



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL
LIBERTADOR INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
"LUIS BELTRÁN PRIETO FIGUEROA"
DIRECCIÓN DEL INSTITUTO
UNIDAD DE PUBLICACIONES

EXCLUSIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO DESDE LA MIRADA DE LAS TIC



Doménica Mabel Posso Barba

RICHAR JACOBO POSSO PACHECO
LAURA CRISTINA BARBA MIRANDA
BERTHA SUSANA PAZ VITERI
MARTHA JUDITH PEREIRA VALDEZ
XIMENA PATRICIA LEÓN QUINAPALLO
NORMA AMABILIA ORTIZ BRAVO
LUIS ENRIQUE NOROÑA CASA

EXCLUSIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO DESDE LA MIRADA DE LAS TIC

Autores

Richar Jacobo Posso Pacheco
Laura Cristina Barba Miranda
Bertha Susana Paz Viteri
Martha Judith Pereira Valdez
Ximena Patricia León Quinapallo
Norma Amabilia Ortiz Bravo
Luis Enrique Noroña Casa

**Barquisimeto, Venezuela
Enero 2022**



PUBLICACIÓN EDITADA POR:
**UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL
LIBERTADOR INSTITUTO PEDAGÓGICO DE
BARQUISIMETO
“LUIS BELTRÁN PRIETO FIGUEROA”**

**DIRECCIÓN DEL INSTITUTO
UNIDAD DE PUBLICACIONES**

Barquisimeto, estado Lara. Venezuela
Primera Edición digitalizada
DEPOSITO LEGAL No: LA2021000389
ISBN: 978-980-7464-35-2
DOI: <https://doi.org/10.46498/upelipb.lib.0012>
© UPEL-IPB, Barquisimeto, 2022



© Unidad de Publicaciones de la UPEL-IPB
Editor
e-mail: publicacionesupelipb@gmail.com
+582512544186/2516298
+584145230717

CRÉDITOS

Diseño de portada: Elba Ávila, Barquisimeto Venezuela
Arte de la Portada: Doménica Mabel Posso Barba
Fotografías: Michelle Raza Barba
Diagramación: Dra. Elba Ávila UPEL IPB, Venezuela
Revisión: Dra. María Lourdes Piñero Martín, UPEL IPB,
Venezuela
Apoyo Técnico: Lic. Ana Gabriela Colmenares, UPEL IPB,
Venezuela

El contenido del presente libro ha sido arbitrado por un comité científico nacional e internacional mediante el método doble ciego y apoyado en un riguroso instrumento de revisión formativa.
<https://investigacion-upelipb.com/instrumentos-de-arbitraje/>

Para referenciamiento del libro en general:

Posso,R.;Barba,L.;Paz,B.;Pereira ,M.;León,X.;Ortiz,N. & Noroña,L.
(2022) *Exclusión del ejercicio físico desde la mirada de las TIC*. Unidad de
Publicaciones de la UPEL IPB. Barquisimeto, Venezuela.
<https://doi.org/10.46498/upelipb.lib.0011>

Este libro está indexado en la Red Iberoamericana de Innovación y
Conocimiento Científico REDIB

Esta obra está licenciada bajo una Licencia Creative Commons
Atribución-No Comercial-Compartir Igual 3.0.



AUTORIDADES DE LA UPEL

Dr. Raúl López Sayago

Rector

Dra. Doris Pérez Barriento

Vicerrectora de Docencia

Dra. María Teresa Centeno

Vicerrectora de Extensión

Dra. Moraima Estévez

Vicerrectora de Investigación y Postgrado

Dra. Nilva Liuval de Tovar

Secretaria

AUTORIDADES DE LA UPEL-IPB

Dr. Nelson Silva

Director Decano

Dra. Marianela Méndez Cubillán

Subdirectora de Docencia (E)

Dr. Oscar Chapman

Subdirector de Extensión

Dra. Mercedes Moraima Campos

Subdirectora de Investigación y Postgrado

Dra. Norelvis Saturnini

Secretaria (E)

COMITÉ EDITORIAL

Ph.D. María Lourdes Piñero Martín

Coordinadora Editorial

Ph.D. Elba Ávila

Editora Adjunta

Ph.D. María Lourdes Piñero Martín

Coordinadora del Comité Científico

Coordinador de Traducción

Ph.D. Milagros Morales

Atlantis University . EEUU

COMITÉ CIENTÍFICO

Ph.D.Edwin Esteban Rivera.

Universidad Nacional Hermilio
Valdizan, Perú

<https://orcid.org/0000-0003-4669-1268>

Ph.D.Carmen Varguilla

Universidad Nacional del Chimborazo. Ecuador

<https://orcid.org/0000-0002-3834-2474>

Ph.D.María Giuseppina Vanga

Universidad Técnica de Manabí, Ecuador

<https://orcid.org/0000-0003-0143-8381>

Ph.D.Argenis Montilla

Universidad Laica Eloy Alfaro de
Manabí, Ecuador

<http://orcid.org/0000-0001-9739-4971>

Ph.D.Nelcar Camacho

Universidad de Especialidades Turísticas, Ecu-
ador

<https://orcid.org/0000-0003-1892-8117>

Ph.D.Debbie Carmona

Instituto De Educación Superior Sindicato De
Educadores De Buenos Aires. Argentina

<https://orcid.org/0000-0002-6942-9943>

Ph.D.Mercedes Inciarte

Atlantis University, EEUU

<https://orcid.org/0000-0002-1813-5283>

Ph.D. Blanquita García

Universidad del Zulia, Venezuela

<http://orcid.org/0000-0003-1737-5880>

Ph.D. Carlana Astudillo

Universidad Politécnica Territorial José Antonio
Páez.Venezuela

<https://orcid.org/0000-0002-8758-6352>

Ph.D.Alfonso Carrillo

Universidad Politécnica Experimental Anto-
nio José de Sucre. Venezuela.

<https://orcid.org/0000-0001-9728-7690>

Ph.D.María del Pilar Alonso

Universidad Yacambú, Venezuela

<https://orcid.org/0000-0002-9622-1750>

PhD. Roberto Ontiveros

UPEL-Instituto Pedagógico Rural

Gervasio Rubio. Venezuela

<https://orcid.org/0000-0002-4272-6518>

Ph.D.Maria Eugenia Rivera

UPEL-Instituto Pedagógico de
Barquisimeto. Venezuela.

<https://orcid.org/0000-0001-8300-6915>

PhD. María Lourdes Piñero M.

UPEL-Instituto Pedagógico de
Barquisimeto. Venezuela.

<http://orcid.org/0000-0002-7038-2871>

Ph.D. Elba Ávila

UPEL-Instituto Pedagógico de Barquisimeto.
Venezuela

<https://orcid.org/0000-0003-2794-2658>

Ph.D.María de la Soledad Bravo

UPEL-Instituto Pedagógico de Barquisimeto.
Venezuela. <https://orcid.org/0000-0002-0144-1815>

Ph.D.Yarinés Perdomo

UPEL-Instituto Pedagógico de Barquisimeto.
Venezuela.

<https://orcid.org/0000-0003-3355-9233>

Ph.D.Juan Hernández

Universidad Politécnica Territorial José
Antonio Páez.Venezuela

<http://orcid.org/0000-0003-1737-5880>

Autores colaboradores

Posso Pacheco, Richar Jacobo

Universidad Central del Ecuador (UCE)
<https://orcid.org/0000-0003-1279-9852>
rjposso@uce.edu.ec

PhD En proyectos. Máster universitario en nuevas perspectivas de la educación personalizada en la sociedad digital. Máster en actividad física y salud. Docente investigador de la Universidad Central de Ecuador



Barba Miranda, Laura Cristina

Dirección Nacional de Mejoramiento Pedagógico del Ministerio de Educación del Ecuador (MEC)

<https://orcid.org/0000-0002-6902-8066>

Laura.barba@educacion.gob.ec PhD En Proyectos. Magister en gestión del talento humano. Diploma superior de cuarto nivel en pedagogías innovadoras. Analista de mejoramiento pedagógico. Experta en educación, innovación pedagógica y diseño de proyectos.



Paz Viteri, Susana B.

Universidad Nacional De Chimborazo (UNACH)

<https://orcid.org/0000-0001-9240-1941>

spaz@unach.edu.ec

Licenciada en cultura física y entrenamiento deportivo con especialidad en gimnasia y natación, magister en cultura física y entrenamiento deportivo, cursando estudios de doctorado en educación. Profesional de la actividad física con experiencia en el ámbito educativo, deportivo y la recreación. Docente universitaria experta en investigación, vinculación y posgrado.



Pereira Valdez, Martha Judith

Universidad Técnica de Machala

<https://orcid.org/0000-0002-9117-0800>

mpereira@utmachala.edu.ec

Licenciada en ciencias de la educación especialidad cultura física. Magister en cultura física y entrenamiento deportivo, docente de la Universidad Técnica de Machala, instructora de danza de la Universidad Técnica de Machala



León Quinapallo, Ximena Patricia

Universidad Central del Ecuador (UCE)
<https://orcid.org/0000-0002-0258-1350>
xpleon@uce.edu.ec

Docente universitaria de la facultad de cultura física de la UCE, en la carrera de pedagogía de la actividad física y deporte, cátedra dual atletismo I y II; miembro del honorable consejo universitario. Licenciada en ciencias de la educación, profesora de enseñanza media en la especialización de educación física, magister en docencia de cultura física., licenciatura en entrenamiento deportivo, doctoranda en investigación educativa



Ortiz Bravo, Norma Amabilia

Universidad Central del Ecuador (UCE)
<https://orcid.org/0000-0001-7875-8266>
naortiz@uce.edu.ec

Licenciada en ciencias de la educación, mención cultura física. Especialista en gestión y diseño de proyectos educativos y sociales con enfoque de género. Magister en educación superior y visión de género. Magister en recreación y tiempo libre. Doctoranda en investigación educativa 19 años de docencia universitaria



Noroña Casa, Luis Enrique

Universidad Central del Ecuador (UCE)
<https://orcid.org/0000-0001-9297-1047>
lenorona@uce.edu.ec

Magister en docencia universitaria y administración educativa. Licenciado en ciencias de la educación, profesor de enseñanza media en la especialización de educación física. Docente con nombramiento en la Universidad Central de Ecuador



Índice

Introducción	14
Capítulo I	22
Diseño del Proceso de Argumentación de la Exclusión del Ejercicio Físico	22
1.1 Paso 1 Conceptualización de la exclusión	22
1.2 Paso Revisión documental	23
1.3 Paso 3 Entrevista: análisis de datos	26
1.4 Paso 4 Análisis de exclusión	27
1.4.1 <i>Objetivo 1 Construcción de un instrumento de identificación de fenómenos y situaciones de exclusión</i>	28
1.4.2 <i>Objetivo 2 Estudio de factores que generan las situaciones de exclusión</i>	30
1.5 Argumentación lógica de la exclusión del ejercicio físico	31
Capítulo II	34
Análisis de los tipos de Exclusión	34
2.1 Conceptualización exclusión TIC	34
2.1.1 <i>Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión TIC</i>	34
2.1.2 <i>Relación con experiencias previas con la exclusión TIC</i>	35
2.1.3 <i>Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión TIC</i>	36
2.1.4 <i>Contextualización a la situación de la exclusión TIC</i>	37
2.2 Conceptualización exclusión laboral	37
2.2.1 <i>Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión laboral</i>	37
2.2.2 <i>Relación con experiencias previas con la exclusión laboral</i>	38

2.2.3 <i>Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión laboral</i>	39
2.2.4 <i>Contextualización a la situación de la exclusión laboral</i>	40
2.3 Conceptualización exclusión salud	41
2.3.1 <i>Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión salud</i>	41
2.3.2 <i>Relación con experiencias previas con la exclusión salud</i>	42
2.3.3 <i>Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión salud</i>	43
2.3.4 <i>Contextualización a la situación de la exclusión salud</i>	44
2.4 Conceptualización exclusión educación	45
2.4.1 <i>Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión educación</i>	45
2.4.2 <i>Relación con experiencias previas con la exclusión educación</i>	46
2.4.3 <i>Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión educación</i>	46
2.4.4 <i>Contextualización a la situación de la exclusión educación</i>	47
2.5 Conceptualización exclusión deporte	47
2.5.1 <i>Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión deporte</i>	47
2.5.2 <i>Relación con experiencias previas con la exclusión deporte</i>	48
2.5.3 <i>Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión deporte</i>	49
2.5.4 <i>Contextualización a la situación de la exclusión deporte</i>	50

Capítulo III 53

Revisión Documental por el Tipo de Exclusión 53

3.1 Revisión documental de la exclusión TIC	53
3.1.1 <i>Las TIC en el área laboral</i>	55
3.1.2 <i>Las TIC en el área de la salud</i>	60
3.1.3 <i>Las TIC en el área de la educación</i>	66
3.1.4 <i>Las TIC en el área del deporte</i>	75

Capítulo IV	88
Entrevistas Tipos de Exclusión	88
4.1 Entrevista exclusión TIC con las áreas laboral, salud, educación y deporte.	88
4.1.1 <i>Planeación de las entrevistas de la exclusión TIC con las diferentes áreas</i>	89
4.1.1.1 <i>Propósito de la entrevista</i>	89
4.1.1.2 <i>Selección de los entrevistados</i>	90
4.1.1.3 <i>Construcción del instrumento</i>	93
4.1.2 <i>Desarrollo de la entrevista de la exclusión TIC</i>	94
4.1.2.1 <i>Entrevista</i>	94
4.1.3 <i>Matriz de análisis de la exclusión TIC</i>	96
4.1.3.1 <i>Construcción de matriz</i>	96
4.1.3.2 <i>Análisis de datos</i>	103
Capítulo V	108
Propuesta de Exclusión	108
5.1 Propuesta de análisis de la exclusión	108
5.1.1 <i>Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión</i>	108
5.1.2 <i>Estudio de los factores que generan las situaciones de exclusión</i>	114
5.1.2.1 <i>Factores que generan las situaciones de exclusión TIC</i>	114
5.1.2.2 <i>Factores que generan las situaciones de exclusión laboral</i>	115
5.1.2.3 <i>Factores que generan las situaciones de exclusión salud</i>	116
5.1.2.4 <i>Factores que generan las situaciones de exclusión educación</i>	117
5.1.2.5 <i>Factores que generan las situaciones de exclusión deporte</i>	118
Capítulo VI	120
Exclusión ejercicio físico	120
6.1 Proceso de Argumentación lógica	120

<i>6.1.1 Aprehensión : anclaje lingüísticamente de la exclusión del ejercicio físico</i>	121
<i>6.1.2 Juicio: generación de la exclusión del ejercicio físico</i>	122
<i>6.1.3 Razonamiento: encadenamiento de la exclusión del ejercicio físico con el COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología</i>	123
Referencias	126



Fotografía de: Michelle Raza Barba

Introducción

Los avances de la humanidad son las huellas del pasado; el cambiar la manera en que nos comportamos ha generado una ruptura en nuestras vidas, debido a que se busca reemplazar las acciones por un bienestar pasivo y las motivaciones por distracciones, como si quisiéramos que nos resuelvan los problemas, como buscando darle sentido a un nuevo tipo de vida, como pretendiendo controlar el mundo sin controlar nuestras necesidades de estar vivos; y el estar vivos es poder caminar, correr, saltar, lanzar, danzar, nadar, jugar, etc., es decir vivir a plenitud sin ser excluido por ninguna naturaleza o motivo.

La tecnología de información y comunicación nos ha hecho perder la necesidad de hacer ejercicio y hemos olvidado los beneficios de ejercitar nuestro cuerpo, de creer en la vida, reemplazado nuestros movimientos por medidas de efectos pasajeros; como si nuestros instintos de

supervivencia nos hubieran abandonado, esos mismos que hace miles de años nos obligaban a ser más rápidos, fuertes y resistentes para poder alimentarnos y sobrevivir. Es que todo ha cambiado radicalmente y ahora las necesidades son diferentes, lo reemplazamos por los trabajos, la cultura, la urbanidad, los estudios, la recreación y el disfrute, actividades que no necesitan ningún esfuerzo físico.

