIDAD MUSCULO ESQUELÉTICA	9
2.3 CAPACIDAD MOTORA	10
2.4 COMPOSICIÓN CORPORAL	11
2.5 VALORACIÓN DE LA CONDICIÓN FÍSICA	12
2.6 FACTORES QUE INCIDEN EN EL COMPORTAMIENTO DE LA CONDICIÓN FÍSICA, EL CRECIMIENTO Y EL DESARROLLO	17
2.7 EL PAPEL DE LA ESCUELA COMO GENERADOR DE ESTILOS DE VIDA SALUDABLES	26
3. OBJETIVOS, MÉTODOS Y ORGANIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	34
3.1 OBJETIVOS	34
3.2 TIPO DE ESTUDIO	34
3.3 POBLACIÓN	34
3.4 MÉTODOS Y PROCEDIMIENTOS	35
3.5 PROCESAMIENTO DE INFORMACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS	40

3.6 ORGANIZACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN	40
4. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS	41
4.1 INDICADORES ANTROPOMÉTRICOS BÁSICOS	41
4.2 COMPOSICIÓN CORPORAL	44
4.3 CONDICIÓN FÍSICA	49
4.4 NORMATIVAS PARA LA CONDICIÓN FÍSICA	55
5. CONCLUSIONES	59
6. RECOMENDACIONES	61
BIBLIOGRAFIA	62
ANEXOS	63