



**IMAGINARIOS SOCIALES DE ESTUDIANTES DE CICLO V ACERCA DE LA
EDUCACIÓN FÍSICA, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA CORPORALIDAD, EN LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL PABLO NERUDA DE LA LOCALIDAD DE
FONTIBÓN EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ.**

LIDA JOHANA GÓMEZ MOLINA

Universidad Santo Tomás de Aquino
Facultad de Cultura Física Deporte y Recreación
Bogotá D.C., Colombia

2017

**IMAGINARIOS SOCIALES DE ESTUDIANTES DE CICLO V ACERCA DE LA
EDUCACIÓN FÍSICA, LA ACTIVIDAD FÍSICA Y LA CORPORALIDAD, EN LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA DISTRITAL PABLO NERUDA DE LA LOCALIDAD DE
FONTIBÓN EN LA CIUDAD DE BOGOTÁ.**

LIDA JOHANA GÓMEZ MOLINA

Investigación presentada para optar al grado de

Magister en Actividad Física para la Salud

Director

Bernardo Castiblanco Torres

Psicólogo, Mg. En Salud Pública

Universidad santo Tomás de Aquino

Facultad de Cultura Física Deporte y Recreación

Bogotá D.C., Colombia

2017

Dedicatoria

Quiero dedicarle este trabajo a mi hijo Samuel porque él es el motor de mi vida, quien con su llegada me enseñó a ser fuerte y me mostro lo que es el amor verdadero.

Agradecimientos

Mi gratitud inagotable con mis padres, siempre su apoyo incondicional en cada momento de mi vida, nunca tendré las suficientes palabras y formas de mostrarles todo mi sentir.

Mis infinitos agradecimientos al profesor Bernardo Castiblanco Torres por haber guiado mi trabajo de grado con la mayor entrega, compromiso y esmero posible, pues no solo fueron sus orientaciones profesionales sino también su apoyo moral el que permitió que culminara con éxito este proceso y que además pudiera encontrar un nuevo enfoque para mi carrera profesional.

Contenido

	Pág.
Resumen.....	6
Abstract.....	7
Introducción.....	8
Planteamiento del problema.....	11
Justificación.....	18
Objetivo General.....	21
Objetivos Específicos.....	21
Marco Conceptual.....	22
Diseño Metodológico.....	45
Resultados.....	66
Discusión.....	91
Conclusiones.....	111
Recomendación.....	116
Referencias Bibliográficas.....	118
Anexos.....	122

Resumen

La investigación que se comparte a través del presente escrito, condensa los imaginarios sociales de estudiantes de ciclo V del Colegio Pablo Neruda de la localidad de Fontibón en la ciudad de Bogotá, en torno a tres ejes de indagación actividad física, educación física y corporalidad. Como tal la investigación buscó comprender los imaginarios sociales de un grupo de estudiantes en torno a los ejes de indagación que son relevantes y que determinan en ellos algunos comportamientos. A partir de un paradigma histórico hermenéutico y un enfoque de investigación cualitativo se realizaron cuatro entrevistas grupales (12 participantes por grupo) y cuatro entrevistas individuales dirigidas a los estudiantes. Entre los resultados se encontró que la deportivización de todos los contextos sociales del adolescente ha hecho que no se vea de forma diferenciada la práctica de actividad física y la clase de educación física con la práctica deportiva. Los jóvenes desconocen la importancia que tienen la práctica regular de actividad física para su salud y su realización se da más por mejorar su imagen corporal. La clase de educación física es percibida por los estudiantes como un espacio lúdico y deportivo que no les representa ningún aprendizaje significativo ni aporta en la construcción de hábitos de vida saludable y tampoco genera educación en temas de corporalidad. El tiempo que los estudiantes dedican a temas tecnológicos es excesivo y le quita tiempo e interés a la práctica de algún tipo de actividad física.

Palabras clave: Imaginario Social, Actividad Física, Educación Física, Corporalidad

Abstract

The research in this document collects the social imaginaries of ciclo V students from Pablo Neruda School in Fontibón, Bogotá regarding to three axes of inquiry: physical activity, physical education and corporality. This study pretended to understand the social imaginaries of a group of students relating to the axes of inquiry which are relevant and influence over their behaviors. Based on a historical hermeneutic paradigm and a qualitative approach, it was carried out four focus group (12 participants per group) and four interviews addressed to students. As a result, it was found that sportivization of all social contexts of teenagers has made difficult to stablish a difference between the practice of physical activity, physical education class and sport practice. Young people disregard the importance of a regular practice of physical activity for their health and the reason of its practice is because of improving their body image. Physical education class is perceived, by students, as a playful and sport space which has no significant learning, it does not contribute to create healthy habits and nor provides education related to corporality. Time spent by students on technology is disproportioned and reduces space and interest on practicing any kind of physical activity.

Key words: Social Imaginaries, Physical activity, Physical Education, Corporality.

Introducción

En la actualidad a pesar del mundo moderno en que se vive en donde la tecnología aporta herramientas importantes para nuestro diario vivir en temas de información, en donde los medios de comunicación alertan constantemente a la población en temas de salud, en donde las organizaciones gubernamentales y de salud resaltan un poco más los beneficios relacionados con una vida físicamente activa, se puede observar que las personas a nivel mundial con enfermedades crónicas no transmisibles ha aumentado notablemente teniendo como causas en primer lugar al sedentarismo y a la adquisición de hábitos de vida poco saludables, teniendo como factor determinante al sobrepeso y a la obesidad. Con respecto al aumento de la obesidad mundial se considera que:

Desde 1980, la obesidad se ha más que doblado en todo el mundo. En 2014, más de 1900 millones de adultos de 18 o más años tenían sobrepeso, de los cuales, más de 600 millones eran obesos, el 39% de las personas adultas de 18 o más años tenían sobrepeso, y el 13% eran obesas. En 2014, 41 millones de niños menores de cinco años tenían sobrepeso o eran obesos. (OMS, 2016)

En Latinoamérica “la preponderancia del sobrepeso y la obesidad en los adultos se trepó del 41% al 61% entre 1980 y el 2013 según el estudio y el aumento en niños y adolescentes fue de más del doble: del 13 al 29%” (Infobae, 2014)

En Colombia según el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (2010) “la prevalencia de sobrepeso u obesidad ha aumentado un 25.9% en el último quinquenio” este también informa que:

Uno de cada 6 niños y adolescentes presenta sobrepeso u obesidad; esta relación aumenta a medida que se incrementa el nivel del SISBEN y el nivel educativo de la madre (9,4% en

madres sin educación frente a 26,8% en madres con educación superior). El exceso de peso es mayor en el área urbana 19.2% que en la rural 13,4%. Los Departamentos con mayores prevalencias de sobrepeso u obesidad con 31,1% San Andrés, 22,4% Guaviare y 21,7% Cauca. (p.8-9).

Teniendo en cuenta dos factores muy importantes en torno a este tema, el primero los imaginarios de los estudiantes en torno a la actividad física, la educación física y la corporalidad y su influencia en los niveles de actividad física y el segundo el deterioro de la salud a causa de las enfermedades asociadas al sedentarismo encabezadas por el sobrepeso y la obesidad, la tarea se enmarca en vislumbrar los imaginarios relevantes que los jóvenes Bogotanos tienen acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad y estos cómo influyen en su estilo de vida. Con respecto a la práctica de actividad física regular la OMS (2016) afirma que:

La actividad física regular de intensidad moderada como caminar, montar en bicicleta o hacer deporte tiene considerables beneficios para la salud (...). Realizar algún tipo de actividad física es mejor que no realizar ninguna. Volviéndonos más activos a lo largo del día de formas relativamente simples podemos alcanzar fácilmente los niveles recomendados de actividad física. La actividad física regular y en niveles adecuados: mejora el estado muscular y cardiorrespiratorio, mejora la salud ósea y funcional, reduce el riesgo de hipertensión, cardiopatía coronaria, accidente cerebrovascular, diabetes, cáncer de mama y colon y depresión, reduce el riesgo de caídas y de fracturas vertebrales o de cadera y es fundamental para el equilibrio energético y el control de peso (p.8-9).

Los resultados de esta investigación contribuyen a identificar con claridad los imaginarios del joven Bogotano sobre actividad física, educación física y corporalidad lo cual brinda

información acerca de los conceptos que ellos han formado a través de sus vivencias en torno a estos temas, las percepciones que han construido a través de sus experiencias, las explicaciones que dan a determinadas situaciones, la reflexión con respecto a sus prácticas y las posibles reglas que se han construido en torno a estos temas, respuestas que indudablemente conforman y dan origen a una serie de actúares y comportamientos que delimitan la posición que estos jóvenes asumen frente a la actividad, física la educación física y la corporalidad, esto propone un gran trabajo, reflexión y análisis ya que los datos mundiales y principalmente de nuestro país sobre el gran porcentaje de inactividad física en los jóvenes y los datos de sobre peso y obesidad a causa de esto, claramente invitan a pensar las posibles causas de esta inactividad física y en qué medida las prácticas que actualmente se están ofreciendo desde los entes gubernamentales y desde las instituciones educativas, están cumpliendo con el propósito de motivar a los jóvenes para que adopten estilos de vida saludable; lograr una reorientación de la visión que se tiene de la actividad física teniendo en cuenta el mundo cambiante y diverso en el que hoy en día los jóvenes se desenvuelven y los nuevos gustos y tendencias en el que viven debe ser una prioridad para los procesos educativos actuales y para ello se hace estrictamente necesario conocer toda la información que la investigación tiene por objetivo conocer y de esta manera futuramente este conocimiento sea una guía en la formulación de programas de intervención que les permitan a los jóvenes estudiantes adoptar una vida físicamente activa, entender el valor de esta y la importancia del concepto del cuerpo.

Planteamiento del problema

Descripción del problema

La actividad física, la educación física y la corporalidad son temas de gran importancia que marcan dentro de la juventud algunos patrones de comportamiento, estos patrones de comportamiento pueden estar dirigidos hacia la adopción de una vida físicamente activa o por el contrario hacia la adopción de acciones, hábitos y actitudes que no aporten a su salud, sin embargo en las últimas décadas se ha incrementado el sedentarismo y la adquisición de hábitos de vida poco saludables en los adolescentes.

Para la Organización mundial de la salud (2016):

la actividad física es un factor que interviene en el estado de la salud de las personas, la define como la principal estrategia en la prevención de la obesidad, entendiendo la actividad física como cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos y que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal.

Con respecto a la inactividad física asociada con el sedentarismo y teniéndola como condición que puede contribuir a la aparición de enfermedades se señala que:

La inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante a nivel mundial y provoca el 6% de todas las muertes. Solo se ve sobrepasada por la hipertensión arterial (13%) y el consumo de tabaco (9%), y conlleva el mismo nivel de riesgo que la hiperglucemia (6%). Aproximadamente 3,2 millones de personas mueren cada año por tener un nivel insuficiente de actividad física. (Organización Mundial de la Salud, 2014)

La inactividad física está aumentando en muchos países, lo que incrementa la carga de enfermedades no transmisibles y afecta a la salud general en todo el mundo.

Las personas con un nivel insuficiente de actividad física tienen “entre el 20% y el 30% más de riesgo de muerte que las personas que realizan al menos 30 minutos de actividad física moderada la mayoría de días de la semana” (Organización Mundial de la Salud, 2014)

Por eso la salud también depende de las capacidades o competencias que tienen las personas para cuidarse y prevenir situaciones que deterioren su salud (actitudes, hábitos y prácticas de salud). “Estas capacidades tienen mucho que ver con las acciones de promoción y educación de la salud, pero también dependen de las decisiones que tome cada persona y de la manera de llevarlas a la práctica en su vida cotidiana” (Ministerio de protección social, 2011, p. 22).

En cuanto a educación física la forma como los jóvenes asumen su asignatura, el valor educativo que dan a sus clases y el reconocimiento que la materia tiene frente al sistema institucional enmarcan en los adolescentes una forma de concepción de su clase, el análisis de las orientaciones que los docentes han dado en sus clases, y las preferencias en cuanto a actividades delimitan el quehacer de la asignatura y el significado que se le da a la misma y cómo ésta aporta en la construcción de hábitos de vida saludable en los estudiantes.

Dentro de la escuela, va a ser fundamental el papel de la educación para la salud a través de ella, pretendemos que todos los alumnos adquieran hábitos saludables desde edades muy tempranas, favoreciendo su desarrollo personal y la consecución de una vida sana. La educación para la salud permite que las personas conozcan y modifiquen ciertos comportamientos o hábitos perniciosos (tabaco, alcohol, otras drogas, sedentarismo, estrés y trastornos alimenticios como la anorexia, bulimia, obesidad, etc.), los cuales son muy peligrosos para su salud. En definitiva, el enfoque de salud que se da en la educación física está más en consonancia con una actividad moderada, continua y frecuente. Dicho enfoque debería tener un carácter más global, facilitador e integrador desde todas las áreas,

consiguiendo así hábitos duraderos y beneficiosos para la salud personal. (Rivera Muñoz , 2008, P. 1)

Para los niños y jóvenes el colegio se convierte básicamente en la primera experiencia en temas de educación y es allí principalmente en donde se puede y debe hablar y enseñar en temas de hábitos de vida saludable a través de un trabajo interdisciplinar entre el área de educación física y las demás áreas de obligatoriedad.