Es decir que los descubrimientos generados por la humanidad a través de la historia como el conocimiento, la ciencia y la tecnología, lo hemos aplicado para nuestro beneficio y mejora de la calidad de vida. Esa misma tecnología ha logrado excluir al ejercicio físico de nuestras vidas (Córdor, et al 2021), y como consecuencia de ello, sentenciados a gastar en salud para vivir más.

Para entender este preámbulo partamos de la definición de la palabra “exclusión” la Real Academia Española [RAE] (2014), expresa que es una “acción y efecto de excluir”. Pero más allá de eso la palabra exclusión por si sola significa sacar a alguien de algo, y en este sentido se ha utilizado en varios contextos, como la exclusión social que aborda diferentes

áreas entre: las Tecnologías de la Información y Comunicación [TIC], económica, política, salud, religión, deportiva, laboral, cultura, entre muchas otras.

La exclusión social sin duda es la que engloba a todas las dimensiones de exclusión, debido a que somos seres humanos y por lo tanto somos integrantes de una sociedad. En general la exclusión es el apartarse gradualmente de la sociedad de forma voluntaria u obligada; para completar el concepto Camarero Santamaría (1998) indica que la exclusión social es el desproteger y el marginar a las personas y la escasa posibilidad de inserción social por causa de la desigualdad.

Existen varios enfoques de exclusión social Mead (1997) menciona que un enfoque es la autoexclusión, es decir que la persona misma es la que decide aislarse de la sociedad, puede ser porque dejó de tener interés por ser parte de esta por cualquier motivo, o porque genera conductas inapropiadas a las normativas legales existentes; otro enfoque es la que menciona Sen (1995) los cambios sociales y culturales han provocado una especie de exclusión a las

personas poco cualificadas y no productivas. También Laparra et al. (2007), aseveran que existe un enfoque llamado exclusión por discriminación, es decir una persona o un grupo de personas perjudica o ataca a otra persona o grupo de personas por su diversidad o condición.

Entendiendo la definición de exclusión y los tres enfoques de la sustenta en lo social, se plantea realizar un proceso de análisis en el que concierne a cinco tipos de exclusión: TIC, laboral, salud, educación y el deporte.

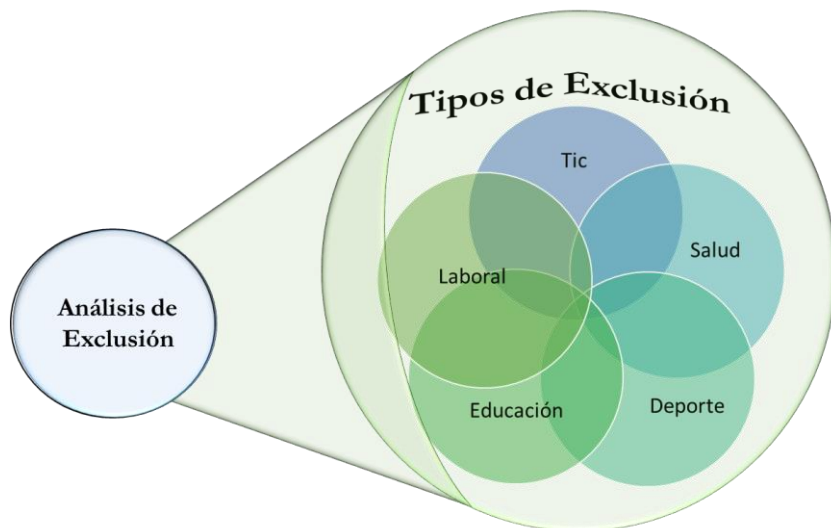


Gráfico 1 Análisis de los tipos de exclusión

Con este preámbulo, la presente obra se estructura en seis capítulos. En el capítulo 1 se explica cómo se fundamentó y se diseñó el proceso para argumentar la exclusión del Ejercicio Físico mediante un encadenamiento con el COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología, este consta de cuatro pasos.

En el capítulo 2 se desarrolla la conceptualización de los cinco tipos de exclusión expuestos, para esto se planteará una premisa de conceptualización, para relacionar los tipos de exclusión con las experiencias previas, realizando acercamientos con la realidad objetiva para su contextualización.

Seguidamente, el capítulo 3 se realiza una revisión documental de la exclusión TIC y su relación con las áreas laboral, salud, educativa y deportiva, las cuales serán fundamentadas a través de fuentes bibliográficas digitales, para conocer profundidad sus características y poder relacionarlas al contexto de la crisis pandémica vivida actualmente.

Luego en el capítulo 4 se recoge información a través de 25 profesionales de diferentes áreas que serán encuestados para complementar información adicional que permita tener un punto de vista total sobre los tipos de exclusión.

El Capítulo 5 expone la propuesta de análisis de exclusión social según Laparra et al. (2007), adaptada para el análisis de los tipos de exclusión, mediante el cumplimiento de dos objetivos la construcción de un instrumento de identificación de fenómenos y situaciones de exclusión y el estudio de factores que generan las situaciones de exclusión.

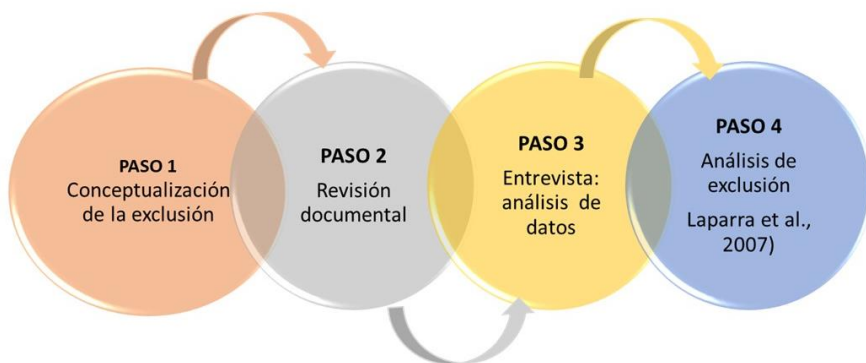


Gráfico 2 Proceso de análisis de exclusión

Finalmente, en el capítulo 6 se presenta la argumentación lógica de existencia de un nuevo tipo de exclusión denominado exclusión del ejercicio físico provocado por la crisis pandémica del COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología.



Gráfico 3 Argumentación lógica de la exclusión del ejercicio físico



Fotografia de: Michelle Raza Barba

Capítulo I

Diseño del proceso de argumentación de la exclusión del ejercicio físico

1.1 Paso 1: Conceptualización de la exclusión

En este primer paso se conceptualiza las cinco exclusiones escogidas, por lo que se partirá del planteamiento de una premisa de conceptualización que permitirá delimitar y orientar este proceso; luego se relacionará los tipos de exclusión con las experiencias previas, posteriormente se realizará un acercamiento con la realidad objetiva familiarizando los tipos de exclusión; y por último se contextualizará los tipos de exclusión en relación con la situación pandémica provocada por el COVID-19.

Esto nos permitirá comprender los cinco tipos de exclusión, dándonos una visión y un acercamiento para

plantear nuevas ideas, que servirán de base para poder estructurar los tres pasos restantes, pero en especial la revisión y el análisis documental de estos tipos de exclusión.



Gráfico 1.1 Proceso de conceptualización

1.2 Paso 2: Revisión documental

Realizado el paso anterior se tiene una conceptualización clara de los tipos de exclusión, la comprensión de estas nuevas ideas facilitará recopilar y analizar la información de

cada uno de los tipos de exclusión a través de la técnica de revisión documental.

Esta revisión se fundamentó en las fuentes bibliográficas digitales de las bases de datos de Google Académico y SciELO, con lo que se pudo conocer los antecedentes, características, situaciones, sucesos e ideas de los tipos de exclusiones planteadas, generando evidencias significativas que permiten las relaciones al contexto de la crisis pandémica vivida actualmente.

Pero, no solamente se analiza la información obtenida de los tipos de exclusión, sino también se realizará un cruce de información con diferentes áreas como laboral, salud, educación, actividad física y deporte, esto permitirá ampliar y profundizar los conocimientos sobre las exclusiones.

A continuación, se presenta una gráfica, explicando cómo se realiza este cruce de información entre la exclusión TIC y las cuatro áreas seleccionadas y evidenciadas en el gráfico 1.2.

Para esto se plantea una fase hermenéutica mediante la cual se interpretan los fundamentos teóricos en cada cruce

planteado, desvelando información importante que no se visualizada en el texto. Se establecerá relaciones entre los criterios de inclusión y exclusión identificando sus semejanzas y las diferencias, a través de un instrumento que se llamará matriz de hallazgos; posibilitando la construcción de conocimiento, cabe señalar que todos los vacíos de información detectados se complementarán a través de las entrevistas en el siguiente paso.

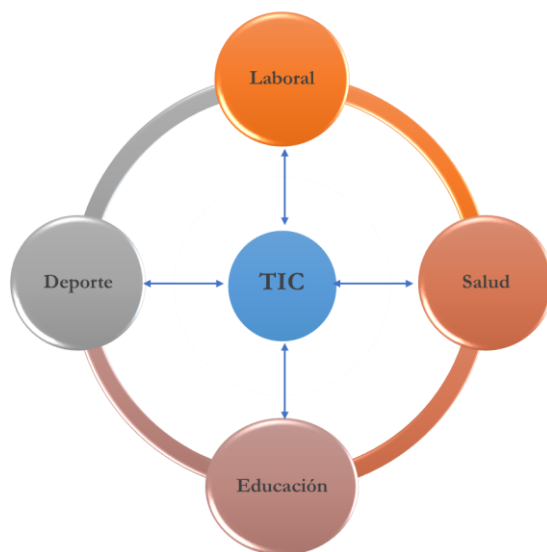


Gráfico 1.2 Cruce entre tipos de exclusión y diferentes áreas

1.3 Paso 3: Entrevista: análisis de datos

Una vez realizado la revisión documental de cada uno de los tipos de exclusión y su cruce con las diferentes áreas; se continúa con este paso donde se aplicó la técnica de la entrevista con la finalidad de completar información adicional y relevante que permita tener un punto de vista total sobre los tipos de exclusión a analizar en el siguiente paso.

Este proceso comprende tres etapas; la primera en la cual se establece el propósito de la entrevista, la selección de los entrevistados y la construcción del instrumento; la segunda etapa será la entrevista en sí y el registro de los datos obtenidos; y, en la tercera etapa con la información obtenida se construirá una matriz de categorización de componentes para su análisis.

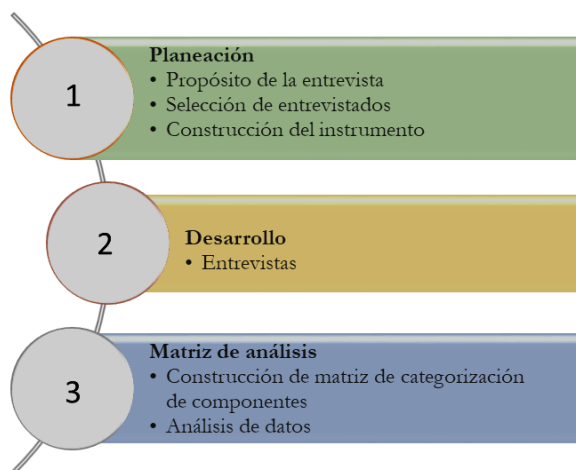


Gráfico 1.3 Proceso de la entrevista

Se debe señalar que todas las entrevistas se realizaron de forma virtual por medio de la plataforma Zoom a cada uno de los cinco especialistas seleccionados para cada tipo de exclusión: TIC, salud, educación y deporte.

1.4 Paso 4: Análisis de exclusión

En este paso se adaptará la Propuesta del análisis de exclusión social de Laparra et al. (2007) la cual plantea basarse en dos objetivos, el primero construir un instrumento que permita identificar el fenómeno y las situaciones de exclusión de la población; y el segundo

estudiar los factores que generan las situaciones de exclusión.



Gráfico 1.4 Propuesta del análisis de exclusión social. Adaptado de (Laparra, et al., 2007)

1.4.1 Objetivo 1: Construcción de un instrumento de identificación de fenómenos y situaciones de exclusión

Para desarrollar el primer objetivo de la propuesta adaptada del análisis de exclusión social de Laparra, et al. (2007), es necesario abordar los tres primeros pasos de este proceso de análisis de los cinco tipos de exclusión TIC, laboral, salud, educación y deporte, es decir tener la conceptualización de la exclusión, haber realizado la revisión documental y el análisis de los datos obtenidos de las entrevistas. Esto nos permitirá la construcción de los

principales indicadores de cada tipo de exclusión, abordando las dificultades, características y vivencias de las personas excluidas encontradas en el cruce realizado en cada área.

Asimismo, se facilita el análisis de la exclusión en dos ámbitos, el identificar las personas con dificultades de exclusión y el distanciamiento de la población general, permitiendo abordar el segundo objetivo de la propuesta adaptada del análisis de exclusión social.

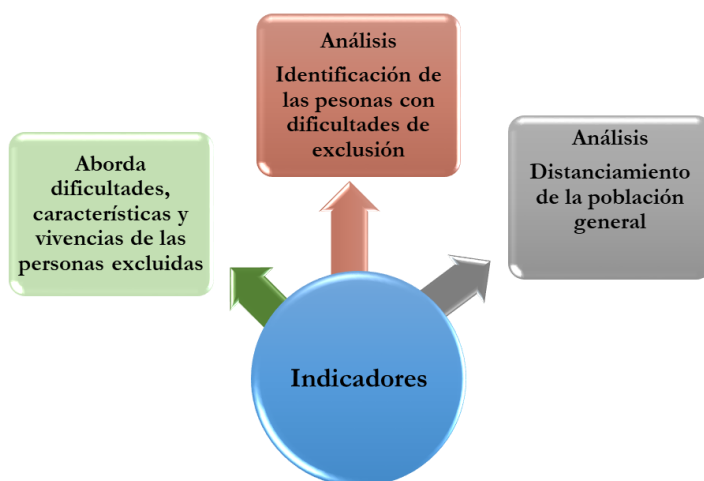


Gráfico 1.5 Desarrollo del Objetivo uno de la Propuesta del análisis de exclusión social. Adaptado de (Laparra, et al., 2007)

1.4.2 Objetivo 2: Estudio de factores que generan las situaciones de exclusión

Corresponde aquí conocer los factores específicos y en común que generan las situaciones de exclusión de las TIC, salud, educación y deporte; estas se relacionarán con los factores de inclusión como los de protección y actitudes personales para reforzar las situaciones de exclusión, debe entenderse que los planteamientos que se den responderán a una realidad subjetiva, debido a que como existe una heterogeneidad de reacciones los autores podrán dar a conocer su punto de vista.

El estudio los factores específicos y en común que generan la exclusión e inclusión, permitirá conocer a profundidad direccionamientos eficaces para prevenir la exclusión, aportar al fortalecimiento de acciones para combatir la exclusión y apoyar a las políticas de inclusión.

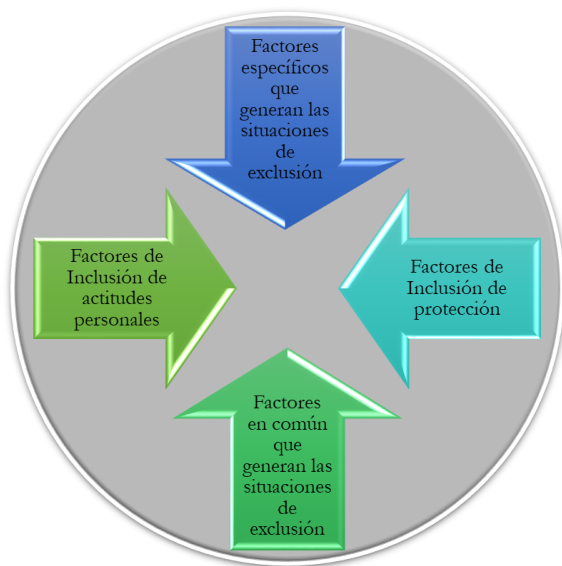


Gráfico 1.6 Estudio de factores de exclusión. Adaptado de (Laparra, et al., 2007)

1.5 Argumentación lógica de la exclusión del ejercicio físico

Una vez realizado la propuesta adaptada del análisis de exclusión social de Laparra, et al. (2007), se podrá tener una base para la argumentación de la exclusión del ejercicio físico, para esto seguiremos lo planteado por Plantin (2012), el cual manifiesta la argumentación lógica en tres operaciones. La primera refiere la aprehensión que plantea

anclar lingüísticamente el concepto de la exclusión del ejercicio físico; en segundo lugar, el juicio en el que se construirá el enunciado; y por último el razonamiento donde se argumentará encadenando de las proposiciones conocidas desde la problemática del COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología, con una nueva proposición, que en este caso será existe un nuevo tipo de exclusión llamado Exclusión del ejercicio físico.

