



María Cano
Fundación Universitaria

Año 13 N° 2 / ISSN 1794-1547



REVISTA VIRTUAL

UNIVER SITARIA

mÁS Emociones
Sentimientos
Experiencias
Momentos
Historias!

VIGILADA MINEDUCACIÓN



@mariacanooficial



@MariaCano_col



Maria Cano video



mariacanooficial

Línea Gratuita Nacional
01 8000 412266

www.fumc.edu.co

Tabla de Contenido

Conversando con el Rector	3
Cuida tu Salud	
Rendimiento físico y calidad de vida relacionada con salud del adulto mayor: revisión de tema.	5
Efectos de un programa de rehabilitación deportiva en fractura de quinto metatarsiano.	15
Bienestar es Vida	
Perfil profesional y estilos de vida de los instructores de la actividad física.	22
Amo la Tecnología	
La adicción al uso del internet y del celular en jóvenes universitarios de la Fundación Universitaria María Cano.	32
En el Mundo	
La formación de las habilidades gerenciales: lo complejo de lo teórico a la práctica.	41
Testimonio desde mi Profesión	
Mercados locales en el escenario de posconflicto en Colombia.	55
La Paz	
Entrevista "Comprendiendo el Conflicto Colombiano" con Mauricio Albeiro Montoya	61
Disfruto Investigar	
Competencias en investigación de los docentes de dos instituciones universitarias de la ciudad de Popayán.	63

El rector Hugo Alberto Valencia Porras asume el nuevo periodo 2018 - 2020 al frente de la María Cano

Conversando con el Rector



Cuida tu
Salud

Rendimiento Físico y Calidad de Vida Relacionada con Salud del Adulto Mayor: Revisión de Tema / Physical Performance and Health-Related Quality of Life of The Elderly: Theme Review/ Desempenho Físico e Qualidade de Vida Relacionada À Saúde de Idosos: Revisão do Tópico

Sebastián Grajales T. ¹

Resumen: El envejecimiento se ha convertido en un nuevo reto para el mundo, pues por primera vez las personas pueden aspirar a vivir más de 60 años, por esto se ha introducido un nuevo termino llamado calidad de vida relacionado en salud que es la encargada de evaluar las percepciones de salud de las personas, en especial la de los adultos mayores, importante pues de esta hacen parte dos componentes fundamentales, la salud mental y física que determinan el cómo percibe la salud cada quien. En el componente físico es determinante evaluar de igual forma el rendimiento físico del adulto mayor, pues este determina la capacidad de desplazarse, realizar marcha y por ende la autonomía del individuo, este trabajo busca realizar una revisión de estos temas y dar un indicio de como la calidad de vida relacionada con salud se relaciona con el rendimiento físico del adulto mayor y el cómo esto puede llegar a determinar su autonomía e independencia.

Abstract: Aging has become a new challenge for the world, for the first time people can aspire to live more than 60 years, so a new term has been introduced called health related quality of life that is responsible for To evaluate the perceptions of health of the people, especially that of the elderly, important because of this they are part two fundamental components, the mental and physical health that determine how each one perceives the health. In the physical component it is determinant to equally evaluate the physical performance of the older adult, since this determines the capacity to move, to carry out and therefore the autonomy of the individual, this work seeks to make a review of these subjects and give an indication of how Health-related quality of life is related to the physical performance of the older adult and how this can determine their autonomy and independence.

Resumo: O envelhecimento tornou-se um novo desafio para o mundo, pela primeira vez que as pessoas podem esperar viver mais de 60 anos, que introduziu um novo termo chamado qualidade de vida relacionada à saúde é responsável por avaliar a percepção da saúde das pessoas, especialmente os idosos, importante porque os adultos são parte deste dois componentes fundamentais da física, saúde mental e determinar como a saúde cada percebida. No componente físico é fundamental para avaliar o desempenho igualmente física dos idosos, porque isso determina a capacidade de mover-se, tornar-se e, portanto, a autonomia do indivíduo, este trabalho busca uma revisão destas questões e dar uma indicação de quão a qualidade de vida relacionada à saúde está relacionada com o desempenho físico dos idosos e como isso pode determinar a sua autonomia e independência.

¹Fisioterapeuta U.CES, Maestrante Actividad física y salud UCES-UR, Fisioterapeuta Cemde S.A, Docente Facultad de Fisioterapia Fundación Universitaria María Cano, Medellín-Colombia, sebasgrajales8@hotmail.com.



Palabras Clave: Fuerza muscular, Actividad motora, batería breve de rendimiento físico (SPPB), Adulto mayor, calidad de vida

Keywords: Muscular strength, Motor activity, short battery of physical performance (SPPB), Older adult, quality of life

PALAVRAS CHAVE: Força muscular, Atividade motora, short bateria desempenho físico (SPPB), Terceira idade, Qualidade de vida

Introducción: El número de adultos mayores en el mundo está aumentado de manera exponencial, más aun en países en vía de desarrollo como lo es Colombia, esto es de vital importancia para la implementación de políticas públicas que garanticen un envejecimiento activo y saludable, para esto es necesario conocer la calidad de vida relacionada en salud del adulto mayor y su rendimiento físico.

Métodos: Se realizó una búsqueda en la base de datos Pubmed, a través de los siguientes descriptores Mesh, Muscular strength, Motor activity, short battery of physical performance (SPPB), Older adult, quality of life en idioma ingles y utilizando los conectores booleanos And, Or y Not.

Conclusiones: Es importante generar investigaciones sobre la relación del rendimiento físico y la calidad de vida en adultos mayores puede facilitar el diseño, la implementación y la evaluación de intervenciones en el ámbito sanitario destinadas a esta población; además, brinda insumos a los tomadores de decisión para reorientar las intervenciones y para que se incluya la valoración de la calidad de vida relacionada con salud en la atención como indicador de salud física y mental desde la percepción del adulto mayor, lo que contribuye además, a cumplir con las metas de país en lo que al cumplimiento de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez se refiere, específicamente en el eje de envejecimiento activo y de promoción de la actividad física como elemento esencial de la prevención de enfermedades y mantenimiento de la salud.

Para la siguiente revision de tema se realizó la búsqueda de artículos en Scopus y Web of Science encontrando un total de 239 y 309 artículos respectivamente, la mayoría de ellos en idioma ingles 95% y 99%, con Estados Unidos como país con mayor número de producción 41% y 42,1% respectivamente, como muestra la tabla

1: Comparativa Scopus vs Web of science



# Publicaciones	Scopus		Web of science	
	239	%	309	%
Tipo de publicación				
Artículo	196	82	280	90
Revisión de tema	26	10.9	28	9
Artículo de conferencia	6	2.5	?	?
Capítulo de libro	4	1.6	?	?
Artículo de prensa	3	1.2	?	?
Nota	2	0.9	?	?
Revisión de conferencia	1	0.4	?	?
Carta al editor	1	0.4	?	?
Otro		5	8	1
Idioma original de la publicación				
Inglés	227	95	306	99
Alemán	3	1.2	?	?
Español	2	0.9	2	0.65
Turco	2	0.9	?	?
Frances	1	0.4	?	?
Otros	4	5	1	0.35
País de origen				
Estados Unidos	98	41	130	42.1
Australia	21	8.8	30	9.7
Reino Unido	18	7.5	17	5.5
Holanda	15	6.2	24	7.7
Canada	12	5.1	21	6.7
Otros	75	31.4	87	28.1

Fuente: Scopus, Web of Science

El envejecimiento:

El envejecimiento está dado por un conjunto de cambios y modificaciones en todos los aspectos concernientes al ser humano, lo bioquímico, fisiológico, morfológico, psicológico y social. Además de esto es un proceso personal, individual e intransferible caracterizado por las condiciones económicas, sociales, ambientales y nutricionales, adicional a esto el envejecimiento ha venido tomando gran relevancia en el campo de las ciencias, tanto de la salud como las sociales y humanas, a raíz de esto se han comenzado a cambiar las definiciones relacionadas con el termino vejez, y se le ha comenzado a prestar vital atención a los componentes físicos y mentales que rodean este concepto y de cómo los adultos mayores perciben su proceso y sus cambios (1,2).

En Colombia, en 2007, se comienza con el desarrollo de la “Política Nacional de envejecimiento y vejez” que modifica la vieja definición (dada desde un componente de enfermedad para el adulto mayor) y la convierte en un enfoque integral con un mayor alcance. Dicha definición, abarca el componente desde 4 aspectos



(el envejecimiento biológico y su relación con el envejecimiento demográfico, los derechos humanos (DDHH), el envejecimiento activo (como eje transversal para mejorar la calidad de vida del adulto mayor) y la protección social integral) y su objetivo es dignificar la vejez y lograr la equidad para el adulto mayor en el contexto social (1).

Aunque el envejecimiento es multifactorial e individualizado, como anteriormente se menciona, existen factores modificables, como los estilos de vida, que pueden llevar a que la persona presente un envejecimiento saludable que ayude a disminuir las comorbilidades asociadas a la edad y a lograr un aumento en la calidad de vida. Los aspectos 3 y 4 de la política nacional de envejecimiento y vejez hacen referencia a esto, creando estrategias de promoción y prevención de la enfermedad para que se promuevan las capacidades del adulto mayor a través de estilos de vida saludables, integración social, desestigmatización de la vejez y empoderamiento del adulto mayor a través de la protección de sus derechos (1).

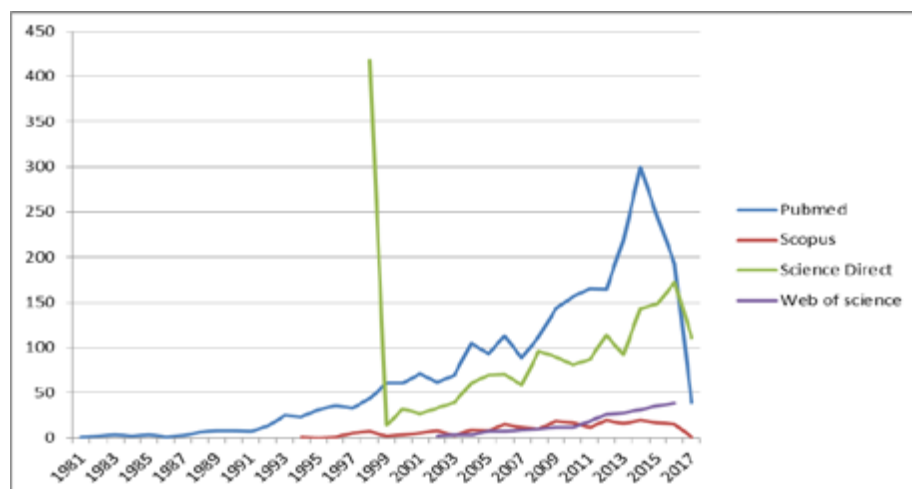
Con lo anterior se logra generar un concepto más amplio de lo que es la vejez y a su vez se comienzan a introducir términos importantes como la calidad de vida, esto es fundamental pues por primera vez se da relevancia a la percepción personal de cómo se siente cada ser, otro de los puntos importantes es el cómo se comienzan a incluir términos como la dignificación de la vejez y la igualdad de una población considerada por mucho tiempo vulnerable (3,4).

Calidad de vida relacionada con salud:

Pero, ¿qué es la calidad de vida? Es un concepto complejo, construido a partir de las necesidades propias del ser, es ideológico y no cobra sentido sino es bajo la descripción personal y las experiencias de vida únicas de cada sujeto. En la vejez, el término calidad de vida viene entonces asociado al término independencia, entendida esta última como la capacidad del adulto mayor para tomar sus propias decisiones y vivir el día a día con la menor ayuda posible, no solo desde lo cognitivo sino también desde lo físico (2,5).

Según la OMS, la calidad de vida está definida por “la percepción del individuo sobre su posición en la vida dentro del contexto cultural y el sistema de valores en el que vive y con respecto a sus metas, expectativas, normas y preocupaciones”. Con respecto al adulto mayor, la OMS incluye un nuevo concepto: la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS), puesto que la población mundial de adultos mayores ha aumentado considerablemente de la mano con la aparición de las enfermedades crónicas no transmisibles (ECNT), para las cuales el objetivo más importante está orientado a la mitigación de los síntomas. Por lo tanto, los conceptos de mortalidad, morbilidad y expectativa de vida no pareciesen suficientes y la inclusión del término CVRS, aplicado a la tercera edad, incluye ahora la evaluación del rol en la sociedad, el estado de salud, el estado funcional y la determinación de factores de riesgo, este tema ha sido altamente publicado desde los años 2000 hasta la actualidad, como lo muestra el gráfico 1 (3,6).

Grafica 1 : Numero de publicaciones por año acerca del tema.



La anterior grafica muestra el número de publicaciones por año respecto al tema de interés, se usaron como términos de búsqueda Physical performance AND older adult AND Health related quality of life, se entraron como picos de año de mayor producción los años entre 2011 y 2016, en science direct en el año de 1998 existe un pico pues se agrupan las publicaciones de años anteriores.

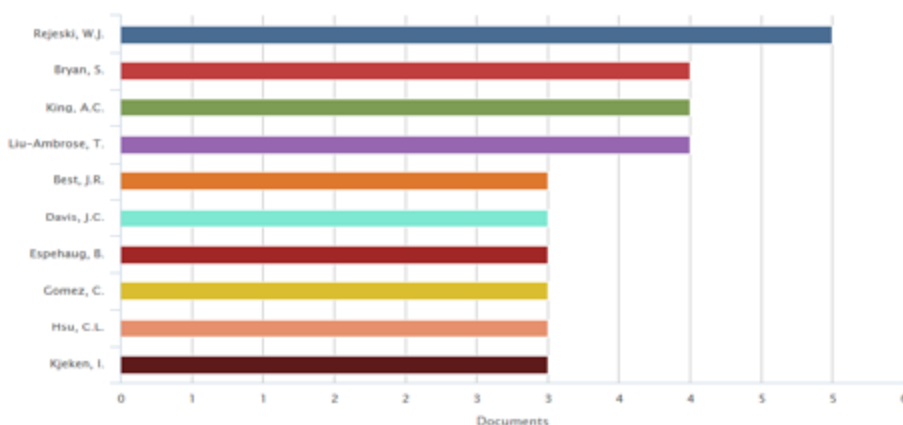
“Lo mas importante del termino CVRS es que incorpora la percepción del paciente, como una necesidad en la evaluación de resultados en salud, debiendo para ello desarrollar los instrumentos necesarios para que esa medida sea válida y confiable y aporte evidencia empírica con base científica al proceso de toma de decisiones en salud” (Testa, M., 1996). Pues el modelo biomédico tradicional excluye el hecho de que, en la mayoría de las enfermedades, el estado de salud está profundamente influido por el estado de ánimo, los mecanismos de afrontamiento a las diversas situaciones y el soporte social. Es evidente que estos aspectos en la vida de los seres humanos serán los que más influyan a la hora de que los pacientes evalúen su calidad de vida (7).

Este concepto de CVRS surge en la actualidad pues se reconoce de forma generalizada que el impacto de las enfermedades sobre los pacientes no puede ser descrito en su totalidad por medidas objetivas de salud como el resultado de una biopsia o la medición de la presión arterial; se tienen que considerar otros actores “subjetivos” como el dolor, la capacidad funcional o el bienestar emocional, los cuales se consideran imprescindibles al momento de evaluar en forma global el estado de salud de las personas en especial al adulto mayor, donde existen múltiples autores que publican acerca del tema como lo muestra el grafico 2 (8).

Grafica 2 : Autores con mayor numero de publicaciones:



Gráfica 2: Autores con mayor número de publicaciones:



La CVRS en el adulto mayor se ve afectada por las características del envejecimiento, lo primero que se debe mencionar es el aumento en número de la población mayor en el mundo, por ejemplo, en Colombia, según cifras de la OMS, en 2015 entre el 20% y 24% de la población era mayor de 60 años y para el 2050 este porcentaje estará entre el 25% y 29% y lo importante aquí es preguntarse si estos años añadidos a la vejez son años saludables o por el contrario están plagados de morbilidades asociadas a la edad dadas por las ECNT (3), pues éstas hacen su aparición durante la tercera edad. La mayoría de estas ECNT están asociadas al sedentarismo y a la pérdida de la capacidad física de la persona, la hipertensión arterial (HTA) y la diabetes mellitus 2(DM2) son dos ejemplos de estas enfermedades y están catalogadas por la OMS como dos de las enfermedades que mayor discapacidad y muertes producen en el mundo. En cifras, el número de personas con diabetes ha aumentado de 108 millones en 1980 a 422 millones en 2014 y su prevalencia aumentó casi en un 100%, pasando a estar en 8,5% de la población mundial (6). En Colombia, en el año 2014, se tienen registros de 1,7 millones de diabéticos, de los cuales, según el reporte entregado por la seccional de salud de Antioquia, para septiembre de 2014, se registraron 235.306 habitantes afectados por la DM2 en el departamento, representado el 13,9 % de la población total de diabéticos en Colombia. Con respecto a la HTA, es la causa de por lo menos el 45% de las muertes por cardiopatías y el 51% de las muertes por accidente cerebrovascular. Su prevalencia en adultos fue del 8,8%, convirtiendo a las enfermedades cardiovasculares en la primera causa de muerte en la población general (enfermedad isquémica 83,7 defunciones por 100.000 habitantes y enfermedad cerebrovascular 42,6 defunciones por cada 100.000 habitantes) (7).

Todas estas enfermedades generan gran discapacidad y más aún en el adulto mayor, además generan también unos costes indirectos considerables que vienen definidos como el valor de la pérdida de productividad cuando las personas no pueden trabajar o cuando mueren prematuramente como resultado de estas enfermedades. De ahí, la importancia de señalar que estas enfermedades son prevenibles o mitigables en gran medida con la práctica de actividad física regular y el mantenimiento de un rendimiento físico adecuado (9).



Adicional a lo anterior, las características propias del envejecimiento afectan directamente la CVRS del adulto mayor, pues a pesar de ser un proceso individual y personal hay deterioros que son inherentes a la edad y que por ende todo adulto mayor deberá sufrir afectando inevitablemente su calidad de vida: pérdida de las funciones del movimiento relacionada directamente con la pérdida de masa muscular, pérdida de la masa ósea, cambios degenerativos a nivel articular y disminución de la función musculo-esquelética (funciones del rendimiento físico), pérdida de las funciones de la sensibilidad (dada por los cambios degenerativos que se dan en los sistemas sensoriales de la vista y la audición, que como resultado tienen la disminución del equilibrio y la pérdida de estabilidad aumentando el riesgo de caídas y fracturas), pérdida de las funciones cognitivas (funciones ejecutivas, memoria, procesamiento de información y capacidad de resolver tareas complejas que impliquen ordenar y ejecutar múltiples tareas al tiempo) (3-10).

Calidad de vida relacionada con salud y rendimiento físico:

En el caso de las funciones del rendimiento físico (RF) su disminución parece estar asociada al sedentarismo y al envejecimiento, de hecho, la pérdida de masa muscular, la disminución de la fuerza y de la capacidad de VO₂ máximo en la vejez provocan la pérdida de la funcionalidad, lo cual conlleva a sufrir de riesgos potenciales para la salud en la población de adultos mayores. Adicional a esto, el detrimento del rendimiento físico representa un deterioro del estado de salud con un coste personal elevado: trastornos de la movilidad, mayor riesgo de caídas y fracturas, deterioro de la capacidad de realizar actividades cotidianas, discapacidad, pérdida de independencia y mayor riesgo de muerte. Podría concluirse que la pérdida en la funciones del RF afecta directamente la CVRS, pues hace que el adulto mayor deba depender en mayor cantidad de sus redes de apoyo para realizar sus actividades de la vida diaria, reduciendo el concepto de independencia y autonomía asociado a la calidad de vida, sin mencionar el coste económico que genera la incapacidad de auto-sostenibilidad, tanto para la persona afectada como para su círculo familiar y el sistema de salud (11).