Pero vale la pena preguntarse si realmente el Estado y las instituciones educativas son quienes en primera instancia resaltan el valor y la importancia del área de educación física y de sus temáticas entre ellas la formación en hábitos de vida saludable orientadas al mejoramiento de la calidad de vida de los jóvenes, o si solamente se ha priorizado esta educación en aspectos como la deportivización y el rendimiento deportivo. Algunas investigaciones previas han considerado que:

La educación física no escapa a la influencia de la ideología imperante, afectando particularmente a los profesores y a los formadores de educadores. Todos ellos reducen su trabajo profesional al logro de indicadores Físicos-Atléticos y técnico-deportivos, atraídos por el ideario olímpico publicitado ampliamente por los medios, dada su rentabilidad financiera. Así, el cuerpo, entre otras cualidades instrumentales, se limita a ser más fuerte, más alto y más veloz. La educación física, se preocupará entonces por formar un ser humano para la producción y la competencia, donde se recurre, a métodos de trabajo directivos que garantizan la eficiencia en el menor tiempo posible (Murcia Peña & Jaramillo Echeverry, *Imaginario del joven Colombiano ante la clase de Educación Física*, 2005, p.10).

Sin duda alguna estas prácticas son de interés para algunos jóvenes pero es importante analizar si dentro del imaginario de los jóvenes de la institución educativa distrital Pablo Neruda tienen la misma relevancia y si es un factor determinante en la motivación de los jóvenes hacia la

adopción de una vida físicamente activa a través de esta forma de actividad física ya que es el gusto por la clase de educación física el primer factor para que los jóvenes incorporen a su vida diaria lo que la clase les enseña y la importancia para su vida, además conocer los gustos y preferencias que los jóvenes tienen con respecto a la clase de educación física facilitarían que ellos tuvieran mayor gusto e inclinación hacia la actividad física.

En cuanto a la corporalidad los jóvenes crean una serie de concepciones que aunque ambiguas estas pueden delimitar diferentes formas de actuar y formas de pensar que pueden influir en la construcción de hábitos de vida saludable como en la adquisición de una vida físicamente activa que le permita mejorar su estado de salud y por ende su calidad de vida.

Teniendo en cuenta a la corporalidad entendida como:

“La corporalidad es el conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y de su relación en el espacio y los objetos que nos rodean” (Le Boulch, 1986, p.12)

La adolescencia trae consigo grandes cambios a nivel corporal y psicológico, tal vez es la etapa en donde más cambios físicos se produce, la transformación de cuerpo generará nuevas concepciones sobre el, con respecto a la corporalidad para los jóvenes:

...más que un asunto ligero o frívolo, el cuerpo constituye un factor importante en configuración de su subjetividad. Las tecnologías de la apariencia corporal son intervenciones que se hacen al cuerpo, y pueden ir desde la superficialidad y transitoriedad del maquillaje hasta el moldeado “desde adentro” por prácticas como la gimnasia y las cirugías plásticas. Esas formas de intervención corresponden a mapeos del cuerpo en los que se configura una subjetividad relacionada con la apariencia y les da sentido como sujetos, la apariencia implica, en consecuencia, una activa intervención sobre las superficies del cuerpo en un sujeto que hace de este su proyecto (Cabra A. & Escobar C., 2014, p.63)

La idea que los jóvenes tienen acerca de su cuerpo y los imaginarios que construyen en torno a él pueden influir en la práctica de actividades físicas, en las formas como esta se realiza e indudablemente en el objetivo por el cual se realiza.

Con respecto a este tema como lo describe Cabra A. & Escobar C (2014) quien cita a (Gómez y González (2003):

La apariencia del cuerpo convoca en los jóvenes urbanos integrados por lo menos cuatro lógicas: diferenciación, búsqueda de un estilo propio, adaptación o camaleonismo a las exigencias del mundo institucional y sus formas burocráticas, imitación, mimética respecto del grupo de jóvenes a los que se vincula y ocultamiento o camuflaje con el fin de hacerse invisible en escenarios extraños, peligrosos, abiertos, estas lógicas operan en intervenciones que van desde lo más externo del cuerpo, hasta intromisiones que buscan transformarlo desde su interioridad misma.

Con respecto a las consideraciones y estudios previos tenemos que en Colombia la investigación sobre imaginarios sociales es un ámbito nuevo no se encuentra gran información con respecto a esto, al igual que investigación realizadas que investiguen imaginarios sociales en torno al ámbito de la actividad física y definitivamente no existen estudios que asuman es una sola investigación los ejes de actividad física, educación física y corporalidad, uno de los pocos estudios que más se acerca esta investigación es el realizado en 2005 sobre "Imaginarios del joven colombiano ante la clase de Educación Física", La reflexión sobre el escrito, condensa los hallazgos de la investigación nacional "Los imaginarios del joven escolarizado ante la clase de educación física" con el propósito de comprender los imaginarios que él y la joven escolarizado sobre el área. este estudio es de gran importancia como referente de los imaginarios sociales en educación física pero se hace necesario indagar de una manera más completa y profunda llevando la investigación hacia el ámbito de la actividad física y la corporalidad, temas que

permitirán indagar más ampliamente sobre los imaginarios sociales de estos jóvenes y que indudablemente tienen una estrecha relación.

En esta investigación se establecen tres ejes de indagación actividad física, educación física y corporalidad, estos ejes de indagación se encuentran guiados por los siguientes conceptos:

Actividad Física:

Es cualquier movimiento producido por el músculo esquelético, voluntario, que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal, incluye actividades de rutina diaria como las tareas del hogar, ir a la compra, trabajar. La actividad física según su gasto energético se puede clasificar en leve, moderada y vigorosa. (Organización Mundial de la salud, 2010)

Educación Física:

“La educación física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento”. El término integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia) espiritual y social. (Calzada, 1996, p.123)

Corporalidad:

“La corporalidad es el conocimiento inmediato de nuestro cuerpo, sea en estado de reposo o en movimiento, en función de la interrelación de sus partes y de su relación en el espacio y los objetos que nos rodean” (Le Boulch, 1986, p.12)

Según Denis (1980), “el cuerpo es concebido como una entidad psicosomática con estructuras motrices que se desarrollan con la maduración, la motivación y la elaboración mental de los procesos motrices. Sostienen sus seguidores que el movimiento está relacionado con el entorno social y cultural del sujeto, convirtiéndose así en expresión de significados.

Partiendo del concepto de Imaginarios Sociales que se tomó como base en esta investigación que es:

Imaginarios Sociales: Castoriadis plantea que son una producción de significaciones colectivas, Pinto afirma que son esquemas socialmente construidos con un elevado grado de abstracción que sirven para percibir, explicar e intervenir sobre los fenómenos.

Para cada uno de los ejes de indagación se establecieron cinco sub ejes de indagación cada uno definido a partir del desglosamiento del concepto de Imaginario Social, lo cual permite tener una correlación entre lo que queremos indagar y los ejes y temáticas sobre los cuales gira la investigación.

Esta investigación precisa conocer los imaginarios sociales de los estudiantes en cuanto a los temas de actividad física, educación física y corporalidad en primera instancia ya que en la actualidad no se encuentran investigaciones que entrelacen estas tres temáticas y que hallen relación entre ellas y en segunda instancia y no menos importante que esta información de carácter cualitativo permita acercarnos a la realidad de nuestra juventud, de sus pensamientos, anhelos, percepciones y todo aquello que determine su manera de actuar y pensar frente al tema de actividad física y hábitos de vida saludable en pro del mejoramiento de la calidad de los adolescentes.

En este sentido se plantea como pregunta de investigación:

¿Cuáles son los imaginarios sociales sobre la actividad física, la educación física y corporalidad en un grupo de estudiantes de ciclo V en la Institución Educativa Distrital Pablo Neruda de la localidad de Fontibón?

Justificación

La edad adolescente se caracteriza por ser la etapa de mayor cambio durante la vida, se trata de un cambio de cuerpo y mente cambio que se relaciona con su entorno, estos cambios son de carácter tanto psicológicos como físicos, los adolescentes luchan por la crear su identidad y establecimiento su la personalidad, se trata de un proceso de autoafirmación que suele aparecer rodeado de conflictos y resistencias, esta etapa marca a nivel físico el establecimiento de pautas de comportamiento activo o por el contrario inactividad física representada en el sedentarismo. Los adolescentes son los actores principales de este proceso no se pueden pasar por alto los pensamientos, sentimientos, aspiraciones, deseos e imaginarios que poseen ellos frente a la actividad física la educación física y la corporalidad.

Por tanto esta investigación se presenta como una oportunidad de conocer ampliamente a los adolescentes sus sentimientos, gustos motivaciones, miedos anhelos que forjan su personalidad y que establece maneras de enfrentar al mundo real, en este sentido entender cómo se puede influenciar es un punto de partida para que ellos tomen conciencia de la importancia de la actividad física para la conservación de la salud.

Aproximadamente uno de cada seis habitantes del mundo es un adolescente, lo que significa que 1200 millones de personas tienen entre 10 y 19 años”. (Organización Mundial de la Salud, 2014)

La mayoría de los jóvenes goza de buena salud, pero la mortalidad y la morbilidad entre los adolescentes siguen siendo elevadas. Las enfermedades pueden afectar a la capacidad de los adolescentes para crecer y desarrollarse plenamente. El consumo de alcohol o tabaco, la falta de actividad física, las relaciones sexuales sin protección y/o la exposición a la violencia

pueden poner en peligro no solo su salud actual, sino también la de años posteriores

(Organización Mundial de la Salud, 2014)

No existen estudios, donde el eje central de la investigación sean los imaginarios sociales de los estudiantes acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad, esto genera un vacío en el conocimiento actual, si tenemos en cuenta que la etapa adolescente está marcada por la adquisición o no de hábitos de vida saludable que se consolidan en la adolescencia y perduran hasta la adultez.

Fomentar prácticas saludables durante la adolescencia y adoptar medidas para proteger mejor a los jóvenes contra los riesgos sanitarios es fundamental para la prevención de problemas de salud en la edad adulta y para la futura infraestructura de salud y social de los países. (Organización Mundial de la Salud, 2014).

Así mismo, conociendo el imaginario de los estudiantes hacia la actividad física, la educación física y la corporalidad, permitiría dar una posible visión hacia el conocimiento de los imaginarios de los estudiantes de las diferentes localidades de Bogotá, entonces a partir de aquí, iniciar una reflexión profunda acerca de las prácticas que se dan en educación con nuestros adolescentes que den cuenta de el fomento de hábitos de vida saludable y desde la educación física en los colegios aportar en la promoción de la salud y la prevención de la enfermedad en la ciudad. Siendo este imaginario un punto de partida, para que a partir del contexto académico, se transformen los planes de estudio para que se incluya a parte de las competencias que genera el área de educación física temáticas que involucren la actividad física para la salud y el bienestar y el cuidado del cuerpo además propende r por una clase no tan deportivizada sino más bien encaminada a la construcción de un estilo de vida saludable para los estudiantes que seguramente se verá reflejado en su etapa adulta en la forma como su calidad de vida se verá mejorada por

todos aquellos hábitos, conocimientos y formas de actividad física que con trabajo y esfuerzo se forjaron en su adolescencia.

Objetivo general

Comprender los imaginarios sociales de estudiantes de ciclo V acerca de la educación física, la actividad física y la corporalidad, en la IED Pablo Neruda de La Localidad de Fontibón en la Ciudad de Bogotá.

Objetivos específicos

- Identificar los imaginarios Sociales más relevantes que tienen los estudiantes de ciclo V del Colegio Pablo Neruda sobre la actividad física, educación física y corporalidad.
- Describir aspectos asociados a la construcción de los imaginarios que hayan podido influir en su construcción.
- Caracterizar los imaginarios en torno a actividad física, educación física y corporalidad que son barreras para la adopción de una vida físicamente activa de los estudiantes de ciclo V del Colegio Pablo Neruda

Marco conceptual

En virtud de la investigación se retomaran algunos conceptos dados por organizaciones y autores en torno a los términos imaginario social, actividad física, educación física y corporalidad, que se relacionan con temas de hábitos de vida saludable, salud (promoción y prevención) y calidad de vida.

Imaginarios sociales

El concepto de imaginario ha sido abordado por diferentes disciplinas y teorías de las ciencias sociales durante los últimos años, especialmente por la sociología, la psicología social, la teoría política, la historia, la filosofía, el psicoanálisis y la filosofía, las definiciones sobre imaginario van de lo mítico crítico a lo simbólico, pasando por otras dimensiones que refieren los estados de conciencia o inconsciencia. A esto se añade que lo imaginario está asociado a otras complejas categorías teóricas como cultura, sociedad, imaginación e imagen, pero es Cornelius Castoriadis quien dirige su obra desde la mirada del psicoanálisis freudiano y del marxismo y los trasciende hasta el punto de proponer una teoría consistente que comprende distintas dimensiones de la vida del hombre y habla del imaginario social y entiende por social la institución social que precede a la praxis y a la teoría. (Agudelo, 2011, p.4-5)

En virtud del carácter de esta investigación el concepto de imaginario social principalmente se puede observar desde la perspectiva psicológica ya que la representación que los diferentes grupos de la sociedad se hacen de ella es fundamental.