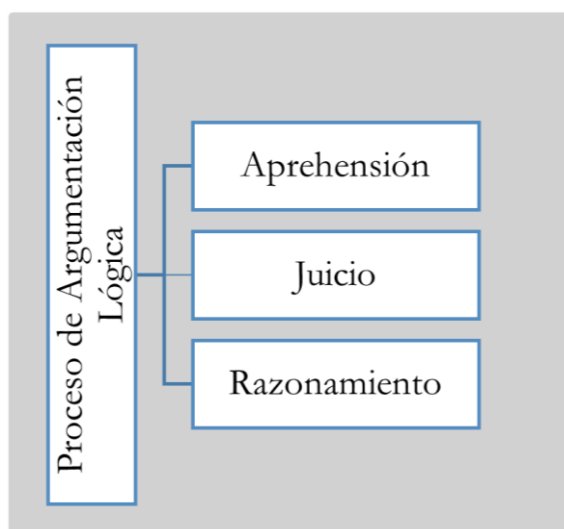


Gráfico 1.7 Proceso de *argumentación lógica* (Plantin, 2012)



Fotografía de: Michelle Raza Barba

Capítulo II

Análisis de los tipos de Exclusión

2.1 Conceptualización exclusión TIC

2.1.1 Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión TIC

Para la conceptualización de la exclusión TIC, se parte de la premisa brecha digital, esta plantea la separación de las personas que no pueden acceder, usar y aprovechar cualquier tecnología de información y comunicación ya sea de forma parcial o total.

La brecha digital puede darse desde tres aspectos, el primero el acceso a la conectividad y dispositivos electrónicos, el segundo las habilidades y capacidades para el

uso de las TIC y la tercera es el aprovechamiento del conocimiento para producir más conocimiento de las TIC.

2.1.2 Relación con experiencias previas con la exclusión TIC

En esta pandemia la brecha digital se pudo visualizar mejor ante las medidas preventivas de confinamiento, aislamiento y distanciamiento dictados por los gobiernos locales y nacionales; especialmente en lo laboral, salud, educativo y deportivo, debido a la condición económica, cultural, social y política de las personas.

Para entender este tipo de exclusión, también debemos describir el término TIC, el cual, según Villafañe Rodríguez, (2010) son tecnologías de la información y comunicación que cada vez se van actualizando de acuerdo con los avances científicos y a las formas de comunicarse en una sociedad globalizada ávido por aprender.

Además, la Organización de las Naciones Unidas para la Educación la Ciencia y la Cultura (UNESCO, 2002), define a las TIC como dos grupos:

Las tradicionales Tecnologías de la Comunicación (TC)

constituídas principalmente por la radio, la televisión y la telefonía convencional, y por las Tecnologías de la Información (TI) caracterizadas por la digitalización de las tecnologías de registros de contenidos (p. 10).

2.1.3 Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión TIC

Las tecnologías de la información y la comunicación cada vez son más complejas, porque van adentrándose a las costumbres, hábitos y personalidades de las personas, buscando nuevas herramientas que satisfagan las necesidades de conocimiento e interacción. Rodríguez Arocho (2018), esta nueva generación nació en plena era digital, por lo que se orientan plenamente hacia la tecnología estableciendo diferentes formas de comunicación y expresiones a través de cualquier dispositivo.

Sin duda, las TIC están generando la construcción de nuevos aprendizajes y competencias digitales mediante la interacción social; el compartir y adquirir información; el uso creativo del conocimiento; el desarrollo de tecnologías de la

información y comunicación; la identificación y solución de necesidades y el pensamiento crítico.

2.1.4 Contextualización a la situación de la exclusión TIC

La crisis sanitaria provocada por el COVID 19 profundizó la desigualdad tecnológica, al exigir a la población el teletrabajo, la teleeducación, la teleactividad y la teleinformación para que no se detenga el aparato productivo del país, descubriendo así que existen muchas demandas de conectividad, equipamiento tecnológico y manejo de la tecnología en diversos grupos etarios.

2.2 Conceptualización exclusión laboral

2.2.1 Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión laboral

La conceptualización de la exclusión laboral parte de la premisa: acceso al desempleo; la cual parte de la separación de las personas de sus trabajos debido a las necesidades de los patronos de tipo económica (Montoya & Giraldo, 2017), giros de negocios, eficiencia, eficacia o social como es el caso por la crisis pandémica vivida.

El acceso al desempleo genera inestabilidad familiar desde varios aspectos, dado que al configurarse un espacio de vulnerabilidad (Solano, García & Uzcátegui, 2017), se va a tener dificultades para la adquisición de alimentos, vestimenta, educación y salud, afectando directamente al núcleo de toda sociedad que es la familia.

2.2.2 Relación con experiencias previas con la exclusión laboral

Durante la pandemia la población perdió sus empleos. Debido al confinamiento y aislamiento obligatorio decretado por las autoridades de salud, esto perjudicó enormemente a la economía; también se afectaron los negocios, pequeños emprendimientos y el comercio informal, sumado a esto el efecto desastroso del COVID a la salud física y mental de la población.

Para entender este tipo de exclusión, se debe recordar a la post industria que actualmente es la que afecta en lo laboral (Villasmil, 2015), por lo que se genera la inestabilidad ocupacional que va por las políticas públicas tanto en

normativas para los trabajadores y libre mercado, para que atraiga inversiones y así se garantice la riqueza de un país.

Esta situación, ha generado que exista competitividad por los trabajadores en línea de servicios y producción, tanto en mayor experiencia, mejor capacitación, especialidades académicas e inclusive la línea de producción científica en sus determinadas áreas, todo esto determina las condiciones laborales para cumplir con los estándares requeridos en lo laboral.

2.2.3 Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión laboral

Los cambios generacionales actualmente son muy rápidos (Adamini, 2015), existen profesionales muy jóvenes que cuentan con títulos de cuarto nivel, por lo que las exigencias son cada vez más fuertes y las renovaciones por trabajadores jóvenes son cada vez más frecuentes. Las tecnologías de la información y comunicación son la principal fuente que enriquece a esta nueva ola de profesionales, lo que causa que las empresas creen nuevos puestos laborales; es decir la era digital y sus dimensiones industriales son las que generan

este paso a cumplir con las necesidades y requerimientos de la globalización.

Desde esta perspectiva, se puede decir que las nuevas condiciones de trabajo influyen en la necesidad de contratar personal con el perfil profesional que se necesite, y que las personas que no cumplan con estas exigencias quedarán fuera o serán tomados en cuenta para ejercer labores no favorables a sus expectativas; de allí que se hace necesario la formación en virtud de las necesidades de una cada vez cambiante sociedad de la tecnología.

2.2.4 Contextualización a la situación de la exclusión laboral

Las capacidades y habilidades de los trabajadores permiten garantizar la permanencia en sus empleos; de modo que la no actualización a los cambios o nuevas líneas laborales, generarán rebajas de sueldos y horas, e inclusive a lo posterior la pérdida de sus trabajos, por lo que se debe considerar estos cambios como oportunidades de crecimiento, de lo contrario pasará a ser riesgos permanentes.

Esta pandemia aceleró un panorama ya vivido, el cual manejaba la adaptación a las nuevas exigencias laborales a través de capacitación permanente y auto preparación, teniendo una línea integral de adquisición de conocimientos específicos de diferentes áreas.

2.3 Conceptualización exclusión salud

2.3.1 Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión salud

Para la conceptualización de la exclusión salud se parte de la premisa Desigualdad en salud; la cual plantea las diferencias que existen entre las personas que tienen acceso a la salud y las que no la tienen ya sea por su condición, social, económico, cultural, religioso, étnico, educativo, entre otras. Estas diferencias son etiquetas injustas y no tienen ninguna justificación desde la razón, todos los seres humanos tienen derecho a la salud y la integridad, por lo que no deberían existir en una sociedad cada vez más centrada en la vida y el bienestar (Marmot et al, 2012).

En este sentido se puede establecer que la salud es un derecho humano garantizado (Organización de las Naciones

Unidas, 1948) a todas las personas sin ninguna distinción ni condición, por lo que la equidad en salud debe garantizarse por todos los países, sin duda en la pandemia se puso a prueba este derecho, reflejando profundamente la existencia de una desigualdad en salud.

2.3.2 Relación con experiencias previas con la exclusión salud

La exclusión en la salud no es algo nuevo y tampoco se dio por primera vez en esta pandemia. Esta es una situación que han sufrido permanentemente todos los países en especial los países subdesarrollados, y su origen es la política, debido a que es ésta determina la riqueza o pobreza de un país; pero no solo esta es la única causa, sino también es cultural, es decir mucho tiene que ver la discriminación racial, marcado, sin entender que todos somos mestizos y no existen castas o diferencias por el color de piel.

La propia estructura de salud pública es excluyente, debido a que no considera a todas las personas en los programas de prevención, generando la vulnerabilidad en salud en dependencia de la exigencia y el conocimiento de

sus derechos, ahondando más en desprotección y estigmas por la necesidad de atención. (Acuña, 2006)

2.3.3 Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión salud

La exclusión en salud no solo se encamina a no recibir atención en los centros de salud públicos o privados, sino también en ser incluidos en programas de prevención para la salud. Durante la pandemia se observó casos que se podrían considerar en este tipo de exclusión, el no ser atendidos en cualquier centro de salud por estar contagiados por COVID, debiendo acudir a centros especializados, aquí eran atendidos en dependencia de su gravedad y solo ingresaban a las unidades de cuidado intensivo las personas que tenían más probabilidades de resistir la enfermedad, debido al colapso hospitalario que golpeó a todos los países.

Siguiendo esta misma idea Behrman (2005), mencionó que el estar en una lista de espera para ser atendido completa o parcialmente es una forma de exclusión en salud, debido a que causa la misma desatención oportuna; esto no solo es responsabilidad del personal de la salud, sino directamente

del gobierno que no realiza todas las contrataciones en personal, material y equipamiento necesario para la atención gratuita y de calidad que se necesita.

2.3.4 Contextualización a la situación de la exclusión salud

La crisis sanitaria provocada por el COVID 19 profundizó la desigualdad para ser atendido en los centros de salud, es decir las personas que contaban con recursos económicos fueron atendidos de inmediato y en mejores condiciones, en cambio las personas que no contaban con estos recursos tuvieron que limitar a ser atendidos con mucha demora por la cantidad de enfermos de COVID.

A través de la prensa en la ciudad de Guayaquil, para tomar como ejemplo el Ecuador en el 2020 y en la India el 2021, se produjo un vía crucis por la adquisición de tanques de oxígeno, en consecuencia, la no atención oportuna provocó decesos de cientos de personas en sus hogares y en las calles. Esta pandemia golpeó inclusive a los países que mejor se encontraban preparados en el área de la salud; los

gobiernos deben tomar medidas para que no vuelvan a existir estas desigualdades en atención hospitalaria.

2.4 Conceptualización exclusión educación

2.4.1 Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión educación

Para la conceptualización de la exclusión en educación, se parte de la premisa buenas prácticas educativas, que son todas las prácticas que llevan a la calidad educativa basadas en el estudiante como el centro del aprendizaje (Posso, Barba, León, Ortiz, Manangón y Marcillo, 2020), es decir, para generar unas buenas prácticas educativas se tiene que responder a las necesidades y requerimientos de cada uno de los estudiantes a cargo.

Para esto se debe evaluar todo el proceso enseñanza aprendizaje, de forma permanente y constante (Posso, Barba, Marcillo & Beltrán, 2021) a través de una evaluación participativa y que genere retroalimentación en una línea de formación, para lograr una educación para la vida de acuerdo con los requerimientos de una sociedad cambiante.

2.4.2 Relación con experiencias previas con la exclusión educación

Sin duda la exclusión en la educación se ha atribuido a los gobiernos, debido a que en la normativa constitucional la educación es gratuita; pero las condiciones de las personas determinan esta exclusión, por ejemplo, la desintegración familiar, el trabajo infantil, la delincuencia, la drogadicción, la marginalidad, la pobreza, entre otras, todos estos factores impiden acceder a la educación.

2.4.3 Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión educación

La exclusión educativa en sí, es un fenómeno que se deriva de la exclusión social, no solo determina el no tener acceso a la educación sino también al rezago a partir del tercer año de no tener continuidad y la marginación al no tener una educación de calidad. Al respecto, Reynoso (2011) afirma que las personas en vulneración son propensas a este tipo de exclusión, y que las autoridades educativas han tratado de invisibilizar éstas problemática o simplemente han mirado a otro lado, se debe generar verdaderas políticas educativas que aborden este tema, con la proyección de qué necesidad tiene la sociedad para gestionar las decisiones.

2.4.4 Contextualización a la situación de la exclusión educación

Durante la pandemia hubo muchos factores para incrementar esta exclusión por la pobreza, como el analfabetismo digital, la falta de acceso a los dispositivos electrónicos o la conectividad al internet (Posso, Marcillo & Bedón 2021). Sumado a esto, también el desconocimiento de estrategias tecno pedagógicas por parte de los docentes y de cómo aprender por parte de los estudiantes. (Posso, 2018b).

Pero más allá de esto, los verdaderos excluidos en esta pandemia han sido las personas que tienen necesidades educativas especiales, debido a que las autoridades educativas no alcanzaron a generar planes ni recursos didácticos adecuados y adaptados (Posso, 2018a) para llegar a estos estudiantes.

2.5 Conceptualización exclusión deporte

2.5.1 Planteamiento de la premisa de conceptualización exclusión deporte

Para la conceptualización de la exclusión deporte se parte de la premisa Rendimiento deportivo; con esta premisa se

hace referencia a la suma de las condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas específicas de una disciplina deportiva, que una persona tiene para tener un logro deportivo, esto es desde el desenvolvimiento individual o de equipo.

Este logro deportivo va de acuerdo del objetivo planteado, en este caso entra en juego el entrenador que es la persona que planifica en función de dicho objetivo y el deportista que sigue al pie de la letra esta planificación (Dietrich, 2001); no se debe descartar que para esto es necesario todas las condiciones de tipo económico, médico, alimenticio y motivacional, para que el deportista alcance el resultado anhelado. (Marcillo, Otáñez, Carrera & Posso, 2021).

2.5.2 Relación con experiencias previas con la exclusión deporte

No todas las personas pueden ser parte de una selección de un deporte determinado, debido a que parte de un proceso de escogimiento del que tenga mejor rendimiento deportivo, sin duda se trabajó mucho en tiempo y esfuerzo para ser parte de esta selección.

Pero aquí no solo se pone en juego que todas las personas pueden alcanzar el rendimiento deportivo deseado, sino también se debe tomar en cuenta la motivación hacia la práctica de determinado deporte o a su vez a la motivación de participar en eventos y competencias; esto puede marcar la tendencia de ser excluidos o no.

Sin duda como seres humanos dejando de lado el biotipo para la práctica de algún deporte en específico, estamos en la capacidad de tener un buen rendimiento deportivo, pero lo que marca radicalmente la diferencia es si se desarrolló a tiempo (edad) o no las capacidades coordinativas y condicionales, por lo que se dejaría de lado el tema de la motivación, la calidad técnica y táctica sino se cumple con este requerimiento. (Posso, Barba, Marcillo, Acuña & Hernández, 2020).

2.5.3 Acercamiento con la realidad objetiva con la exclusión deporte

Es un hecho comprobado que para tener bienestar físico es necesario el ejercicio y la alimentación, pero esto no se consigue con la práctica deportiva, sino con la actividad física. En este sentido, para la práctica deportiva se necesita

equipamiento y una dirección profesional de un especialista llamado entrenador; no obstante, tales requerimientos no suelen estar al alcance de todas las personas por lo que, a diferencia de la práctica deportiva, la actividad física puede ser realizada sin la asistencia de especialistas, y basta por ejemplo con caminar 30 min al día en un parque para lograr una movilidad corporal beneficiosa al bienestar y calidad de vida.