Se ha documentado que los AM tienen una pobre calidad de vida y este deterioro se ha atribuido a condiciones relacionadas con la salud y con el RF; por ejemplo, la pérdida del balance, genera trastornos de la movilidad, mayor riesgo de caídas y fracturas y deteriora la capacidad de realizar actividades cotidianas, las caídas presentan una prevalencia 13,8% y el miedo de caer tiene una prevalencia de 62,6% en mujeres y 46,2% en hombres (12); la disminución de la capacidad de la marcha por su lado, genera pérdida de independencia y mayor riesgo de muerte por el aumento o empeoramiento de las ECNT y disminución del RF con una prevalencia del 14,8%, generando una baja CVRS con una prevalencia que alcanza el 26% afectando la salud física y mental del AM (13,14)

También se ha documentado que los efectos negativos de una pobre calidad de vida en la población de adultos mayores redundan en mayor riesgo de deterioro de la salud mental por ejemplo la depresión que aparece con una prevalencia del 25%(9), pobres redes de apoyo, mayor dependencia funcional, además del coste económico



que genera la incapacidad de auto-sostenibilidad, tanto para la persona afectada como para su círculo familiar y el sistema de salud (15,16).

Así pues el envejecimiento se ha convertido en uno de los nuevos retos para la sociedad actual, pues, por primera vez en la historia, todas las personas pueden aspirar a vivir más de 60 años; sin embargo, las condiciones en las que se envejece deben generar buenos resultados para la salud de las personas (17).

Dado esto, la CVRS ha tomado gran importancia pues se convierte en un indicador de cómo los adultos mayores perciben su salud, desde lo físico y lo mental lo que se constituye en un foco de atención para garantizar los procesos de envejecimiento saludable (18,19).

De esta misma manera el rendimiento físico que es la capacidad para el desarrollo de actividades funcionales como la marcha, el equilibrio y los cambios de posición y se constituye en la posibilidad de los adultos mayores de ser más independientes y autónomos, de ser menos vulnerables al proceso normal de envejecimiento, y por tanto, de tener una mejor CVRS (20).

Gracias a esta revisión encontramos que aunque se ha documentado sobre el deterioro de la CVRS en esta población, la evidencia sobre las causas de este deterioro como el rendimiento físico, son aun escasos en nuestro contexto y deben ser incluidos en los modelos de atención para el logro de un envejecimiento saludable.

CONCLUSIONES: Es importante generar investigaciones sobre la relación del rendimiento físico y la calidad de vida en adultos mayores puede facilitar el diseño, la implementación y la evaluación de intervenciones en el ámbito sanitario destinadas a esta población; además, brinda insumos a los tomadores de decisión para reorientar las intervenciones y para que se incluya la valoración de la calidad de vida relacionada con salud en la atención como indicador de salud física y mental desde la percepción del adulto mayor, lo que contribuye además, a cumplir con las metas de país en lo que al cumplimiento de la Política Nacional de Envejecimiento y Vejez se refiere, específicamente en el eje de envejecimiento activo y de promoción de la actividad física como elemento esencial de la prevención de enfermedades y mantenimiento de la salud.

Conflictos de Interes

En el presente artículo no existe ningún conflicto de interés.

Referencias Bibliográficas

1. Informe mundial sobre el envejecimiento y la salud. Organización Mundial de la salud, Ginebra 2015
2. L Lugo, H García, C Gómez Confiabilidad del cuestionario de calidad de vida en salud sf-36 en Medellín. Rev fac Nac salud Pública Vol. 24 N.º 2 julio-diciembre 2006



3. Botero de Mejia BE, Pico Merchá ME. Calidad de vida relacionada con la salud (cvrs) en adultos mayores de 60 años: una aproximación teórica. Hacia la Promoción de la Salud, Volumen 12, Enero - Diciembre 2007, págs. 11 – 24
4. Pavasini R et al. Short Physical Performance Battery and all-cause mortality: systematic review and meta-analysis BMC Medicine ,2016, 14:215
5. Pérez-Zepeda MU, Belanger E, Zunzunegui M, Phillips S, Ylli A, Guralnik J (2016) Assessing the Validity of Self-Rated Health with the Short Physical Performance Battery: A Cross- Sectional Analysis of the International Mobility in Aging Study. PLoS ONE 11(4): e0153855. doi:10.1371
6. A. Trombetti, K. F. Reid, M. Hars, F. R. Herrmann, E. Pasha ,E. M. Phillips and R. A. Fielding, Age-associated declines in muscle mass, strength, power, and physical performance: impact on fear of falling and quality of life. Osteoporos Int. 2016 February ; 27(2): 463–471
7. Ramírez-Vélez R, Agredo R, Jerez AM, Chapal YM Health-related quality of life and conditions of health in non-institutionalised elderly people in Cali, Colombia. Rev. salud pública. 10 (4):529-536, 2008
8. Política Nacional de envejecimiento y vejez, Ministerio de la protección social, Republica de Colombia, Dic. 2007
9. Galván Parra Y, Moreno Castillo Y, González Pedraza Avilés A. Health-related Falls and Quality in the Elderly. Archivos en Medicina Familiar. Vol 12 N°1
10. Gómez Montes JF , Curcio Borrero CL, Henao MG . Fragilidad en ancianos colombianos . Rev.Medica.Sanitas 15 (4): 8-16, 2012
11. Saad M. Bindawas et al. Association between Lower Extremity Performance and Health- Related Quality of Life in Elderly Mexican Americans. J Aging Health. 2015 September ; 27(6): 1026–1045
12. García D. Desempeño físico en personas mayores. Publicación Periódica de Gerontología y Geriatria Vol.5. No.3. 2010
13. Cardona-Arias JA, Álvarez-Mendieta MI, Pastrana-Restrepo S. Calidad de vida relacionada con la salud en adultos mayores de hogares geriátricos, Medellín, Colombia, 2012. Rev Cienc Salud. 2014;12(2): 139-55
14. Rengo JL, Savage PD, Shaw JC, Aes PA. Directly Measured Physical Function in Cardiac Rehabilitation . Journal of Cardiopulmonary Rehabilitation and Prevention 2016;00:1-7
15. Serrano-Sanchez, J.A.; Lera-Navarro, A. y Espino-Torón, L. (2013) Actividad física y diferencias de fitness funcional y calidad de vida en hombres mayores / Physical activity and differences of functional fitness and quality of life in older males.

Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 13 (49) pp. 87-105

16. Aparicio García-Molina, V.A.; Carbonell Baeza, A. y Delgado Fernández, M. (2010). Beneficios de la actividad física en personas mayores. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 10 (40) pp. 556-576.

17. Moreno González, A. (2005). Incidencia de la Actividad Física en el adulto mayor. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 5 (19) pp.222-237

18. Souza, J.; Matsudo, S. y Leandro, T. (2014). El efecto de la inactividad física y funcional en personas mayores institucionalizados de São Caetano do Sul, São Paulo, Brasil. Revista de Ciencias de la Actividad Física UCM. N° 15 (2), 63-72.

19. Hajian-Tilaki K, Heidari B, Hajian-Tilaki A. The health related quality of life and its socio-demographic determinants among Iranian elderly people: a population based cross-sectional study. J Caring Sci 2017; 6 (1): 39-47.

20. Dodds R, Sayer AA. Sarcopenia and frailty: new challenges for clinical practice. Clinical Medicine 2016 Vol 16, No 5: 455-8

Efectos de un Programa de Rehabilitación Deportiva en Fractura de Quinto Metatarsiano

Diana Paola Montealegre Suárez¹
Piedad Rocío Lerma Castaño²

Resumen

Introducción: La participación deportiva es acompañada por el riesgo de lesión, y cada deporte específico tiene su propio perfil único de lesiones. Uno de los objetivos de los profesionales abocados a la medicina del deporte es la prevención de lesiones, y en la pasada década han sido reportados numerosos resultados de estudios sobre prevención de lesiones.

Objetivo: Determinar los efectos de un programa de rehabilitación deportiva en fractura del quinto metatarsiano.

Métodos: Se realizó un estudio de casos de tipo descriptivo con un deportista de fútbol con diagnóstico médico de fractura de trazo oblicuo levemente desplazada con compromiso de la base del quinto metatarsiano sin compromiso de la superficie articular, edema de los tejidos blandos adyacente al foco de fractura, al cual se le realizó una valoración antes y después de aplicación de un programa de rehabilitación con el fin de establecer sus posibles efectos.

Resultados y conclusiones: Se encontró una influencia positiva del plan de rehabilitación enfocado al manejo del dolor, inflamación con medios físicos y la recuperación de cualidades físicas mediante el trabajo en hidroterapia y propiocepción.

Abstrac

Introduction: Sports participation is accompanied by the risk of injury, and each specific sport has its own unique profile of injuries. One of the goals of professionals dedicated to sports medicine is injury prevention, and in the past decade numerous results from injury prevention studies have been reported.

Objective: To determine the effects of a sports rehabilitation program on fracture of the fifth metatarsal.

Methods: A descriptive case study was carried out with a soccer player with a medical diagnosis of slightly displaced oblique tract fracture with compromise of the fifth metatarsal base without joint surface involvement, soft tissue edema adjacent to the focus fracture, which was evaluated before and after the implementation of a rehabilitation program in order to establish its possible effects.

¹Fisioterapeuta. Magister en Intervención Integral en el Deportista. Fundación Universitaria María Cano seccional Neiva. Integrante grupo de investigación FISIOTER. Correo electrónico: dianapaolamontealegresuarez@fumc.edu.co

²Fisioterapeuta. Especialista en Neurorrehabilitación Fundación Universitaria María Cano seccional Neiva. Integrante grupo de investigación FISIOTER



Results and conclusions: a positive influence of the rehabilitation plan focused on the management of pain, inflammation with physical means and recovery of physical qualities through the work in hydrotherapy and proprioception was found.

Introducción

El fútbol es uno de los deportes más populares de todos los tiempos en el mundo entero, posiblemente porque es un deporte rico en contenido psicomotriz, donde juegan un papel importante las capacidades físicas, técnicas, espaciales, y perceptivas. El juego consiste en dos periodos iguales de 45 minutos, con un descanso de 15 minutos, hay 11 jugadores en cada equipo en el campo. Los jugadores son divididos en cuatro grupos: porteros, defensas, centrocampistas y delanteros. Durante el juego los jugadores están obligados a realizar ejercicios de alta intensidad entre mezclados con periodos de baja intensidad, realizando actividades como trotar, correr, patear, girar en dirección, lanzamiento y permanecer en parada, estos ejercicios requieren de demandas fisiológicas y exigen que los jugadores sean competentes en varios aspectos del fitness como la potencia aeróbica y anaeróbica, la fuerza muscular, la flexibilidad y la agilidad (Di Salvo, y otros, 2006) (Vidarte Claros & Montealegre Suárez, 2015).

Los jugadores de futbol son conocidos por su prevalencia a presentar lesiones comparados con otros deportes y modalidades. (Hawkins & Fuller, 1998)

Se ha estimado que aproximadamente el 5-10% de todas las lesiones deportivas corresponden a fracturas por estrés (FE) (Meyer & Albright, 1993) (Sterling, Edelstein, Calvo, & al., 1992) y su incidencia parece estar aumentando (Maquirriain & Ghisi, 2007).

El hueso es un tejido dinámico que reacciona de manera continua a la tensión recibida, según la ley de Wolf (Eisele & Sammarco, 1993) (Hershman & Mailly, 1990).

En la anatomía del quinto metatarsiano se identifican cinco áreas: cabeza, cuello, diáfisis, base y tuberosidad. En la tuberosidad se insertan el peroneo lateral corto, parte del abductor del quinto dedo y la aponeurosis plantar. Además, el peroneo anterior se inserta en la parte lateral de la diáfisis del 5º metatarsiano.

Las fracturas del quinto se pueden clasificar en avulsión de la tuberosidad que ocurren por una inversión forzada. La Fractura de Jones que ocurren a 3.5cm de la tuberosidad. Es una lesión que es común en atletas que practican deportes con una gran cantidad de cambios de dirección y de desplazamientos laterales (Reed, 2008)

Es de resaltar, las pequeñas desviaciones de los metatarsianos centrales no tienen importancia; las fracturas muy oblicuas tienden a curar con un ligero acortamiento. Sin embargo, cuando la fractura afecta al primer metatarsiano es importante y puede crear un problema de insuficiencia del primer radio. Ello ocurre, por lo general, en fracturas conminutas, por lo que hay que ser muy cuidadoso en la reconstrucción.

Método

El presente es un estudio de casos de tipo descriptivo en el cual se plantea de forma cualitativa, las características del sujeto, estableciendo cuales son los resultados obtenidos con la rehabilitación deportiva en el dolor e inflamación, movilidad articular, propiocepción y marcha, locomoción y balance.



Usuario de 15 años de edad de género masculino quien asiste al servicio de fisioterapia de Inderhila 12 días posterior a su lesión. Se indagó sobre la cronología de la patología donde el deportista manifestó que el mecanismo de lesión fue mediante trauma directo con un compañero quien con los taches lastima el dorso de su pie derecho. Sin embargo, el deportista siguió su entrenamiento y posterior a este observo dolor e inflamación en la región de la contusión. Posteriormente se dirigió a su EPS donde a través de radiografía dan como diagnóstico fractura de trazo oblicuo levemente desplazada con compromiso de la base del quinto metatarsiano sin compromiso de la superficie articular, edema de los tejidos blandos adyacente al foco de fractura.





En la primera fase, se le realizó al deportista una valoración inicial, basado en el modelo de la American Physical Therapy Association³ (APTA), donde se tomaron pruebas de movilidad articular de forma pasiva, mediante goniometría para todos los movimientos de cuello de pie. Así mismo aplico el test de saltos para valoración de la propiocepción dinámica. Y se valoró las fases de la marcha. El tiempo de aplicación tuvo un tiempo de aplicación de aproximadamente 30 minutos. Es de resaltar que los resultados de la evaluación inicial arrojaron datos que evidencian disminución en los arcos de movilidad articular asociadas a dolor e inflamación, abatiestesia en la propiocepción dinámica y alteración de las fases de la marcha.



Posteriormente, fue aplicado el plan de intervención fisioterapéutica mediante un microciclo de seis sesiones. Cada sesión tuvo un tiempo de aplicación de 45 minutos, donde se emplearon medios físicos para dentro de ellos hot-packs, ultrasonido, TENS, trabajo con Thera-band, e hidroterapia. De igual forma se trabajó propiocepción con bases estables e inestables de forma bipodal y unipodal.



Una vez culminadas las sesiones de intervención, se llevó a cabo la aplicación de la evaluación final, en la cual se observaron cambios significativos.

³Asociación Americana de Fisioterapia



Todos los procedimientos de la investigación se realizaron de acuerdo con los principios bioéticos establecidos en la declaración de Helsinki y la resolución 008430 de 1999, considerados como una propuesta de principios éticos que sirven para orientar a los médicos y a otras personas que realizan investigación médica en seres humanos y la cual es considerada de riesgo más que el mínimo.



Resultados

Tabla 1. Descripción de resultados

	Evaluación inicial	Evaluación final
Dolor e inflamación	Dolor de 7/10 según escala análoga visual Inflamación de 2 cm de diferencia	Dolor de 0/10 según escala análoga visual No se evidencia Inflamación
Movilidad articular	Disminución en el arco de movimiento de los siguientes movimientos: Cuello de pie: dorsiflexión con inversión e inversión (por dolor)	Mejóro el arco de movimiento de los siguientes movimientos: No hay limitación de movimiento
Propiocepción	Estática: conservada Dinámica: Alterada (fue valorada mediante test de saltos)	Estática: conservada Dinámica: conservada
Marcha locomoción y balance	Fase de apoyo: alterada Apoyo medio: alterada Despegue de dedos: alterada	Fase de apoyo: Conservada Apoyo medio: alterada Despegue de dedos: Conservada



Bibliografía

Di Salvo, V., Baron, R., Tschan, H., Calderon, F., Bachl, N., & Pigozzi, F. (2006). Performance characteristics according to playing position in elite soccer. *Int J Sports Med*.

Eisele, S., & Sammarco, G. (1993). Fatigue fractures of the foot and ankle in the athlete. . *Instr Course Lect* , 175-83.

Hawkins, R. D., & Fuller, C. W. (1998). An examination of the frequency and severity of injuries and incidents at three levels of professional football. *British Journal of Sports Medicine*, 326-332.

Hershman, E., & Mailly, T. (1990). Stress fractures. *Clin Sports Med*, 183-214.
Maquirriain, J., & Ghisi, J. P. (2007). Fracturas por estrés en deportistas: Valor de la resonancia magnética en la predicción de la morbilidad. . *Medicina (B. Aires)*, 262-270.

Meyer, S. S., & Albright, J. (1993). Stress fractures in the foot and leg. *Clin Sports Med*, 395-413.

Organización Mundial de la Salud. (Junio de 2016). Organización Mundial de la Salud. Obtenido de Obesidad y sobrepeso: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

Reed, D. (2008). Assessment of fifth metatarsal fracture etiology . *roQuest*.

Sterling, J., Edelstein, D., Calvo, R., & al., e. (1992). Stress fractures in the athlete: diagnosis and management. . *Sports Med* , 336-46.

Vidarte Claros, A., & Montealegre Suárez, D. P. (2015). Condición física del jugador de fútbol universitario en condiciones especiales de la ciudad de Neiva. *Entornos*, 28 (1), 13-22.

Bienestar
es Vida



Perfil Profesional y Estilos de Vida de Los Instructores de La Actividad Física (Neiva)

Diana Paola Montealegre Suárez¹
Piedad Rocío Lerma Castaño²

Resumen

Introducción: La actividad física es uno de los hábitos de vida saludable más utilizados por las personas y los gimnasios se han convertido en una gran alternativa para realizar actividad física, la cual es considerada como un factor determinante para la salud. Por lo tanto, este estudio tuvo como fin identificar el perfil profesional y estilos de vida de los instructores de la actividad física de la ciudad de Neiva.

Métodos: Estudio descriptivo, transversal, diseño no experimental, con una población y muestra de 42 instructores de la actividad física de 13 gimnasios y centros de acondicionamiento de la ciudad de Neiva.

Resultados: Se observó que la mayoría de los instructores de la actividad física (52%) tiene un nivel de escolaridad que corresponde a profesional, los cuales el 71% consideran que su formación fue la adecuada para laborar en un gimnasio o centro de acondicionamiento físico., sin embargo, no poseen especialización o título de postgrado. Se resalta que la población no consume alcohol ni productos derivados del tabaco.

Conclusiones: Es importante que las personas que dirigen la actividad y el ejercicio físico en los gimnasios y centros de acondicionamiento se han profesionales en el área de la actividad física y el deporte; puesto que los conocimientos anatómicos y fisiológicos juegan un papel importante en la prescripción del ejercicio.