Los imaginarios pueden definirse como los conjuntos de ideas e imágenes que sirven de relevo y de apoyo a las otras formas ideológicas de las sociedades tales como los mitos políticos fundadores de las instituciones de poder”. De acuerdo con esto, el concepto de representación es fundamental por cuanto se convierte en una herramienta primordial para la investigación social. De ahí que lo que se conozca de las sociedades no sea la realidad sino una representación de ellas. (Escobar Villegas, 2000)

Como autores referentes para esta investigación se tendrán en cuenta las perspectivas dadas por Castoriadis y Pintos.

Para Castoriadis (2007) el imaginario social no es “imaginario” como “imagen de”, es creación incesante y especialmente indeterminada (histórico-social y psíquica) de figuras, formas, imágenes, a partir de las cuales solamente puede tratarse de ‘alguna cosa’. Lo que llamamos ‘realidad’ y ‘racionalidad’ son obras de ello” (p.12).

Para Pintos de Cea Naharro (1995):

Los imaginarios se están entendiendo como *esquemas socialmente contruidos* con un elevado grado de abstracción, situados temporalmente y que implican una secuencialidad, priorización y jerarquización de las percepciones. Son los imaginarios los que permiten entonces, *percibir, explicar e intervenir* lo que en cada sistema social diferenciado se tenga por realidad. En este contexto, no hay realidades únicas en virtud de la condición de sociedades pluriétnicas y pluriculturales regidas por sistemas de comunicación diferenciados por códigos, que van apareciendo históricamente para responder a las exigencias del entorno; por tanto “la construcción del sentido sólo es posible por la asunción de la complejidad y no por la simplificación”

Así, los imaginarios cumplen con las funciones de “producir una imagen de estabilidad en las relaciones sociales cambiantes; generar percepciones de continuidad en experiencias

discontinuas; proporcionar explicaciones globales de fenómenos fragmentarios y permitir intervenir en los procesos construidos desde perspectivas diferenciadas.

En Colombia, los avances teóricos alrededor de los imaginarios sociales empiezan a ser aplicados en la investigación social en particular, se adelantó un estudio sobre “Los imaginarios de los jóvenes escolares ante la clase de educación física”, en el que se destaca la participación de los estudiantes en el análisis de este espacio académico (como actividad formal de la escuela dedicada al cultivo de las habilidades motrices) para producir cambios de su realidad mediante transformaciones curriculares. Esto es significativo, pues implica incorporar a los procesos investigativos la mirada desde los sujetos, involucrando sus imaginarios como fuente transformadora de la realidad.

Los resultados de este estudio apuntan a que “los jóvenes han ido construyendo sus imaginarios desde discursos hegemónicos que se fundamentan en un racionalismo técnico-instrumental. Fue la clase de educación física la que “permitió comprender cómo los imaginarios sociales de los jóvenes se encarnan en tanto práctica cultural instituida y propuesta intencionada de formación de un cuerpo productivo, dócil y disciplinado (...) al que subyacen imaginarios instituidos de deporte. (Murcia Peña & Jaramillo Echeverri, 2005, p.2)

Experiencias investigativas de esta naturaleza son un estímulo para explorar posibles rutas de comprensión de la realidad sociocultural en torno a la actividad física.

Actividad física concepto

La actividad física es un concepto que se viene desarrollando desde hace ya varios años, el cual ha sido abordado por varios organismos internacionales, así como autores, ya que, con el pasar del tiempo ésta ha cobrado mayor importancia para las naciones y organizaciones mundiales por su incidencia en la calidad de vida y el estado de salud pública. Además,

actualmente existen recomendaciones y directrices mundiales que sustentan su importancia y promoción en toda la población.

Desde el punto de vista fisiológico la Organización Mundial de la salud (2010) “Se considera actividad física a cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía”.

Según Araya Vargas (2007) quien cita al Colegio Americano de Medicina Deportiva (2001) y la define como “cualquier conducta que consista en movimientos corporales producidos por la contracción de los músculos esqueléticos y que produzca aumentos sustanciales en el gasto de energía del cuerpo”

Según Coldeportes (2010) define la actividad física como “cualquier movimiento corporal voluntario, repetitivo que involucra a los grandes grupos musculares y que aumenta el gasto energético por encima de los niveles de reposo”.

Beneficios de la actividad física para la salud

La Organización Mundial de la salud (2010) indica que:

La inactividad física es el cuarto factor de riesgo de mortalidad más importante en todo el mundo. La inactividad física aumenta en muchos países, y ello influye considerablemente en la prevalencia de enfermedades no transmisibles (ENT) y en la salud general de la población mundial. Tanto la importancia de la actividad física para la salud pública como el mandato mundial otorgado a la OMS para la promoción de la actividad física y la prevención de las ENT, o la existencia de un número limitado de directrices nacionales sobre la Actividad Física para la salud en los países de ingresos bajos y medios (PIBM) evidencian la necesidad de desarrollar recomendaciones de alcance mundial que aborden los vínculos entre la frecuencia, la duración, la

intensidad, el tipo y la cantidad total de actividad física necesaria para prevenir las ENT.

(Organización Mundial de la Salud, 2010, pág. 7)

La importancia de la actividad física para la salud infantil

Según (Matsudo, 2012) Algunos de los efectos beneficiosos de la actividad física en el proceso de envejecimiento han sido ampliamente estudiados en las dos últimas décadas

Tabla 1. Algunos de los efectos beneficiosos de la actividad física. (Matsudo, 2012)

Beneficios de la actividad física	
Antropométricos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Control y disminución de la grasa corporal 2. Mantener o aumentar la masa muscular y la densidad mineral ósea 3. Fortalecimiento del tejido conectivo 4. Mejorar la flexibilidad
Fisiológicos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Aumento del volumen de sangre circulante, la resistencia física en un 10-30 % y la ventilación pulmonar 2. Disminución de la frecuencia cardíaca en reposo y durante trabajo submáximo y la presión arterial. 3. Mejora en los niveles de HDL y disminución de los niveles de triglicéridos, colesterol total y colesterol LDL; de los niveles de glucosa en la sangre contribuyendo para la prevención y el control de la diabetes; mejora en los parámetros del sistema inmunológico se asocia con un menor riesgo de algunos tipos de cáncer (colon, de mama y de útero) 4. Reducción de marcadores anti-inflamatorios asociados con enfermedades crónicas. 5. Disminución de riesgo de enfermedad cardiovascular, accidente cerebrovascular tromboembólico, hipertensión, diabetes tipo 2, osteoporosis, obesidad, cáncer de colon y cáncer de útero.
Psicosocial y Cognitivo	<ol style="list-style-type: none"> 1. Mejora del auto-concepto, la autoestima, la imagen corporal, el estado de ánimo, la tensión muscular y el insomnio. 2. Previene o retrasa la pérdida de las funciones cognitivas (memoria y atención) 3. Disminución del riesgo de depresión. 4. Menos estrés, ansiedad, depresión, consumo de drogas 5. Mejor socialización y calidad de vida

Caídas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Reducción del riesgo de caídas y lesiones por la caída 2. Aumento de la fuerza muscular de los miembros inferiores y de los músculos de la región de la columna vertebral. 3. Mejora el tiempo de reacción, la sinergia motora de reacciones posturales, la velocidad al caminar, la movilidad y la flexibilidad.
Terapéuticos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Eficaz en el tratamiento de la enfermedad arterial coronaria, hipertensión, enfermedad vascular periférica, diabetes tipo 2, obesidad, colesterol alto, osteoartritis, cojera y enfermedad pulmonar obstructiva crónica. 2. Eficaz en el tratamiento de los trastornos de ansiedad y depresión, demencia, dolor, insuficiencia cardiaca congestiva crónica, síncope, profilaxis de accidente cerebrovascular, trombo embolismo venoso, dolor de espalda y estreñimiento

Además de estos beneficios descritos para la salud, podemos destacar los beneficios que pueden ser observados con la práctica regular de la actividad física en niños y adolescentes (resumidos en la Figura 1)

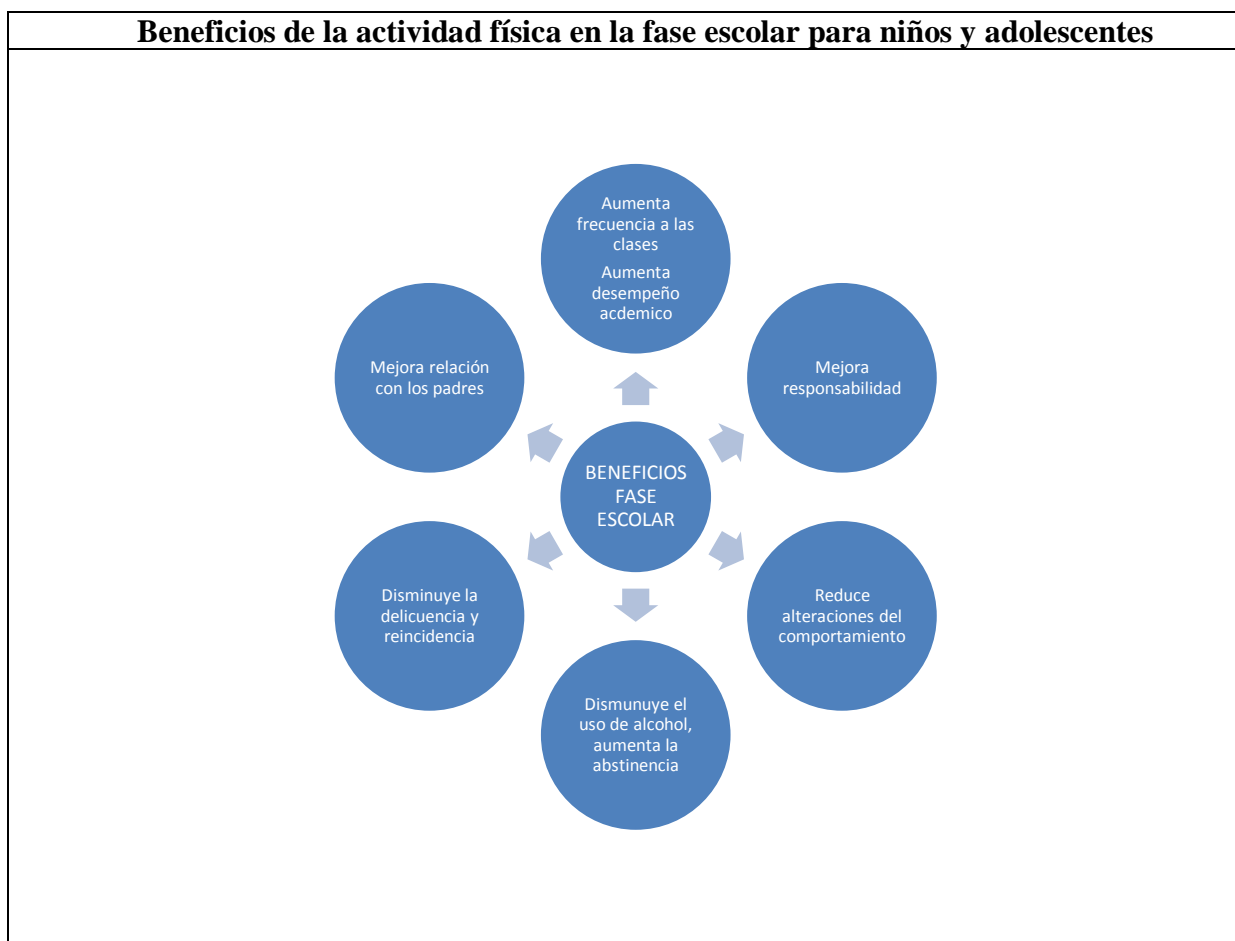


Figura 1. Beneficios que pueden ser observados con la práctica regular de la actividad física en niños y adolescentes. (Matsudo, 2012)

Niveles de actividad física sugerida para los jóvenes

La adopción de los niveles de actividad física recomendados para la salud y su integración en las políticas, programas e intervenciones nacionales constituye un primer paso importante para dar a conocer los niveles de actividad física a las comunidades y al público en general. Sin embargo, con el fin de fomentar su aceptación, su adopción y su cumplimiento entre las poblaciones seleccionadas, será necesario preparar mensajes adaptados a cada país y

difundirlos ampliamente entre los interesados, los grupos de profesionales y la comunidad en general (Organización Mundial de la salud, 2010)

Recomendaciones de actividad física para jóvenes (5 a 17 años)

Para la Organización Mundial de la salud (2010) “los niños y jóvenes de este grupo de edades, la actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o ejercicios programados, en el contexto de la familia, la escuela o las actividades comunitarias”.