No se tiene registro de qué porcentaje de la población practica un deporte, pero si se tiene cuantos realizan actividad física continuamente UNESCO (2013), esto sin duda deja abierto a la interpretación de que son pocas las personas que practican deporte porque se necesitan recursos para su realización y la obtención de resultados deportivos. Es así como en general estas desigualdades son generadas por diversos factores como son la pobreza, la educación, la política, entre otros.

2.5.4 Contextualización a la situación de la exclusión deporte

Existen organizaciones deportivas que brindan el servicio de entrenamientos dirigidos gratuitos los cuales han ayudado

a que muchos niños y jóvenes tengan la oportunidad de practicar un deporte y logren los resultados anhelados. Pero no es menos cierto que en su camino excluyen a muchos para centrarse en los que tiene posibilidades reales; en un país futbolizado donde existen menos de 30 equipos profesionales en los cuales los deportistas perciben un sueldo, es inaudito pensar que los miles de personas practicantes sean parte de estos equipos.



Fotografía de: Michelle Raza Barba

Capítulo III

Revisión documental por el tipo de exclusión

Para iniciar esta revisión documental se debe indicar que se tomará en cuenta a la exclusión TIC para que se realice el cruce de información documental con los tipos de exclusión laboral, salud, educación y deporte, de tal forma que se tenga varias visiones desde la interpretación de los autores.

3.1 Revisión documental de la exclusión TIC

Se entiende que las TIC deben estar al servicio y bienestar de la humanidad, aportando directamente al desarrollo laboral, salud, educación, deporte, entre otras; pero las tecnologías de la información y comunicación no siempre se estructuran de esta forma, ni la debemos ver como una panacea a todas las dificultades y necesidades del hombre.

Ello se debe a que, desde su creación, las TIC han causado una visible desigualdad en el conocimiento, acceso y uso de ésta; también ha generado una creciente dependencia y adicción, una provocación a su mal uso tanto en la información y la comunicación de contenidos, con lo cual adicionalmente se ha incrementado el aislamiento y el sedentarismo; todo esto ha configurado una gran problemática que hoy llamamos “exclusión por las TIC”.

Nos ocuparemos en el presente capítulo de describir y explicar este tipo de exclusión, desde las principales áreas laboral, salud, educación y deporte - actividad física.

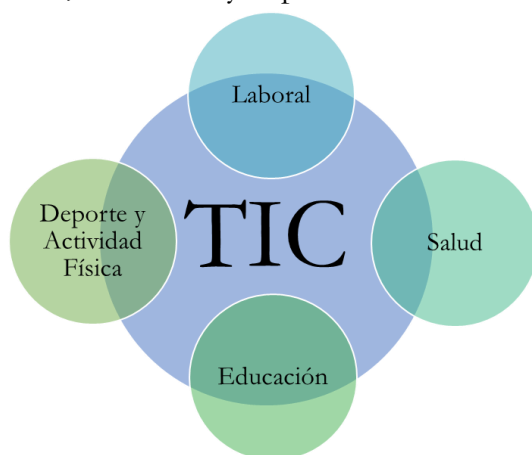


Gráfico 3.1 Revisión documental exclusión TIC

3.1.1 Las TIC en el área laboral

Las TIC en el área laboral han ayudado a que el colaborador sea más productivo y eficiente, por lo que ha tenido que adaptarse constantemente a las nuevas formas de trabajo; pero como lo ha beneficiado también lo ha perjudicado a continuación, se abordará estas dos visiones.

Según Tarafdar et al. (2010) la incorporación de las TIC a las labores de trabajo, ha causado en los trabajadores el tecnoestrés, que refiere aquel estrés provocado por el uso de las TIC y por consiguiente la baja de productividad (Salazar Concha, 2019), debido a las exigencias de presentar con rapidez y eficacia los productos y servicios, sumado a la sobrecarga de trabajo y las preocupaciones de manejar bien las tecnologías de la información y comunicación.

A esto se debe agregar el padecimiento de los trastornos músculo esqueléticos [TME], provocado por el teletrabajo que muchos países asumieron como alternativa para evitar los contagios por el COVID-19; ya antes de la pandemia la Organización Interamericana de Trabajo OIT (2013), mencionó que el 59% de enfermedades laborales son

provocadas por los TME, sin duda datos alarmantes al considerar que en el teletrabajo los trabajadores mantuvieron posturas inadecuadas por largos períodos al considerar que en el hogar no se cuenta con mobiliarios ergonómicos.

Se debe considerar también que, en el confinamiento, las exigencias laborales y el uso de computadoras provocó el incremento de varias enfermedades como las planteadas por García Salirrosas & Sánchez Poma (2020) el estrés y las relacionadas con el sedentarismo; también Rappaccioli et al. (2021), afirman que provocan patologías a nivel visual por el largo contacto con la luz azul emitido por los dispositivos electrónicos y el llamado síndrome de Burnout que causa el agotamiento físico y mental.

Mencionaremos que las tecnologías de la información y comunicación afectarán directamente la preservación de los puestos de trabajo, en virtud que la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico [OCDE] estima que más de tres millones de empleos en América Latina se perderán como consecuencia del avance de la tecnología en los años venideros. En este contexto se podría expresar dos

afirmaciones; en primer lugar, la tecnología reemplazará a las funciones que ejercen las personas, y, en segundo lugar, aquellas personas que no conocen y manejan las tecnologías de la información y comunicación perderían sus trabajos; estos postulados se ampliarán y se fundamentarán a continuación.

Según Sánchez Ramos (2008) afirma que las TIC fomenta el desarrollo económico y humano, pero existe un punto crítico en el cual el desarrollo económico afecta a los trabajadores, por un lado, el no tener acceso a las tecnologías de la información y comunicación y a la conectividad; y por otro, es evidente que el talento humano que no haya sido educado y formado en el uso y manejo de las tecnologías, tendrán una clara desventaja sobre las demás personas que posean los conocimientos funcionales respecto a las TIC. Al respecto, Yépez Reyes (2018) sugiere que los trabajadores deben alcanzar al menos niveles básicos de habilidades tecnológicas, con lo que garantizará desempeñarse productivamente y así podrían solventar requerimientos y servicios solicitados.

En contraparte, no podemos demonizar a las TIC, ya que indiscutiblemente, éstas han mejorado la productividad y servicios de los trabajadores como también su desenvolvimiento. Así lo indica Ayala Montero (2021), al afirmar que las tecnologías de la información y comunicación impactan positivamente al desarrollo de los países y con ello el crecimiento laboral, claro que se habla de nuevos trabajos alineados al desarrollo, aplicación, utilización, orientación, creación, contextualización e innovación de las tecnologías.

Hay que reconocer que la pandemia generó la aproximación a las tecnologías de la información y comunicación, tal es así que para no detener la economía y al mismo tiempo no existieran contagios, los gobiernos dispusieron el teletrabajo, de ahí que se tuvo que aprender aceleradamente el uso de plataformas y tecnologías para poder cumplir sus labores diarias.

Siguiendo la línea establecida en este paso, se estructura una matriz de hallazgos encontradas con el cruce de la

exclusión TIC con el área laboral, con lo que se visualizará las relaciones entre los criterios de inclusión y exclusión.

Cuadro 3.1

Matriz de hallazgos Cruce de información entre la exclusión TIC y el área laboral

Área Exclusión	Laboral			
	Criterio de Inclusión	Hallazgo	Criterio de Exclusión	Hallazgo
TIC	Activación de la Economía en la pandemia	Desarrollo de actividades laborales virtuales en la pandemia a través del teletrabajo	Ausencia laboral por permisos y licencias médicas	Tecnoestrés por alta carga laboral y uso excesivo de las tecnologías
				Trastornos Músculo Esqueléticos provocada por posturas inadecuadas durante el teletrabajo
				Inactividad física provocadas por el teletrabajo
				Agotamiento físico y mental producido por el teletrabajo
				Afecciones visuales por el contacto a pantallas en el teletrabajo
	Crecimiento Laboral	Nuevos puestos de trabajo alineados al desarrollo de tecnologías	Pérdida laboral	Las tecnologías reemplazarán los puestos de trabajo
Desconocimiento de manejo de tecnologías laborales				
Mejora la	Las tecnologías	Baja produc-	Escasas	

	productividad y servicios	de la información y comunicación apoyan el desenvolvimiento de los trabajadores	tividad y servicios	competencias y habilidades en uso y manejo de tecnologías laborales
--	---------------------------	---	---------------------	---

3.1.2 Las TIC en el área de la salud

Al igual que en el área laboral, las TIC han aportado a la salud en gran medida en las dimensiones de prevención, curativa y emergente, mucho más durante la pandemia en donde revolucionó la industria de la salud, promocionó campañas mundiales de educación para la salud e informó en tiempo real la evolución del virus de forma global y local. Pero de la misma forma también ha afectado la salud mental y física de las personas que la utilizan, ya sea por su abuso o su mala utilización.

Las TIC durante la pandemia, han contribuido a la salud con la telemedicina, brindando una cobertura de forma global, atendiendo inmediatamente en diferentes lugares y sin riesgo de contagio; además permitió el intercambio instantáneo de información clínica, gestión y marketing de campañas de salud.

Efectivamente, Pérez Acuña et al. (2020) aseguran que las TIC ayudaron a tener un mejor reporte clínico, los tiempos de atención, la bioseguridad, la coordinación eficaz, compartir protocolos y cuidados de atención, monitoreo permanente, campañas de prevención, promoción y reconocimiento de la enfermedad, como también el fortalecimiento de protocolos de bioseguridad, que frenaron la expansión del virus.

Sin duda, el uso de las TIC en tiempos de pandemia logró superar las expectativas sobre la mencionada salud digital, además que se pudo evolucionar en la generación de nuevas tecnologías de la información y comunicación para mejorar la salud como software, dispositivos y equipos adecuados. Todo esto ha permitido que se reduzca los contagios, que existan nuevas alternativas de tratamientos e incluso que se haya generado varias vacunas con la finalidad de buscar la normalidad y el bienestar de las personas.

Se puede también mencionar que las TIC durante el confinamiento, promocionó la importancia de la actividad física en el hogar como medio de mitigar o reducir el

impacto del COVID-19, al crear y difundir videos tutoriales para la práctica de ejercicios físicos en casa, el aparecimiento de aplicaciones que orientan a la actividad física y la divulgación en las redes sociales sobre la importancia de tener una vida sana y activa.

Es así como se puede mencionar el estudio de Piedra (2020), en el que determinó cómo las redes sociales como el Instagram, Twitter, Facebook, YouTube, TikTok, entre otros, fueron los medios directos para que los jóvenes y profesionales de la actividad física, deporte y recreación puedan crear, difundir y trabajar ejercicios físicos diseñados para el hogar, los cuales tuvieron en su mayoría un formato de retos o desafíos, permitiendo que se alcance los objetivos de acuerdo con las diferentes necesidades e intereses.

Se ha escrito en los enunciados anteriores que las TIC han beneficiado al área de la salud, pero no es menos cierto que también lo ha afectado; como se describió ampliamente en el cruce anterior, al decir que los trabajadores que utilizan las tecnologías de la información y comunicación diariamente, están expuestos a un deterioro de su salud

mental, sufrir trastornos músculo esqueléticos, afectaciones en su visión y audición, y la inactividad física con sus consecuentes problemas.

Otra de las afecciones a la salud por parte de las TIC ha sido la dependencia y la adicción a ellas, Martínez Ferrer & Moreno Ruiz (2017), comentan que actualmente el uso de las TIC forman parte de la vida cotidiana de las personas, en especial los jóvenes y su conexión con las diferentes redes sociales, siendo que la frecuencia excesiva de su uso provoca adicción y dependencia; todo lo cual puede afectar su normal desenvolvimiento en las tareas programadas en el día a día, ocasionando aislamiento, conductas agresivas, y un corte con sus relaciones sociales.

Con este mismo argumento se puede relacionar que las TIC provocan una disminución del gasto energético producto de la inactividad física; a esto la Organización Mundial de la Salud [OMS] (2018), menciona que la inactividad física se da mayormente por el desarrollo de las sociedades y que los comportamientos sedentarios, van en aumento “llegando a ser el cuarto factor de riesgo de

mortalidad a nivel mundial”, convirtiéndose en un verdadero problema de salud pública.

Si el sedentarismo ya afectaba antes de la pandemia por el COVID 19, se puede decir que debe haber un incremento debido al uso de las TIC en los confinamientos determinados por los gobiernos de los países, los cuales no han parado pese a ya tener la vacuna, ahora mismo se está viviendo una cuarta ola de contagios; Celis Morales, et al. (2020) consideran que el aislamiento y el confinamiento social han provocado disminución de la actividad física, sumado a esto el uso de tecnologías de la información y comunicación, generan un coctel llamado sedentarismo.

Al igual que en el cruce anterior, se estructura una matriz de hallazgos encontradas con el cruce de la exclusión TIC con el área salud, con lo que se visualizará las relaciones entre los criterios de inclusión y exclusión.

Cuadro 3.2

Matriz de hallazgos Cruce de información entre la exclusión TIC y el área salud

Área Exclusión	Salud			
	Criterio de Inclusión	Hallazgo	Criterio de Exclusión	Hallazgo
TIC	Actividad física virtual	Reducir los efectos provocados por el COVID 19 y	Afectación a la Salud Física	El uso excesivo de tecnologías de la información y comunicación provoca TME, problemas en la visión y audición; enfermedades relacionadas al sedentarismo.
		Mejorar la salud física y mental.	Afectación a la Salud mental	El uso excesivo de tecnologías de la información y comunicación provoca dependencia, adicción, estrés y ansiedad y conductas agresivas.
	Salud digital	Atención médica virtual durante la pandemia		
	Campañas de promoción y difusión de la salud	Población con conocimiento en protocolos de bioseguridad		
	Nuevas tecnologías médicas	Desarrollo tecnológico en software y hardware para tratamientos y producción de vacunas y medicinas.		

3.1.3 Las TIC en el área de la educación

Cuando se habla sobre la vinculación de las TIC tienen con la educación, se puede determinar que tiene una influencia en los docentes hacia la innovación en los procesos de enseñanza, evaluación y su profesionalización; mientras que, en los estudiantes, se relaciona con sus procesos de aprendizaje y su desarrollo educativo. Pero al igual que las áreas anteriores, existen ventajas y desventajas, también se debe tomar en cuenta el impacto de la pandemia provocada por el COVID 19 en esta área.

Las TIC en los últimos años han desempeñado un papel importante en el proceso de enseñanza aprendizaje, por sus bondades en generar y transmitir los aprendizajes. Es así como los recursos tecnológicos educativos han ido cambiando permanentemente, provocando que tengamos nuevos escenarios educativos.

Partiendo de las ventajas de las TIC en la educación, se puede agrupar en los entornos de comunicación e interacción sincrónica como son las plataformas de video conferencia como Zoom, Meet, Teams, Hangouts, Jitsi,

entre las más usadas; los cuales han permitido continuar este proceso formativo durante la pandemia, es decir se ha consolidado la llamada educación remota o virtual.

Esto ha generado que los docentes hayan podido hacer la muy conocida reinención de la educación, debido a que han tenido que aplicar nuevas metodologías y estrategias de enseñanza apoyados con herramientas y recursos virtuales, con el propósito de continuar con los logros de los aprendizajes planificados.

Las metodologías de enseñanza más utilizadas en esta crisis sanitaria son las metodologías activas como el aprendizaje basado en proyectos, el aprendizaje basado en problemas, clase inversa, aprendizaje basado en retos, aprendizaje basado en el pensamiento, entre las principales. En tales metodologías, se pudo desarrollar diferentes tipos de pensamiento esenciales, como es el crítico y creativo con los cuales se aplica las estrategias de aprendizaje llamadas rutinas del pensamiento.

Romero & Pulido (2015) mencionan que estas rutinas del pensamiento son fundamentales para el desarrollo de las

habilidades del pensamiento como analizar, sintetizar, organizar, profundizar, argumentar, asociar, calcular, clasificar, comparar, relacionar, entre otras; las cuales son necesarias para que los estudiantes aprendan, y para esto las herramientas virtuales como Kahoot, Jambord, Evernote, Powtoon, Mindomo, Prezi, Quiz, etc. han aportado a este proceso.