Palabras clave: Acondicionamiento Físico, Ejercicio, Escolaridad, Actividad física, Educación y entrenamiento físico

Abstract

Introduction: Physical activity is one of the healthy habits most used by people and gyms have become a great alternative for physical activity, which is considered as a determining factor for health. Therefore this study was aimed at identifying the professional and lifestyles of the instructors of physical activity in the city of Neiva profile.

¹Fisioterapeuta. Magister en Intervención Integral en el deportista, Docente Fundación Universitaria María Cano-Neiva, Grupo de Investigación Fisioter, dianapaolamontealegresuarez@fumc.edu.co

²Fisioterapeuta. Magister en Neurehabilitación, Docente Fundación Universitaria María Cano-Neiva, Grupo de Investigación Fisioter, piedadrociolermacastano@fumc.edu.co

Methods: Descriptive, transversal, non-experimental design, with a population sample of 42 instructors and physical activity of 13 gyms and fitness centers in the city of Neiva.

Results: It was observed that most of the instructors of physical activity (52%) have a level of education which corresponds to professional, which 71% consider that their training was adequate to work in a gym or fitness center ., however they do not have expertise or graduate degree. It highlights that the population does not consume alcohol or products derived from snuff.

Conclusions: It is important that the people who run the activity and physical exercise in gyms and fitness centers have professionals in the area of physical activity and sport; since the anatomical and physiological knowledge play an important role in exercise prescription.

Key Words: Physical Fitness, Exercise, Schooling, Activity Physical, Physical Education and Training.

Introducción

El sedentarismo es considerado como una causa principal de mortalidad y discapacidad a nivel mundial, la cual, asociada a la inactividad física, incrementa en los seres humanos el riesgo de padecer una enfermedad cardiovascular (Gutiérrez, 2013). De igual manera la Organización Mundial de la Salud OMS (2013), refiere que la Enfermedad Cerebro Vascular (ECV) es la principal causa de muerte a nivel mundial, ya que en el 2004 el 30% de todas las muertes registradas en el mundo fueron por esta causa; motivo por el cual se prevé que en 2030 morirán cerca de 23,6 millones de personas por ECV.

Por tanto, intervenir los estilos de vida se convierte en una de las acciones más eficaces para la prevención de la enfermedad y la promoción de la salud, de tal forma que cada vez es más frecuente que los médicos recomienden a sus usuarios la modificación de ciertas conductas que atentan contra su salud (Sanabria, 2007).

Los estilos de vida relacionados con la salud, hoy en día es un tema de gran interés, puesto que las enfermedades no transmisibles producto de la inactividad física y demás factores de riesgo, han ocasionado una epidemia silenciosa en América (Roses, 2011).

La OMS (2013), afirma que, realizando actividad física de forma regular, evitando la inhalación activa o pasiva de humo de tabaco; consumiendo una dieta rica en frutas y verduras, evitando el consumo de alimentos ricos en grasa, azúcares y sal y manteniendo un peso corporal saludable es posible reducir el riesgo de Enfermedades Cerebro Vasculares, las cuales son la principal causa de muerte en todo el mundo.

La actividad física es uno de los hábitos de vida saludable más utilizados por las personas y los gimnasios, se han convertido en una gran alternativa para realizar actividad física; pero en la mayoría de los casos esta actividad no es estructurada

para cada persona en particular, lo que genera un limitante, puesto que no existe un único tipo de actividad física que responda universalmente a todas las condiciones de salud (Gutiérrez, 2004).

Sin embargo, son muy elevadas las cifras de deserción de las personas que asisten a los gimnasios y que son muy pocos los que cumplen con las metas trazadas (Revista Semana, 2013). Uno de los motivos de abandono del gimnasio se debe a las falencias en los profesionales que dirigen la actividad física en estos centros, puesto que en ocasiones no se lleva a cabo una adecuada orientación y planificación del ejercicio físico (Enver, 2012); otro motivo de deserción en los gimnasios se debe a una inadecuada atención al cliente y el asesoramiento técnico, deportivo y médico a cada uno de los usuarios (Consumer Eroski, 2008).

Lo anterior generó un interrogante social de indagar sobre ¿Cuál es el perfil profesional y estilos de vida de los instructores de la actividad física en Neiva?

Métodos

El presente es un estudio descriptivo, transversal con un diseño no experimental, el cual tuvo como fin de establecer el perfil profesional y estilos de vida de los instructores de la actividad física de la ciudad de Neiva, teniendo en cuenta variables socio-demográficas y laborales, consumo de alcohol, tabaco, práctica deportiva, formación académica.

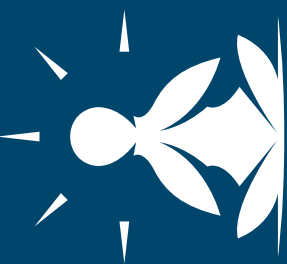
La recolección de la información se llevó a cabo a través de un instrumento tipo cuestionario diseñado por el grupo investigador, el cual fue sometido a juicio de dos expertos en el área deportiva para su respectiva validez de contenido y constructo, el cual se incluyen las variables a estudiar. La población y muestra estuvo conformada por 42 personas. El muestreo fue no probabilístico, por criterios como ser instructores de la actividad física en los gimnasios y centros de acondicionamiento físico y aceptar la participación por medio de consentimiento informado.

Los procedimientos para el desarrollo de la investigación incluyeron la aprobación del instrumento, el calibrado a los estudiantes evaluadores por parte de la investigadora, diligenciamiento del cuestionario por parte de los instructores, el análisis de la información y la obtención de resultados y conclusiones finales. Investigación se guio bajo los lineamientos de la Declaración de Helsinki y la resolución 008430 considerándose sin riesgo.

Tabla 1: Distribución de las variables sociodemográficas y laborales

Variable	N	%
Edad		
21 a 25 años	14	33,3
26 a 30 años	5	11,9
31 a 35 años	13	31
36 a 40 años	9	21,4
mayor de 40 años	1	2,4
Género		
Femenino	3	7,1
Masculino	39	92,9
Laboró antiguamente en un GYM o CAF		
Si	24	57,1
No	18	42,9
Antigüedad laboral		
Menor a 1 año	5	11,9
Entre 1 y 2 años	16	38,1
Entre 3 y 4 años	9	21,4
Entre 5 y 6 años	0	0
Mayor a 6 años	12	28,6
Tipo de institución donde labora		
Gimnasio	24	57,1
Centro de acondicionamiento Físico	18	42,9
Sala cardiovascular	0	0
Área de desempeño en el lugar de trabajo		
Sala de fuerza	31	73,8
Cardiovascular	37	88,1
Trabajo en piso	5	11,9
Consultorio	5	11,9
Denominación en el lugar de trabajo		
Entrenador	12	28,6
Instructor	21	50
Orientador	2	4,8
Guía	0	0
Profesor	7	16,7

Los resultados estadísticos muestran el 33,3% se encuentran en un rango de edad de 21 a 25 años. El género que predominó fue el masculino (92,9%). Respecto a las variables laborales se evidenció que el 57,1 de los instructores ya habían laborado antiguamente en un Gimnasio o Centro de Acondicionamiento Físico con una antigüedad laboral de 1 a 2 años. El tipo de institución tuvo homogeneidad entre el gimnasio y los Centro de Acondicionamiento con porcentajes de 57,1 y 42,9 respectivamente. El área de desempeño en el lugar de trabajo tuvo un predominio cardiovascular con un 88,1% y el 50% son denominados instructores en el lugar de trabajo.



Bienestar es Vida

Tabla 2: Distribución de la variable práctica deportiva

Variable	N	%
Días a la semana que realiza ejercicio físico		
1 a 2 días	9	21,4
3 a 4 días	17	40,5
5 a 6 días	7	16,7
7 días	9	21,4
Dedicación diaria de ejercicio físico		
Menor a 1 hora	5	11,9
Entre 1 y 2 horas	23	54,8
Entre 3 y 4 horas	10	23,8
Entre 5 y 6 horas	4	9,5
Preferencia de ejercicio		
Máquinas de fuerza	29	69
Cardiovascular	13	31
Trabajo en piso	0	0
Actividades realizadas en tiempo libre		
Descanso	12	28,6
Familia	5	11,9
Ocio	25	59,5

Fuente: Elaboración propia del autor

Con relación a la frecuencia de práctica semanal el 40,5% refiere que lo hace de 3 a 4 días; la dedicación diaria es de 1 a 2 horas con un porcentaje de 54,8%. La preferencia de ejercicio corresponde a máquinas de fuerza con un 69% y el 100% de los instructores refieren realizarlo de manera independiente.

Tabla 3: Distribución de la variable consumo de tabaco y alcohol

Variable	N	%
Fuma actualmente productos del tabaco		
Si	0	0
No	42	100
Alguna vez ha consumido alguna bebida alcohólica		
Si	33	78,6
No	9	21,4
Ha consumido una bebida alcohólica dentro de los últimos 12 meses		
Si	28	66,7
No	14	33,3
En los últimos 12 meses con qué frecuencia ha tomado una bebida alcohólica		
A diario	0	0
5 a 6 días a la semana	0	0
1 a 4 días a la semana	0	0
1 a 3 días al mes	23	54,8
Menos de 1 vez al mes	10	23,8
No aplica	9	21,4
Ha consumido alguna bebida alcohólica durante el último mes		
Si	9	21,4
No	33	78,6

Fuente: Elaboración propia del autor

El total de los instructores encuestados no han fumado ni fuman actualmente productos del tabaco; sin embargo el 78,6% de los instructores de la actividad física al consumido alguna vez una bebida alcohólica.

Tabla 5: Distribución de la variable formación académica

Variable	N	%
Nivel actual de escolaridad		
Bachiller	2	4,8
Técnico	5	11,9
Tecnólogo	14	33,3
Profesional	18	42,9
Postgrado	0	0
Su última formación académica se llevó a cabo		
Colegio	2	4,8
Instituto técnico profesional	19	45,2
Universidad	18	42,9
Su título académico actual es		
Licenciado en educación física	20	47,6
Ingeniero de sistemas	2	4,8
Técnico en cultura física	5	11,9
Técnico en acondicionamiento físico	6	14,3
Bachiller académico	2	4,8
Técnico en sistemas	3	7,1
Otro	4	9,5
Usted recibió su último título académico hace		
Menos de 1 año	5	11,9
Entre 1 a 2 años	3	7,1
Entre 2 y 3 años	27	64,3
Entre 4 y 5 años	0	0
Mayor a 5 años	7	16,7
La formación académica fue necesaria para ejercer profesionalmente en un GYM		
Si	30	71,4
No	12	28,6
Su última actualización en el área de la actividad física y el deporte fue		

La tabla anterior muestra como menos del 50% de los instructores de la actividad física de la ciudad de Neiva poseen un nivel de escolaridad de profesionales, siendo de mayor prevalencia los Licenciados en educación física (47,6%), quienes refieren que su formación académica fue la necesaria para laborar dentro de un gimnasio o centro de acondicionamiento físico. Se resalta que cerca del 30% de los instructores nunca han realizado alguna actualización en este campo y más del 85% no han realizado ningún postgrado.

Discusión

Esta investigación tuvo como fin identificar el perfil profesional y estilos de vida de los instructores de la actividad física en los gimnasios de la ciudad de Neiva.

Con relación a los estilos de vida se encontró que los instructores de la actividad física de la ciudad de Neiva, no fuman ningún producto del tabaco como cigarrillo o sustancias psicoactivas. Un estudio realizado por (11), refiere que, comparados con quienes NO fuman, en los fumadores aumenta 14 veces el riesgo de sufrir enfermedades del corazón y del cerebro; incrementa el peligro de contraer cáncer de laringe, esófago, estómago, vejiga, cuello uterino y sube de 5 a 20 veces en el caso de cáncer de pulmón. Al igual se aumenta 10 veces el riesgo de presentar una enfermedad arterial oclusiva y hasta 30 veces la enfermedad pulmonar obstructiva crónica (enfisema, bronquitis y asma).

Por otro lado Hernández (12) refiere que la exposición crónica a la nicotina, sea como fumador activo o por inhalación de aire contaminado de segunda mano (fumador pasivo), puede acelerar la enfermedad coronaria, úlcera péptica, alteraciones reproductivas, reflujo esofágico, hipertensión y trastornos en la cicatrización, así como aumentar el riesgo de cáncer (especialmente de cavidad bucal, laringe, faringe, esófago, pulmón y vejiga), derrames cerebrales y enfermedad pulmonar crónica.

En cuanto al consumo de bebidas alcohólicas se evidenció que los instructores de la actividad física de la ciudad de Neiva, consumen bebidas alcohólicas con una frecuencia de uso ocasional. Estos datos se constituyen en factores importantes puesto que los hábitos, la dieta y el ejercicio adecuados pueden ser en un momento dado, la diferencia entre la presencia o no de enfermedades. En la medida en que 10s individuos adultos tienen un estilo de vida saludable, se pueden prevenir muchas enfermedades o aminorar la severidad o secuelas de las mismas.

Con relación al perfil profesional de los instructores de la actividad física en la ciudad de Neiva se evidenció que cerca del 80% no presentan un nivel de especialización y algunos son profesionales en otras áreas diferentes a este campo.

Un estudio realizado por Gutiérrez (13), revela que es evidente el distanciamiento que tienen los educadores físicos que prestan sus servicios en los gimnasios del municipio de Medellín del ámbito académico, y mucho más de los otros profesionales del área de la salud, dado que se pone en evidencia la falta de sustentos teóricos a la hora de evaluar y planificar los diferentes programas de ejercicios físicos orientados a las necesidades de cada usuario, alejados cada vez más de una visión de promoción de la salud o la prevención de la enfermedad. Sin embargo, existe una intención clara de adquirir conocimientos fundamentales y su puesta en práctica, prescribiendo así el ejercicio físico en los gimnasios y en otros lugares de una manera adecuada, y más importante aún, reconocer la importancia del trabajo interdisciplinario y llegar, por qué no, a la unificación de protocolos y baterías de evaluación.

Un estudio realizado por MOACYR (14), reveló que en general los propietarios de los gimnasios no se preocupan con el nivel de capacitación o formación académica que puedan llegar a tener los integrantes de su equipo de trabajo, lo que indica que falta mayor rigor y exigencias para formación de cuadro de instructores en gimnasios y que existen escases de profesionales capacitados en esta área.

Un estudio realizado por Fernández (15), reveló que los profesionales participantes en su investigación no poseían un bagaje académico y formativo muy amplio para el desarrollo de su actividad, si no que adquieren titulaciones menores y basan su trabajo en la experiencia, los licenciados en ciencias de la actividad física y del deporte no ocupan un espacio representativo en el desempeño de esta profesión. Este último dato difiere de los obtenidos en la presente investigación, ya que los licenciados en educación física fueron los profesionales con mayor prevalencia, sin embargo, el nivel de especialización en ellos es muy mínimo con tan solo aproximadamente el 20% de la población total.

Conclusiones

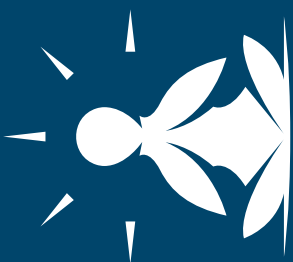
- Teniendo en cuenta que la realización de actividad y ejercicio físico se constituye en una herramienta de gran utilidad para la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles, es importante que las personas que dirigen estas actividades en los gimnasios y centros de acondicionamiento físico tengan la preparación académica necesaria y pertinente para poder prescribir el ejercicio físico a las diferentes poblaciones que asisten a estos centro, puesto que uno de los principios de este es la especificidad, y cada persona posee características y estados de salud diferentes.
- A su vez se hace necesario que los instructores se actualicen de manera constante en cuanto a actividad y ejercicio físico, ya que de esto depende la efectividad y buena programación del entrenamiento.

Agradecimientos

A los instructores de la actividad física de los gimnasios y centros de acondicionamiento Físico de la ciudad de Neiva y a los estudiantes del semillero FIMCAL de la Fundación Universitaria María Cano seccional Neiva, por su participación activa en esta investigación.

Bibliografía

1. GUTIÉRREZ POVEDA J, S. J. (2013). Manifiesto de actividad física para Colombia. . Asociación de medicina del deporte de Colombia. .
2. ORGANIZACIÓN MUNDIAL DE LA SALUD. (2013). Centro de prensa. Enfermedades cardiovasculares.
3. SANABRIA F, G. L. (2007). Estilos de vida saludable en profesionales de la salud colombianos: estudio exploratorio. Rev.fac.med, 207-217.
4. GRIMALDO, M. (2005). Estilos de vida saludables en un grupo de estudiantes de una universidad particular de la ciudad de Lima. Redalyc, 75-82.
5. ROSES, M. (2011). Unidos contra las enfermedades no transmisibles. El tiempo.com.
6. GUTIÉRREZ, L. (2004). Una mirada al ejercicio físico en los gimnasios de Medellín desde la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad primaria. Universidad de Antioquia.
7. REVISTA SEMANA. (2013). A enamorarse del gimnasio.
8. ENVER, J. (2012). Perspectiva didáctica del fitness de salón: caminos posibles hacia la educación.



Bienestar es Vida

9. CONSUMER EROSKI. (2008). Falla el asesoramiento deportivo y médico en la mayoría de los gimnasios.
10. BADIÉL, M. (2003). Carta de la Salud. Estilos de vida y salud. Fundación Clínica Valle de Lili.
11. HERNÁNDEZ, J. G. (2003). Hábito de fumar en los estudiantes de primeros semestres de la Facultad de Salud: Características y percepciones. Colomb Med , 31-38.
12. GUTIERREZ MACIAS, L. (2004). Una mirada al ejercicio en los gimnasios de Medellín desde la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad.
13. MOACYR PORTES Junior, L. J. (2012). Formación académica de los instructores de gimnasios de la ciudad de Chillán.
14. FERNÁNDEZ, D. F. (2012). Perfil profesional de los centros deportivos de la ciudad de Vigo (Galicia).
15. GUTIÉRREZ POVEDA J, S. J. (2013). Manifiesto de actividad física para Colombia. . Asociación de medicina del deporte de Colombia.



Amo la Tecnología

La adicción al uso del Internet y del Celular en jóvenes universitarios de la Fundación Universitaria María Cano

Vanesa Úsuga Castro¹
Silvia Marcela Henao Villa²
Boris Mauricio Revelo Rendón³

Resumen

Los jóvenes universitarios actualmente tienen acceso al uso de herramientas tecnológicas como internet y el celular, son ellos quienes pueden manejarlas o no y por ende generar o no adicciones hacia ellas. En la Fundación Universitaria María Cano se ha realizado un análisis basado en los problemas frecuentes que se pueden presentar al usar dichas herramientas y finalmente generar adicción.

Abstract

Young university students currently have access to the use of technological tools such as internet and cell phones, they are the ones who can handle them or not and therefore generate or not addictions to them. In the Fundación Universitaria María Cano, an analysis has been carried out based on the frequent problems that can arise when using said tools and finally generating addiction.

Antecedentes

En la actualidad la interconectividad nos permite estar informados y tener contacto con diversas personas, diferente a otras épocas, hoy en día los seres humanos tenemos la posibilidad de acceder a gran variedad de información en tiempo reducido, por lo que se dice que es una herramienta que provee actualidad, diversión, entretenimiento y de alguna manera bienestar, las ventajas y beneficios son enormes, sin embargo, surge la preocupación de que el uso desmedido está generando dependencia. “Algunas personas se obsesionan con esta herramienta, que muestran incapacidad para controlar su uso lo cual puede poner en peligro su trabajo, relaciones interpersonales y en estudiantes su rendimiento académico”. (Figueroa, 2015, p. 10)

Colombia no es la excepción, el gobierno se ha preocupado por tener una mayor interconectividad a nivel nacional, así para el año 2016 según el boletín del Dane de ese año relacionado con los Indicadores Básicos de Tenencia y Uso de Tecnologías de la Información y Comunicación – TIC en Hogares y Personas de cinco y más años de edad, en el 2016 se observa que la tenencia de equipos que se pueden conectar a la red se ha incrementado con los siguientes índices en computadores de escritorio, computador portátil y tableta.