Con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares y la salud ósea y de reducir el riesgo de ENT, la Organización Mundial de la salud (2010) recomienda que:

1. Los niños y jóvenes de 5 a 17 años deben invertir como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.
2. La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reportará un beneficio aún mayor para la salud.
3. La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos.

Educación

Etimológicamente proviene del latín “educare” que significa instruir o formar. Aristóteles la definió como el camino que dirige el placer y el dolor, hacia un fin ético.

Según la Ley general de Educación Colombiana o (Ley 115 de Febrero 8 de 1994):

ARTICULO 1o. Objeto de la ley. La educación es un proceso de formación permanente, personal, cultural y social que se fundamenta en una concepción integral de la persona humana, de su dignidad, de sus derechos y de sus deberes.

ARTICULO 5o. Fines de la educación. De conformidad con el artículo 67 de la Constitución Política, la educación se desarrollará atendiendo a los siguientes fines (...)

12. La formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, la prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre.

Teniendo en cuenta que la educación es un proceso de formación y que uno de sus fines es la formación para la promoción y preservación de la salud es relevante para la investigación tener claro el concepto de Educación y todos los temas que se enmarcan dentro de él.

Educación física

Los primeros vestigios de una actividad que puede aceptarse como precursora de la educación física se remontan a la Prehistoria donde la vida del hombre estaba determinada por un constante esfuerzo para proveerse de los medios necesarios de subsistencia, que le hacían concentrar todos sus esfuerzos en la caza y en la pesca, así como también en la necesidad de tener que defenderse o atacar en un momento dado. Estas exigencias vigorosas de tipo natural tales como correr, saltar, trepar, nadar y otras, de lo cual se desprende la teoría de que el ejercicio físico, en su manifestación primitiva, fue el acto mecánico instintivo indispensable del hombre, dirigido de forma exclusiva para el provecho de su vida. Con la invención del arco y la flecha la caza se convierte en una de las ocupaciones normales, lo que supone, en

conjunto, una constante y sostenida actividad física para la cual el hombre necesita entrenarse. (Sainz Verona, 1992, pág. 32).

En la antigüedad la educación física fue observada como forma de supervivencia y auto conservación en donde el hombre necesitada entrenarse para adquirir las destrezas necesarias, al reflexionar lo que sucede con la educación física actual se puede observar que conserva su misma estructura pero pensada ahora de una manera integral, a continuación se encontraran algunos conceptos e interpretaciones dadas:

Según Chinchilla G (s.f.) considera la educación física como un área que integra diferentes prácticas sociales que tienen su realización en la corporalidad del hombre y se transforman de acuerdo con la dinámica de la sociedad, dando respuesta a intereses y transformaciones de la cultura, que las destaca, según el momento, como medios, fines, actividades o instrumentos.

Importancia de la educación física

La prestación de la educación física está disminuyendo en todas las regiones del mundo. La OMS ha calificado de pandemia los crecientes niveles de sedentarismo, así como el sustancial riesgo de enfermedades asociado. Los recortes en la prestación de la educación física sólo conseguirán incrementar este problema de forma exponencial. Además de los problemas para la salud, es esencial que los Gobiernos tomen medidas políticas para garantizar que esta asignatura goza del lugar que le corresponde en los currículos escolares y que, por lo tanto, los alumnos están expuestos a dominios de aprendizaje alternativos. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2015)

Según la (Unesco, 2015) en su carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte indica que:

Artículo 1: La práctica de la educación física, la actividad física y el deporte es un derecho fundamental para todos.

1.7 Todo sistema educativo debe asignar el lugar y la importancia debidos a la educación física, la actividad física y el deporte, con miras a establecer un equilibrio y fortalecer los vínculos entre las actividades físicas y otros componentes de la educación. Debe también velar por que en la enseñanza primaria y secundaria se incluyan, como parte obligatoria, clases de educación física de calidad e incluyentes, preferiblemente a diario, y por qué el deporte y la educación física en la escuela y en todas la demás instituciones educativos formen parte integrante de las actividades cotidianas de los niños y los jóvenes.

Beneficios de la educación física

Para la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, los principales beneficios que se pueden obtener a través de la clase de educación física de calidad son:

Alfabetización física y participación cívica: la educación física, única asignatura curricular cuyo enfoque combina la competencia corporal y física con la comunicación y el aprendizaje basado en valores, representa un portal de aprendizaje para desarrollar las aptitudes necesarias para tener éxito en el siglo XXI.

Logros académicos: la práctica regular de educación física de calidad y otras formas de actividad física puede mejorar la capacidad de atención del niño, mejorar su control cognitivo y acelerar su procesamiento cognitivo.

Inclusión: la educación física de calidad es una plataforma de inclusión más amplia en la sociedad, especialmente en términos de desafío al estigma y superación de estereotipos

Salud: la educación física es el punto de entrada hacia la práctica de una actividad física durante toda la vida. En todo el mundo, muchas de las principales causas de mortalidad están relacionadas con enfermedades no transmisibles (ENT) asociadas al sedentarismo, como la obesidad, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. De hecho, se puede decir que el sedentarismo es el responsable de entre el 6 y el 10% de todas las muertes causadas por ENT. (2015)

Los beneficios reportados en la carta internacional de la educación física, la actividad física y el deporte son:

Desarrollo de los conocimientos básicos sobre la actividad física, el bienestar y las capacidades físicas de los participantes, al mejorar la resistencia, la fuerza, la flexibilidad, la coordinación, el equilibrio y el control. Saber nadar es una competencia esencial para toda persona expuesta al riesgo de morir ahogada, mejorar la salud mental, el bienestar y las capacidades psicológicas al fortalecer la seguridad corporal, la autoestima y la confianza en uno mismo, disminuyendo el estrés, la ansiedad y la depresión, al aumentar la función cognitiva, y al desarrollar una amplia gama de competencias y cualidades, como la cooperación, la comunicación, el liderazgo, la disciplina, el trabajo de equipo, que contribuyen al éxito mientras se juega y se aprende y en otros aspectos de la vida, puede acrecentar el bienestar y las capacidades sociales al establecer y estrechar los vínculos con la comunidad y las relaciones con la familia, los amigos y los pares, generar una conciencia de pertenencia y aceptación, desarrollar actitudes y conductas sociales positivas y reunir a personas de distinta procedencia cultural, social y económica en pos de objetivos e intereses comunes, pueden contribuir a la prevención y a la rehabilitación de los que corren el riesgo de caer en la toxicomanía, el alcoholismo y el consumo excesivo de tabaco, la delincuencia, la explotación y la más extrema miseria. (2015)

Deportivización de la clase de educación física

Según la Ley 181 de 1995 en su Artículo 15. Define el deporte como la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales

El aprendizaje motriz, dice Riera (1994), se estructura desde las experiencias contextuales y se modifica según esas necesidades del contexto. Es obvio que si las influencias que la gente joven recibe a diario son referidas al deporte, las respuestas motrices estén sesgadas a los estereotipos deportivizados. Por eso, los jóvenes y las jóvenes ven cifrado en el deporte el sentido de la libertad y del esfuerzo; una posibilidad de expresión de su valentía y su debilidad pero también una posibilidad de aprendizaje e inteligencia. Todo esto lo valoran desde el deporte, porque las constantes influencias de todo un contexto deportivizado no sólo han adaptado el cuerpo a las exigencias de este fenómeno sino que han orientado las voluntades a considerar estas creencias como verdades sociales.

La educación física no escapa a la influencia de la ideología imperante, afectando particularmente a los profesores y a los formadores de educadores. Todos ellos reducen su trabajo profesional al logro de indicadores Físicos-Atléticos y técnico-deportivos, atraídos por el ideario olímpico publicitado ampliamente por los medios, dada su rentabilidad financiera. Así, el cuerpo, entre otras cualidades instrumentales, se limita a ser más fuerte, más alto y más veloz. La educación física, se preocupará entonces por formar un ser humano para la producción y la competencia, donde se recurre, a métodos de trabajo directivos que garantizan la eficiencia en el menor tiempo posible (Murcia Peña & Jaramillo Echeverry, *Imaginarios del joven Colombiano ante la clase de Educación Física*, 2005).

El gimnasio como contexto de obligación

Para Martínez Guarao (2011) “los sujetos sociales se mueven sustentados y motivados por ideas, es decir, las representaciones ideológicas compartidas y los sistemas de valores son los que empujan a la acción, los que guían las conductas y las prácticas sociales”.

Pues bien, en relación al hecho de ir a un gimnasio y considerarlo como una "opción" o como una "obligación" eso depende de que tan importante sea para la persona el culto al cuerpo (con su pretendida y buscada eterna juventud, la dieta saludable, el estar delgado, la vida sana y el discurso del ejercicio físico igual a salud, etc.) y así entender de qué modo se "autoimponen" o no el ir a un gimnasio. Y no olvidemos que las representaciones sociales pueden llegar a ser más coercitivas que las propias normas, prohibiciones, sanciones o leyes. Es decir, será el propio individuo quien asuma que debe levantarse por ejemplo a las 7 de la mañana para ir al gimnasio y hacer dos horas de ejercicio físico, con todo el esfuerzo que le supone, pues su motivación, su deseo, su fuerza de voluntad y su recompensa se sustenta en que está cumpliendo su obligación de perseguir el cuerpo, la imagen, y la salud "deseada". El discurso que relaciona el ejercicio físico con la estética es el que más esfuerzo y continuidad supone, y a su vez el que se basa en menor medida en esa diversión y emoción que pudiera suponer la actividad física y el deporte. El ejercicio físico y la estética corporal se habrán convertido en una auténtica ideología, cambiarán los hábitos de vida, la alimentación, los horarios, y la ejercitación aeróbica y las pesas serán los elementos más importantes de su nuevo "templo": el gimnasio. Lugar donde tendrá que sufrir la "penitencia" del entrenamiento para rendir culto a su nuevo dios, "el cuerpo". Todo ello de manera individual o bajo los preceptos de su "sacerdote", el monitor. (Martínez Guarao, 2011)

Corporalidad

Para comprender la importancia de la dimensión corpórea en la formación integral de los jóvenes es necesario conocer los diferentes procesos de desarrollo de los niños, que le permiten transitar desde una total dependencia del adulto, hacia una paulatina construcción y conceptualización de la realidad.

Tal y como lo cita el Ministerio de Educación de Chile (2013):

La relación con el cuerpo y la importancia del movimiento en el espacio educativo requerirían, por lo tanto, que todos los integrantes de la comunidad educativa, educadores, docentes, personal técnico y administrativo, padres, madres y apoderados, volviesen a mirar sus relaciones y prácticas cotidianas desde una perspectiva diferente, invitándolos a incorporar esta dimensión como una de sus prioridades en el mejoramiento de la calidad y coherencia de los aprendizajes. (Ministerio de Educación de Chile , 2013, pág. 9)

Valdría la pena revisar si al interior de las Instituciones Educativas de nuestra ciudad de Bogotá los Proyectos Educativos Institucionales (PEI) tienen en cuenta, desarrollan y potencializan el tema de la corporalidad ya que esto permitiría a los estudiantes niños y jóvenes pertenecientes al sistema escolar encontrar otra orientación tal vez más indicada en torno a la concepción del cuerpo y su función social, la investigación intenta reconocer los imaginarios creados por los jóvenes en torno a la corporalidad tendría gran relación con esto, cuanto las instituciones educativas se han preocupado por este tema. Así como lo afirma el Ministerio de Educación de Chile (2013) que resalta la importancia de los temas relacionados con el cuerpo y su incidencia en el aprendizaje y es a partir del mismo gobierno que convoca a la promoción del tema de corporalidad, así:

Por lo tanto, se sugiere incorporar dentro del Proyecto Educativo Institucional (PEI), de manera intencionada, acciones educativas que permitan a los niños y adolescentes el conocimiento de su cuerpo, adquiriendo prácticas de auto-cuidado y de auto-conocimiento, considerando la realización de actividades inclusivas, de manera que participen todos los estudiantes y que se consideren las características individuales, dando énfasis al potencial de cada uno. (Ministerio de Educacion de Chile , 2013, pág. 9)

Ideas y discursos sobre el cuerpo y corporalidad desde la educación física

Son varios los autores que desde una mirada crítica y responsable, proponen un debate acerca de las características que construyen y transforman la experiencia corporal. En los años 70 y 80 el discurso que sobresalía en torno a lo corporal se centraba en la función que este cumplía en relación a unas condiciones sociales y culturales muy particulares.

Bernard (1980) y Denis (1980) cuestionan la representación del cuerpo como realidad cerrada e íntima y, por el contrario, afirman que el cuerpo, lejos de ser el bastión inexpugnable de la personalidad, constituye un escenario de representaciones maleables, tatuadas por los condicionantes sociales y en función de interacciones culturales particulares.

Según Denis 1980, “el cuerpo es concebido como una entidad psicosomática con estructuras motrices que se desarrollan con la maduración, la motivación y la elaboración mental de los procesos motrices. Sostienen sus seguidores que el movimiento está relacionado con el entorno social y cultural del sujeto, convirtiéndose así en expresión de significados.