Otro agrupamiento en los entornos de comunicación ha sido la asincrónica que se planteó con la característica autodirigida, es decir tiene todas las bondades para que el estudiante aprenda por sí solo, entre ellas encontramos videos y actividades dadas a través de plataformas y programas.

Entre las herramientas asincrónicas más destacadas tenemos, el youtube, whatsapp, Facebook, Moodle, Blogger, correos electrónicos, Nearpod, entre otros, los cuales permiten compartir, desarrollar, crear, resolver y evaluar diferentes actividades como foros, cuestionarios, glosarios, lecciones, talleres, tareas, encuestas, juegos y videos. (Posso, Pereira, Paz & Rosero, 2021)

Según Fernández & Torres (2015) las TIC influyen en el rendimiento académico de los estudiantes, esta afirmación se concreta si el docente explota todas las bondades existentes y las enfoca hacia el aprendizaje, en sinergia con el aprovechamiento del estudiante en adquirir los aprendizajes y las competencias exigidas en su perfil de salida académico. Caso contrario las TIC en este proceso enseñanza aprendizaje no será exitoso, Arab & Díaz (2015) mencionan que si pasa esto habrá una disminución radical del rendimiento académico, por lo tanto, es trascendental que haya una sinergia entre los elementos curriculares y las TIC.

El docente debe tener una línea constructivista y flexible al cambio, es decir debe tener un rol de orientador, mediador y transformador, esto será fundamental para que pueda aplicar todas las posibilidades educativas a través de las TIC, como menciona Velásquez (2019) que el rol del docente “(...) cambia ante esta nueva realidad, ya el papel del profesor que enseña, es cambiado por el papel de un profesor que facilita el aprendizaje del alumno, y este

reto que plantean estas nuevas metodologías de aprendizaje”.

La Educación Física Remota desarrollada en varios países se alineó a este contexto, la cual se trabajó apoyado por las TIC en la virtualidad de forma asincrónica y sincrónica. El papel de los docentes fue crucial, adaptando un rol tradicionalista al constructivista, pues Posso, Otáñez, Córdor, Córdor & Lara (2021) mencionan que en el Ecuador se trabajó ésta en Educación Física apoyado con estrategias innovadoras y recursos didácticos virtuales fundamentadas en los juegos motrices y por retos, (Posso, 2019), y manteniendo al mismo tiempo la generación de la autonomía y la contención emocional.

Pero algunos docentes no adoptan este nuevo rol, manteniéndose en el tradicionalismo como lo manifiesta Posso, Barba & Otáñez (2020) al decir que los docentes que no se renuevan pedagógicamente y son resistentes al cambio, pierden muchas oportunidades profesionales y de reconocimiento, generando un rechazo de los propios estudiantes como de sus colegas.

Otro componente que todo docente debe manejar y que en muchas ocasiones no lo entiende o es de difícil comprensión, es el manejo de información actualizada. Recordemos que los conocimientos son cambiantes y de ahí la importancia que el docente esté actualizado y adquiera la competencia investigativa tanto bibliográfica como documental, para lo cual al menos debe manejar los motores de búsqueda como son el Google, Yahoo, Altavista, Firefox, Microsoft Edge, entre otros; ni que decir de los motores de búsqueda académicos como son el Google Académico, Dialnet, Eric, Academic Search, Redalyc, Scielo, entre los más importantes.

El COVID- 19 afectó tanto a docentes como a estudiantes debido a las políticas de prevención de contagio con la educación en casa o remota; por un lado, docentes que además de no manejar las TIC para el proceso enseñanza aprendizaje, no contaban con dispositivos electrónicos y conectividad afectando directamente la continuidad educativa de sus estudiantes; y, por otro lado, estudiantes que no cuentan con dispositivos electrónicos y si

los cuentan no son suficientes debido a que los miembros de su familia lo necesitan y carecen de conectividad, provocando la deserción y abandono de escolar.

Una de las asignaturas más afectadas fue la Educación Física debido a que es de naturaleza práctica. Aunque en el Ecuador como en varios países se ha reconfigurado este concepto, dando la misma importancia a las partes emocional, cognitiva y social, esto permitió que los docentes pudieran aprovechar la utilización de las TIC en sus clases virtuales, aunque con muchas limitaciones como lo hemos analizado anteriormente. En muchos de los casos no se llegaron a desarrollar por completo los aprendizajes planificados pese a que estos se llegaron a priorizar.

Con esto se puede mencionar que las actividades en Educación Física virtual, no fueron realizadas con vigorosidad o con las intensidades necesarias para lograr adquirir las habilidades y destrezas propias de su edad; esto fue por el mismo hecho de no tener un espacio adecuado, material necesario, trabajo cooperativo entre pares, motivación directa del docente, ambiente lúdico, entre otras;

es decir la virtualidad en Educación Física nunca va a reemplazar a la presencialidad; aunque generaron en muchos de los casos el compartir estas actividades con su familiares y el poder ser creativos y resolver problemas motrices desde otro aspecto.

Además, que el desarrollo afectivo fue vital para la contención emocional de los estudiantes, ya sea por las pérdidas personales, económicas, el aislamiento, la no socialización, la ansiedad por el contagio, entre otras; también el desarrollo cognitivo que se fortaleció en la pandemia, generando el desarrollo de habilidades del pensamiento para la resolución de problemas motrices. Todo esto posible gracias a la vinculación de las TIC en la Educación Física y la autonomía de los estudiantes generada por esta disciplina antes de la pandemia. (Posso, Barba, Rodríguez, Núñez, Ávila & Rendón, 2020).

En todo caso la Educación Física fue un soporte para las demás asignaturas, debido a que por medio de las TIC se generaba una conexión motriz, emocional y cognitiva en cada uno de los objetivos de aprendizaje; fortaleciendo así la

equidad educativa, el bienestar integral, la salud mental y la cultura de la actividad física.

Como se ha establecido anteriormente las matrices de cruces entre la inclusión TIC y las diferentes áreas, en esta ocasión se estructura una matriz de hallazgos encontradas con el área salud, visualizando las relaciones entre los criterios de inclusión y exclusión,

Cuadro 3.3

Matriz de hallazgos Cruce de información entre la exclusión TIC y el área educación

Área Exclusión	Educación			
	Criterio de Inclusión	Hallazgo	Criterio de Exclusión	Hallazgo
TIC	Educación Remota durante la pandemia	Proceso enseñanza sincrónica a través de plataformas de videoconferencia, herramientas y recursos virtuales	Estudiantes sin acceso a conectividad y dispositivos electrónicos	Estudiantes sin adquisición de aprendizajes básicos
		Proceso enseñanza asincrónica a través de plataformas, herramientas y recursos virtuales		Dificultades en el desarrollo de los aprendizajes de Educación Física debido a la naturaleza de la asignatura y la poca adaptación e innovación de estrategias meto-

				dológicas.
		Actualización docente sobre los elementos curriculares para el proceso enseñanza remota		Desinterés por el aprendizaje virtual debido a problemas ocasionados por la pandemia
		Redescubrimiento del rol docente	Docentes con desconocimiento el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje virtual	Baja calidad educativa
		Contextualización, adaptación e innovación estrategias metodológicas en Educación Física		Desinterés por actualización de elementos curriculares en la educación remota
		Manejo de motores de búsqueda académicos.		Desconocimiento de Investigación bibliográfica mediante recursos virtuales.

3.1.4 Las TIC en el área del deporte

Una de las áreas en la que las TIC no se han vinculado por completo es la actividad física y el deporte; aunque se puede decir que en los últimos años han existido varios avances científicos y tecnológicos, los cuales han sido decisivos del mantenimiento físico y los logros deportivos.

Se puede diferenciar fácilmente dos actores principales, las personas que practican actividad física o deportes y los entrenadores, los que han adquirido ventajas y desventajas a través de la aplicación de las TIC. Cabe señalar que durante

la pandemia afloró necesidades y requerimientos suigéneris que solo las tecnologías de la información y comunicación pudieron dar solución.

Para comprender mejor como las TIC influyen en la práctica de la actividad física y el deporte, se deben establecer los fines de sus prácticas que, a pesar de parecer similares no lo son. A continuación, se detallarán algunas de las finalidades para su práctica habitual.

La práctica de la actividad física tiene varias finalidades, entre las principales es la prevención de enfermedades, estas reducen el riesgo de tener enfermedades cardio vasculares, cardio respiratorias, cerebrovasculares, articulares, diabetes, entre otras; Lobelo et al. (2006) mencionaron que existen altos índices de mortalidad asociados por los efectos de la inactividad física en especial en persona mayores a 45 años, en este mismo sentido la Organización Panamericana de la Salud [OPS] (2006) afirma que la práctica de la actividad física puede reducir hasta el 50% el sufrir de enfermedades como algunos tipos de cáncer , osteoporosis, demencia senil, hipertensión, entre otras.

Otra finalidad de la actividad física es por prescripción médica, es decir el médico recomienda hacer ejercicios físicos para que se recuperen o curen de alguna enfermedad o dolencia; por ello, en la actualidad existen profesionales de la actividad física dirigida que se encargan de direccionar adecuadamente estos ejercicios.

De modo que la mayoría de las personas realizan actividad física para mantener su estado físico, fortalecer su cuerpo, por recreación o entretenimiento, por socializar, por tener beneficios emocionales, entre otras; todas estas finalidades son válidas para que una creciente cantidad de personas realicen actividad física.

Actualmente, la finalidad de hacer actividad física es el COVID19, debido a que, de acuerdo con las últimas investigaciones, disminuye los síntomas asociados a esta enfermedad y recupera y fortalece a las personas en la post enfermedad.

La práctica deportiva facilita el desarrollo físico, técnico y táctico del cuerpo humano, tanto en sus procesos de aprendizaje como de perfeccionamiento, en otras palabras, la

finalidad de la práctica deportiva es mejorar o perfeccionar el rendimiento deportivo para la obtención superar a su rival. Pero también existe la práctica deportiva para la recreación, en este caso el interés es divertirse en ambientes de paz y confraternidad, esto mejora la autoestima, la confianza de sí mismo y una estabilidad emocional.

Una vez que se ha conocido las finalidades más importantes de por qué las personas hacen actividad física y deporte, se puede establecer cómo influye las TIC en estas dos áreas tanto positiva o negativamente; por lo que comenzaremos con el análisis de lo que sucedió en la pandemia provocada por el COVID-19, debido a que nos dará un acercamiento más objetivo de esta influencia. (Cóndor, Cóndor & Posso, 2021)

Desde que empezó la pandemia, las redes sociales han sido de mucha ayuda para poder difundir experiencias, sugerencias, tutoriales y diferentes expresiones tanto de audio, escritas o visuales de cómo realizar actividad física y deporte siguiendo todas las medidas de bioseguridad. Las personas se han dejado influenciar positivamente a tal punto

que han realizado estos ejercicios, sin embargo, no siempre la batería de ejercicios propuesto ha estado contextualizados a la edad, condición física, condición médica o requerimientos y necesidades.

Muchas personas de manera voluntaria han indagado sesiones de acondicionamiento físico, rutina de ejercicios, actividades aeróbicas o ejercicios diversos, en diversos motores de búsquedas en el internet como el Google, Baidu, Bing, Yahoo, Ask, entre los más importantes; con la finalidad de estar más saludables, mantenimiento físico o por contrarrestar al COVID-19.

Con esta misma finalidad, las personas han descargado en sus celulares diferentes aplicaciones para realizar ejercicios físicos desde sus hogares, como Seven, Freeletics Trainino Coach, Runtastic, My Fitness Pal, Entrenamiento en 7 minutos, entre otras; la mayoría de ellas gratuitas, pero si se desea subir de nivel existe un costo, los cuales son muy buenos y permiten hacer actividad física direccionada y contextualizada. Aunque los gimnasios se apertura lentamente, la mayoría de las personas que las frecuentaban

prefieren realizar la actividad física en casa por miedo a contagios.

De la misma forma varios instructores que dirigían entrenamientos de actividad física como bailoterapia, ejercicios con ligas, Tae-Bo, Baile, entrenamiento funcional, fitness, ejercicios de cardio, entre otros; al no tener la posibilidad de abrir sus gimnasios por la emergencia sanitaria, optaron por dar clases virtuales a través de diversas plataformas de video conferencia como Zoom, Meet, Teams, Facebook Live, entre las principales; así se garantizaban ingresos económicos y el beneficio a directo a la población.

Estos han sido varios de los beneficios que las TIC han aportado a la actividad física; pero sin duda también existe contribución hacia el deporte, para esto haremos un recuento de como afectó la pandemia a los entrenamientos deportivos y cómo se pudo solucionar.

Las restricciones de apertura de entrenamientos y participaciones deportivas fueron canceladas en varios países de Latinoamérica; y los que lograron los permisos, han sido

bajo el cumplimiento de estrictos protocolos de bioseguridad, recordemos que estos países han sido los más golpeados por la pandemia y el proceso de vacunación ha sido lenta e ineficiente.; tal es así que cada vez que existe una ola de contagios con sepas mutadas, las autoridades de gobierno plantean prohibiciones.

Debido a esto, muchos entrenadores deportivos se apoyaron con las TIC para la continuidad de sus prácticas. Razo (2021) indica que muchos entrenadores han tenido que adaptar los entrenamientos para que puedan realizarse a través de la virtualidad; y que muchos desconocían como realizar sus entrenamientos aplicando las tecnologías de la información y comunicación, lo que generó la necesidad de autocapacitarse, este proceso fue lento y en muchos de los casos no dio los frutos esperados.

Así mismo las TIC ayudaron a que los entrenadores y deportistas de alto rendimiento y profesionales, pudieran continuar con sus entrenamientos. Para esto la creatividad y la utilización de plataformas virtuales que ayude a la comunicación de los planes de entrenamiento de forma

sincrónica y asincrónica, fueron las claves para que al menos los deportistas se mantengan en las mismas condiciones físicas, técnicas y tácticas que antes de la pandemia.

En la mayoría de los casos la falta de manejo de las TIC por parte del cuerpo técnico provocó una paralización de los entrenamientos en todas las disciplinas, en los deportistas de iniciación, formación y alto rendimiento. Además, que no existían plataformas, programas y aplicaciones especializadas que brinden apoyo a los entrenadores, esto quiere decir que al igual que todas las demás áreas nadie estuvo preparado para confrontar esta situación pandémica.

Se puede decir que este tipo de entrenamientos por su naturaleza y por la especificidad del deporte en lo físico, técnico y táctico, no logró el cumplimiento de los objetivos de los planes de entrenamiento, simplemente en el mejor de los casos consiguió mantener su condición física.

Ya con la reapertura de los entrenamientos en los deportes profesionales se ha podido avanzar con los programas establecidos, aunque el distanciamiento y el uso

de medidas de bioseguridad no ha dejado de tomarse en cuenta.

Del mismo modo, se puede revisar los efectos que han tenido las personas por el uso excesivo de las TIC en esta pandemia. Uno de los grupos vulnerables han sido los niños y jóvenes, debido al fácil acceso a los dispositivos móviles, a su atractivo recreacional y su interacción en las redes sociales; al respecto, Belosi et al. (2018) comenta que el uso excesivo de teléfonos móviles y tabletas mayormente es en secundaria y bachillerato, aseverando que su utilización va a incrementarse velozmente y que esto afectará a sus estilos de vida en especial el saludable.

En esta misma línea se puede evidenciar que en su mayoría los dispositivos electrónicos como los móviles, permiten la conexión con las redes sociales y las diferentes aplicaciones lúdicas, a los cuales los niños y jóvenes ven una ventana de oportunidades, pero estas deben ser supervisadas por sus representantes o familiares, para que no se convierta en actividades sedentarias y propender a lineamientos positivos como la activación física.

Pero no es menos cierto que los adultos en los últimos años están también utilizando estos dispositivos con los mismos propósitos, pero adicionalmente su entorno laboral en la mayoría de los casos le exige la utilización de dispositivos electrónicos y aparatos eléctricos, que le mantienen sin actividad física por toda la jornada de 8 horas; incrementando sustancialmente su vida sedentaria. (Posso, Aponte, Zapata & Betancourt,2020).