¹Estudiante del quinto semestre de Tecnología en Electromedicina, Integrante semillero de investigación INGEBOT de la Facultad de Ingeniería de la Fundación Universitaria María Cano.

²Ingeniera Informática, Instructora Cisco Networking Academy, Magister en Educación, Doctorante en Educación por competencias.

³Ingeniero en Instrumentación y control, Instructor Cisco Networking Academy, Magister en Educación, Doctorante en Educación por competencias.

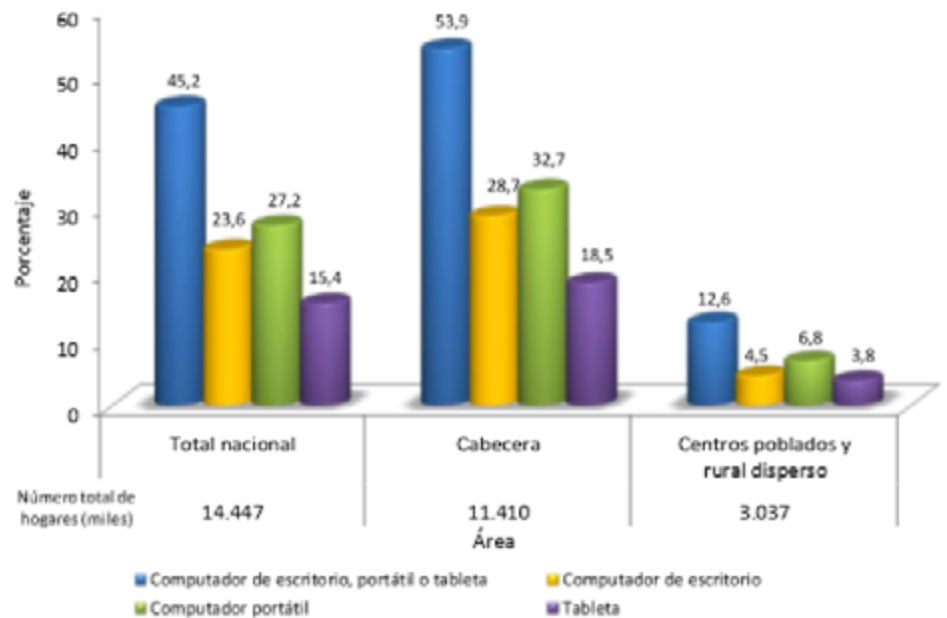


Figura1. Tenencia de equipos conectados a la red.
Fuente: DANE - Encuesta de Calidad de Vida (ECV) 2016.

También se muestra la proporción de hogares con telefonía según el tipo de servicio.

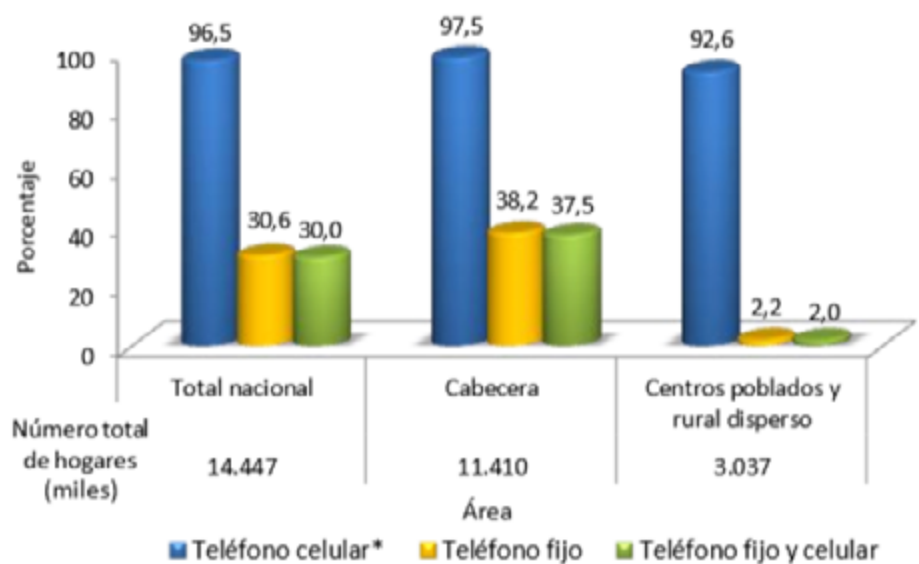


Figura2. Hogares según tipo de servicio
Fuente: DANE - Encuesta de Calidad de Vida (ECV) 2016.

Según el DANE en 2016, para el total nacional, de las personas de 5 y más años de edad que poseen teléfono celular, el 37,5% reportaron poseer teléfono celular convencional, 63,5% teléfono celular inteligente (Smartphone) y 1,0% poseían ambos.

El mal uso de los diferentes dispositivos que se pueden conectar a la red hace que los jóvenes demuestren tendencias a depender de las redes “Es importante considerar que el internet y el teléfono móvil son medios tecnológicos de uso cotidiano, fácil acceso y la utilización en niños y adolescentes ha incrementado considerablemente en los últimos años”. (Barbosa, 2015, p. 4)

Se pueden identificar muchas razones por las que las personas puedan estar tentados por el abuso de la tecnología de las cuales se ven las psicológicas, las culturales, las sociales entre otras. “adicionalmente las nuevas tecnologías han sido generadoras de comportamientos no planificados, los cuales se ejecutan debido a la tensión evidenciada que impulsa al adolescente a emitir una respuesta a ese estímulo”. (Barbosa, 2015, p. 4)

Adicción al uso de Internet

Young (1996), una de las investigadoras más renombradas de la temática internet, define la adicción a internet como el deterioro a nivel cognitivo, conductual y fisiológico sustentado en el uso excesivo, las consecuencias se pueden observar en la distorsión de las metas personales, familiares y profesionales.

Young (1998) argumenta que las aplicaciones, como los chats o las redes sociales (apoyo social, anonimato, posibilidades de sexo seguro, libertad en la relación virtual, presentar una personalidad ficticia), constituyen un refuerzo positivo satisfactorio para los internautas.

Echeburúa y Corral (2010) indican que el proceso de adicción implica lo que denominan vulnerabilidad psicológica tales como introversión, baja autoestima, necesidad de experimentar nuevas sensaciones entre las características de personalidad, en cuanto a las relaciones sociales déficit en las expresiones de habilidades sociales, con relación a las funciones cognitivas déficit de atención, fantasías, entre otros.

A su vez Viña (2009), señala que los adolescentes que presentan un mayor tiempo de uso de internet muestran mayor tendencia a la introversión, pensamiento pesimista y dificultades en la resolución de problemas.

Adicción al uso del Celular

El móvil está considerado como un dispositivo técnico personal, puede ser transportado, posee diversas utilidades (reloj, despertador, cámara fotográfica, grabadora, agenda, calendario, radio, llamadas, mensajería) y es de importancia para el manejo diario de las personas que lo portan, indican Graner, Beranuy, Sánchez, Chamarro, Castellana (2006). El teléfono móvil presenta determinadas características que podrían llevar a las personas que lo utilizan a presentar conductas problemáticas, entre ellas la movilidad, confianza, ocio, estatus social, facilidad de acceso, establecimiento de relaciones sociales, identidad.

A su vez habría que considerar las características de los usuarios la etapa evolutiva en la que se encuentran (sobre todo la etapa de la adolescencia), habilidades sociales, auto estima, auto concepto, tolerancia a la frustración. Como lo menciona Muñoz-Rivas (2003) así también, entre las características del uso problemático se encuentran las molestias, nerviosismo e inseguridad de no llevar el móvil, evitar el relacionamiento inter personal cara a cara sustituyéndolo por las llamadas, gastos excesivos en comunicación, evitar ir a lugares que no cuenten con cobertura de internet asociado al uso del móvil, y otras variables vinculadas como los rasgos de personalidad de los usuarios.

Pruebas de Medición de las adicciones

A nivel mundial existen pruebas estandarizadas que permiten medir las adicciones que nos interesan.

Cuestionario de experiencias relacionadas con el uso de Internet (CERI)

Desarrollado por Beranuy, Chamarro, Graner y Carbonell (2009). El CERI consta de 10 ítems que incluyen preguntas relacionadas con el aumento de la tolerancia, efectos negativos sobre la conducta, relaciones sociales y familiares, reducción de actividades debidas al uso de Internet, pérdida de control y deseo intenso de estar conectado. Todos los ítems se presentan con una escala graduada con cuatro respuestas en orden creciente de intensidad. Dispone de dos factores: los conflictos intrapersonales y conflictos interpersonales.

Cuestionario CERI				
A continuación, encontrarás algunas afirmaciones sobre tu uso de Internet. Lee atentamente cada frase e indica la frecuencia. Señala la respuesta que más se aproxime a tu realidad.				
	Casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre
1. ¿Con qué frecuencia haces nuevas amistades con personas conectadas a Internet?	a	b	c	d
2. ¿Con qué frecuencia abandonas las cosas que estás haciendo para estar más tiempo conectado a la red?	a	b	c	d
3. ¿Piensas que tu rendimiento académico o laboral se ha visto afectado negativamente por el uso de la red?	a	b	c	d
4. Cuando tienes problemas, ¿conectarte a Internet te ayuda a evadirte de ellos?	a	b	c	d
5. ¿Con qué frecuencia anticipas tu próxima conexión a la red?	a	b	c	d
6. ¿Piensas que la vida sin Internet es aburrida, vacía y triste?	a	b	c	d
7. ¿Te enfadas o te irritas cuando alguien te molesta mientras estas conectado?	a	b	c	d
8. ¿Cuándo no estás conectado a Internet, te sientes agitado o preocupado?	a	b	c	d
9. ¿Cuándo navegas por Internet, te pasa el tiempo sin darte cuenta?	a	b	c	d
10. ¿Te resulta más fácil o cómodo relacionarte con la gente a través de Internet que en persona?	a	b	c	d

Figura3. Cuestionario CERI
Fuente: Beranuy, Chamarro, Graner y Carbonell (2009)

Cuestionario de experiencias relacionadas con el celular (CERM) desarrollado por Beranuy y cols. (2009), evalúa las experiencias con relación al celular. Comprende 10 ítems con cuatro respuestas, por orden de intensidad creciente. Dispone de dos factores: conflictos y uso comunicativo / emocional.

Cuestionario CERM

A continuación, encontrarás algunas afirmaciones sobre tu uso de móvil. Lee atentamente cada frase e indica la frecuencia. Señala la respuesta que más se aproxime a tu realidad.

	Casi nunca	Algunas veces	Bastantes veces	Casi siempre
1. ¿Has tenido el riesgo de perder una relación importante, un trabajo o una oportunidad académica por el uso del móvil?	a	b	c	d
2. ¿Piensas que tu rendimiento académico o laboral se ha visto afectado negativamente por el uso del móvil?	a	b	c	d
3. ¿Hasta qué punto te sientes inquieto cuando no recibes mensajes o llamadas?	a	b	c	d
4. ¿Sufres alteraciones de sueño debido a aspectos relacionados con el móvil?	a	b	c	d
5. ¿Sientes la necesidad de invertir cada vez más tiempo en el móvil para sentirte satisfecho?	a	b	c	d
6. ¿Piensas que la vida sin el móvil es aburrida, vacía y triste?	a	b	c	d
7. ¿Te enfadas o te irritas cuando alguien te molesta mientras utilizas el móvil?	a	b	c	d
8. ¿Dejas de salir con tus amigos por pasar más tiempo utilizando el móvil?	a	b	c	d
9. Cuando te aburres, ¿utilizas el móvil como una forma de distracción?	a	b	c	d
10. ¿Con qué frecuencia dices cosas por el móvil que no dirías en persona?	a	b	c	d

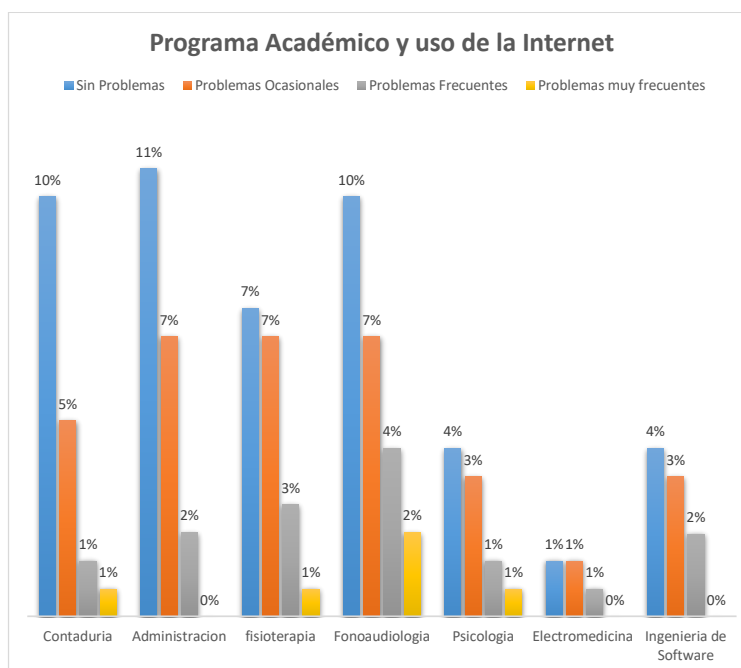
Figura4. Cuestionario CERM

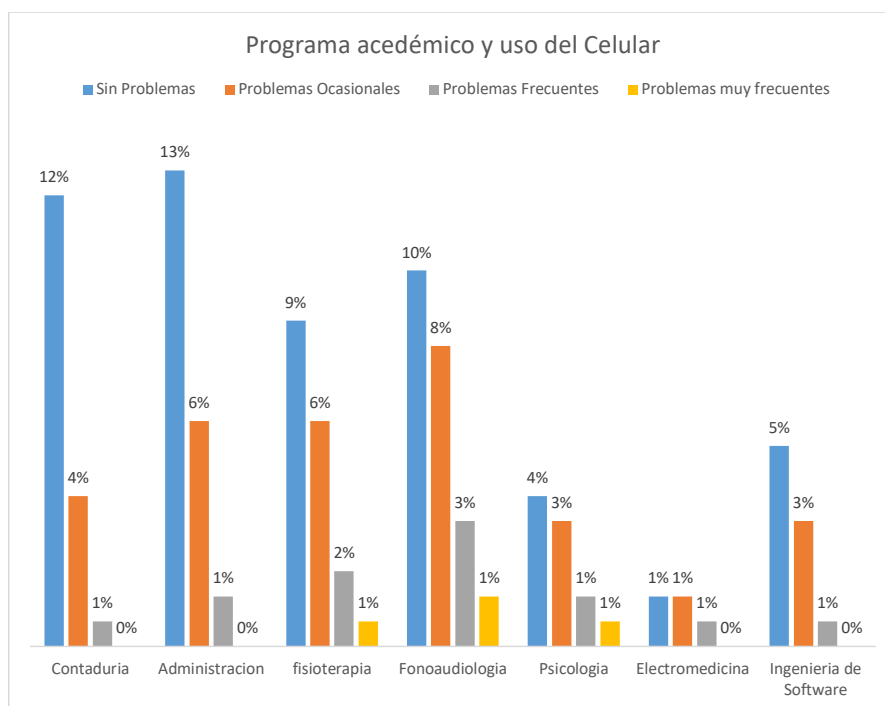
Fuente: Beranuy y cols. (2009)

Estudio en la Fundación Universitaria María Cano

En marzo de 2018, se aplicaron las pruebas de medición de la adicción a internet (CERI) y al celular (CERM) a 148 estudiantes de los programas de pregrado de la institución. Al hacer una caracterización de la muestra se tiene que el número de estudiantes por programa es de: contaduría 25, administración 30, psicología 14, fonoaudiología 34, fisioterapia 26, electromedicina 5 y de ingeniería de software 14. La escogencia de los estudiantes fue aleatoria.

Gráficos de Resultados





Análisis

Al realizar el análisis de los resultados se obtuvo lo siguiente:

Tabla I. Distribución de la muestra según programa académico y uso de la Internet

Programa		Sin Problemas	Problemas Ocasionales	Problemas Frecuentes	Problemas muy frecuentes	Total
		Problemas				
Programa	Contaduría	10%	5%	1%	1%	17%
	Administración	11%	7%	2%	0%	20%
	fisioterapia	7%	7%	3%	1%	18%
	Fonoaudiología	10%	7%	4%	2%	23%
	Psicología	4%	3%	1%	1%	9%
	Electromedicina	1%	1%	1%	0%	3%
	Ingeniería de Software	4%	3%	2%	0%	9%
Total		48%	33%	14%	5%	100%

Fuente: Elaboración propia

A nivel institucional el 48% de los estudiantes encuestados no presenta “problemas frecuentes” relacionados con el uso de la red Internet y el 33% solo “algunos problemas ocasionales”, lo que evidencia que el 81% de todos los estudiantes encuestados no presentan problemas frecuentes relacionados con la adicción al uso de la red.

Los programas que no presentan “problemas muy frecuentes” son administración, electromedicina e ingeniería de software con un valor del 0%.

Dentro de los “problemas ocasionales”, los programas de administración, fisioterapia y fonoaudiología registran el mismo valor del 7% e inferior a ese valor los demás programas.

Solo el 5% a nivel institucional de los estudiantes encuestados registra “problemas muy frecuentes” relacionados con la adicción a Internet.

Tabla 2. Distribución de la muestra según programa académico y uso del celular

	Sin Problemas	Problemas Ocasionales	Problemas Frecuentes	Problemas muy frecuentes	Total
Programa					
Contaduría	12%	4%	1%	0%	17%
Administración	13%	6%	1%	0%	20%
fisioterapia	9%	6%	2%	1%	18%
Fonoaudiología	10%	8%	3%	1%	23%
Psicología	4%	3%	1%	1%	9%
Electromedicina	1%	1%	1%	0%	3%
Ingeniería de Software	5%	3%	1%	0%	9%
Total	55%	32%	10%	3%	100%

Fuente: Elaboración propia

A nivel institucional un 55% de todos los estudiantes encuestados no presentan problemas con el uso del celular y solo un 32% algunos “problemas ocasionales”, así que el 87% no presentan problemas frecuentes relacionados con la adicción al uso del celular.

Solo un 3% de estudiantes de todos los estudiantes encuestados registra “problemas muy frecuentes” en el uso del celular lo que evidencia su adicción hacia ellos.

Los programas que no registran “problemas muy frecuentes” son contaduría, administración, electromedicina e ingeniería de software.

Conclusiones

Al realizar el estudio sobre los problemas frecuentes que pueden generar una tendencia hacia la adicción del uso de la red internet, se encuentran cifras muy positivas al registrarse un 81% de estudiantes encuestados que no presentan problemas o son ocasionales y solo un 5% presenta “problemas muy frecuentes” que evidencian la adicción al uso de la red.