(Denis 1980) relaciona este enfoque con el “cuerpo sabio”. Según Gómez J.R. (2009), la educación física es una disciplina pedagógica que debería ocuparse de crear las condiciones para el desarrollo de la corporeidad y la motricidad, para dar respuesta a las necesidades del sujeto que aprende, en un contexto determinado y en una sociedad cambiante, con conflictos de clase y culturas diferentes.

Cuando se piensa la corporeidad humana como una construcción permanente y holística, se necesita una educación que contribuya a integrarla educación física al currículo general.

Para ello se requiere cambiar la didáctica y estimular a todos los docentes para que desarrollen el concepto de corporeidad. En este sentido, la educación corporal debe tener en cuenta la sensibilidad (que implica la disposición del encuentro con el otro), la expresión y la creatividad. De igual manera, debe tener en cuenta la vivencia, que es una forma de saber acerca de sí mismo, del otro y de las cosas. En ella se incluyen pensamientos, sentimientos y emociones que perduran porque además de ser vividos, tienen significado para la persona.

(Gallo CLE., Gómez JR. 2009)

Salud concepto

La preocupación por la salud y su análisis son tan antiguos como la humanidad. No obstante, la forma en la que se ha concretado ha sido muy diferente a lo largo de la historia.

Desde la concepción mágica o sobrenatural de nuestros antepasados, hasta la científico-epidemiológica y psicosocial actual, el ser humano intenta comprender qué afecta a su bienestar físico y psicológico, teniendo como último objetivo incrementar la esperanza de vida: aumentar años a la vida. (Moscoso Sanchez , y otros, 2009, pág. 62)

Un concepto integral del término salud se encuentra en la Carta Magna o Carta Constitucional de la Organización Mundial de la Salud (1946), donde se define como “el estado completo de bienestar físico mental y social y no la simple ausencia de enfermedad”.

Para el Ministerio de protección social y coldeportes (2011) “La salud es resultado de la interacción del individuo con su medio ambiente y está determinada o influenciada por aspectos de tipo biológico, psicológico y social, lo que produce determinados niveles de bienestar físico, mental y social” (p.19).

Promoción de la salud

La promoción de la salud permite que las personas tengan un mayor control de su propia salud. Abarca una amplia gama de intervenciones sociales y ambientales destinadas a beneficiar y proteger la salud y la calidad de vida individuales mediante la prevención y solución de las causas primordiales de los problemas de salud, y no centrándose únicamente en el tratamiento y la curación. (Organización Mundial de la Salud, 2016)

La Promoción de la Salud es el proceso de capacitar y garantizar las condiciones a la gente y las comunidades para que aumente el control de su salud y pueda mejorarla. Es una estrategia mediadora entre la población y su entorno, pues busca integrar la actuación de cada persona, con la responsabilidad social de crear un futuro más sano. (Ministerio de protección social, 2011)

En la Carta de Ottawa (1986) se ratifica la salud como “derecho humano fundamental, agregando la discusión donde la promoción y la prevención de la salud de los individuos, son necesarios para un avance económico y social sostenido, contribuyendo a la mejora de la calidad de vida de los seres humanos”.

También en esta Carta de Ottawa (1986), se dice que la promoción de la salud consiste en:

Proporcionar a los pueblos los medios necesarios para mejorar su salud y ejercer un mayor control sobre la misma. Para alcanzar un estado adecuado de bienestar físico, mental y social, un individuo o grupo debe ser capaz de identificar y realizar sus aspiraciones, de satisfacer sus necesidades y de cambiar o adaptarse al medio ambiente (p.)

La salud se percibe pues, no como el objetivo, sino como la fuente de riqueza de la vida cotidiana. Se trata por tanto de un concepto positivo que acentúa los recursos sociales y personales así como las aptitudes físicas. Por consiguiente, dado que el concepto de salud como bienestar trasciende la idea de formas de vida sanas, la promoción de la salud no concierne exclusivamente al sector sanitario. (Organización Panamericana de la salud, 1986, pág. 1)

1.1.3 Promoción de la salud en América y Colombia

La situación de salud de América Latina está estrechamente ligada a su historia, cultura y procesos de desarrollo. Más allá de la diversidad de sus países, existen bases compartidas y desafíos comunes, América Latina se abre al siglo XXI debiendo enfrentar satisfactoriamente un perfil epidemiológico en evolución, donde los estilos de vida y los comportamientos sociales son trascendentales. La pobreza e inequidad social hacen más complejo el desafío, debiéndose encontrar respuestas más elaboradas y globales que permitan alcanzar un verdadero cambio social. (Sapag & Kawachi , 2007)

En la de Declaración de Yakarta (1997) se define que la salud “es un derecho humano básico e indispensable para el desarrollo social y económico” allí también se reconoce que la promoción de la salud intenta ejercer un mayor control sobre la salud y por supuesto mejorarla teniendo

como meta final prolongar las expectativas de salud y reducir las diferencias en ese sentido entre países y grupos.

En la Declaración de Mexico para la Promoción de la Salud (2000) se considera que “la promoción del desarrollo sanitario y social es un deber primordial y una responsabilidad de los gobiernos que comparten todos los demás sectores de la sociedad” e insiste en que persisten muchos problemas de salud que entorpecen el desarrollo social y económico y que, por tanto, deben abordarse urgentemente para fomentar la equidad en el logro de la salud y el bienestar.

Promoción de la salud en Colombia

A partir de la Constitución Política de Colombia (1991) “la salud es un derecho y se convierte en servicio público a cargo del estado, para lograrlo se debe garantizar a todas las personas el acceso a los servicios de promoción y prevención”.

En la Ley 100 (1993) artículo 162, se proyecta un plan obligatorio de salud para todos los habitantes del territorio nacional antes del año 2001. Este permitirá la protección integral de las familias a la maternidad y enfermedad general, en las fases de promoción y fomento de la salud y la prevención, diagnóstico, tratamiento y rehabilitación para todas las patologías, según la intensidad de uso y los niveles de atención y complejidad que se definan.

Según el artículo 46, de la Ley 715 los recursos de promoción y prevención serán manejados por los municipios, ya no harán parte del Plan Obligatorio de salud, por lo tanto, se eliminará la intermediación de las Administradoras del Régimen Subsidiado. Se asigna entonces a los municipios la responsabilidad de la Promoción, la Prevención y la salud pública en una dimensión integral, con lo cual se pueden superar las metas alcanzadas hasta

hoy, pero se corre el riesgo como ya ha sucedido, que los municipios desvíen la ejecución de éstos recursos. Después de tres años de ejecución de estas disposiciones, el Ministerio de Salud hará una evaluación con el fin de proponer al Congreso los cambios que considere necesarios. En el título IV de la misma Ley, sobre participación de propósito general que se refiere a las competencias de otros sectores, se incluyen algunas acciones que apuntan a la promoción de la salud, como: el mantenimiento del medio ambiente; la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre; el fomento de las artes; la seguridad y la convivencia ciudadana; el fomento del empleo y la protección de los desempleados y el servicio de restaurantes escolares, entre otros.

Promoción Colombiana de la salud en los adolescentes

El 19,6% de los colombianos son adolescentes; esto exige una adecuada preparación médica para atender los problemas de salud de esta población. En Colombia, la mortalidad por causas externas es elevada para este grupo, pero estas causas de muerte son las principales en adolescentes a nivel mundial. El sentido de invulnerabilidad y las conductas exploratorias favorecen el consumo de sustancias tóxicas (alcohol, 65%, y tabaco, 35,8%), la precocidad sexual (embarazo, 21%) y la falta de autocontrol. La violencia, los accidentes, el suicidio y las alteraciones de la salud sexual tienen gran repercusión en la vida de jóvenes y familias. Ante la falta de instrumentos de la medición de riesgo y la débil influencia de las intervenciones en los problemas mencionados, el actuar médico con perspectiva de riesgo resulta fundamental. La prevención con el fortalecimiento de los factores protectores (familia, espiritualidad, deporte) cuenta con suficiente evidencia, pero requiere el desarrollo de habilidades y destrezas

que no son parte de los procesos regulares de formación médica y tampoco de la práctica profesional rutinaria en Colombia. (Alba, 2009)

Promoción Colombiana de la salud a nivel escolar

Desde el año 2003, los Ministerios de Salud y de Educación de todo el mundo han utilizado periódicamente la encuesta Nacional de salud escolar para controlar la prevalencia de comportamientos de riesgo para la salud y factores de protección más importantes entre los estudiantes, esta es una encuesta que se lleva a cabo principalmente entre estudiantes de entre 13 y 17 años, ayuda a los países a establecer prioridades, a elaborar programas y a abogar por los recursos en los programas y políticas de salud escolar y de los jóvenes, también establece pautas sobre la prevalencia de comportamientos relativos a la salud y factores de protección del país, para ser utilizadas en la evaluación de la promoción de la salud escolar y de los jóvenes al igual permite que los países, las agencias internacionales y otros hagan comparaciones entre los países y dentro de los mismos sobre la prevalencia de los comportamientos relativos a la salud y factores de protección. Dentro de las proyecciones de la encuesta se reconocen principalmente, fortalecer la toma de decisiones y la formulación y monitoreo de Política Pública Nacional y Departamental basada en evidencia, mejorar la capacidad de respuesta de los Ministerios frente a los requerimientos legales, generar información para el desarrollo de investigación que oriente acciones, fortalecer políticas y programas en la atención integral, especialmente a la infancia y a la adolescencia, identificación temprana de problemas y/o factores de riesgo para poder abordarse de forma preventiva y de manera conjunta diferentes instituciones a nivel intersectorial.

Adolescencia

Del verbo latino *adolescere* que significa crecer, lo cual se relaciona con la connotación de cambio que tiene esta etapa del desarrollo humano. Este periodo de la vida se considera un *constructum*, es decir, un concepto que se inventó para organizar el conocimiento de un sector de la experiencia humana con variaciones en su duración, sus características, el tipo de vivencias que se dan dentro de la familia de los jóvenes y sus implicaciones sociales, parámetros determinados culturalmente en gran medida. (Salazar Rojas, 1995)

La Organización Mundial de la Salud (OMS) considera esta etapa como “el periodo en el cual el individuo adquiere la capacidad de reproducirse, transita desde los patrones psicológicos de la niñez a los de la vida adulta y consolida su independencia económica”.

También se define como “el periodo que transcurre entre los 10 y 19 años, que comprende la adolescencia inicial, o pre adolescencia, entre los 10 y 14 años y la adolescencia final, o adolescentes jóvenes, entre los 15 y 19 años” (Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud, 2001) s

Diseño metodológico

Tipo de estudio y diseño

Se adopta como base de la presente investigación, el paradigma Epistemológico Histórico Hermenéutico. Para Bautista C, (2011) “Al abordar una investigación en el campo social y humano, es necesario asumir una postura paradigmática entendiendo que cada paradigma establece reglas que a su vez formulan vías de investigación o métodos”

En esta misma línea Bautista C, (2011) afirma que existen diferentes posibilidades metodológicas y diversos enfoques teóricos y el tema de la investigación en las ciencias sociales se ha venido reforzando desde la concepción de la trilogía paradigmática, sugerida por el filósofo alemán J. Habermas en su obra “*Conocimiento e interés*”, donde distingue tres categorías de procesos de investigación a saber: ciencias empírico-analíticas, ciencias histórico-hermenéuticas y ciencias orientadas críticamente también llamadas ciencias sistemáticas de la acción; Habermas (1968) a cada una de estas categorías ordena tres diferentes intereses cognoscitivos o intereses directores del conocimiento.

Desde el paradigma histórico-hermenéutico, se logra el conocimiento en otro marco metodológico y tiene un interés práctico. Aquí el sentido de la validez de los enunciados no se constituye en el sistema de referencia de la disposición técnica. Se busca entender la realidad social como construcción histórica, abierta e intersubjetiva. Importan lo macro y lo cotidiano, se busca la comprensión de los hechos sociales. En este paradigma, a diferencia del interés técnico, se encuentra la designación de un interés práctico del conocimiento.

Esta explicación es apropiada para entender el fondo epistemológico del paradigma de investigación utilizado. Bautista C, (2011) no obstante, para comprender mejor el concepto, acude al pensamiento del metodólogo colombiano Guillermo Briones, quien sostiene que un paradigma no es otra cosa que la traducción en términos operativos y metodológicos de las ideas, conceptos y representaciones que se efectúan sobre un objeto de estudio (Briones, 1988). La utilidad de un paradigma en el desarrollo de una investigación es muy valiosa, ya que en el momento de apoyarse en un paradigma reconocido, es posible superar las contradicciones que tradicionalmente pueden surgir entre ciencia y realidad, entre teoría y práctica. En el caso particular de esta investigación se toma como perspectiva de análisis este paradigma puesto que se pretende hacer un análisis interpretativo de las narraciones de un grupo de estudiantes sobre un tema que atraviesa su cotidianidad, el cuerpo, la actividad física y la educación física.