A esto se puede complementar con lo pronunciado por la World Health Organization. (2018) en la que asegura que, en el mundo, el 23% de los adultos y el 81% de niños y adolescentes comprendidos entre los 11 a 17 años no realizan actividad física, también mencionan que en Latinoamérica y Europa principalmente llega a cifras del 80% de adultos, acusando esta problemática al uso de la tecnología y la urbanización.

Ya en el contexto del COVID-19 como ya se mencionó anteriormente ayudó crucialmente a la actividad física, pero al mismo tiempo lo anuló, aunque parezca contradictorio no lo es. Al respecto, Posso, Otáñez, Paz, Ortiz & Núñez

(2020) explican este enunciado al asegurar que las TIC han permitido que la práctica de la actividad física ganara espacio en muchas personas que se motivaron a través de estas tecnologías de la información y comunicación, pero también perdió terreno al incrementarse el número de personas que entraron al aislamiento y el confinamiento, como el teletrabajo y las clases virtuales o remotas.

De todas formas, se puede plantear que las TIC como influencia positiva o negativa en la actividad física y el deporte, tiene su antes y después del COVID-19; cabe mencionar que en los años venideros habrá cada vez más estudios referentes al tema, los cuales aclararán lo sucedido en esta pandemia. Lo que sí se puede asegurar es que después de esta crisis sanitaria el mundo activo y saludable no será igual a lo que conocíamos antes del año 2020, en especial debido a los efectos provocados por el post COVID-19, el avance en la tecnología y la nueva sociedad del distanciamiento, en la que la virtualidad será el medio de interacción más utilizado.

Para terminar los cruces entre la inclusión TIC y las diferentes áreas, en el siguiente cuadro se plantea la matriz de hallazgos encontradas con el área de la actividad física y el deporte, en la cual se encuentra varios criterios de inclusión y exclusión como sus principales hallazgos.

Cuadro 3.4

Matriz de hallazgos Cruce de información entre la exclusión TIC y el área de actividad física y el deporte

Área Exclusión	Actividad Física y Deporte			
	Criterio de Inclusión	Hallazgo	Criterio de Exclusión	Hallazgo
TIC	Aplicaciones móviles y redes sociales	Opción para el realizar ejercicios dirigidos en el hogar durante la pandemia.	Uso de aplicaciones, dispositivos electrónicos y redes sociales	Fomentan la inactividad física a través de la interacción en redes sociales y el uso de aplicaciones lúdicas y recreativas
	Plataformas de videoconferencia	Opción para realizar ejercicios sincrónicos en el hogar durante la pandemia.	Desconocimiento uso de Plataformas virtuales (sincrónico y asincrónico) para el entrenamiento	Inactividad laboral durante la pandemia
	Plataformas virtuales sincrónicas y asincrónicas	Apoyo para deportistas y entrenadores para continuar los entrenamientos		Paralización en la continuidad de los entrenamientos en deportistas de



Capítulo IV

Entrevistas tipos de exclusión

4.1 Entrevista exclusión TIC con las áreas laboral, salud, educación y deporte

Como se ha establecido en la estructura de las revisiones documentales, de igual forma se planteará en las entrevistas, para esto se seguirá el diseño dividido en tres etapas la planeación, desarrollo y la matriz de análisis; lo cual permitirá recabar información fundamental para completar los criterios de inclusión y exclusión con sus respectivos hallazgos de cada uno de los cruces realizados en el paso anterior.

4.1.1 Planeación de las entrevistas de la exclusión TIC con las diferentes áreas

Dentro de la planeación de la entrevista se va a definir el propósito, se seleccionará los entrevistados y se construirá el instrumento que recopilará la información recabada en la revisión documental.

4.1.1.1 Propósito de la entrevista

La entrevista tiene la finalidad de extraer los conocimientos, pensamientos y experiencias de varios profesionales expertos en el área de las TIC desde sus puntos de vista en lo laboral, salud, educación y deporte; lo que permitirá ampliar y corroborar la información de la revisión documental y tener un acercamiento más exacto a los hallazgos de los criterios de exclusión TIC.

Cuadro 4.1

Matriz de hallazgos entre la exclusión TIC y las áreas: laboral, salud, educación y actividad física – deporte

Cruce Exclusión TIC	Hallazgo
Laboral	Ausencia Laboral
	Baja productividad
	Pérdida laboral
Salud	Afectación a la salud física
	Afectación salud mental
Educación	Estudiantes sin acceso a conectividad y dispositi-

	vos electrónicos
	Docentes con desconocimiento el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje virtual
Actividad física-deporte	Uso de aplicaciones, dispositivos electrónicos y redes sociales
	Desconocimiento uso de Plataformas virtuales para el entrenamiento
	Escasos plataformas virtuales para entrenamiento

4.1.1.2 Selección de los entrevistados

Para la selección de los entrevistados se estableció un muestreo no probabilístico de carácter intencional, en la que se eligieron los candidatos a la entrevista con los siguientes criterios de inclusión.

Cuadro 4.2

Matriz de criterio de inclusión de entrevistados.

Criterio de inclusión	Descripción
Formación profesional	Posgrado en las áreas afines a las tecnologías de la información y comunicación de las tecnologías y comunicación, laboral, educación, salud o deporte.
Experiencia laboral	Cinco años de experiencia como docente universitario
Producción científica	Publicaciones e investigaciones relacionadas a las áreas laboral, salud, educación, deporte.
Generalidades	Disponibilidad y apertura para la entrevista

Se pudo seleccionar veinte y cinco participantes para la entrevista que cumplieran con los criterios de inclusión, de acuerdo con la formación profesional en las áreas afines al estudio realizado, años de experiencia, y producción científica.

Cuadro 4.3

Matriz de selección de entrevistados: Formación Profesional Posgrado

Participantes	Especialidades	Maestría	Doctorado
3 participantes	Nuevas tecnologías de la información		
2 participantes			Educación
2 participantes	Entrenamiento deportivo		
3 participantes		Ciencias del deporte y afines	
3 participantes		Ciencias de la Educación	
2 participantes	Deportólogo		
3 participantes		Medicina del deporte	
5 participantes		Legislación laboral	
2 participantes		Tecnologías educativas	

Cuadro 4.4

Matriz de selección de entrevistados: Experiencia laboral
docencia universitaria

De 5 a 10 años	De 11 a 20 años	De más de 21 años
12 participantes	10 participantes	3 participantes

Cuadro 4.5

Matriz de selección de entrevistados: Producción
científica

Participantes	Laboral	Salud	Educación	Deporte
Artículos	3 participantes	4 participantes	5 participantes	5 participantes
Ponencias	5 participantes	4 participantes	5 participantes	5 participantes
Libros	2 participantes	1 participante	3 participantes	2 participantes
Proyectos de investigación	1 participante		2 participantes	1 participante
Guías y manuales	2 participantes	3 participantes	4 participantes	2 participantes

Los entrevistados seleccionados firmaron el consentimiento informado para la entrevista enviado a través de correo electrónico, en ella constaba el objetivo de la entrevista, el respeto a la confidencialidad de las identidades, el uso de la información obtenida, la fecha, hora y la plataforma por la cual se iba a realizar la entrevista.

4.1.1.3 Construcción del instrumento

Para la construcción del instrumento de la entrevista se consideró las cuatro matrices de hallazgos del cruce de información de la exclusión TIC en las áreas: laboral, salud, educación y actividad física – deporte, las cuales fueron producto de la revisión documental.

Cuadro 4.6

Matriz de preguntas de la entrevista

Cruce Exclu- sión TIC	Hallazgo	Preguntas
Laboral	Ausencia Laboral	¿En qué medida el uso de las TIC afectó en el campo laboral durante la pandemia?
	Baja productividad	
	Pérdida laboral	
Salud	Afectación a la salud física	¿En qué medida el uso de las TIC ha afectado a la salud física de las personas?
	Afectación salud mental	¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la salud mental de las personas?
Educación	Estudiantes sin acceso a conectividad y dispositivos electrónicos	¿Cómo afectó a los estudiantes la falta de conectividad y dispositivos electrónicos en la educación remota?
	Docentes con desconocimiento el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje virtual	¿Cómo afectó a los docentes el desconocimiento en el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje en la educación remota?
Actividad física-deporte	Uso de aplicaciones, dispositivos electrónicos y	¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la práctica de-

	redes sociales	portiva y de la actividad física de las personas?
	Desconocimiento uso de Plataformas virtuales para el entrenamiento	¿En qué medida el desconocimiento del uso y aplicación de las TIC para los entrenamientos ha afectado en el campo de la actividad física y deporte?
	Escasos plataformas virtuales para entrenamiento	

4.1.2 Desarrollo de la entrevista de la exclusión TIC

Con este listado de preguntas se realizó entrevistas semiestructuradas debido a que genera flexibilidad al momento de la obtención de la información. Se ubicó en el primer trimestre del 2021 a través de la plataforma ZOOM, debido a la posibilidad de entrevistar internacionalmente y al contexto actual de la pandemia para la prevención de posibles contagios.

4.1.2.1 Entrevista

Se realizaron cinco entrevistas a especialistas seleccionados en las áreas afines en las TIC, las cuales se grabó en la computadora a través de la plataforma ZOOM, el tiempo de duración fue menor a los 40 minutos. Las

preguntas realizadas fueron las siguientes con el mismo orden presentado:

1. ¿En qué medida el uso de las TIC afectó en el campo laboral durante la pandemia?

2. ¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la salud física de las personas?

3. ¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la salud mental de las personas?

4. ¿Cómo afectó a los estudiantes la falta de conectividad y dispositivos electrónicos en la educación remota?

5. ¿Cómo afectó a los docentes el desconocimiento en el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje en la educación remota?

6. ¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la práctica deportiva y de la actividad física de las personas?

7. ¿En qué medida el desconocimiento del uso y aplicación de las TIC para los entrenamientos ha afectado en el campo de la actividad física y deporte?

4.1.3 Matriz de análisis de la exclusión TIC

Una vez obtenido la información a través de las cinco entrevistas, se precedió a plantear los resultados en una matriz de categorización de componentes por preguntas, para posteriormente analizar los datos.

4.1.3.1 Construcción de matriz

La información recolectada de las cinco entrevistas se categorizó en componentes y subcomponentes, respondiendo a los conocimientos, pensamientos y experiencias de los entrevistados, y al propósito de la entrevista. Se consideró la categorización de los componentes y subcomponentes, por la coincidencia de más de ocho respuestas, en un contexto de aproximación al subcomponente.

Cuadro 4.7

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 1

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿En qué medida el uso de las TIC afectó en el campo	Afectaciones laborales internas	Reducción de horario de trabajo y baja de los sueldos por la modalidad teletrabajo	10 participantes

laboral durante la pandemia?		Mala comunicación entre empleados lo que implica esfuerzo y pérdida de tiempo.	12 participantes
		Vacaciones interrumpidas para el cumplimiento por productos	13 participantes
	Afectaciones laborales externas	Los colaboradores que tenían desconocimiento en el uso de las tics fueron despedidos y en el caso de tener nombramiento relegados a trabajos de limpieza o archivo físico	8 participantes
		Inversión económica en capacitaciones y actualizaciones por parte de los trabajadores	13 participantes
		Horarios de no definidos debido al trabajo en el hogar	13 participantes
		Incremento de gastos en contratación de internet y paquetes de datos	15 participantes
		Invasión del espacio familiar por las actividades laborales.	8 participantes

Cuadro 4.8

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 2

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la salud física de las personas?	Afectaciones directas	Problemas osteo musculares por trabajos en el hogar	13 participantes
		Afectaciones visuales y auditivas por el uso de excesivo de computadoras celulares y audífonos.	15 participantes
		Afectaciones visuales por el uso de excesivo de audífonos.	17 participantes
	Afectaciones indirectas	Baja producción de vitamina D por baja exposición del sol.	8 participantes
		Adquisición de enfermedades provocadas por el sedentarismo	10 participantes

Cuadro 4.9

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 3

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la salud mental de las personas?	Afectaciones individuales	Altos niveles de ansiedad por uso continuo de dispositivos	12 participantes
		Niños y niñas con problemas de depresión por	11 participantes

		falta de comunicación de los padres	
		Estudiantes con altos niveles de ansiedad por el aprendizaje en modalidad remota	9 participantes
	Afectaciones grupales	Familias con problemas financieros por falta de recursos económicos para la adquisición de equipos tecnológicos.	16 participantes
		Interacción social limitada por uso de redes sociales	15 participantes
		Histeria colectiva por comunicación instantánea de hechos reales y ficticios	9 participantes

Cuadro 4.10

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 4

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿Cómo afectó a los estudiantes la falta de conectividad y dispositivos	Afectaciones educativas	Una generación completa con pobreza de aprendizaje.	11 participantes
		La brecha de desigualdad	14 participantes

electrónicos en la educación remota?		aumentó por la falta de acceso a la educación en línea	
		Aumentó la deserción y repitencia escolar	9 participantes
	Afectaciones Familiares	Se generó una migración interna en la que los estudiantes se mudaron de casa para tener conectividad con otros familiares	11 participantes
		Incremento del gasto familiar para pago de planes de datos.	15 participantes
		Un solo dispositivo por familia lo que provocó que estudiantes realicen sus actividades escolares en horarios poco favorables.	17 participantes

Cuadro 4.11

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 5

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿Cómo afectó a los docentes el	Resistencia al cambio de	Escasa autoformación y	14 participantes

desconocimiento en el uso y aplicación de tecnologías de la información y comunicación en el proceso enseñanza aprendizaje en la educación remota?	paradigma educativo	capacitación	
		Clases tradicionales a través de video conferencias	14 participantes
		Evaluaciones orales y memorísticas	13 participantes
	Cambio de paradigma educativo	Oportunidad para actualizaciones metodológicas	9 participantes
		Desarrollo de metodologías de enseñanza	15 participantes
		Enseñanza de acuerdo con las características y necesidades del estudiante	13 participantes
		Clases activas a través de medios virtuales	15 participantes

Cuadro 4.12

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 6

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿En qué medida el uso de las TIC afectó a la práctica deportiva y de la	Aporte negativo	Uso redes sociales y plataformas de juego	15 participantes
		Pérdida de motivación a la práctica de la actividad física y el	13 participantes

actividad física de las personas?		deporte		
		Aumento de los niveles de sedentarismo	14 participantes	
	Aporte positivo		Facilitó al desarrollo de tutoriales durante la pandemia	15 participantes
			Masificación a través de clases sincrónicas y asincrónicas	13 participantes
			Mejora de planificaciones y seguimiento de entrenamientos	13 participantes
			Alternativas de la práctica de la actividad física	9 participantes

Cuadro 4.13

Matriz de categorización de componentes: Pregunta 7

Pregunta	Componente	Subcomponente	Entrevistados
¿En qué medida el desconocimiento del uso y aplicación de las TIC para los entrenamientos ha afectado en el campo de la actividad física y	Entrenamientos	Desvinculación y deserción de deportistas a los entrenamientos	9 participantes
		Desmotivación por la práctica de actividad física y deportiva	11 participantes
		Cierre de gimna-	9 participantes

deporte?		sios y desempleo de entrenadores e instructores	
	Eventos y competencias	Pérdida de la continuidad de la agenda programada	8 participantes
		Selección de deportistas para eventos principales	9 participantes

4.1.3.2 Análisis de datos

Sin duda el uso de las TIC benefició y afectó en las diferentes áreas, en lo laboral los patronos se acogieron a la Ley Humanitaria expedida para ayudar a la economía del Ecuador, por lo que redujeron los sueldos y los horarios para ingresar en teletrabajo, esto generó que los trabajadores aprendan a utilizar las TIC, pero hasta que se capaciten de forma personal o por programas de capacitación de las empresas, la comunicación fue lenta, ocasionando pérdidas y retrasos.

Los despidos a los empleados que no se alineaban a las nuevas políticas de manejo de las TIC no se hicieron esperar, por lo que muchos tuvieron que invertir en compra

de computadoras, dispositivos, conectividad y capacitación; sin dejar de lado que ante esto los empelados trabajaban sin horario fijo debido a que se impuso el trabajo por productos y cumplimiento de tareas.