A nivel de problemas frecuentes con el uso del celular que pueden generar adicción hacia ellos, el 87% de todos los estudiantes encuestados no presentan problemas o son ocasionales y solo un 3% presenta “problemas muy frecuentes” que evidencian la adicción al uso del celular.

Finalmente se concluye que no se puede catalogar a internet o al celular como perjudiciales, lo que se debe fortalecer es la capacidad de los estudiantes de usar estas herramientas tecnológicas para un beneficio, demostrando que son estos jóvenes los que tienen el control sobre ellas, siendo así, no se generarían problemas frecuentes en su uso y por lo tanto no se presentaría la adicción hacia ellos.

Bibliografía

Barbosa Moreno, Y., Beltrán Plaza, L., & Fraile Albarracín, S. (2015).

Impulsividad, dependencia a internet y telefonía móvil en una muestra de adolescentes de la ciudad de Bogotá.

Beranuy M., Sánchez-Carbonell, X., Graner, C., Castellana, M., y Chamarro, A. (2006).

Uso y abuso del teléfono móvil en jóvenes y adolescentes. Comunicación presentada al XXI Congreso Internacional de Comunicación. Pamplona, 9-10 de noviembre de 2006. Recuperado de: https://altascapacidades.es/instiinternacional/PDF/1_BERANUY_SANCHEZCARBONELL_GRANER-1.pdf.

Echeburúa, E., y Corral, P. (2010). Adicción a las nuevas tecnologías y a las redes sociales en jóvenes: un nuevo reto. *Adicciones*, 22(2), 91-96. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3230123&orden=256947&info=link> \n <http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=3230123>

Figueroa Angulo, Y., Orellano Badillo, I., Reales Meza, J., Cárdenas, D., & Arrieta Vergara, K. M. A. (2015). Adicción al internet, teléfono móvil y su relación con rendimiento académico en los estudiantes del programa de odontología de la Universidad de Cartagena (Doctoral dissertation, Universidad de Cartagena).

Graner, C., Beranuy, M., Sánchez, X., & Chamarro, A. C. (2006). ¿Qué uso hacen los jóvenes y adolescentes de internet y del móvil?. *Comunicación e Ciudadanía* ISSN 1886-8975. *Comunicación e Xuventude* , 71-89.

Graner, P., Beranuy, M., Sánchez-Carbonell, X., Chamarro, A., Castellana, M. (2007). ¿Qué uso hacen los jóvenes y adolescentes de internet y del móvil? *Comunicación E Xuventude: Actas Do Foro Internacional*, 71–90. Recuperado de: <http://dialnet.unirioja.es/servlet/extart?codigo=2648887>

Muñoz-Rivas, M. y Agustín, S. (2005). La adicción al teléfono móvil. *Psicología Conductual*, 13, 481-493 Viñas-Poch, F. (2009). Uso autoinformado de internet en adolescentes: perfil psicológico de un uso elevado de la red. *International journal of psychology and psychology therapy*, 9 (1). 109-122.

Muñoz-Rivas, M. J. (2003). Patrones de uso de Internet en población universitaria española. *Adicciones*, 15, 137-144.

Young, K. S. (1996). Internet addiction: The emergence of a new clinical disorder. Artículo presentado en la 104th Annual Convention of the American Psychological Association. Toronto, Canada.

Young, K.S. and Rodgers, R.C. (1998). The relationships between depression and Internet Addiction. *Cyberpsychology and Behaviour*, 1, 25-28



En el Mundo

La Formación de las Habilidades Gerenciales

Lo Complejo de lo Teórico a la Práctica

Juan Andrés Vélez Salamanca¹

Palabras claves: habilidades gerenciales, formación, educación experiencial.

Abstrac

For administrators, managers and persons holding similar process is the need to have the appropriate skills and abilities to perform management duties. In this sense we must be clear that management develop these skills is much harder to develop skills related to a trade.

Then, when you want to impart training as objective to contribute to the development of management skills is necessary to use different learning strategies that allow you to do a mixture of theory and practice, so that the space does not become monotonous a moment, bearing in mind that often the subject tends to be repetitive and non-value added from the theory, since in many cases has been completely defined, with the complex to implement it.

It then seeks training scenarios from both formal college concept, as in the private or business training, apply models that lead to the consolidation of the skills of their personnel and at the same time meet the training objectives .

Resumen

Para los administradores, gerentes y personas que desempeñan cargos similares, es determinante la necesidad de poseer las adecuadas competencias y habilidades para desempeñar labores de dirección. En este sentido hay que ser claro en que desarrollar estas habilidades de dirección es mucho más difícil que desarrollar las habilidades relacionadas con un oficio.

Entonces, cuando la formación que se quiere impartir propone como objetivo aportar al desarrollo de habilidades gerenciales se hace necesario recurrir a diferentes estrategias formativas, que permitan hacer una mezcla de lo teórico y lo práctico, de tal forma que el espacio destinado no se convierta en un momento monótono, teniendo presente que muchas veces la temática tiende a ser repetitiva y sin valor agregado desde la teoría, ya que en muchos casos se presenta totalmente definida, con la complejidad de llevarlo a la práctica.

Se procura entonces desde los escenarios de formación, tanto formal en el concepto universitario, como en el particular o de capacitación empresarial, se apliquen modelos que lleven a la consolidación de las competencias del personal asistente y que al mismo tiempo cumplan con los objetivos de formación.

¹Administrador de empresas de la Universidad UPB, de Medellín Colombia. Magister en Educación y Nuevas Tecnologías de la Universidad Udima de Madrid. Coach Ontológico, transformacional y de vida. Especializado en actividades de Educación Experiencial tales como: Lego Serious Play, Outdoor Training, y dinámicas en manejos de equipos. Docente con 10 años de experiencia de áreas administrativas y gerenciales, en la formación de desarrollo de competencias y habilidades gerenciales y pensamiento estratégico.



Introducción

Según (Whetten & Cameron, 2011), existen tres líneas sobre las cuales se debe buscar la formación de los gerentes o del personal directivo independiente del alcance que este tenga. En primera instancia esta el concepto teórico de la ciencia social, el entendimiento de la competencia desde lo científico y la relación con la ciencia administrativa.

Luego expone la necesidad de la identificación individual de las habilidades y competencias, en especial, porque quienes acceden a cursos de formación no tienen una retroalimentación previa del estado de sus competencias. Y por último, la necesidad de la aplicación de los aprendizajes. Este se da en dos dimensiones: a. una que se genera de forma inmediata después de la formación y, b. la que requiere un seguimiento permanente en su contexto de los conceptos aprendidos, situación esta que se dificulta dado los tiempos que se manejan entre la formación y la aplicación.

Por lo tanto cuando es posible “alejarse o sacar” a los directivos de su escenario natural, o de lo que puede llamarse su zona de confort se convierte en una alternativa que ayudar a estos a potencializar la adquisición de nuevos conocimientos desde lo práctico y vivencial, reconociendo así en la metodología en educación experiencial en una excelente alternativa de formación gerencial o directiva.

Para lograr este propósito es necesario conocer cuales son las habilidades y competencias que el directivo posee, aquellas que afloran en el desempeño de su actividad y aportan en la consecución de los objetivos de la organización, y acto seguido conocer cuales con aquellas que son necesarias incluir dentro de los procesos de formación que se trazan lograr mediante un programa de formación adecuado que no solo apunte al desarrollo de habilidades o conceptos técnicos, sino a aquellas que están relacionadas con los elementos de las relaciones humanas.

Las Habilidades del Gerente

En el desempeño de las labores empresariales hay diferentes tareas que conforman la acción empresarial, tales como: vendedores, secretarias, contadores, analistas, operarios, etc., teniendo en cuenta que quienes las ejecutan desde su actuar individual aportan al logro de los objetivos y al desarrollo de la cultura organizacional. Y adicionalmente hay que considerar a quienes ejecutan las funciones directivas y administrativas de la organización apostando al logro de los objetivos.

Los directivos en las organizaciones son en primera instancia los responsables de conducir la organización hacia los objetivos propuestos en la planeación estratégica o según la ejecución de los mismos en dar los golpes de timón que se requieran para recomponer la marcha. Para ello, partiendo desde el concepto de Dirección como parte del proceso administrativo hacer referencia a: “las relaciones interpersonales de los administradores con los subordinados Para que la planeación y la organización puedan ser eficaces, requieren complementarse con la orientación dada por personas mediante la comunicación, y la habilidad de liderazgo y motivación” (Chiavenato, 2011); “trabajar con personas y a través de ellas cumplir los objetivos organizacionales” (Robbins & Coulter, 2005); “lograr que otros realicen las tareas

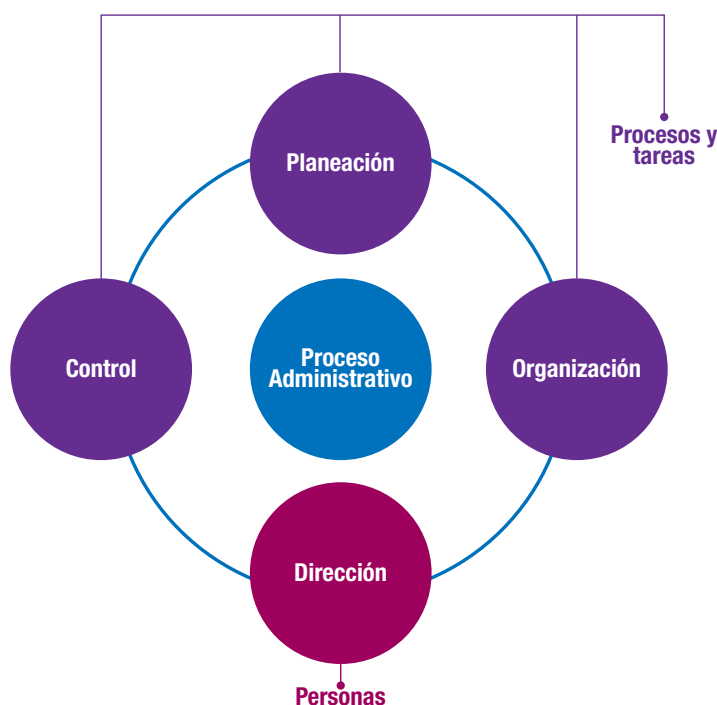


necesarias motivándolos a lograr las metas de la organización. La dirección no sólo se hace después de que terminan la planeación y la organización; es un elemento crucial en esas funciones” (Hellriegel, Jackson, & Slocum Jr, 2007).

Es importante tener presente que la fase de dirección es la única del proceso administrativo que conocemos (planear, organizar, dirigir y controlar) que tiene relación directa con las personas y no con procesos o tareas como las otras fases, haciendo entonces de este un punto que encadena las funciones administrativas o actividades del gerente, con las habilidades o competencias directivas o gerenciales, aquellas necesarias para una gerencia efectiva. Figura 1.

Antes de hacer mención de cuales son las habilidades del gerente, es importante hacer referencia al significado de una competencia, en el entendimiento que “las competencias están representadas por un conjunto de habilidades conocimientos, rasgos de personalidad y experiencias” (Paez Gabriunas, 2005), de la misma forma se define como “conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que, aplicados en el desempeño de una determinada responsabilidad o aportación profesional, aseguran el logro” (Sagi-Vela Grande), también hace referencia a “las características de personalidad, devenidas comportamientos que contribuyen a un desempeño exitoso en un puesto de trabajo” (Alles, 2006). Todas estas están relacionadas con el comportamiento de las personas en el puesto de trabajo o en la realización de una labor determinada. Para el caso del que se trata, es necesario dirigir la mirada hacia las que se requieren en cargos gerenciales.

Figura 1. EL proceso administrativo.



Proceso administrativo. Construcción propia.

Según lo anterior surge entonces un interrogante ¿Cuáles son las habilidades que son necesarias para el gerente? En respuesta a este Katz, en (Robbins & Coulter, 2005), menciona tres tipos de habilidades necesarias para los gerentes. Tabla 1.



Tabla 1. Habilidades del gerente

NIVEL GERENCIAL	HABILIDADES NECESARIAS		
Gerentes de nivel alto	Habilidades conceptuales		
Gerentes de nivel medio		Habilidades humanas	
Gerentes de nivel inferior			Habilidades técnicas

Adaptado de Katz, en (Robbins & Coulter, 2005)

Para Katz:

“**Las Habilidades conceptuales**, son utilizadas por los directivos para pensar, razonar e interpretar los entornos de la organización, que ayudan a definir el pensamiento estratégico; las **Habilidades humanas**, las utilizan los directivos para interrelacionarse, trabajar con personas, individual y colectivamente. Esta, tiene la particularidad de tener participación en toda la estructura de la organización debido al contacto permanente que tiene el directivo con las personas que hacen parte de los equipos de trabajo; las **Habilidades técnicas**, las utilizan en el conocimiento operativo y particular de cada trabajo y las condiciones técnicas necesarias para realizar competentemente las tareas laborales. (Robbins & Coulter, 2005)

Las mismas tres categorías son mencionadas por (Fernández Sánchez, 2012).

Habilidades conceptuales, que dependen en buena medida de la formación e incluyen la capacidad de analizar sucesos complejos; las **Habilidades interpersonales**, se manifiestan en la forma como se relaciona un gerente; las **Habilidades técnicas**, son conocimientos y destrezas que se necesitan para realizar una actividad en la organización.

Para (Mosley, Megginson, & Pietri, 2005), aplican estas mismas, agregando las **Habilidades administrativas**, las cuales define como “las que permiten a los gerentes usar las demás habilidades de manera efectiva para el desempeño de funciones gerenciales.

La definición de la aplicación de una competencia puede ser amplia y posiblemente para algunos puede convertirse en un tema complejo, teniendo que determinar cuáles son aquellas necesarias o generales y cuáles pueden ser accesorias o de reserva en la labor del gerente. Sin embargo, para simplificar el proceso de agrupación, dichas competencias van a agruparse básicamente en tres dimensiones tal como lo menciona (Tejada Fernández, 1999), “las competencias son un conjunto de saberes (conocimiento), saber-hacer (procedimiento) y saber estar y saber ser (actitud)”. Igualmente en el planteamiento que se hace en el informe de la UNESCO 1997, “Se dice que una persona es competente si es capaz de saber, saber hacer y saber estar” (Delors, 1997); a partir de este planteamiento se resume en el siguiente cuadro lo planteado por (Comellas, 2000).



En el Mundo

Tabla 2. Competencias y saberes

DIMENSION	DEFINICIÓN
Saber	Conocimientos objetivos que hacen referencia al mundo que nos rodea, en cualquier dominio. Implican la cognición.
Saber hacer	Implica unas habilidades y una ejecución. los conocimientos procedimentales que se aplican a una situación determinada
Saber estar (Ser)	Implica el dominio afectivo de la persona, moviliza afectos, actitudes, emociones, motivación y los valores

Adaptado de (Comellas, 2000)

¿Quiénes somos?

Una vez definidas las dimensiones, es necesario conocer cuales son aquellas competencias que particularmente son necesarias para la labor gerencial, teniendo en cuenta que es difícil encontrar todas al unísono en todos los directivos de las empresas, por lo tanto se hace necesario que cada individuo utilice estas como insumo para construir lo que se llamará el MaPEC® (Mapa Estratégico Personal de Competencias).

En el contexto de las definiciones se encuentran algunas propuestas que agrupan aquellas competencias que desde las dimensiones del saber y del saber hacer requieren los gerentes ejecutar para la labor gerencial.

AUTOR	COMPETENCIAS
(Santos, 2011)	Planeación y organización Juzgamiento Comunicación Oral Comunicación escrita Persuasión Percepción auditiva Motivación Impacto Energía Liderazgo
(Whetten & Cameron, 2011)	Manejo de conflictos Motivación Comunicación de apoyo Ganar poder e influencia Formación de equipos efectivos Liderar el cambio Facultamiento y delegación Solución de problemas Manejo del estrés Desarrollo del autoconocimiento.



En el Mundo

(Paez Gabriunas, 2005)	Negociación Liderazgo Pensamiento estratégico Manejo del conflicto Espíritu Emprendedor Manejo del tiempo Toma de decisiones Comunicación Aprendizaje en equipo
------------------------	---

Estas clasificaciones permiten definir conjuntos de competencias las cuales posiblemente son necesarias para cada gerente o directivo. Es posible encontrar similitudes y diferencias, entre los distintos puntos de vista, sin embargo a la hora de aplicar las competencias es importante conocer las que se requieren para la ejecución de los cargos y las propias de cada individuo. Esto es importante para el directivo ya que proporciona una base sólida que le permite hacer una mejor ejecución y mejoramientos claros en sus competencias, haciendo énfasis en las cuales necesita potencializar o desarrollar.

MaPEC® (Mapa Estratégico Personal de Competencias).

El **MaPEC®** (Figura 2), surge como una propuesta de identificación personal del individuo que le permite identificar cuales son aquellas competencias claves que aplica en su estilo de dirección y cuales aquellas que debe potencializar, con la característica que puede retomarlo en cualquier momento para revisar el grupo de competencias, ya que posiblemente estas pueden variar con el tiempo y con las condiciones laborales que se presenten, situación que no debe causar preocupación ya que así debe ser.

Para la elaboración se parte del conocimiento personal, para agilizar el procedimiento se plantea utilizar las dimensiones de las competencias que son definidas por Delors (1997), las cuales son: Saber, Saber Hacer y Ser; con lo que se facilita posteriormente la ubicación de las competencias. En primera instancia las que llamaremos, estratégicas, es decir, aquellas que son más usadas por el directivo en el momento de elaborar el mapa, las que lo identifican como directivo líder del proceso. Aquí se debe hacer una consideración espacial. Las competencias del Ser, representan lo que somos y esas son constantes, el directivo debe consolidar su individualidad, por lo tanto el potencial de desarrollo aquí es permanente.

Luego aparecen las **transversales o de reserva**, aquellas que el directivo debe mejorar y potencializar para crecer personal y laboralmente, aquellas que deben ser el complemento para la labor del momento, e incluso para proyectar la mejor forma de capacitación y de formación, las que pueden llevar al directivo a una posición superior en cuanto a un logro, un reto o un ascenso en su vida.

Figura 2. MaPEC® (Mapa Personal Estratégico de Competencias)



Elaboración propia.

Pero, ¿Cómo se puede poner en práctica las competencias especialmente las relacionales, especialmente cuando el directivo solo ha leído sobre ellas?, ¿Cómo se puede identificar el momento oportuno para poder utilizarlas? Estas son preguntas que surgen al interior de las organizaciones, donde se buscan que directivos y equipos de trabajo, actúen en un mejor ambiente bajo una cultura organizacional de colaboración y apoyo.

Para resolver dichas inquietudes aparecen alternativas de consultorías, programas de capacitación y formación directiva, basados en la identificación, aplicación y desarrollo de competencias directivas y por ende de habilidades que soportan desde el hacer dichas competencias.

La Necesidad de Formación

Para aquellos directivos que afrontan la marcada necesidad de adquirir nuevos conocimientos, y no solo en áreas técnicas, administrativas, de mercadeo o financieras, sino también en las que están involucradas el desarrollo de competencias y habilidades propias de dirección, es necesario definir de una manera adecuada cuales son los objetivos que se pretenden cumplir dentro de dicho proceso de formación. Razón por la cual los procesos de formación empresarial para distintos niveles organizacionales y que dirigidos al desarrollo de las habilidades de dirección, tienen una importante incidencia sobre la conformación, acompañamiento, consolidación y fortalecimiento de los equipos de trabajo que lideran, deben procurar salir del esquema tradicional y llevarlos a un plano de aplicación experimentada, de tal forma que se pueda “vivir” situaciones similares a las que regularmente se encuentran en el puesto de trabajo.