La presente investigación se fundamenta en un enfoque cualitativo que según Hernández Sampieri, Fernández Collado, & Baptista Lucio (2010) “utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación” (p. 7), ésta nos permite aproximarnos al mundo empírico, refiriéndose en su más amplio sentido a la investigación que produce datos descriptivos, utilizando el lenguaje de las personas y la conducta observada, en él o los sujetos de estudio, “La metodología cualitativa, consiste en más que un conjunto de técnicas para recoger datos, es un modo de encarar el mundo empírico” (Taylor. 1996).

En este sentido, la investigación de orden cualitativo que registra, describe y otorga un valor significativo, es apropiada a la complejidad humana y enfrenta elementos no admitidos en el método experimental que ante la dificultad para interpretar hechos humanos, deciden marginarlos y enfrentar solo los hechos concretos. Por ello es necesario reconocer la contribución de la investigación cualitativa al crecimiento de la ciencia social ya que amplía

la posibilidad de análisis y del establecimiento de nuevas teorías sujetas a cambio, de la misma manera que cambia la cultura y los códigos de comunicación (Bautista C, 2011, p.18). de acuerdo a lo anterior puede decirse que el enfoque a desarrollar en esta investigación corresponde a uno cualitativo, dado que la información que se recoge es de carácter subjetivo y será usada para analizar un fenómeno en un contexto determinado (las instituciones educativas) con el fin de conocer a profundidad los imaginarios sobre la actividad física, la educación física y la corporalidad.

En el enfoque cualitativo Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, & Baptista Lucio, (2010) señalan que “el diseño se refiere al abordaje general que habremos de utilizar en el proceso de investigación” (p. 470), para esta investigación se utilizara el diseño narrativo de tópicos.

Para entender la formulación del diseño escogido para esta investigación se cita a Bautista C, (2011) quien a su vez cita a Czarniawska, (2004) quien afirma que los diseños narrativos pretenden entender la sucesión de hechos, situaciones, fenómenos, procesos y eventos donde se involucran pensamientos, sentimientos, emociones e interacciones, a través de las vivencias contadas por quienes los experimentaron. Se centran en “narrativas”, entendidas como historias de participantes relatadas o proyectadas y registradas en diversos medios que describen un evento o un conjunto de eventos conectados cronológicamente. (p. 488)

Bautista C, (2011) cita a Mertens (2010) quien divide los estudios narrativos en: *a*) de tópicos (enfocados en una temática, suceso o fenómeno), *b*) biográficos (de una persona, grupo o comunidad; sin incluir la narración de los participantes “en vivo”, ya sea porque fallecieron o no recuerdan a causa de su edad avanzada o enfermedad, o son inaccesibles), y *c*) autobiográficos (de una persona, grupo o comunidad incluyendo testimonios orales “en vivo” de los actores participantes). Para el caso de esta investigación se utilizara como

herramienta el diseño narrativo de tópicos ya que es este el que más se aproxima al interés del estudio teniendo como elemento principal el análisis de imaginarios.

Caracterización de la muestra

“La muestra de estudio no corresponde a criterios estadísticos, sino estructurales, es decir, a su representatividad de determinadas relaciones sociales en la vida real” (Martínez, 2013). En la investigación participan 52 estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda de la localidad de Fontibón; los estudiantes pertenecen al grado décimo y sus edades oscilan entre 15 y 16 años lo cual corresponde a la etapa de la adolescencia siendo la etapa del ciclo vital a analizar en esta investigación. Estos 52 estudiantes conformaron cuatro grupos de 12 estudiantes para las entrevistas grupales y cuatro estudiantes fueron seleccionados para las entrevistas individuales; los cuatro grupos al igual que los seleccionados para la entrevista individual deberán cumplir la todas las características representativas de los adolescentes del IED, a saber, edad (entre 15 y 16 años), sexo (se distribuirán mitad hombres y mitad mujeres para cada grupo focal y de la misma manera se entrevistarán de forma individual a dos hombres y dos mujeres), intereses en la actividad física o deportiva (la mitad de los participantes asignados pertenecieron al grupo sedentarios poco interesados en la actividad física y la otra mitad pertenecieron a los activos interesados en la actividad física. El criterio de asignación a los grupos resultó de la valoración de los docentes de educación física de cada uno de los grados).

Recolección de la información

Para Bautista C,(2011) las técnicas e instrumentos utilizados para la recogida de información son proyectadas desde la etapa del diseño lo que permite una claridad en el

momento de la ejecución del proceso investigativo, no obstante, hay que recordar que los diseños cualitativos permiten el ajuste del plan durante el proceso, con base en las nuevas necesidades de conocimiento que se van presentando. Las estrategias de recogida de información en investigación social son variadas y acordes al paradigma y método escogido. Para ello existen diversas técnicas e instrumentos apropiados a los objetivos que nos planteamos conseguir (p. 160)

Para esta investigación la estrategia utilizada para lograr el contacto con los sujetos de estudio y obtener la recolección de información que nos permita un análisis profundo de la situación problema en la cual se basa esta investigación será la entrevista.

Para la recolección de la información se realizarán ocho entrevistas divididas en cuatro grupales y cuatro individuales, en las grupales se realizaran 13 preguntas y para las individuales 24 preguntas.

Esta entrevista será grabada mediante audios los cuales serán transcritos fielmente e en formato Word para luego ser analizado con el programa Atlas. Ti

La entrevista

Para Bautista C, (2011) “la entrevista es una técnica de investigación que permite obtener datos mediante un diálogo entre el investigador y el entrevistado”, también dice que: Puede verse como una conversación que tiene una intencionalidad y una planeación determinada las cuales dirigen el curso de la charla en razón del objetivo estipulado previamente. La diferencia con la conversación cotidiana es que en la entrevista existe un propósito muy definido que se da en función del tema que se investiga y su ventaja esencial radica en que son los mismos actores sociales quienes proporcionan los datos relativos a sus actitudes,

comportamientos, juicios, intereses y expectativas, información que sería imposible de obtener mediante una observación externa del asunto. Nadie mejor que la misma persona involucrada para hablarnos acerca de todo aquello que piensa y siente, de lo que ha experimentado o proyecta hacer. (p.170)

Las personas entrevistadas hablan de aquello que les preguntemos pero siempre darán la imagen que tiene de las cosas, lo que son desde su propia verdad construida a través de toda su carga subjetiva de intereses, prejuicios y estereotipos. La propia imagen que el entrevistado tiene de sí mismo podrá ser radicalmente falsa y estará siempre idealizada de algún modo, distorsionada, mejorada o retocada según diversos factores que lo afecten. Se diferencian varios tipos de entrevista como son la entrevista estructurada, la semi estructurada y la no estructurada; dentro de éstas, también está la entrevista directiva, la dirigida y la entrevista a profundidad. (Bautista C, 2011).

Para el caso de esta investigación se aplicara como herramienta para la recolección de información la entrevista no directiva o semi estructurada.

Entrevista no directiva o semi estructurada

Es un procedimiento de conversación libre del protagonista que se acompaña de una escucha receptiva del investigador con el fin de recoger la información por medio de preguntas abiertas, reflexivas y circulares las cuales podrán develar las categorías de interés para la investigación ya que clarifica conductas, fases críticas de la vida de las personas, logrando de esta forma identificar y clasificar los problemas, los sistemas de valores, los comportamientos, los estados emocionales, de los protagonistas, ya que desempeñan un rol activo porque el investigador estimula la expresión de las persona en su propio marco de

referencia comprendiéndolo en su propio contexto y con ayuda del lenguaje verbal y no verbal. (Bautista C, 2011)

La entrevista se diseña teniendo en cuenta tres ejes de indagación: actividad física, educación física y corporalidad.

Cada uno de estos tres ejes está enmarcado en sub ejes los cuales surgen a partir del concepto de Imaginario Social y posibilitan orientar de manera adecuada la indagación que se hace de cada uno de los ejes.

Estos sub ejes son:

Concepto: significados construidos de forma colectiva sobre el fenómeno

Percepciones: interpretación de los fenómenos basadas en contextos, situaciones y experiencias

Explicaciones: razones que explican el fenómeno, causas, consecuencias

Práctica: lo que se hace, donde se hace, como se hace, con quien se hace

Reglas: cuando se realiza, bajo qué condiciones se realiza.

A cada uno de los grupos seleccionados como participantes se les aplicó una entrevista grupal semiestructurada diseñada y validada por jueces la cual contiene un total de 14 preguntas.

Adicionalmente se realizaron cuatro entrevistas individuales también validadas por jueces tanto de disciplinas relacionadas con la actividad física como de psicología, de 23 preguntas utilizando los mismos criterios de selección. Para la construcción de las herramientas se tuvieron en cuenta los tres ejes de indagación en la investigación que son actividad física, educación física y corporalidad que previamente fueron definidos dentro de la formulación del problema.

Para dar cuenta de la construcción de las herramientas se toma como punto de partida la siguiente Matriz de Sentido:

Ejes y sub ejes de indagación			
Pregunta de investigación	Ejes de indagación	Definición	Sub ejes de imaginario
¿Cuáles son los imaginarios sociales sobre la actividad física, la educación física y la corporalidad en un grupo de estudiantes de ciclo quinto del colegio Pablo Neruda en la localidad de Fontibón?	Actividad física	Es cualquier movimiento producido por el músculo esquelético, voluntario, que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal, incluye actividades de rutina diaria como las tareas del hogar, ir a la compra, trabajar. La actividad física según su gasto energético se puede clasificar en leve, moderada y vigorosa.	Concepto: Significados contruidos de forma colectiva sobre el fenómeno
			Percepciones: Interpretación de los fenómenos basadas en contextos, situaciones y experiencias.
			Explicaciones: Razones que explican el fenómeno, causas, consecuencias
			Práctica: Lo que se hace, donde se hace, como se hace, con quien se hace
			Reglas: Cuando se realiza, bajo qué condiciones se realiza
	Educación física	“La educación física es el desarrollo integral del ser humano a través del movimiento”. El termino integral se refiere a todas las dimensiones del ser humano, a saber: físico (cuerpo), mental (inteligencia) espiritual y social. (Calzada, 1996)	Concepto: Significados contruidos de forma colectiva sobre el fenómeno
			Percepciones: Interpretación de los fenómenos basadas en contextos, situaciones y experiencias.
			Explicaciones: Razones que explican el fenómeno, causas, consecuencias
			Práctica:

			Lo que se hace, donde se hace, como se hace, con quien se hace
			Reglas: Cuando se realiza, bajo qué condiciones se realiza
	Corporalidad	El hombre es cuerpo porque corporalmente siente, piensa, se mueve, se relaciona. La trascendencia de lo humano consiste en ser cuerpo y ser más que cuerpo, siempre desde la realidad material que el cuerpo conforma (Aproximaciones al concepto de cuerpo-Carlos Carballo, Bettina Crespo). Según Denis 1980, “el cuerpo es concebido como una entidad psicosomática con estructuras motrices que se desarrollan con la maduración, la motivación y la elaboración mental de los procesos motrices. Sostienen sus seguidores que el movimiento está relacionado con el entorno social y cultural del sujeto, convirtiéndose así en expresión de significados	Concepto:
			Significados contruidos de forma colectiva sobre el fenómeno
			Percepciones:
			Interpretación de los fenómenos basadas en contextos, situaciones y experiencias.
			Explicaciones:
			Razones que explican el fenómeno, causas, consecuencias
		Práctica:	Lo que se hace, donde se hace, como se hace, con quien se hace
			Reglas: Cuando se realiza, bajo qué condiciones se realiza

Tabla 2. Ejes de Indagación. Elaboración propia (2017)

Procedimiento

La metodología de esta investigación se adelantó dentro de un enfoque cualitativo, dentro del paradigma epistemológico histórico hermenéutico con un diseño de narrativo de tópicos.

La metodología propuesta se realiza en cuatro fases: Fase de identificación donde se realizó selección del diseño, la elección de la población o grupo para aplicar la propuesta de investigación y la determinación de las técnicas. Fase de recolección de información, aplicación de entrevistas semi estructurada, grabación de la información y su posterior digitación en archivo plano de Word para su análisis. Fase de análisis de información: donde se clasifico la información, se definieron las de categorías y se efectuó el análisis y triangulación de información obtenida. Fase de finalización: en el cual se elaboraron las conclusiones y recomendaciones institucionales.

Fase de identificación

Selección del diseño: Teniendo en cuenta que el objetivo de esta investigación, es indagar los imaginarios sociales de los estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad, se acoge la metodología de esta investigación, esta se adelantó dentro de un enfoque cualitativo, utiliza el paradigma epistemológico histórico hermenéutico con un diseño de narrativo de tópicos y para la recolección de información se utiliza como herramienta una entrevista semi estructurada.

Para determinar la población o grupo para aplicar la propuesta de investigación se tiene en cuenta los lineamientos y directrices dadas por la línea de investigación las cuales indican que debe trabajarse con estudiantes pertenecientes a ciclo V de educación, para el estudio se escogen

48 estudiantes pertenecientes a grado decimo la IED Pablo Neruda en la localidad de Fontibón los cuales se dividen en cuatro grupos de 12 estudiantes para las entrevistas grupales y cuatro estudiantes para aplicar entrevistas individuales.