Realizando el análisis en el campo de la salud, se puede decir que las TIC afectó en la parte física ocasionando problemas osteomusculares, visuales, auditivos, como también la desmotivación por realizar actividad física debido al exceso de trabajo o interés por las TIC, aumentando el sedentarismo sustancialmente, estos hechos se destacaron en lo laboral, educativo y ocio.

También afectó en la salud mental, ocasionando por su excesivo uso niveles altos de ansiedad y depresión, esto se debe porque tanto estudiantes y trabajadores no se encontraban habituados al teletrabajo y a la educación de tipo remota, convirtiendo a las actividades en complejas y difíciles; sin dejar de lado el problema humano vivido como el temor al contagio, desempleo, desalojos y pérdidas de vidas de familiares y amigos. Sumado a esto la histeria

colectiva que ocasionan los mensajes sin filtros por redes sociales.

En el área educativa la puesta en marcha de la educación remota, complicó a estudiantes y padres de familia, debido a la utilización de las tics, para el proceso de enseñanza aprendizaje, sin que esté diseñado un modelo educativo para este fin, ocasionando niveles altos de la denominada pobreza del aprendizaje, incrementando la brecha en la desigualdad en la educación, deserción escolar, aumento de gastos en adquisición de dispositivos y conectividad empobreciendo a las familias, por lo que muchos solicitaron ayuda a familiares, amigos o vecinos.

En esta misma línea, los docentes no fueron la excepción pues muchos presentaron resistencia a este cambio de modalidad, por lo que no se actualizaron perjudicando a sus estudiantes, aplicando metodologías tradicionalistas como clases magistrales, dictados, memorizaciones y deberes sin línea pedagógica en una educación remota. Pero la mayoría se actualizó velozmente, para poder desenvolverse profesionalmente en las diferentes exigencias de este nuevo

tipo de educación, tomándolo como una oportunidad para mejorar la calidad educativa, pese a los gastos económicos y de tiempo que generaron.

En el área de la actividad física y el deporte el uso de las TIC afectó a los deportistas brindándoles otras alternativas para el uso de su tiempo libre como son las redes sociales y las plataformas de juegos, como también la falta de alternativas de actividad física en el hogar generó que se incremente los niveles de sedentarismo. Pero adicionalmente entre los practicantes generó la búsqueda de nuevas alternativas de direccionamiento y guía de entrenamientos, en las cuales las redes sociales fueron claves para estos intereses, como videos tutoriales, planes de entrenamientos, tips de prácticas, entre otras.

Finalmente se puede decir que los entrenadores también fueron afectados directamente por la pandemia, debido a que, por desconocimiento y falta de plataformas específicas para direccionar los entrenamientos, muchos perdieron sus trabajos al cerrar sus gimnasios y deserción de estudiantes, lo que indudablemente generó la continuidad en los



Fotografía de: Michelle Raza Barba

Capítulo V

Propuesta de Exclusión

5.1 Propuesta de análisis de la exclusión

5.1.1 Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión

Para obtener el instrumento de identificación del fenómeno (Posso & Bertheau, 2020) y la situación de exclusión problematizada, se abordará el análisis de los cinco tipos de exclusión seleccionados y llamados en esta propuesta ejes de exclusión (TIC, laboral, salud, educación y deporte), a partir de las tres dimensiones desarrolladas como la conceptualización de la exclusión, la revisión documental y el análisis de los datos obtenidos de la entrevista. Esto nos

permitirá la construcción de los principales indicadores de cada tipo de exclusión, abordando las dificultades, características y vivencias de las personas excluidas encontradas en el cruce realizado en cada área.

Tales acciones permitirán realizar el análisis de la exclusión en aspectos específicos, que brindarán la construcción de indicadores que identifiquen las personas con dificultades de exclusión y el distanciamiento de la población general señalados en los cuadros 5.1; 5.2; 5.3; 5.4 y 5.5.

Cuadro 5.1

Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión TIC

Ejes de Exclusión	Dimensiones	Aspectos	Indicadores
TIC	Conceptualización de la exclusión	Brecha digital	Personas sin acceso a la conectividad
			Personas sin acceso a dispositivos electrónicos
			Personas con desconocimiento en el uso y manejo de tecnologías de la información y comunicación
	Revisión	Conocimiento	Personas sin recur-

	documental		Personas con recursos económicos para acceder a las TIC
			Personas sin oportunidades de progreso
	Análisis de las entrevistas	Desarrollo	Personas con limitaciones de desempeño
			Personas sin participar en acciones comunes
Personas sin entendimiento social			

Cuadro 5.2

Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión laboral

Ejes de Exclusión	Dimensiones	Aspectos	Indicadores
Laboral	Conceptualización de la exclusión	Acceso al desempleo	Personas sin cualificaciones profesionales
			Personas que ingresan a estados de vulnerabilidad
			Personas con inestabilidad laboral
	Revisión documental	Productividad	Personas con bajos niveles de productividad
Personas con necesidades de capacitación			

	Análisis de las entrevistas		Personas con problemas de salud
			Personas con desmotivación laboral

Cuadro 5.3

Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión salud

Ejes de Exclusión	Dimensiones	Aspectos	Indicadores
Salud	Conceptualización de la exclusión	Desigualdad en salud	Personas sin acceso a la salud pública
			Personas sin acceso a programas de prevención de enfermedades
			Personas sin atención inmediata
			Personas con atención parcial
	Revisión documental	Afectaciones de salud	Personas con afectaciones de salud física
			Personas con afectación de la salud mental
Análisis de las entrevistas	Impedimento de acciones	Personas con altos niveles de estrés	
		Personas con altos niveles de ansiedad	

Cuadro 5.4

Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión educación

Ejes de Exclusión	Dimensiones	Aspectos	Indicadores
Educación	Conceptualización de la exclusión	Buenas prácticas educativas	Personas que no son consideradas en el proceso enseñanza aprendizaje
			Personas sin formación de acuerdo con sus necesidades de aprendizaje
			Personas excluidas de la educación por factores externos
			Personas con rezago estudiantil
	Revisión documental	Recursos	Personas sin recursos económicos
			Personas con dificultades de aprendizaje
			Personas sin apoyo familiar
	Análisis de las entrevistas	Brecha de desigualdad educativa	Personas con pobreza de aprendizaje
			Personas con resistencia al cambio educativo
			Personas con repitencia y deserción escolar
			Personas sin acceso a las tecnologías de la información y comunicación educativas

Cuadro 5.5

Instrumento de identificación del fenómeno y situaciones de exclusión deporte

Ejes de Exclusión	Dimensiones	Aspectos	Indicadores
Deporte	Conceptualización de la exclusión	Rendimiento deportivo	Personas sin condiciones físicas
			Personas sin condiciones técnicas
			Personas sin logros deportivos
			Personas sin condiciones tácticas
			Personas sin disciplina deportiva
	Revisión documental	Recursos deportivos	Personas sin acceso a tecnología deportiva
			Personas sin actualización ni capacitación deportiva
			Personas sin formación deportiva
	Análisis de las entrevistas	Actividad deportiva	Personas con desmotivación deportiva
			Personas sin alternativas de prácticas deportivas
			Personas sin participación en eventos y competencias deportivas

5.1.2 Estudio de los factores que generan las situaciones de exclusión

Una vez conocidos los instrumentos de identificación del fenómeno y su vinculación a los ejes de exclusión, se presentan los factores específicos y en común que los generan, a través de la relación de la conceptualización, revisión documental y la información de las entrevistas; esto permitirá configurar escenarios de superación de las situaciones de exclusión, debido a que la situación pandémica plantea una nueva realidad, la cual se debe considerar de forma objetiva.

5.1.2.1 Factores que generan las situaciones de exclusión TIC

Después de haber realizado este estudio se han obtenido las situaciones de esta exclusión que además han servido como un generador para el análisis de cada uno de los ejes. Indudablemente el desconocimiento del uso y aplicación de las TIC ha generado una brecha digital, lo cual a su vez ha impedido que se desarrollen las personas y por ende las sociedades.

Pero definitivamente las personas no son las culpables de esta exclusión, porque existen factores que determinan estas condiciones, como la vivida durante esta pandemia, es decir si no se cuenta con recursos económicos, no se podrá acceder al manejo de dispositivos electrónicos ni a la conectividad, desatando en cadena la falta de oportunidades y de desarrollo socioeconómico, para ser parte de una sociedad cada vez más cambiante y que apunta al conocimiento y al bienestar apoyados por las tecnologías, la información y la comunicación inmediata.

5.1.2.2 Factores que generan las situaciones de exclusión laboral

Con este estudio se han obtenido las situaciones de la exclusión laboral sucedidas en esta crisis pandémica. Fundamentalmente se menciona que si no hay un buen desempeño de los trabajadores no existe productividad ni buenos servicios; es decir, si las personas no se forman y se capacitan de acuerdo a las necesidades empresariales o de los requerimientos de la sociedad, serán despedidos o al menos sus puestos de trabajo estarán en permanente riesgo,

provocando problemas de salud por las preocupaciones de ingresar a un grupo vulnerable, carente de recursos económicos y de seguridad social.

5.1.2.3 Factores que generan las situaciones de exclusión salud

Continuando con los resultados del estudio ambientado en plena emergencia sanitaria, se puede destacar que la sociedad debido a una infinidad de factores está afectada por una desigualdad en el ámbito de la salud lo que deteriora de desenvolvimiento activo y productivo en la sociedad. En otras palabras, si las personas no se involucran en acciones de prevención de enfermedades distanciamiento y el uso de mascarillas, indudablemente tendrán que asistir a los servicios de salud pública, de aquí su atención parcial y demorada generará el deterioro de la salud.

Durante la pandemia los protocolos de atención se bloquearon por la aglomeración de personas enfermas, colapsando la atención emergente y urgente. Además de las pérdidas de vidas, existe un gran índice de personas que tiene secuelas graves producidas por esta enfermedad, sin

dejar de lado el temor de contagios que afectan a la salud mental, excluyendo o autoexcluyéndose de la sociedad.

5.1.2.4 Factores que generan las situaciones de exclusión educación

Las situaciones de exclusión en la educación durante la pandemia han sido muy especiales, pues los estudiantes y docentes se han visto afectados se diversas maneras; se puede decir que, si la comunidad educativa no cuenta con los recursos necesarios como infraestructura, equipamiento, capacitación y remuneraciones apropiadas, no existirá el desarrollo de las buenas prácticas educativas, aumentando los niveles de la brecha de desigualdad educativa.

Cuando el docente no trabaja en función de los estudiantes, diseñando estrategias de enseñanza de acuerdo a cómo aprenden los estudiantes en un contexto a sus necesidades, existe una alta posibilidad que aumenten los niveles de rezago estudiantil y la deserción escolar, como también la pobreza del aprendizaje. Por ello resulta fundamental, disponer de los recursos pedagógicos que permitan la actualización de los conocimientos, que sirvan

para que los estudiantes sean entes de transformación, de lo contrario la exclusión en la sociedad se profundizará al no tener oportunidades de inserción.

5.1.2.5 Factores que generan las situaciones de exclusión deporte

Los factores que generan la exclusión en el deporte nacen desde los requisitos y estándares a cumplir por los deportistas y entrenadores. Ello significa lograr el mejor rendimiento deportivo en las participaciones en eventos y campeonatos; para esto el apoyo debe darse con recursos deportivos, de lo contrario la derrota y la no participación generarán la exclusión parcial o definitiva de los actores deportivos.

La exclusión deportiva se da en las personas que no reúnen las condiciones físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, en tanto se debe tener dedicación y disciplina deportiva para cumplir con los objetivos planteados en cada sesión de entrenamiento. También es de vital importancia los conocimientos de los entrenadores y el apoyo de autoridades deportivas y familiares de los deportistas, destacando a la



Fotografía de: Michelle Raza Barba

Capítulo VI

Exclusión ejercicio físico

6.1 Proceso de Argumentación lógica

En el capítulo V se realizó la propuesta adaptada del análisis de exclusión social de Laparra, et al. (2007), con lo que se consiguió la base para poder argumentar la exclusión del ejercicio físico; esto se realizará a través de una argumentación lógica determinada por la aprehensión que anclará lingüísticamente el concepto de la exclusión del ejercicio físico, el juicio que generará el enunciado y el razonamiento donde encadenará desde problemática del COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología.

6.1.1 Aprehensión: anclaje lingüísticamente de la exclusión del ejercicio físico

La aprehensión del anclaje lingüístico de la nueva exclusión denominado del ejercicio físico, parte de la decodificación del término exclusión y ejercicio físico, para esto se tomará referencia de lo desarrollado en los capítulos anteriores.

Para determinar la exclusión se debe entender primero que es una separación de algo o de alguien; si se refiere a la exclusión social que es de donde se ramifican los diferentes tipos de exclusión, se ocasiona por la separación de un grupo de personas, debido a diferentes motivos como la discriminación a sus condiciones físicas, ideológicas o de comportamiento.

Entendido esto se define al ejercicio físico como toda actividad humana en la que existe desgaste energético, ésta puede ser planificada o espontánea, con la finalidad de obtener beneficios de salud, mantenimiento de la condición física, recreativo o con fines deportivos. Pero no se debe confundir con la práctica deportiva que en cambio es la

misma actividad, pero orientada hacia la participación y competencia, definida por reglas específicas.

Por lo que se define a la exclusión del ejercicio físico a las personas que son separadas socialmente por no ejercitarse por diferentes motivos, como la falta de tiempo libre, el trabajo, los estudios, el dinero, el interés, la salud, el acompañamiento, el apoyo, entre otras. Indudablemente, el grupo excluido es necesario que cuente con accesibilidad a la práctica del ejercicio físico, recursos específicos y objetivos similares.

Se podría decir que el ejercicio físico se destinaría a la mejora de las capacidades físicas como son las cualidades coordinativas y motrices, esta dependerá de la edad, biotipo, motivación y finalidad. Cabe considerar que el ejercicio físico como actividad tiene varias ventajas como fortalecimiento, reducción de enfermedades físicas y mentales, sociabilización, entre otras.

6.1.2 Juicio: generación de la exclusión del ejercicio físico

Para generar un enunciado, se parte de que la exclusión del ejercicio físico se da permanentemente en grupos

reducidos, los cuales se agrupan por lo general de forma etaria, actividad profesional, relación familiar, nivel de amistad, intereses mutuos, de proximidad o simplemente por salud.

Los grupos que tiene intereses de activación mediante la realización del ejercicio físico excluyen a las personas inactivas o sedentarias, con intención de comunicar su molestia o desacuerdo, como también la falta de apoyo a los diferentes motivos que los generan.

Las personas excluidas son sedentarias, con un estilo de vida en la que generan poca actividad física, por lo general tiene riesgo de sobrepeso y obesidad, y su estado de salud se deteriora permanentemente.

6.1.3 Razonamiento: encadenamiento de la exclusión del ejercicio físico con el COVID 19 y el uso excesivo de la tecnología

En la pandemia ocasionada por la enfermedad el COVID 19, las autoridades sanitarias obligaron a que las personas se aislen y se confinen en sus hogares, suspendiendo por mucho tiempo los trabajos y los estudios presenciales, lo que ocasionó que las acciones cotidianas cambien, sin posibilidad

a caminar, usar el transporte público, a moverse en diferentes ambientes y espacios.

Ante esto, la tecnología surgió con más fuerza para salvar las actividades educativas y laborales, además que se implantaron en la vida diaria como un medio de comunicación e información instantánea, como una actividad de ocio, o como elemento de encuentro familiar.

Todo esto acrecentó los niveles de sedentarismo en una sociedad que ya venía dando vicios de inactividad física; sin duda esto permitió que el COVID afectara más a las personas con estas condiciones, debido a que ataca a las personas que muestran menos defensas en el organismo. Por lo que se crearon muchos grupos de activación física, que aprovecharon los dispositivos electrónicos y la conectividad para crear o compartir ejercicios con diferentes intensidades y volúmenes de trabajo, para fortalecer su organismo y enfrentar con menos riesgo al COVID.

Por otra parte, los grupos existentes que realizaban frecuentemente ejercicios físicos por distintos objetivos comenzaron a fomentar la práctica física, motivando a través del ejemplo a sus familiares, pares o allegados,

convirtiéndose en una cadena que la expandió las redes sociales.