El directivo de hoy, posee saberes que aumentan su capacidad técnica y que aplica ampliamente en áreas en las cuales se desempeña en su quehacer laboral, saberes como: contabilidad, finanzas, mercadeo, ventas, procesos, etc., tienen una alta posibilidad de ser desarrollados incluso con ayudas tecnológicas que permiten por medio de simulación lograr el objetivo de formación, de forma que le ayude a tomar



decisiones de una manera adecuada para el beneficio de su organización, en relación a otras áreas de conocimiento más humanas e interpersonales.

Sin embargo existen ocasiones en las cuales hay la muchos momentos se requiere de la necesidad de formación en competencias relacionales, las cuales como se resume en Tabla 3, sirven como complemento a la acción directiva o gerenciales y potencializan las condiciones adecuadas para el desempeño profesional.

“La concientización de la necesidad de mejor capacitación profesional y desenvolvimiento profesional y personal, traza un cambio de percepción llevando a los involucrados a un proceso de enseñanza/aprendizaje a pensar y sentirse de forma diferente y consecuentemente para actuar diferente y con mayor compromiso.” (Marcheti, Ferroni, & Oliveira, 2002)

Para la capacitación en estas habilidades, pero en especial aquellas dirigidas a la formación de directivos, hace necesario que se propongan alternativas metodológicas, que sirvan a que los participantes al final del proceso puedan lograr asimilar los objetivos propuestos en la formación, así como su aplicación permanente en su vida personal y profesional. Las diferentes metodologías, buscan utilizar herramientas magistrales de contenido teórico, así como formas experienciales que permiten abordar procesos de formación complementaria de distintas formas, utilizando desde el ámbito presencial hasta la formación e-learning, pasando también por la combinación de ambas (b-learning) y considerando la formación en aula (indoor), pasando por Indoor y Outdoor Training.

Definir una metodología apropiada que permita llevar a los participantes a tener una aplicación desde el punto práctico y vivencial, es lo que permite proponer la educación experiencial, que permite recrear bajo metáforas recreadas, ambientes similares a los que se podría vivir en un momento dado en el desempeño de su cargo.

La educación experiencial, busca propiciar el desarrollo de las habilidades administrativas o gerenciales de una forma activa, práctica, lúdica. Esto permite hacer un trabajo por fuera del ambiente natural de trabajo permitiendo generar aprendizajes en circunstancias diferentes a las tradicionalmente conocidas. Para este fin se debe realizar una consideración importante sobre el término lúdica, en relación a que si bien esta implique juego, no se trata de jugar por jugar, se trata de jugar permitiendo llegar a reflexiones constructivas entre los participantes de la actividad, permitiendo llevar al directivo a cuestionar sus actuaciones o a confirmar de manera diferente como aplica cada una de sus habilidades.

Para tal fin entonces, se hace necesario recurrir a técnicas o elementos metodológicos que permitan alcanzar el logro del objetivo propuesto, teniendo en cuenta cada uno de las posiciones individuales y de los objetivos que como equipo se construyen para determinar la formación de los mismos, esperando involucrar al individuo adulto (independiente del cargo) en el proceso de formación en su participación activa en el proceso, teniendo en cuenta el logro de los objetivos de formación, desde su propias perspectivas ayudando a la aplicación activa de los conocimientos que se adquieran, dando una relevancia importante al proceso de aprender.



En el Mundo

Según lo anterior, esto lleva a considerar en la terminología el concepto de andragogía. Entendiendo esta como “el arte y ciencia de ayudar al adulto a aprender” (Chotguis), en contra posición de la pedagogía que significa literalmente “arte y ciencia de enseñar a los niños” (Chotguis), convierte entonces a la primera como la metodología formativa que requerida para llegar el individuo, dando lugar a un elemento adicional en la condición particular del individuo adulto y es el deseo de querer superar su estado actual buscando factores de motivación personal y crecimiento organizacional, para lo cual se hace necesario entonces buscar escenarios que le permitan desarrollar o complementar las habilidades necesarias para la ejecución de su labor considerando la ayuda que se le brinda al adulto a aprender. Estos elementos también son un factor de desarrollo del individuo adulto (el directivo) para mejorar su nivel de vida personal y por ende el profesional.

Para aprovechar las diferentes alternativas metodológicas en formación se considera entonces, como oportuna la utilización de esquemas de aprendizaje experiencial, el cual es definido como:

“Metodología de aprendizaje, dirigida a la formación y transformación de personas como individuos en una íntima inter-relación con otros individuos en la conformación de equipos, para alcanzar el desarrollo de sus competencia, así como el fortalecimiento de sus valores.” (Yturralde, 2011).

El aprendizaje experiencial sirve como fundamento para la formación indoor y outdoor training, las cuales son una metodología de aprendizaje novedosa y poderosa dirigida a la formación de directivos y de equipos de trabajo en distintos niveles organizacionales. Está, se convierte entonces en una opción real de formación, la cual permite cumplir con los mismos elementos de una formación indoor o en aula, logrando de la misma forma los objetivos propuestos. Para lograr una funcionalidad de la misma se busca que en el diseño de la propuesta formativa se considere en forma detallada, cual será el público objetivo, los objetivos de formación, el plan de trabajo para el desarrollo de la formación, así como los elementos de evaluación que darán cierre la proceso, permitiendo lograr una retroalimentación al final del mismo.

Estas fases responden a las necesidades de formación planteadas bien sea por la organización o por el grupo de directivos a los cuales se va dirigir, Incluso en los planes de formación de habilidades y competencias profesionales, se hace necesario recurrir a modelos más experienciales y vivenciales que permita tener un acercamiento al desarrollo de estas.

Figura 3. Fases del diseño.





Fases del diseño Plan de formación Indoor - Outdoor Training. Construcción propia.

Ahora bien, dentro de los factores a considerar, se debe tener presente las bases que fundamentan la educación experiencial, como factor determinante que permite suponer el logro del objetivo propuesto para la formación por medio de los elementos de educación experiencial, entendiendo que esta: “ocurre cuando los individuos se involucran en algunas actividades, reflexionan críticamente sobre estas, derivan descubrimientos útiles de este análisis e incorporan los resultados a través de un cambio en el entendimiento y/o en el comportamiento”. (Cardozo Giraldo, 2007)

Siendo así, la educación experiencial hace énfasis en los momentos en los cuales los participantes hacen reflexiones críticas sobre las actividades que se realicen e incorporan dichas reflexiones a su vida profesional y personal.

El Momento de Aprendizaje

Para alcanzar el éxito en un plan de formación, con metodologías de experienciales se debe buscar establecer una relación entre los objetivos que se pretenden lograr y la forma y contenido que las actividades propuestas para tal fin aporten al cumplimiento de los presupuestado dentro de la formación, de forma que haya plena correlación entre ambos escenarios, teniendo presente, las necesidades particulares y generales conocidas por del equipo en formación.

El desarrollo de un programa de formación en educación experiencial busca que durante los espacios de formación, aquellos que participan establezcan equipos de trabajo de características heterogéneas y multidisciplinarias en los cuales se involucre, de forma diferente la generación de aprendizajes mediante una respuesta estratégica a la solución de las situaciones planteadas, teniendo en cuenta que las conclusiones van dirigidas al reforzamiento de las habilidades gerenciales, que posteriormente les va a servir como elemento de transferencia para aplicar en el equipo de trabajo donde desarrollan las actividades laborales.

La respuesta entonces del equipo conformado tiene relación directa con la forma de abordar los problemas desde las operaciones o procesos utilizados, hasta la concepción de las actitudes que cada uno de sus integrantes asume, facilitando así a que cada uno de sus participantes haga parte activa del proceso de capacitación, donde su compromiso hace que se logre el éxito en el programa, tal como lo muestra la figura 3.

Operaciones:

- Ser interactivo
- Toma de decisiones
- Inteligencia
- Comunicación
- Motivación



Actitudes:

- Poder de sensibilización
- Liderazgo
- Capacidad de escucha
- Valentía



Exito del programa

Elementos de Éxito. Construcción propia.

Es determinante para el logro de los objetivos contar con la participación activa de las personas que hacen parte del programa de formación, teniendo en cuenta que en muchos momentos del mismo proceso deben recurrir para la realización de las



actividades propuestas a poner al descubierto comportamientos que pocas veces utilizan en los espacios de trabajo

Para lograr esto se requiere contar con la disposición, actitud y motivación necesaria para que quienes participan en la formación (generalmente adultos) aprendan, y en tal caso puede ser necesario sacar al participante de su ambiente natural de trabajo. Implicando con esto moverlo de su área de confort o de comodidad y llevarlo a un área de reto personal (aspecto que posiblemente desconoce), donde puede sacar mejor provecho de su posición como aprendiz. En esta zona particular es donde se dan los aprendizajes aprovechando las actitudes que evidencie en el programa formativo. (Figura 4).

Es en esta área donde el participante dispone de toda su atención para hacer parte activa del proceso descubriendo la solución de los problemas metafóricos que son planteados, y al mismo tiempo permite a los facilitadores reconocer elementos o comportamientos en los cuales los participantes salen de la conformidad, permitiendo actuar bajo reto, generando de esta forma comportamientos que ayudan a la generación de conocimientos. Aquí, es donde se tiene disposición total a participar activamente del juego desde su propia vivencia, permitiendo captar el conocimiento de forma rápida y que le ayude a interiorizar los aprendizajes en las áreas de atención.



Fuente Mark Tuson, citado por (Ferranti, 2010)



En el Mundo

Este esquema tiene relevancia en la actividad experiencial o vivencial, ya que los participantes puedan captar, relacionar y aplicar diferentes habilidades para el desarrollo de su vida profesional utilizando herramientas que lleven a la reflexión tanto personal como grupal y donde el facilitador interviene como guía y como corrector de los errores, actitudes y conceptos que el participante demuestre. “Una reflexión desestructurada podría hacer divagar al grupo y no llegar a ninguna conclusión útil.” (Assens, 2002)

Conclusiones

Las habilidades gerenciales son “herramientas” que requieren identificarse, pulirse y entrenarse con el fin que puedan ser usadas por los directivos en el manejo de los equipos de trabajo que tenga a cargo y que por medio de ellos pueda lograr los objetivos propuestos.

Definir cuál es el programa de formación más adecuado para el desarrollo de cada habilidad posiblemente no sea una tarea fácil de conseguir, por lo tanto hay que definir la forma más adecuada para determinar cuáles son los objetivos, alcances y tiempos de los programas de formación en los cuales sea necesario contar con la participación de las personas objeto de la formación.

La formación dirigida al desarrollo de habilidades gerenciales en directivos de cualquier nivel de las organizaciones bien sea en modalidad indoor o outdoor, debe pretender ayudar a la solución de los posibles problemas que se pueden presentar por no tener una buena consolidación del puesto del trabajo.

La utilización del juego como herramienta en la formación en educación experiencial, no implica que deba estar ausente de seriedad, es precisamente el asumir con seriedad los componentes del juego, los que ayudan a que el proceso de reflexión apunte al cumplimiento de los objetivos de la formación.

Bibliografía

Alles, M. A. (2006). Selección por competencias. Buenos Aires: Garnica.

Assens, J. (2002). "Outdoor Training". Fiasco o revolución. Capital Humano, 44-53.

Cardozo Giraldo, L. I. (2007). Diploma en Educación Experiencial. En L. I. Cardozo Giraldo, Diploma en Educación Experiencial. Medellín: Editorial Universidad de Antioquia.

Chiavenato, I. (2011). Administración. Teoría, proceso y práctica. Bogotá: McGraw-Hill Interamericana S. A.

Chotguis, J. (s.f.). <http://www.logisticareversa.net.br>. Recuperado el 1 de 12 de 2012, de <http://www.logisticareversa.net.br/uploads/1/6/3/0/1630201/andragogia.pdf>

Comellas, M. J. (2000). La formación competencial del profesorado: formación



En el Mundo

continuada y nuevos retos organizativos. *Educación*, 27, 78-101.

Delors, J. (1997). *La educación encierra un tesoro*. Madrid: Santillana.

Fernández Sánchez, E. (2012). *Administración de Empresas. Un enfoque interdisciplinar*. Madrid: Paraninfo.

Ferranti, A. (2010). De la formación in aula a la formación outdoor. En Blanco Belda, Formación de Directivos. Evolución y nuevos retos de los modelos formativos (págs. 91-115). Madrid: Aedipe Centro.

Hellriegel, D., Jackson, S., & Slocum Jr, J. (2007). *Administración. Un enfoque basado en competencias*. México: Thomson Editores S. A.

Marcheti, A. P., Ferroni, M. S., & Oliveira, N. S. (02 de Enero de 2002). Projeto Pedagógico. Recuperado el 01 de Noviembre de 2012, de <http://www.pp.ufu.br/Cobenge2001/trabalhos/MTE128.pdf>

Mosley, D. C., Megginson, L. C., & Pietri, P. H. (2005). *Supervisión*. México: Thomson.

Paez Gabriunas, I. (2005). Competencias para el liderazgo gerencial. En G. Calderón Hernández, & G. A. Castaño Duque, *Investigación en Administración en América Latina. Evolución y resultados* (págs. 357-375). Manizales: Universidad Nacional de Colombia. Sede Manizales.

Robbins, S. P., & Coulter, M. (2005). *Administración*. México: Pearson educación. Sagi-Vela Grande, L. (s.f.). *Gestión por competencias. El reto compartido del crecimiento personal y de la organización*. Madrid: Gráficas Dehon.

Santos, J. C. (15 de 04 de 2011). [www.administradores.com.br](http://www.administradores.com.br/informe-se/artigos/habilidades-e-competencias-gerenciais/54250/). Recuperado el 25 de 10 de 2012, de [www.administradores.com.br](http://www.administradores.com.br/informe-se/artigos/habilidades-e-competencias-gerenciais/54250/): <http://www.administradores.com.br/informe-se/artigos/habilidades-e-competencias-gerenciais/54250/>

Tejada Fernández, J. (1999). Acerca de las competencias profesionales. *Revista Herramientas*, núm. 56, 20-30.

Whetten, D. A., & Cameron, K. S. (2011). *Desarrollo de habilidades directivas*. Mexico: Pearson Education.

Yturalde, E. (2011). *Manual & Vademecum. Aprendizaje Experiencial*. Bogotá.



Testimonio desde mi Profesión

Mercados Locales en el Escenario de Posconflicto en Colombia

Leydy Johana Restrepo

Resumen

El artículo tiene como propósito motivar la reflexión sobre los mercados locales como alternativa que se puede implementar para reactivar las zonas rurales de Colombia, que por consecuencia del conflicto armado se vieron afectas en su economía y desarrollo social, asumiendo así la necesidad del apoyo de los entes gubernamentales, la inversión en infraestructura, vías de acceso y capacitación, y especialmente el compromiso de los consumidores comprando productos locales. Es también crucial involucrar en este proceso a las diferentes organizaciones comprometidas en la recuperación del tejido social, para el afianzamiento de la producción familiar y la recuperación de sus tierras.

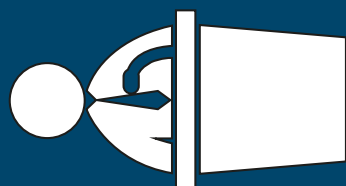
Abstrac

The article's purpose is to motivate reflection about the local markers as an alternative that could be implemented to reactivate rural areas in Colombia, that as a consequence of the armed conflict were affected in their economy and social development, assuming the need of support of government support, the investment and infrastructure, access roads and education, and specially the commitment of the consumers, buying local products. It is also crucial to involve the different organizations in this process and commit them to the recovery of the social fabric to secure the family production and the recovery of their land.

Introducción

El tema objeto de este artículo deriva del trabajo de grado de pregrado realizado en la modalidad de asistente de investigación, vinculado al proyecto: Metodologías y enfoques para crear mercados locales en zonas de más afectación del conflicto, realizado por el grupo Sumar de la facultad de Ciencias Empresariales. La tarea como asistente ha sido el rastreo documental del concepto principal de la investigación, los mercados locales y esto ha permitido valorar la relevancia de estos mercados, que han





Testimonio desde mi Profesión

sido abandonados o relegados en la mirada disciplinar de las ciencias administrativas dada una orientación a los mercados externos. Ahora bien, los mercados locales no son un modelo antiguo o atrasado, se ubican más bien en la dimensión de lo glocal, es decir cuando se hace un relanzamiento de lo local, de lo interno, utilizando de forma adecuada los recursos naturales, tecnológicos, intelectuales; que llevan a la comunidad, a un grupo de personas a un individuo a pensar en lo global, adaptando cada entorno a las características propias que diferencien su producto a la demanda local, global y mundial. (Carvajal, 2007).

A continuación entonces se presentará de manera sintética una aproximación al concepto de mercado local.

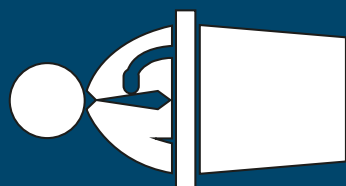
Mercado Local

El mercado local puede entenderse como la transacción de bienes o servicios que se producen y comercializan dentro de un entorno específico, en donde los clientes o consumidores se ubican en el mismo espacio, facilitando la infraestructura necesaria como es el transporte y empaque; eliminando la intervención de terceros, minimizando devoluciones o pérdidas por calidad y buscando rentabilidad para las



partes. El mercado local proporciona información importante que facilita el equilibrio entre la oferta y la demanda; aquí se conoce quién produce, como produce, que cantidad produce y en que ciclos o periodos produce; así mismo quien compra y el destino final del producto.

Dentro de los mercados locales es importante que la cultura y las tradiciones se mantengan a lo largo del tiempo, para generar las condiciones necesarias de vínculos sociales y sostenibilidad económica que hace viable al mercado local, por tal motivo es sustancial pensar en la gestión de la biodiversidad nativa a partir de la cual se generan procesos de recolección, producción, procesamiento y comercialización de productos o servicios (servicios ambientales, ecoturismo, entre otros) a partir de principios de conservación ambiental. Desde esta perspectiva de biocomercio, los mercados locales tienen el potencial de desarrollo que se demanda en el escenario de postconflicto, “es una opción atractiva para comunidades que necesitan reinventar su producción, recuperar su tejido social, institucional y de toma de decisiones” (Baena, 2015, p.1).



Testimonio desde mi Profesión

Dentro de las actividades económicas que se debe de tener en cuenta para el fortalecimiento del campo y de los municipios más golpeados por la violencia es el turismo, son múltiples los atractivos culturales, religiosos, naturales y tradicionales llamativos en las regiones que por la problemática vivida fueron marginados por visitantes propios y extranjeros. Es hora de reabrir y reinventar el factor turismo como nuevas alternativas de crecimiento económico.

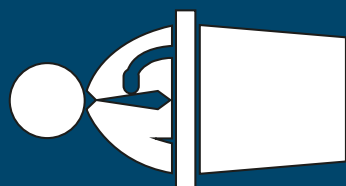
Hoy día se encuentra, aparte de lo mencionado anteriormente, en la gastronomía un ítem importante para que los atractivos de los municipios sea cada vez más fuerte, productos fabricados con insumos de cada región, con mano de obra propios y con innovación facilitando la expansión y sean tenidos en cuenta en los sitios a visitar para los turistas. (Portafolio, 2017).