La investigación se llevó a cabo con estudiantes de ciclo V del colegio Distrital Pablo Neruda de la ciudad de Bogotá ubicado en la localidad de Fontibón (localidad numero 9) perteneciente a la UPZ 75, realizando cuatro grupos focales conformados por 12 estudiantes cada uno.

El Colegio Pablo Neruda IED, es una institución de carácter público, la cual se encuentra localizada en la parte noroccidental de Bogotá, al norte limita con la localidad de Engativá; al oriente con las localidades de Puente Aranda y Teusaquillo; al occidente con la ribera del río Bogotá y los municipios de Funza y Mosquera y al sur con la localidad de Kennedy. Fontibón tiene una extensión total de 3.327 hectáreas (ha), de las cuales 329 están clasificadas como suelo protegido. La localidad, no tiene suelo rural. (Alcaldía Local de Fontibón, 2009)

Fontibón contiene cinco (5) UPZ, en ellas se localizan 23 sedes que corresponden a 20 sedes oficiales y 3 en convenio, distribuidos de la siguiente manera: la UPZ Fontibón concentra el mayor número de establecimientos educativos con 16, le sigue la UPZ Fontibón San Pablo con 4, Las UPZ Modelia, Capellanía y Zona Franca cuentan con un establecimiento educativo cada una. (Dirección Local de Educación Fontibon, 2012)

El colegio Pablo Neruda, cuenta con dos sedes, las cuáles están ubicadas en la UPZ 75 Fontibón, según el POT (Plan de Ordenamiento Territorial), en la cual predomina el estrato 3 de clasificación urbana, se ubica en la zona centro oriental de la Localidad, y la integran 45 barrios. Una de sus características principales es el uso del suelo para la actividad comercial, situación que permite una relación directa con la población adulta y joven de la localidad, ya que se encuentran en edad productiva.

La UPZ cuenta con 144.349 habitantes, que representan al 39,8% del total de la población de la localidad. Este territorio presenta una pirámide poblacional de tipo regresiva e ilustra el descenso de la natalidad con un estrechamiento en su base; los grupos de edad donde hay mayor cantidad de población son los intermedios y a medida que se avanza, se evidencia el estrechamiento que representa a la población adulta mayor, además del descenso en la mortalidad. (Hospital de Fontibón ESE, 2014)

El equipo de Orientación Escolar de la Institución Educativa realizó un estudio socio económico y familiar de las niñas, niños y jóvenes del colegio Pablo Neruda durante el año 2016, el documento brinda información sobre el proceso de caracterización que facilita el análisis de la situación socioeconómica, familiar y escolar de las y los estudiantes matriculados en la IED, se toma como referencia para la investigación algunos datos que fue el documento que se tomó como base para la selección de los participantes en la presente investigación.

Se seleccionaron niños, niñas y jóvenes desde grado Cuarto de Primaria a grado Once, donde las edades oscilaron entre los 8 años hasta los 19 años de edad.

La determinación de las técnicas: Las técnicas más empleadas en las investigaciones cualitativas, para la recolección de información es la entrevista con el objetivo de obtener una perspectiva interna de los participantes del grupo o a nivel individual.

Fase de recolección de información

Definido el tipo de herramienta a utilizar para la recolección de la información en la investigación la cual será la entrevista, se diseñaron 39 preguntas (reactivos) cada una de ellos elaborado bajo los parámetros y condiciones necesarias para entrevista semi estructurada y que indaguen sobre los ejes que guían esta investigación, actividad física, educación física y

corporalidad, esta plantilla con los 39 reactivos fue evaluada por cuatro profesionales expertos en el tema (2 psicólogos educativos y 2 fisioterapeutas) a los cuales se les solicito calificar cada uno de los reactivos del instrumento. Los criterios que debían tener en cuenta eran:

Redacción: Evalúa que la conformación del reactivo sea lógica, coherente, clara y fácil de comprender.

Pertinencia: Evalúa lo oportuno y adecuado que resulta ser el uso del reactivo con relación al tema a medir.

Estructura: Mide grado de relación, extensión y organización de los conceptos usados en la conformación del reactivo.

Lenguaje: La terminología es adecuada teniendo en cuenta las características de la población.

Para cada uno de los reactivos el evaluador debía marcar uno (1) si considera que el reactivo cumple con el criterio a evaluar o cero (0) si no lo cumple. A final de cada reactivo hay un espacio para que el evaluador pueda colocar las observaciones necesarias acerca del reactivo.

Recibidas las evaluaciones de cada uno de los profesionales en el tema se procede a revisar cada uno de los reactivos y como este fue evaluado, se presentaron tres situaciones la primera que el reactivo cumple con los criterios de una buena redacción, es pertinente para la investigación, su estructura es adecuada y se utiliza el lenguaje correcto para la mayoría de evaluadores, este se consideró un reactivo apropiado, en el segundo caso no se rechaza el reactivo pero los evaluadores realizan observaciones y sugieren cambios al mismo los cuales se realizan y en el tercer caso los reactivos que finalmente no se consideran adecuados ni pertinentes para la entrevista los cuales son suprimidos. Luego de este proceso se elabora la plantilla final la cual queda constituida por 23 reactivos para la entrevista individual y de estos 23 reactivos se escogen los 13 reactivos que recogieran los aspectos centrales de cada uno de los ejes para la entrevista grupal.

Teniendo ya la entrevista final que se aplicará, se procede a informar a los padres de familia de los estudiantes escogidos para la indagación sobre el proceso de realización de la entrevista por medio del consentimiento informado en donde ellos afirman conocer y dan la autorización para la participación de su hijo o acudido en la entrevista y por ende en la investigación, el mismo proceso se realiza con los estudiantes por medio del asentimiento informado.

A continuación se presenta la plantilla general para la realización de las preguntas en la entrevista individual.

Ejes de indagación y preguntas

Plantilla de preguntas para la entrevista individual		
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
Actividad física	Concepto	1. ¿Qué entiende usted por actividad física?
		2. ¿Para usted cuales son los beneficios de la actividad física?
	Percepciones	3. Se dice que la actividad física contribuye a mejorar la salud ¿Que opina usted de esta afirmación?
	Explicaciones	4. ¿Cuáles son las razones para realizar actividades físicas como ejercicio, aeróbicos, deportes etc.?
	Práctica	5. ¿cuáles cree usted que son las barreras o situaciones le impiden realizar actividad física?
		6. Para incrementar su actividad física ¿qué actividades le gustaría realizar?
	Reglas	7. ¿Con que espacios cuenta usted para realizar actividad física?
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
Educación física	Concepto	8. ¿Para usted que es la educación física?
		9. ¿Qué beneficios trae para su vida lo que usted aprende en la clase de educación física?
	Percepciones	10. ¿Qué le gusta y que le disgusta de la clase de educación física?
		11. ¿Qué sensaciones, sentimientos o emociones provoca en usted la clase de educación física?
		12. ¿Qué opinión tiene de su clase de educación física? Porque

	Explicaciones	13. ¿De qué manera, considera usted que la clase de educación física favorece la condición de salud los jóvenes?
		14. ¿Cómo piensa que debe ser la clase de educación física?
	Práctica	15. ¿Qué actividades le gustaría que se realizaran en la clase de educación física?
	Reglas	16. ¿Con que espacios y materiales cuenta para su clase de Educación Física?
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
Corporalidad	Concepto	17. ¿Qué es para usted un cuerpo ideal?
		18. ¿Cómo una persona puede cuidar su cuerpo?
	Percepciones	19. ¿Qué opina de los planes de entrenamiento que se trabajan en los gimnasios?
		20. ¿Qué opina de las dietas y la actividad física?
	Explicaciones	21. Algunos medios de comunicación y de publicidad transmiten mensajes como "Alguien con un cuerpo bien construido tiene más oportunidades de tener éxito" ¿Qué opina sobre este mensaje?
	Práctica	22. ¿Qué tipo de actividades ha hecho para mejorar su imagen corporal, relacionadas con la actividad física?
Reglas	23. ¿Qué hábitos saludables tiene en su vida diaria?	

Tabla 3. Ejes de Indagación y preguntas. Elaboración propia (2017)

Plantilla de preguntas para la entrevista grupal		
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
Actividad física	Concepto	1. ¿Para usted cuales son los beneficios de la actividad física?
	Percepciones	2. Se dice que la actividad física contribuye a mejorar la salud ¿Que opina usted de esta afirmación?
	Practica	3. ¿cuáles cree usted que son las barreras o situaciones le impiden realizar actividad física?
		4. Para incrementar su actividad física ¿qué actividades le gustaría realizar?
	Reglas	5. ¿Con que espacios cuenta usted para realizar actividad física?
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
	Concepto	6. ¿Para usted cual es el objetivo de la clase de educación física que recibe en su colegio?
		7. ¿Qué beneficios trae para su vida lo que usted aprende en la

Educación física		clase de educación física?
	Percepciones	8. ¿Qué opinión tiene de su clase de educación física? Porque
	Practica	9. ¿Qué actividades le gustaría que se realizaran en la clase de educación física?
Ejes de indagación	Sub ejes	Reactivos
Corporalidad	Concepto	10. ¿Qué es para usted un cuerpo ideal?
	Percepciones	11. ¿Qué opina de las dietas y la actividad física?
	Explicaciones	12. Algunos medios de comunicación y de publicidad transmiten mensajes como "Alguien con un cuerpo bello tiene más oportunidades de tener éxito" ¿Qué opina sobre este mensaje?
	Práctica	13. ¿Qué tipo de actividades ha hecho para mejorar su imagen corporal, relacionadas con la actividad física?
	Reglas	14. ¿Qué hábitos saludables tiene en su vida diaria?

Tabla 4. Ejes de Indagación y preguntas. Elaboración propia (2017)

La recolección de la información se realizara por medio de entrevistas, estos testimonios serán registradas en grabaciones de audio, luego los audios serán transcritos fielmente a formato Word, siguiendo al pie de la letra lo dicho por el entrevistado, la entrevista a cada grupo tendrá una duración aproximada de una hora y treinta minutos al igual que las entrevistas individuales.

Como ayuda para la entrevista se registra toda acción no verbal relevante que se produzca en los entrevistados durante la entrevista como gestos, actitudes, comportamientos etc., que sirven al entrevistado como una forma de expresión no verbal de sus pensamientos, sentimientos, actitudes de aprobación o desaprobación; esto que demuestra el entrevistado en el transcurso de la entrevista debe quedar registrados para su respectivo análisis, esto se realiza por medio de un diario de campo que se pueda organizar en un conjunto coherente junto el registro de la entrevista, todos ellos son auxiliares valiosos para el investigación.

Fase de análisis de la información

El análisis de contenido en un proceso de investigación que hace referencia a la interpretación de los datos recolectados en el transcurso de toda la indagación y que han sido registrados en diversos instrumentos para facilitar su estudio. Cuando se habla de “análisis de contenido”, se da por entendido que hay un significado oculto o guardado detrás de los hechos que hace prioritaria su develación para que surja una “interpretación” que permita ese nuevo conocimiento que se está buscando, a través del discernimiento. (Bautista C, 2011, p.177-178)

Teniendo en cuenta el análisis que se debe hacer de la información recolectada para la investigación a través de las entrevistas se debe optar por un programa que codifique gran cantidad de información para ello se utilizara el programa informático ATLAS TI, versión 7.0.

Realizada previa transcripción de las entrevistas en formato Word se anexan estos documentos al programa para ser analizados, este análisis se realiza dando una codificación a cada una de las intervenciones de los entrevistados que den cuenta y se relacionen con los ejes de indagación.

Programa informático ATLAS TI

Es un excelente programa desarrollado en la Universidad Técnica de Berlín por Thomas Muhr, para segmentar datos en unidades de significado; codificar datos (en ambos planos) y construir teoría (relacionar conceptos y categorías y temas). El investigador agrega los datos o documentos primarios (que pueden ser textos, fotografías, segmentos de audio o video, diagramas, mapas y matrices) y con el apoyo del programa los codifica de acuerdo con el esquema que se haya diseñado. Las reglas de codificación las establece el investigador. En la pantalla se puede ver un conjunto de datos o un documento (por ejemplo, una transcripción de

entrevista o las entrevistas completas si se integraron en un solo documento) y la codificación que va emergiendo en el análisis. Realiza conteos y visualiza la relación que el investigador establezca entre las unidades, categorías, temas, memos y documentos primarios. Así mismo, el investigador puede introducir memos y agregarlos al análisis. Ofrece diversas perspectivas o vistas de los análisis, diagramas, datos por separado, etcétera (Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, & Baptista Lucio, 2010 . p. 451)

Fase de finalización

Corresponde al análisis de los resultados a partir de los ejes de indagación, la elaboración de categorías emergentes y su contraste con los referentes teóricos, así como la respuesta a la pregunta de investigación y las recomendaciones pertinentes. Esta fase se desarrolla en los apartados de Resultados, Discusión, Conclusiones y Recomendaciones más adelante.