A todo esto, se comenzó a ver de mala forma las actitudes y los estilos de vida sedentaria que tenía varias personas, debido a que se reconocía públicamente que los practicantes de actividades física tenían grandes posibilidades de enfermarse de COVID sin afectaciones a su salud. Por lo que estos grupos al no tener respuesta positiva comenzaron a excluirles de sus grupos y amistades.

No se puede decir que este tipo de exclusión se ha masificado en la sociedad, pero se conoce que la exclusión existe; lamentablemente estos grupos excluyentes se mueven bajo propósitos positivos y de gran valor para la preservación de la salud y la prevención de enfermedades. Se confía que a futuro se elimine esta exclusión no porque toda exclusión margina y debe ser combatida, sino porque la sociedad en si valores y se beneficie de las bondades de la actividad física y la práctica del ejercicio físico.

Referencias

- Acuña, M. C. (2006). Elementos para la discusión en torno a la protección social y el derecho a la salud. *Revista. Facultad de Ciencias Médicas, Universidad Nacional Autónoma de Honduras*, (5) 9-15.
<http://cidbimena.desastres.hn/RFCM/pdf/2006/pdf/RFCMVol3-1-2006-3.pdf>
- Adamini, M. (2015). El campo laboral y la representación de la pasantía universitaria como formación. In XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires.
<https://cdsa.aacademica.org/000-061/1136>
- Arab, L. & Díaz, G. (2015). Impacto de las redes sociales e internet en la adolescencia: aspectos positivos y negativos. *Revista Médica Clínica Las Condes*, 26(1), 7-13.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864015000048>

- Asamblea General de las Naciones Unidas (1948). Declaración Universal de los Derechos Humanos. ONU.
- Ayala Montero, C. (2021). La tecnología y los trabajadores. *Revista Jurídica Latinoamericana*, 1(1), 34-37. <https://revista.isaeuniversidad.ac.pa/index.php/JURISAE/article/view/63/78>
- Behrman, J. R. (2003). Who's in and who's out: Social exclusion in Latin America. IDB.
- Besolí, G., Palomas, N. y Chamarro, A. (2018). Uso del móvil en padres, niños y adolescentes: Creencias acerca de sus riesgos y beneficios. *Revista de Psicología, Ciències de L'Educació i de L'Esport*, 36(1), 29-39. <http://www.revistaaloma.net/index.php/aloma/article/view/328/200200205>
- Camarero Santamaría, J. (1998). *El déficit neoliberal. Del estado del bienestar a la sociedad de la exclusión*. Santander: Editorial Sal Terrae.

- Celis-Morales, Carlos, Salas-Bravo, Carlos, Yáñez, Aquiles, & Castillo, Marcelo. (2020). Inactividad física y sedentarismo. La otra cara de los efectos secundarios de la Pandemia de COVID-19. *Revista médica de Chile*, 148(6), 885-886.
<https://scielo.conicyt.cl/pdf/rmc/v148n6/0717-6163-rmc-148-06-0885.pdf>
- Cóndor Chicaiza, J., Chimba Santillán, A, Cóndor Chicaiza, M., Romero Obando, M. y Posso Pacheco, R. (2021). Desarrollo de proyectos interdisciplinarios en la educación remota ecuatoriana. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 25(2), 306–321.
<https://doi.org/10.46498/reduipb.v25i2.1527>
- Cóndor Chicaiza, M., Cóndor Chicaiza, J. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Propuesta educativa para el desarrollo personal y social de los adolescentes en la pandemia. *Revista científica Olimpia*, 18(3), 15-27.
<https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2714>

- Dietrich Martin, D. (2001). *Manual de Metodología del Entrenamiento Deportivo*. Paidotribo.
- Fernández, J. y Torres, G. (2015). Actitudes docentes y buenas prácticas con TIC del profesorado de Educación Permanente de Adultos en Andalucía. *Revista Complutense de Educación*, 26, 33-49.
<https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/43812/45930>
- García Salirrosas, E. y Sánchez Poma, R. (2020). *Prevalencia de los trastornos musculoesquelético en docentes universitarios que realizan teletrabajo en tiempos de COVID-19*. Scielo - Scientific Electronic Library Online.
<http://www.scielo.org.pe/pdf/afm/v81n3/1025-5583-afm-81-03-00301.pdf>
- Laparra, M., Obradors, A., Pérez, B., Pérez, M., Renes, V., Sarasa, S., Subirats, J. y Trujillo, M. (2007). Una propuesta de consenso sobre el concepto de exclusión. Implicaciones metodológicas, *Revista Española del Tercer Sector*, 5, 11-57. <https://bit.ly/3tRhR1F>

- Lobelo, F., Pate, R., Parra, D., Duperly, J. y Pratt. M. (2006). Carga de mortalidad asociada a la inactividad física en Bogotá. *Revista de Salud Pública*, 8, 28-41. https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rsap/v8s2/v8s2a03.pdf
- Marcillo Ñacato, J. C., Otáñez Enríquez, N. R., Carrera Toapanta, P. F. y Posso Pacheco, R. J. (2021). Desafío del entrenamiento en la pandemia: Una mirada prospectiva desde lo pedagógico. *Revista científica Olimpia*, 18(3), 64-76 <https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2718>
- Marmot, M., Allen, J., Bell, R., Bloomer, E., & Goldblatt, P. (2012). WHO European review of social determinants of health and the health divide. *The Lancet*, 380(9846), 1011-1029. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)61228-8](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)61228-8)

- Mead, L. (1997). *From Welfare to Work*. London: Institut for Economic Affairs.
- Martínez Ferrer, B. y Moreno Ruiz, D. (2017). Las redes sociales virtuales y violencia escolar en adolescentes. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1),105-114.
<https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853220011.pdf>
- Montoya, S. L., y Giraldo, C. M. Á. (2017). Condiciones de desarrollo humano y exclusión social laboral en jóvenes de Manizales. *Revista Espacios*, 39(9), 1-11.
<https://www.revistaespacios.com/a18v39n09/a18v39n09p11.pdf>
- Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico. (2017). Jobs gap closes but recovery remains uneven. Organisation for Economic Co-operation and Development.
<https://www.oecd.org/employment/jobs-gap-closes-but-recovery-remains-uneven.htm>

- Organización Internacional del Trabajo. (2016). Teletrabajo. ¿Cuáles son los beneficios y los riesgos del teletrabajo en las tecnologías de la comunicación y los servicios financieros?. Ginebra: OIT. <https://bit.ly/3H1XFY8>
- Organización Mundial de la Salud. (2017). Informe sobre la situación de las enfermedades no transmisibles. Ginebra: OMS. <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable-diseases>
- Organización Panamericana de la Salud. (2006). Estrategia Mundial sobre Alimentación saludable, Actividad Física y Salud (DPAS). Plan de implementación en América latina y el Caribe 2006-2007. Washington, D.C: OPS. <https://www3.paho.org/spanish/ad/dpc/nc/dpas-plan-imp-alc.pdf>
- Pérez Acuña, C., Contreras Gutiérrez, J. y Mattoli Chiavarelli, M. (2020). Hyperconnected healthcare as an effect of COVID-19 pandemic. *Revista médica de Chile*, 148(8), 1223-1224.

<https://www.scielo.cl/pdf/rmc/v148n8/0717-6163-rmc-148-08-1223.pdf>

Piedra, J. (2020). Redes sociales en tiempos de COVID-19: el caso de la actividad física. *Sociología del Deporte*, 1(1), 41-43.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7505057&orden=0&info=link>

Plantín, C. (2012). *La argumentación: historia, teorías, perspectivas*. Buenos Aires: Biblos.

Posso Pacheco, R. J. (2018a). Guía de estrategias metodológicas para educación física en EGB y BGU. Ministerio de Educación Ecuador. https://www.academia.edu/38540331/Gu%C3%ADa_de_estrategias_Metodol%C3%B3gicas_de_Educaci%C3%B3n_F%C3%ADsica.pdf

Posso Pacheco, R. J. (2018b). Propuesta de estrategias metodológicas activas aplicadas a la educación física [Tesis de maestría]. Universidad Internacional de la

- Rioja, Logroño.
<https://reunir.unir.net/handle/123456789/7439>
- Posso, R. (2019). Enfoque lúdico como estrategia en el contexto de la Educación Física ecuatoriana: una revisión sistemática. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 24(258), 86-105.
<https://www.efdeportes.com/index.php/EFDeportes/article/view/1531/1021>
- Posso Pacheco, R., Aponte, J., Zapata, M. y Betancourt, A. (2020). Aproximación fenomenológica y hermenéutica de los expertos en recreación, sobre las teorías del ocio y el tiempo libre en el proceso de socialización en las instituciones educativas, *Revista Científica Olimpia*, 17, 78-91.
<https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/1269/2293>
- Posso-Pacheco, R. J., Barba-Miranda, L. C., Rodríguez-Torres, Á. F., Núñez-Sotomayor, L. F. X., Ávila-Quinga, C. E., y Rendón-Morales, P. A. (2020). Modelo

- de aprendizaje microcurricular activo: Una guía de planificación áulica para Educación Física. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 1-18.
<https://doi.org/10.15359/ree.24-3.14>
- Posso Pacheco, R. y Bertheau, E. (2020). Validez y confiabilidad del instrumento determinante humano en la implementación del currículo de educación física. *Revista EDUCARE - UPEL-IPB - Segunda Nueva Etapa 2.0*, 24(3), 205–223.
<https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i3.141>
- Posso, R., Barba, L., Marcillo, J., Acuña, M. y Hernández, F. (2020). Enfoques curriculares como contribución para la autonomía de la actividad física. *EmásF. Revista Digital de Educación Física*. (63), 132-145.
https://emasf.webcindario.com/Enfoques_curriculares_como_contribucion_para_la_autonomia_de_la_actividad_fisica.pdf
- Posso Pacheco, R., Barba Miranda, L., León Quinapallo X., Ortiz Bravo, N., Manangón Pesantez, R. y Marcillo

- Ñacato, J. (2020). Educación Física significativa: propuesta para la contextualización de contenidos curriculares. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(2), 371-381, <<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/914>
- Posso Pacheco, R., Barba L. y Otáñez, N. (2020). El conductismo en la formación de los estudiantes universitarios. *Revista Educare Segunda Nueva Etapa 2.0*. 24(1), 117-133. <https://doi.org/10.46498/reduipb.v24i1.1229>
- Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, J., Paz Viteri, S., Ortiz Bravo, N. y Núñez Sotomayor, L. (2020). Por una Educación Física Virtual en Tiempos de COVID. *PODIUM-Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 15(3). <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v15n3/1996-2452-rpp-15-03-705.pdf>
- Posso Pacheco, R., Otáñez Enríquez, N., Córdor Chicaiza, J., Córdor Chicaiza, M. y Lara Chala, L. (2021).

Educación Física remota: juegos motrices e inteligencia kinestésica durante la pandemia COVID-19. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16,(2), 36-48.

<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/7987450.pdf>

Posso Pacheco, R., Marcillo Ñacato, J. y Bedón Noboa, E. (2021). Las tecnologías de la Información y comunicación como alternativa para el entrenamiento en la pandemia. *Revista Científica Olimpia*, 17(2), 1090-1100.

<https://revistas.udg.co.cu/index.php/olimpia/article/view/2682>

Posso Pacheco, R. J., Barba Miranda, L. C., Marcillo Ñacato, J. C. y Beltrán Vásquez, S. J. (2021). Educación Física Interdisciplinaria ecuatoriana en el contexto de la covid-19. *Acción*, 17, 1-5.

<http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/154>

- Posso Pacheco, R. J., Pereira Valdez, M. J., Paz Viteri, B. S., y Rosero Duque, M. F. (2021). Gestión educativa: factor clave en la implementación del currículo de educación física. *Revista Venezolana De Gerencia*, 26(5), 232-247. <https://doi.org/10.52080/rvgluz.26.e5.16>
- Rappaccioli SR, Hernández FF, Zamora MA. (2021). Repercusiones en la salud a causa del teletrabajo. *Revista Médica Sinergia*, 6(02), 1-8. <https://www.medigraphic.com/pdfs/sinergia/rms-2021/rms212d.pdf>
- Razo, A. (2021). El uso de las TIC en el entrenamiento deportivo: una propuesta operativa ante la COVID-19. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(1), 76-87. <http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v16n1/1996-2452-rpp-16-01-76.pdf>
- Real Academia Española. (2014). *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed. Madrid: Espasa-Calpe.

- Reynoso, P. (2011). El concepto de exclusión educativa a partir de los dispositivos de definición de sujetos formados para atender las diversidades socioeducativas. X congreso nacional de investigación educativa, área 10: interrelaciones educación-sociedad,1-7. http://www.comie.org.mx/congreso/memoriaelectronica/v10/pdf/area_tematica_10/ponencias/1076-F.pdf
- Rodríguez Arocho, W. (2018). Herramientas culturales y transformaciones mentales: Las tecnologías de la información y la comunicación en perspectiva histórico-cultural. *Actualidades Investigativas en Educación*, 18(2), 1-21 <https://www.scielo.sa.cr/pdf/aie/v18n2/1409-4703-aie-18-02-412.pdf>
- Romero, Y. & Pulido, G. (2015). Incidencia de las rutinas del pensamiento en el fortalecimiento de habilidades científicas: observar y preguntar en los estudiantes de grado cuarto, ciclo II del colegio rural José celestino mutis I.E.D. [Tesis de Maestría]. Universidad de la Sabana. <https://bit.ly/3qM9KBG>

- Salazar Concha, C. (2019), El tecnoestrés y su efecto sobre la productividad individual y sobre el estrés de rol en trabajadores chilenos: un estudio psicométrico y predictivo. (Tesis doctoral) Universitat Oberta de Catalunya, Catalunya. <https://bit.ly/3GWQW8A>
- Sánchez Duarte, E. (2008). Tecnologías de información y comunicación (TIC) desde una perspectiva social. *Revista Electrónica Educare*, 12(1), 155-162. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194114584020.pdf>
- Sen, A. (1995). *Nuevo examen de la desigualdad*. Madrid: Alianza
- Solano Solano, J., García Vences, D. y Uzcátegui Sánchez, C. (2017). Empleabilidad e inserción laboral de los recién graduados de la Carrera Gestión Empresarial en la Universidad Metropolitana. *Revista Universidad y Sociedad*, 9(4), 90-96. <http://scielo.sld.cu/pdf/rus/v9n4/rus12417.pdf>
- Tarafdar, M., Tu, Q. y Ragu-Nathan, T. (2010). Impacto of techcostress on end-user satisfaction and performance.

Journal of Management Information Systems, 27(3), 303-334.
<https://doi.org/10.2753/MIS0742-1222270311>

UNESCO. (2002). *Information and Communication Technologies in Education*, Paris: UNESCO.

UNESCO, 2013 UNESCO (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura), 2013. Declaración de Berlín. Quinta Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios encargados de la Educación Física y el Deporte (MINEPS V), Berlín, Alemania, 28-30 de mayo de 2013

Velásquez, H. (2019). El nuevo rol del docente virtual para entornos virtuales de aprendizaje, “El caso CEIPA”. *Revista Lupa Empresarial*. (2), 1-22.
<https://revistas.ceipa.edu.co/index.php/lupa/article/view/401>

Villafañe Rodríguez, C. (2010). La integración de las TIC al currículo: propuesta práctica. *Revista Educare*, 12,155-162.
<https://www.redalyc.org/pdf/1995/199516111056.pdf>

Villasmil Prieto, H. (2015). Pasado y presente del derecho laboral latinoamericano y las vicisitudes de la relación de trabajo. *Revista latinoamericana de derecho social*, (21), 203-228. DOI

World Health Organization. (2018). Sedentary lifestyle a global public health problem. Geneva: World Health Organization.

Yépez Reyes, V. (2018). Analfabetismo digital: una barrera para las narrativas transmedia y el diálogo social al margen de la industria cultural. *Razón y Palabra*, 22(2), 285-301.

<https://revistarazonypalabra.org/index.php/ryp/article/view/1203>



UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA EXPERIMENTAL
LIBERTADOR INSTITUTO PEDAGÓGICO DE BARQUISIMETO
"LUIS BELTRÁN PRIETO FIGUEROA"
DIRECCIÓN DEL INSTITUTO
UNIDAD DE PUBLICACIONES