En el sentido de profundizar en una estrategia de mercados locales, es relevante plantear que el desarrollo de los mercados locales en Colombia se enfrenta al reto de pocos incentivos para los implicados, la falta de normas y leyes reguladoras son otra piedra en el zapato que hacen que la implementación de los proyectos sean lentos y poco llamativos para los labriegos. (Baena, 20015). Sin embargo en Colombia la política de empleo para el posconflicto se enfocará principalmente en el fortalecimiento de las economías locales para la incorporación de las víctimas en el mercado laboral. (Portafolio, 2016)

La falta de recursos para los indígenas y todas las poblaciones afectadas por el conflicto armado, que en alguna medida se deriva de la corrupción es uno de los retos para dinamizar el campo colombiano. Ahora bien, está arraigado en la cultura, el criterio de compra centrado en el precio, por lo que es común escuchar frases como ¿Para que pagar cien mil pesos por un sombrero original, si puedo obtener una réplica por veinte mil? Ante estas ideas, es necesario profundizar en estrategias de mercadeo social desde criterios de comercio justo y consumo responsable, que establezcan valor económico, social y cultural a los productos locales.

El campo durante el conflicto armado, fue el más golpeado por los grupos insurgentes, es hora de invertir y apoyar las iniciativas rurales, tanto para las víctimas como para excombatientes, creando oportunidades para la reconciliación y la paz desde la economía.





Testimonio desde mi Profesión

Se habla de muchos beneficios que se otorgaran a los campesinos para mejorar la calidad de vida, subsidios familiares, salud, educación, entre otros, se debe pensar también en los ingresos. Si bien la legislación laboral es una para todo el país, en el campo la realidad es otra, en su mayoría los finqueros tienen pequeñas parcelas y si contratan colaboradores es por tiempos cortos, y sin prestaciones sociales, trabajan por jornal en jornadas hasta de diez (10) horas diarias- (Gerencie.com, 2017)

Conclusiones

Existe una gran brecha entre la población urbana y rural, o mejor una gran desigualdad, la segunda con mucho menos oportunidades, así que el postconflicto puede convertirse en el escenario para las transformaciones necesarias, como paso en Perú años atrás.

La inversión en el campo es la mejor opción para convertir un mercado tradicional, en local y rentable para toda la población campesina, se deben buscar instrumentos de fortalecimiento, capacitación y mano de obra calificada, identificar las necesidades de las localidades para así poder implementar el plan de mercado acorde a la ubicación, producción y número de habitantes, con insumos cada vez más sanos y menos tóxicos para el medio ambiente, lo que garantizara sostenibilidad en el tiempo, tierras más productivas y productos con mayor calidad.

El compromiso debe ser no solo del productor; los consumidores, gobernantes, empresarios y academia harán parte fundamental del proceso si se quiere un campo sano, en paz y con sostenibilidad económica.

Los proyectos deben ser de inversión general, es decir se deben tener en cuenta además de la educación, capacitación e insumos, todo lo relacionado con las vías de acceso, infraestructura, transporte, publicidad, de manera que se logren resultados en un corto plazo y no dar pie a incredulidad e insatisfacción de los involucrados.

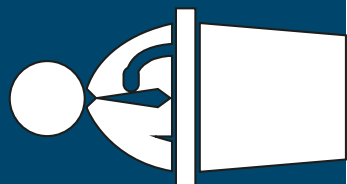
Bibliografía

Allende, J. (s.f.). <http://ibaiarte.com/argitalpenak/mercados-locales-tradicionales-y-sostenibilidad-territorial/>.

Baena, J. M. (22 de Julio de 2015). <https://www.elespectador.com/noticias/medio-ambiente/biocomercio-una-salida-el-posconflicto-articulo-574415>. Obtenido de Carvajal, B. A. (2007). Desarrollo y cultura, Elmrntos para la reflexión y la acción. Santiago de Cali: Universidad del Valle.

Craviotti, C. (22 de Mayo de 2015). http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1515-59942015000300001&lng=es&nrm=iso&tlng=es. Gerencie.com. (9 de Noviembre de 2017). <https://www.gerencie.com/obligaciones-laborales-de-los-agricultores.html>.

Lopez, S. J. (05 de Octubre de 2015). https://scielo.conicyt.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0718-65682017000200211&lng=es&nrm=iso&tlng=es.



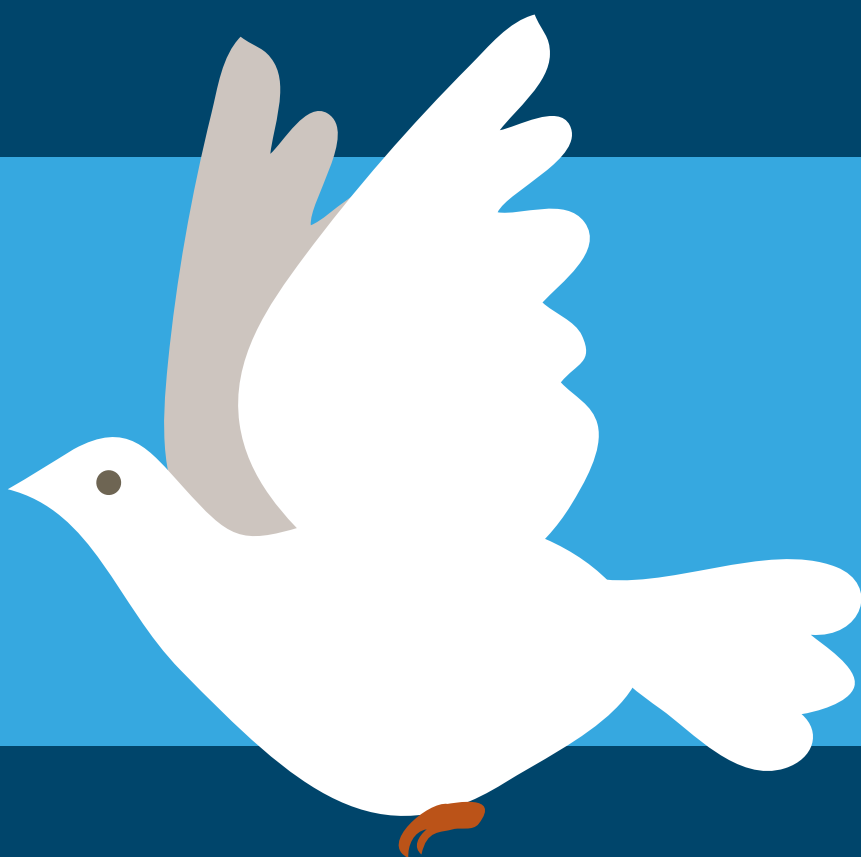
Testimonio desde mi Profesión

Portafolio. (26 de Septiembre de 2016). <http://www.portafolio.co/economia/el-agro-es-la-gran-esperanza-500563>.

Portafolio. (24 de Septiembre de 2017). <http://www.portafolio.co/economia/el-turismo-motor-del-pib-en-tiempos-de-posconflicto-510019>.

Tracey, w. J. (2004). <http://www.fao.org/docrep/007/y4851s/y4851s00.htm>.

La
Paz



La Paz





Disfruto Investigar

Competencias en investigación de los docentes de dos Instituciones Universitarias de la ciudad de Popayán.

Competences in research of the teachers of two University Institutions of the city of Popayán.

Autores: Elizabeth Roldán González¹, Nohra Ximena Astaiza Bravo², Carlos Iván Salazar Villamarín³, Lida Bisney Montenegro Delgado⁴, Catalina María Vallejo⁵

RESUMEN

Introducción: Se realizó un estudio en dos Instituciones de educación superior de la ciudad de Popayán, cuyo objetivo principal fue identificar en los docentes (tiempo completo, medio tiempo y hora cátedra) su percepción del dominio de competencias genéricas y técnicas en

¹ Docente Investigadora, Grupo de investigación Fisioter, Programa de Fisioterapia. Fundación Universitaria María Cano, sede Popayán. Mg en Educación, Mg. en Neurorehabilitación. E-mail: elizabeth.roldan@fumc.edu.co

² Fisioterapeuta. Magister en Innovación para el desarrollo empresarial del Instituto tecnológico de Monterrey. México. Investigadora externa. E-mail: nastaizabravo@gmail.com.

³ Fisioterapeuta. Magíster en salud pública. Docente Investigador Grupo de investigación Fisioter, Programa de Fisioterapia Fundación Universitaria María Cano, sede Popayán. carlosivansalazarvillamarin@fumc.edu.co

⁴ Fisioterapeuta. Egresada Fundación Universitaria María Cano, sede Popayán.

⁵ Fisioterapeuta. Egresada Fundación Universitaria María Cano, sede Popayán.

investigación. Metodología: Investigación desarrollada bajo el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, tipo descriptivo, de corte transversal; se aplicó el instrumento para la evaluación de las competencias genéricas y técnicas según modelo Leticia Prieto de Alizo & Ligia Pirela de Faria (2006), a 101 docentes de 6 programas académicos (Fisioterapia, Derecho, Contaduría pública, Administración de Empresas, Psicología e Ingeniería de sistemas, mediante un muestreo intencional. Resultados: La mayoría de los docentes refieren contar con competencias tanto de tipo genérico (en un 80% con notas autoasignadas superiores a 4), como técnico (95% con notas por encima de 3,5) en investigación (en todos los casos con niveles por debajo de las que declaran como esperados). Sin embargo, al cruzar la información con la producción académica en los CvLAC, no hay producción que lo respalde. Las competencias técnicas son las de más bajos promedios (aunque la mayoría evaluadas con promedio por encima de 3,5), destacándose la competencia en el dominio de inglés, única evaluada como insuficiente con una nota de 2,96. Conclusiones. Los docentes de las 2 Instituciones declaran poseer competencias genéricas para investigar, pero debilidades en las competencias técnicas. La producción y participación en grupos de investigación es mínima.

ABSTRACT

Introduction: A study was carried out in two private higher education institutions in the city of Popayán, whose main objective was to identify in teachers (full time, part time and required time) their perception of the domain of generic and technical skills in research. **Methodology:** Research developed under the quantitative approach, non-experimental design, descriptive type, cross-sectional; the instrument for the evaluation of generic and technical competences according to Leticia Prieto de Alizo & Ligia Pirela de Faria model (2006) was applied to 101 teachers from 6 academic programs (Physiotherapy, Law, Public Accounting, Business Administration, Psychology and Engineering (80% with self-assigned scores of more than 4), and technical (95% with grades above 3.5) in research (in all cases with levels below those declared as expected), however, when crossing the information with academic production in the CvLAC, there is no production that supports it. Technical competences are those with lower averages (although the majority evaluated with an average of over 3.5), with emphasis on proficiency in the English language, which was rated as insufficient with a score of 2.96. The teachers of the 2 Institutions declare that they have generic competences to investigate, but weaknesses in the technical competences. Production and participation in research groups is minimal.

Palabras Clave: Competencias, Investigación, Docentes, Educación Superior.

Keywords: Competences, Investigation, Teachers, Higher Education.

INTRODUCCIÓN

Las competencias han adquirido una relevancia especial en diversos sectores de la actividad social en los últimos años, en particular en el ámbito laboral y educativo. (Contreras, José Lino, 2011). La adopción del enfoque de competencias en la educación superior nace de la necesidad de responder más adecuadamente al cambio social y tecnológico, como también a la organización del trabajo para adaptarse al cambio (Hawes G, y Ciorvalan, O. 2005). Se ha convertido además en un enfoque que se hace preciso estudiar, comprender y aplicar en el entendido que es el enfoque educativo definido como eje central de la política y sistema educativo colombiano en sus diversos niveles, además, porque las competencias son la orientación fundamental de diversos proyectos internacionales de educación, como el Proyecto Tuning de la Unión Europea o el proyecto Alfa Tuning Latinoamérica. En éste orden de ideas, además, las competencias constituyen la base fundamental para orientar el currículo, la docencia, el aprendizaje y la evaluación desde un marco de calidad en las Instituciones de Educación (*para éste caso las de nivel Universitario*), ya que brinda principios, indicadores y herramientas para hacerlo, más que cualquier otro enfoque educativo

(Tobón, 2006, p. 1), muy a pesar de todas las críticas que al mismo se le han dirigido.

Se considera que el término competencia profesional se centra en la posibilidad de activar en un contexto laboral específico, los saberes que pueda poseer un individuo para resolver óptimamente situaciones propias de su rol, función o perfil laboral. (Echeverría, 2002) nos indica que para desempeñar eficientemente una profesión “es necesario saber los conocimientos requeridos por la misma” (componente técnico) y, a su vez, “un ejercicio eficaz de estos necesita un saber hacer” (componente metodológico), siendo cada vez más imprescindible e importante en este contexto laboral en constante evolución “saber ser” (componente personal) y “saber estar” (componente participativo). El mismo autor afirma que la competencia de acción profesional “implica, más que capacidades y conocimientos, la posibilidad de movilizar los saberes que se aprenden como resultado de la experiencia laboral y de la conceptualización y reconceptualización diaria que la persona lleva a cabo en su trabajo, sumando y mezclando permanentemente nuevas experiencias y aprendizajes” (citando a Le Boterf, 2001: 92), aumentando “su capacidad para solucionar situaciones contingentes y problemas que surjan durante el ejercicio del trabajo” (citando a Valverde, 2001: 33-30).

Disfruto Investigar

Toda actividad exige la presencia de un número variado de competencias para ser realizada con calidad. Las competencias son características subyacentes en las personas causalmente relacionadas con un estándar de efectividad y/o performance superior en un trabajo o institución, siendo características fundamentales de los seres humanos que indican "formas de comportamiento que generalizan diferentes situaciones y duran por un largo periodo de tiempo (Spencer, Lyle M. y Spencer, Signe M, 1993).

Hablar de las competencias que un docente debe desarrollar o poseer es un tema novedoso y específicamente para los docentes que en la educación superior se dedican a la investigación; éstas cobran importancia porque para realizar una investigación es necesario que la persona tenga dominio sobre la comprensión y análisis de los componentes empírico, teórico y metodológico que intervienen en el proceso. Para la presente investigación se consideraron fundamentalmente las competencias genéricas que describen fundamentalmente conocimientos, habilidades, actitudes y valores, indispensables en la formación de los sujetos que se despliegan y movilizan desde los distintos saberes; su dominio apunta a una autonomía en el ámbito del aprendizaje como de su actuación individual y social; y las competencias técnicas que pueden definirse como los requisitos de conocimientos y experiencia que demanda el trabajo, el cual puede haberse obtenido por educación formal, por el ejercicio de sus funciones o por ambas, se concreta en procedimientos

prácticos, técnicos, conocimientos y experiencia (MEN 2009; SEP-Mexico,2010).

METODOLOGIA

METODO: el presente estudio se desarrolló bajo el enfoque cuantitativo, diseño no experimental, tipo descriptivo, de corte transversal con el fin de identificar en los docentes (tiempo completo, medio tiempo y hora cátedra) de dos instituciones, una del sector público y otra perteneciente al sector de la economía solidaria, su percepción sobre su dominio de competencias genéricas y técnicas en investigación. La recolección de la información se realizó a través de la aplicación de un instrumento para la evaluación de las competencias genéricas y técnicas según modelo Leticia Prieto de Alizo y Ligia Pirela de Faria (2006), basado en los aportes teóricos de Hay Group (1996), Leboyer (1997) y Sanabria (2004), el cual ha sido validado y utilizado en investigaciones de países latinoamericanos.

POBLACION Y MUESTRA: La población para el estudio fue 135 profesionales que constituyen la totalidad de los docentes de las dos Instituciones de Educación superior participantes de 6 programas académicos (fisioterapia, derecho, contaduría pública, administración de empresas, psicología e ingeniería de sistemas. Se estimó la muestra con

un NC 95%, E=5%; PE=50% quedando establecida en 101, de los cuales se verificó que la totalidad cumplieran con los criterios de inclusión, que establecían: estar vinculados laboralmente con las IES, que aceptaran participar en la investigación. El único criterio de exclusión es que no diligenciaran en su totalidad el instrumento. Se realizó un muestreo intencional, asignando a cada programa un número de unidades muestrales proporcional a su tamaño.

Las fuentes primarias fueron los docentes participantes y entre las secundarias se consideraron: la hoja de vida del Docente y CvIac de los investigadores, Banco de proyectos y registros existentes desde las oficinas de coordinación de Investigaciones y Decanaturas de los diferentes programas de pregrado.

RESULTADOS:

Las características sociodemográficas presentan una población, adulta joven, con una edad promedio de 39 años (DE: 9,5), el 83,1% se encuentran en rangos de edades menores de 50 años. Las personas más jóvenes pertenecen al programa de Fisioterapia y los de mayor edad se encuentran en el programa de Derecho. Predominio del género masculino con un 59,4%. Con relación al tipo de vinculación de los docentes objeto de estudio, se encontró que predomina el tipo de vinculación tipo hora cátedra con el 47,5% seguido de tiempo completo con el 41,6% y un 10,9 de medio tiempo. Estos resultados,

Disfruto Investigar

aunque no son determinantes para establecer las competencias investigativas de los docentes, si pueden ser un factor determinante en el tiempo de dedicación a la investigación realizada al interior de las instituciones donde se está desarrollando este estudio. Se conoce que un alto porcentaje de dedicación del tiempo de los docentes medio tiempo y tiempo completo es asignados directamente al proceso de docencia; la mayoría de docentes (47,5%) cuya vinculación es tipo hora cátedra, seguramente no realizan ningún tipo de investigación, o por lo menos no para las instituciones en las que se realizó el estudio, lo cual pudo identificarse al revisar producción investigativa en éste subgrupo.

Las personas que tienen mayor experiencia en investigación (6 años en adelante), se encuentran en los rangos de 30 a 39 años y de 40 a 49 años con un 8,9%. Se encontró que el 60,4%, de los docentes manifiestan haber realizado entre 1 a 3 investigaciones; y el 14,9% manifiestan que posterior a su proyecto de grado no han realizado ninguna investigación. El 78,2% de los docentes han asesorado proyectos de investigación, de los cuales el programa que más ha realizado este proceso es el de Fisioterapia con el 18,8% de los docentes, seguido del programa de derecho con el 17,8%. Se También se encontró que el 53,5% de los docentes pertenecen a grupos de investigación categorizados en Colciencias; el 33,6% pertenece a grupos categoría D; solo un docente pertenece a un grupo categoría A; El 46,5% no pertenecen a ningún grupo de investigación.

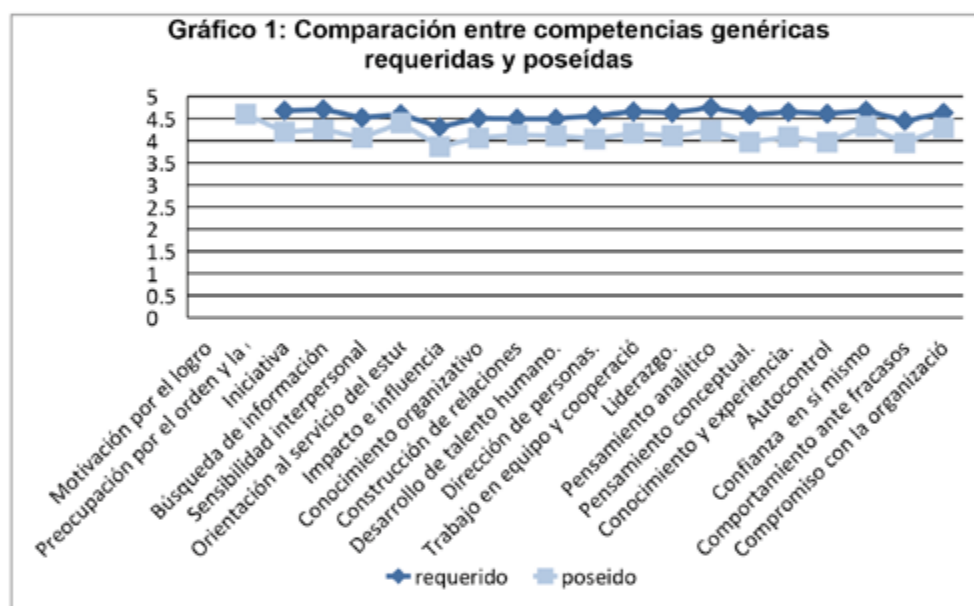
Los resultados arrojados muestran como el 73,3% de la población participante no ha escrito libros o capítulos de libros como producto de sus investigaciones, seguido por los que han escrito de 1 a 3 con un porcentaje de 23,8%. Es de resaltar que tan solo el 1% de la población ha publicado más de 6 libros o capítulos de libros como producto de sus investigaciones. Las personas que han participado como ponentes en eventos científicos son tan solo el 26,7% de la población total, lo cual pone en evidencia bajos niveles de producción intelectual en los docentes estudiados.

TABLA 1: Competencias genéricas requeridas y poseídas por los docentes.

COMPETENCIAS GENERICAS	Grado Requerido		Grado Poseído	
	Media	Des T.	Media	Des T.
Motivación por el logro	4,71	0,67	4,3	0,52
Preocupación por el orden y la calidad	4,65	0,58	4,6	0,584
Iniciativa	4,68	0,528	4,2	0,679
Búsqueda de información	4,71	0,572	4,25	0,654
Sensibilidad interpersonal	4,52	0,687	4,07	0,697
Orientación al servicio del estudiante	4,6	0,679	4,4	0,649
Impacto e influencia	4,31	0,892	3,87	0,902
Conocimiento organizativo	4,51	0,716	4,06	0,822
Construcción de relaciones	4,5	0,856	4,13	0,796
Desarrollo de talento humano.	4,5	0,702	4,11	7,6
Dirección de personas.	4,56	0,67	4,04	0,706
Trabajo en equipo y cooperación	4,66	0,605	4,17	0,664



Liderazgo.	4,63	0,644	4,11	0,72
Pensamiento analítico	4,75	0,537	4,23	0,705
Pensamiento conceptual.	4,58	0,667	3,97	0,608
Conocimiento y experiencia.	4,65	0,67	4,09	0,665
Autocontrol	4,61	0,692	3,97	0,806
Confianza en sí mismo	4,68	0,599	4,33	0,75
Comportamiento ante fracasos	4,45	0,741	3,95	0,792
Compromiso con la organización.	4,63	0,612	4,29	0,698



Fuente: Elaboración propia

En el grafico 1 se observa la comparación de las competencias genéricas poseídas y requeridas, presentándose una calificación mayor para el grado requerido que para el grado poseído. El grado requerido de estas competencias fue calificado entre 4,31 y 4,75, y el grado

poseído se encontró en una calificación entre 3,87 y 4,6. La mayor diferencia entre el grado poseído y el grado requerido se presenta en el autocontrol, con 0,64; factor a tener en cuenta por las directivas de las universidades estudiadas. Seguida de esta competencia se encuentra pensamiento conceptual, con 0,61 de diferencia.

La competencia calificada como la menos requerida fue impacto e influencia (4,31), y la más requerida fue el pensamiento analítico (4,75). La competencia calificada como la mayor poseída fue preocupación por el orden y la calidad (4,6), y que tuvo el menor grado poseído fue impacto e influencia (3,87).

TABLA 2: Competencias técnicas requeridas y poseídas por los docentes.

COMPETENCIAS TECNICAS	Grado Requerido		Grado Poseído	
	Media	Des T.	Media	Des T.
Conocimiento de las etapas de la investigación.	4,65	0,685	3,83	0,949
Habilidad para identificar problemas de investigación	4,6	0,618	3,77	0,859
Habilidad para plantear problemas de	4,65	0,623	3,81	0,924

Disfruto Investigar

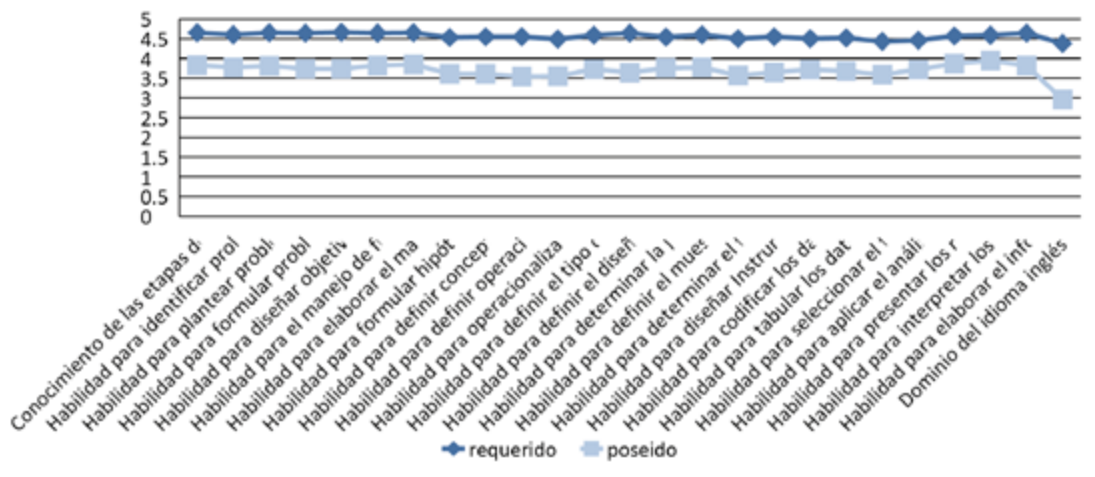
investigación.				
Habilidad para formular problemas de investigación	4,64	0,657	3,74	0,913
Habilidad para diseñar objetivos de investigación	4,66	0,697	3,74	0,868
Habilidad para el manejo de fuentes de información	4,64	0,642	3,82	0,841
Habilidad para elaborar el marco teórico	4,65	0,639	3,85	0,876
Habilidad para formular hipótesis de investigación	4,53	0,701	3,61	0,871
Habilidad para definir conceptualmente las variables de investigación	4,55	0,714	3,61	0,905
Habilidad para definir operacionalmente las variables de investigación	4,55	0,728	3,54	0,911
Habilidad para operacionalizar las variables de investigación	4,49	0,782	3,55	0,889
Habilidad para definir el tipo de investigación	4,59	0,751	3,73	0,915
Habilidad para definir el diseño de la investigación	4,64	0,687	3,64	0,955
Habilidad para determinar la población de la investigación	4,54	0,686	3,76	0,918
Habilidad para definir el muestreo a utilizar en la investigación	4,6	0,722	3,77	0,904
Habilidad para determinar el tamaño de la muestra	4,5	0,783	3,57	0,963

Disfruto Investigar

Habilidad para diseñar Instrumentos de medición	4,55	0,728	3,65	0,921
Habilidad para codificar los datos de la investigación	4,5	0,808	3,72	0,896
Habilidad para tabular los datos de la investigación	4,52	0,743	3,68	0,927
Habilidad para seleccionar el tipo de análisis a aplicar a los datos de la investigación	4,43	0,817	3,59	0,961
Habilidad para aplicar el análisis de los datos de la investigación	4,46	0,781	3,72	0,873
Habilidad para presentar los resultados de la investigación	4,57	0,726	3,87	0,934
Habilidad para interpretar los resultados de la investigación	4,59	0,764	3,95	0,841
Habilidad para elaborar el informe de investigación	4,64	0,657	3,82	0,899
Dominio del idioma inglés	4,38	0,915	2,96	1,166



Gráfico 2: comparación entre competencias técnicas requeridas y poseídas



Fuente propia de la investigación

En el gráfico 2 se observa la comparación de las competencias técnicas requeridas y poseídas, en las cuales al igual que en las competencias genéricas, se presenta una calificación más alta para el grado requerido, el cual fue calificado entre 4,38 y 4,66, mientras que el grado poseído se encontró entre 2,96 y 3,95. Cabe anotar que ninguna competencia técnica obtuvo calificación mayor de 4 en el grado poseído. La mayor diferencia entre el grado poseído y el grado requerido se presenta en el dominio del idioma inglés, con una diferencia de 1,42. Se debe tener en cuenta que esta competencia también fue la que obtuvo menor calificación en el grado poseído, con solo 2,96.

La competencia calificada como la más poseída fue habilidad para interpretar los resultados de la investigación con una calificación de tan solo 3,95, lo cual hace reflexionar sobre las bajas competencias investigativas presentes en los docentes de la IES con sede en Popayán, con el fin de tomar las medidas necesarias para corregir esta falencia.

DISCUSIÓN

La presente investigación se dirigió a identificar el nivel de las competencias genéricas y técnicas en investigación en los docentes de dos IES. Se encontró una población de profesores adultos jóvenes entre 24 y 64 años (Prom: 39 años), similar a los resultados obtenidos en el estudio de Pírela de Farías y Prieto de Alizo (2006), en el cual reporta edades que oscilan entre 28 y 56 años, con un promedio de edad de 42 años (DE: 7 años).

Con respecto al género, al tipo de vinculación, al tiempo de experiencia en investigación, y a la producción investigativa se encontró discrepancia entre estos dos estudios ya que, en el presente, el género predominante es el masculino (59,4%) mientras que en el estudio de Pírela de Farías y Prieto de Alizo el género predominante es el femenino (77,8%); así mismo, mientras en el estudio de Popayán los docentes en su gran mayoría (50,5%), cuentan con poca experiencia en investigación (de 1 a 3 años), el estudio de los docentes de la

Disfruto Investigar

Universidad de Zulia reporta un promedio de tiempo de experiencia de 19 años. La producción investigativa es baja en los docentes de Popayán: el 60,4% de los docentes ha realizado entre 1 a 3 investigaciones, (aunque un 24,8% han participado en más de 3 proyectos) y han publicado libros, capítulos de libros (26,8%) y en revistas arbitradas (31,6%), con un promedio de 1 publicación. Por el contrario, los investigadores de Zulia tienen un alto nivel de producción intelectual, han realizado y publicado en promedio 6 investigaciones en revistas arbitradas, han participado en alta proporción como ponentes (96.3%) en la organización de eventos (81,5%).

El tipo de vinculación y la dedicación de los docentes también difiere ampliamente. Mientras que 77.7% los docentes de la Universidad de Zulia tienen dedicación exclusiva, el 11.1% tiempo completo, y solo el 7.4% es convencional (catedrático), en Popayán, ninguna de las Instituciones cuenta con vinculaciones de exclusividad, solo el 41,5% es de tiempo completo, el 10,8% de medio tiempo y un 47,5% son catedráticos.

La baja productividad de los docentes en Popayán podría deberse a la suma de varios factores como la poca experiencia investigativa, tipo y forma de contratación, pero emergió un comentario bastante recurrente entre los docentes frente a su poca habilidad para desarrollar productos que cumplan con los requisitos para ser publicados, o no tienen conocimiento de los mecanismos para hacerlo sin contar además, con el apoyo y colaboración de los encargados del

Disfruto Investigar

tema, con lo que se corrobora que solo un pequeño porcentaje del cuerpo docente está realizando procesos investigativos adecuados (con producto publicable). Se presenta también baja internacionalización de los procesos de investigación científica, ya que no hay evidencia de articulación con la comunidad científica internacional, con pares internacionales, aunque institucionalmente cuentan con infraestructura como sala de videoconferencias y conexión a la red de alta velocidad RENATA que favorecerían desarrollos de nuevas formas de cooperación con universidades a nivel nacional e internacional.

En otro aspecto en el que difieren éstos estudios es en el asesoramiento de proyectos de investigación, aunque la brecha es mucho menor: ya que en este estudio el 78,2% de los docentes encuestados han realizado éstas asesorías, mientras que en el estudio de Zulia un 88,9% lo han hecho. Al respecto, un estudio nacional realizado por Maldonado y Cols en 2007 en la Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD (Bogotá) reporta que solo el 66% de los tutores dirige proyectos de grado.

Con respecto a las competencias genéricas se encontró que el promedio de "grado requerido" se estableció entre 4,3 y 4,7 y el promedio de "grado poseído" se encuentra entre 3,8 y 4,4, indicador de que hay diferencias entre estos dos aspectos y deja al descubierto que los docentes perciben que no tienen competencias adecuadas para el desarrollo de procesos investigativos. En el estudio de Pírela de

Farías y Prieto de Alizo se reporta en cuanto al grado requerido promedios que oscilan entre 4,12 y 4,92 y el grado poseído un promedio entre 3,3 y 4,4, y aunque no hay amplias discrepancias entre la importancia del grado requerido entre los docentes de los dos estudios, se revela diferencia en la percepción de estos sobre sus capacidades con respecto a los requerimientos para investigar. En cuanto a las competencias técnicas en el estudio de Pírela de Farías y Prieto de Alizo se encontró que los promedios de los grados requeridos oscilan entre 4,4 y 4,9, no encontrando mayor divergencia con los reportados en el presente estudio en donde los promedios fluctúan entre 4,3 y 4,7, mostrando que la percepción de las poblaciones de ambos estudios son muy similares. Con respecto al grado requerido en el estudio referencia se plantea que los participantes consideran que los promedios de grados poseídos oscilan entre 3,2 y 4,7 y en el presente estudio se plantean promedios que fluctúan entre 2,9 y 3,9 notándose una marcada divergencia entre los dos estudios, indicador de que los participantes en este estudio consideran no tener habilidades para el desarrollo de procesos investigativos, dato que concuerda con lo reportado en un estudio sobre competencias del docente de educación básica, (Camacho, H. et al, 2008) en el cual afirma que "los docentes encuestados tienen escasas competencias para abordar procesos investigativos".

La insuficiencia de recursos humanos calificados dedicados a la investigación es actualmente el principal cuello de botella para el

desarrollo científico y tecnológico del país y las IES participantes en éste estudio, no son instituciones ajenas a esta problemática, al presentar un alto déficit de investigadores en áreas de las ciencias de interés. Esta falta de masa crítica y limitado número de investigadores con formación adecuada imposibilita o por lo menos disminuye la capacidad de desarrollar procesos de investigación y desarrollo tecnológico, así mismo, pone en riesgo la formación de éste tipo de competencias en los discentes.

CONCLUSIONES

- La experiencia en investigación y producción intelectual de los docentes de las IES participantes es baja.
- Las competencias genéricas requeridas para el trabajo de investigación, se encontraron en el nivel muy alto, mientras que las poseídas por los docentes en los niveles medio a bajo, menores que las requeridas.
- En cuanto a las competencias técnicas, el promedio de grado requerido es muy alto, y según lo reportado por los evaluados consideran que tiene promedios que oscilan entre medio-alto y medio-bajo. A diferencia de las competencias genéricas en esta se observó menores calificaciones a los diferentes ítems,

Disfruto Investigar

indicador de que no hay buenas habilidades para realizar los diferentes procesos implícitos en el desarrollo de investigaciones, especialmente lo referente al dominio del idioma inglés y escritura para publicar.

- Aspectos relacionados con un incremento en la participación en proyectos y asesoramiento de proyectos de grado, son alternativas utilizadas por los docentes y los programas para orientar el fortalecimiento de las competencias en investigación, pero esto es insuficiente y llama a reflexionar sobre las orientaciones realizadas a los trabajos.
- Cabe resaltar que el programa en el que más se reportan publicaciones, asesorías y desarrollo de proyectos es el programa de fisioterapia, seguido del programa de derecho, que a su vez son los que cuentan con mayor número de docentes de tiempo completo, factor que podría explicarlo
- El programa que se destaca en cuanto a su visibilidad a través de publicaciones en revistas indexadas de impacto es el de Fisioterapia, seguido por el programa de ingeniería de sistemas.
- Un buen indicador de las IES en Popayán es el interés de los docentes en participar en investigación, aun sin contar con tiempos asignados y la mayoría hace parte de grupos de investigación reconocidos en Colciencias.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Camacho, Hermelinda, Finol De Franco, Mineira. Marcano, Noraida. (2008) Competencias del Docente de Educación Básica. Estado de Zulia, Venezuela: Editorial Omnia. Año 14, No. 1 pp. 72

Contreras, José Lino. (2011). "Formación de competencias: tendencias y desafíos en el siglo XXI". Universitas 15. Julio/Diciembre. Pp. 109-138. Recuperado de <https://dialnet.unirioja.es/download/articulo/5968511.pdf>

Echeverría, B. (2002). Gestión de la competencia de acción profesional. Revista de Investigación Educativa, 20(1), 7-43

Le Boterf, G. (2001). Ingeniería de las competencias. Barcelona: Gestión 2000.

Hawes, G. y Corvalán, O. (2005). Construcción de un perfil profesional (Proyecto Mecsup Tal 0101). Chile: Instituto de Investigación y Desarrollo Educacional. Universidad de Talca. Recuperado de: http://www.iide.cl/medios/iide/publicaciones/revistas/Construccion_de_un_Perfil_Profesional.pdf

HayGroup (1996). Las Competencias clave para una gestión integrada de recursos humanos. (2ª Ed.) España: Ediciones Deusto S.A.

Maldonado Luis, Landazbal Diana, Hernández Juan Carlos. Ruíz, Yasbleidy, Claro, Audrey, Vanegas, Harvert, Cruz Sandra. (2007). Visibilidad y formación en investigación. Estrategias para el desarrollo de competencias investigativas Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD (Bogotá - Colombia). Studiositas. Bogotá, Colombia. 2(2): 43- 56 abril-junio.

Ministerio de Educación Nacional. Colombia. Propuesta de lineamientos para la formación por competencias en educación superior. Disponible en: www.mineducacion.gov.co/1621/articles-261332_archivo_pdf_lineamientos.pdf

Sanabria, J. 2004. ¿Qué entendemos por Producción intelectual? Recuperado de: www.unipamplona.edu.co/upw_htm_bol_inve3_qep.htm

Secretaría de Educación Pública. México. (2010) Formación Docente. Secuencias Didácticas- CNAD Pedagogía. Recuperado de:

http://148.208.122.79/mcpd/descargas/Materiales_de_apoyo_3/Delgado%20y%20Molina.%20Formaci%C3%B3n%20Docente%20P%C3%A1g.%2070-85.pdf

Pirela de Faría, Ligia, & Prieto de Alizo, Leticia. (2006). Perfil de competencias del docente en la función de investigador y su relación con la producción intelectual. *Opción*, 22(50), 159-177. Recuperado en 29 de septiembre de 2017, de http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1012-15872006000200009&lng=es&tlng=es.

Spencer, Lyle M. y Spencer, Signe M. (1993). *Competence at Work: Models for Superior Performance* New York: USA: John Wiley & Sons, Inc. ISBN: 978-0-471-54809-6

Tobón, S. (2006). Aspectos básicos de la formación basada en competencias. Talca: Proyecto Mesesup. Recuperado de <http://www.uv.mx/facpsi/proyectoaula/documents/Lectura5.pdf>

Levy-Leboyer (1997). *Gestión de las competencias*. Capellades: Gestión 2000.



Fondo Editorial
María Cano