Lineamientos éticos

La conducta ética debe tener un lugar privilegiado en la práctica investigativa y científica. No es admisible que los intereses particulares e incluso científicos, tengan mayor cabida que el respeto por los derechos humanos, ya que la ciencia debe siempre estar libre de corrupción y sesgos de intereses (...) el sujeto debe estar siempre protegido de cualquier tipo de maltrato o señalamiento por los resultados del quehacer de la ciencia. Bautista C, (2011) en su libro El Proceso de Investigación Cualitativa retoma y sigue el modelo propuesto en la Revista Iberoamericana de Educación (González Á., 2002) que tiene en cuenta algunas consideraciones éticas que deben estar presentes en la investigación social y que también para efectos de la presente investigación se tendrán en cuenta. Para iniciar una

investigación con seres humanos, se debe considerar la utilidad de la misma desde la importancia social y científica. El tema central debe ser actualizado para que la investigación conduzca a mejorar las condiciones de vida de la población o que produzca conocimiento que pueda abrir oportunidades de superación o solución a problemas.

Teniendo en cuenta lo anterior, conocer los imaginarios de los estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad tiene una gran importancia y se justifica investigar sobre ello ya que es punto de partida para establecer las posibles razones, causas, percepciones etc, por las cuales los jóvenes optan o no por incorporar a sus vidas hábitos de vida saludable y como esto indudablemente afecta su salud y por ende su calidad de vida.

Es una falta ética enfrentar una investigación sin el debido conocimiento metodológico y estratégico acorde tanto a la problemática como a las particularidades del grupo social abordado.

Esta investigación acoge una metodología con enfoque cualitativo, utiliza el paradigma epistemológico histórico hermenéutico con un diseño de narrativo de tópicos y para la recolección de información se utiliza como herramienta una entrevista semi estructurada que es acorde y pertinente para trabajos de investigación social. Teniendo en cuenta la problemática social abordada en esta investigación y respetando las características del grupo de personas que se investiga se han diseñado los instrumentos acordes para tal fin.

La investigación adelantada no utiliza como sujetos de investigación a población en condición de vulnerabilidad, las personas y grupos de adolescentes estudiantes escogidos como muestra poblacional hacen parte de la población del común, no pretendiendo que la vulnerabilidad sea un factor de exclusión, simplemente se tiene en cuenta todo aquel sujeto de investigación que puedan hacer aportes a la misma.

Teniendo en cuenta las características de esta investigación se puede estimar que los riesgos ocasionados por la implementación de la misma son mínimos y por el contrario los beneficios que se pueden obtener para la sociedad y en especial para la población adolescente y por ende a la ciencia son ampliamente mayores.

Para esta investigación la estrategia de comunicación con los sujetos de investigación se guiara por el respeto por la participación y la forma de expresión de cada uno de los adolescentes participantes. En la interacción investigador-investigado se tendrá en cuenta tanto la comunicación verbal como al no verbal (gestualidad, los sentimientos, las emociones y los silencios) ya que para el investigación todas estas expresiones pueden dar cuenta de conocimiento e información para la investigación. Durante el desarrollo de la entrevista no se debe perder la objetividad ni el fin o meta de la misma para así hacer una mejor interpretación de la información.

Esta investigación que se desarrolla en la IED Pablo Neruda de la localidad de Fontibón pertenece a una línea macro de investigación sobre Imaginarios Sociales de los estudiantes a nivel Bogotá acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad, por ello el proceso se encuentra en constante revisión por personas expertas e idóneas en el tema que evalúan en profundidad cada uno de los procedimientos.

Consentimiento informado y asentimiento informado

En esta investigación los sujetos de estudio son menores de edad por ello se ha informado claramente a los padres o acudientes de los menores sobre el objetivo de la investigación y como se ha de desarrollar cada una de las actividades programadas, se les ha solicitado leer detenidamente y firmar el consentimiento para que sus hijos o acudidos hagan parte de esta

investigación, participen de la entrevista y al final del proceso tengan la oportunidad de conocer los resultados.

De la misma manera los estudiantes participen de la investigación se les brinda toda la información y firman el consentimiento de su participación de tal manera es una participación totalmente voluntaria sin ningún tipo de coacción y con total respeto de sus valores, intereses y preferencias.

Los requisitos específicos del consentimiento informado incluyen la provisión de información sobre la finalidad, los riesgos, los beneficios y las alternativas a la investigación, una debida comprensión del sujeto de esta información y de su propia situación, y la toma de una decisión libre, no forzada sobre si participa o no. El consentimiento informado se justifica por la necesidad del respeto a las personas y a sus decisiones autónomas.

El bienestar de los adolescentes y la confidencialidad de la información que brindan los estudiantes sujetos de esta investigación se vigilara cuidadosamente a lo largo del proceso, como su participación es voluntaria podra retirarse en el momento que el lo decida. Los estudiantes y la comunidad educativa podran conocer toda información producida en el proceso de investigación y cuando ésta haya finalizado, se socializara los resultados con la población.

Resultados

Con respecto a los ejes de indagación actividad física, educación física y corporalidad surgen 20 categorías emergentes distribuidas así: 8 categorías emergentes para el eje actividad física, 6 categorías emergentes para el eje de indagación educación física y 6 categorías emergentes para el eje de indagación corporalidad.

Categorías emergentes eje de indagación sobre actividad física



Figura 2. Categorías emergentes eje de actividad física. Elaboración propia (2017)

Narrativas correspondientes al eje de indagación actividad física

Narrativas	Categoría emergente
<p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:182 [A mí me gusta todo lo que teng..] (187:187) (Super) Códigos:[Actividad física como deporte] No memos “A mí me gusta todo lo que tenga que ver con hacer ejercicios, si me dicen ven que vamos a jugar futbol voy, vamos a jugar voleibol voy o sea me gusta mucho todo ese tipo de cosas tengo una rutina por las noches hace como tres semanas”</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:1 [Primero que todo si hacemos de..] (20:20) (Super) Códigos:[Actividad física como deporte] No memos “Primero que todo si hacemos deportes podemos tener un mejor futuro como una buena salud y una buena condición física”</p>	<p>Solapamiento entre la noción de actividad física y la de deporte</p> <p>Hace referencia a la forma en que los jóvenes equiparan la actividad física con el deporte expresando que su práctica solo tiene lugar en contextos o en escenarios de práctica deportiva.</p>
<p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:57 [en lo personal me gustaría en ..] (83:83) (Super) Códigos:[Actividad física vs pena] No memos ...en lo personal me gustaría en la noche, porque uno llegar del colegio y ahí, que todo el mundo lo vea, no que pena en cambio en la noche pues es mejor</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:22 [Podría ser la pereza por no qu..] (42:42) (Super) Códigos:[Actividad física vs pereza] No memos Podría ser la pereza por no querer salir de la cama ir a un parque hacer ejercicio eso sería como lo principal</p> <p>P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:44 [Pero entonces ahora estudiamos..] (66:66) (Super) Códigos:[Actividad física vs deberes escolares] No memos Pero entonces ahora estudiamos hasta las tres y media entonces estoy todo el día por fuera de mi casa pero yo sé que tengo que llegar a hacer tareas que no me puedo colgar acá porque entonces tampoco puedo entrenar, los entrenadores nos dicen que la inteligencia va primero también entonces quieren jugadores inteligentes entonces si no vas bien en el colegio no te dejan entrenar.</p>	<p>Barreras para la práctica de actividad física</p> <p>Sintetiza todas las limitaciones, impedimentos o barreras de tipo individual, social o cultural que impiden la adecuada práctica de la actividad física, como barreras individuales se encuentra la vergüenza de ser visto, la pereza o las ocupaciones escolares, como barreras sociales se identifican las demandas de los escenarios de formación por el rendimiento académico como requisito para la práctica deportiva y como barreras culturales se encuentra la idea según la cual la actividad física es una categoría que difiere del desarrollo intelectual.</p>

<p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:15 [Es como tener un mejor estado ..] (29:29) (Super) Códigos:[Actividad física y salud] No memos</p> <p>Es como tener un mejor estado mental contigo mismo, yo creo que contribuye a la salud de los jóvenes, a no estar enfermo</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:12 [Por ejemplo cuando una persona..] (21:21) (Super) Códigos:[Actividad física vs peso corporal] No memos</p> <p>Por ejemplo cuando una persona tiene exceso de peso o está mal de peso, entonces corriendo y haciendo Actividad física quemamos calorías</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:5 [La Actividad Física nos ayuda ..] (9:9) (Super) Códigos:[Actividad física vs vicios] No memos</p> <p>La actividad física nos ayuda a alejarnos del sedentarismo y como a tener algo que hacer en los tiempos libres ya que muchos adolescentes o muchas personas jóvenes, aprovechan el tiempo haciendo cosas malas en vicios, entonces lo que toca hacer ahorita es aprovechar que uno tiene salud y energía pues para hacer deporte y todo eso.</p>	<p>Beneficios de la actividad física</p> <p>Reúne todos aquellos aspectos que resultan beneficiosos desde la perspectiva de los jóvenes como resultado de la práctica física. Entre ellos se encuentran:</p> <p>Beneficios en su salud, mantenimiento del peso ideal, utilización adecuada del tiempo libre, disminución de estrés y tensión entre otros.</p>
<p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:2 [Haciendo deporte, haciendo ofi..] (7:7) (Super) Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] No memos</p> <p>Haciendo deporte, haciendo oficio, en la Actividad cotidiana uno también hace actividad física como caminar</p> <p>P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:41 [uno como sale en las propagand..] (64:64) (Super) Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] No memos</p> <p>Uno como sale en las propagandas uno puede hacer ejercicio subiendo escaleras en cinco minutos ya que subas escaleras y las bajas ya ahí estás haciendo ejercicio, puedes ir caminando más rápido o parar como si estuvieras trotando entonces yo digo que el tiempo no...</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:43 [Yo hago ejercicio todos los dí..] (96:96) (Super) Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Frecuencia de prácticas físicas] No memos</p> <p>Yo hago ejercicio todos los días, yo estoy en el gimnasio, salgo de aquí a las tres de la tarde, llego a mi casa por ahí a</p>	<p>Formas de incrementar la actividad física:</p> <p>Reúne las estrategias, espacios y actividades utilizadas por los jóvenes que representan dedicación en términos de tiempo para realizar actividad física. Agrupa cualquier actividad que es considerada por los jóvenes como actividad física.</p>

<p>las cuatro, hago tareas hasta las seis y me voy al gimnasio</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:186 [Yo más que todo soy una person..] (190:190) (Super) Códigos:[Deporte en el tiempo libre] No memos Yo más que todo soy una persona que le gusta mucho el deporte y he practicado béisbol, basquetbol, voleibol, natación, práctico tenis, creo que me falta alguno y estoy en un equipo de futbol en el que ya llevo más o menos ocho años</p> <p>P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:11 [Si me gustaría ser futbolista ..] (25:25) (Super) Códigos:[deporte y motivación] No memos Si me gustaría ser futbolista profesional y pues la escuela me da como como los pasos y los pasos a seguir y ellos también nos tienen contactos para ayudarnos a ir a ligas y sí. Entonces yo estoy muy motivada con los entrenamientos siempre voy bien.</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:22 [pero la gracia de uno estar jo..] (35:35) (Super) Códigos:[Deporte y salud] No memos Pero la gracia de uno estar joven es aprovechar las energías que tiene y aprovechar que uno tiene salud, agilidad y todo eso... en fin hacer deporte</p>	<p>Importancia del deporte como forma de actividad física</p> <p>Da cuenta de la relevancia e importancia que dan los jóvenes a las prácticas deportivas, como ellas son la base de la realización de su actividad física y como ven en ella diferentes posibilidades como los procesos de formación deportiva, el deporte es visto con la posibilidad de su práctica profesional y como carrera deportiva, como el deporte les aporta en temas como la disciplina y la voluntad, como el deporte es la principal forma para realizar actividad física y aprovechar la energía acumulada</p>
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:70 [en varios parques han puesto t..] (140:140) (Super) Códigos:[Espacios para realizar actividad física] No memos En varios parques han puesto también gimnasios ciclas y todo eso</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:27 [Es si se crea uno esa mentalid..] (49:49) (Super) Códigos:[Espacios para realizar actividad física] No memos Es si se crea uno esa mentalidad porque uno puede hacer ejercicio en cualquier parte, si está sentado puede uno estirar y hacer movilidad articular uno puede hacer ejercicio en cualquier lado y que uno diga que no lo puede hacer por falta de tiempo es una mentira pues hay muchos ejercicios que uno puede hacer en cualquier lado y de cualquier forma</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:52 [Pues hay varias opciones que h..] (76:76) (Super) Códigos:[Espacios para realizar actividad física]</p>	<p>Espacios que brinda el entorno para la práctica física</p> <p>Da cuenta de las posibilidades y espacios que brinda la ciudad para la práctica de la actividad física y de sus deportes favoritos no siendo esta una barrera para su realización.</p>

<p>No memos</p> <p>Pues hay varias opciones que hacen posible hacer ejercicio incluso hay lugares sin que se dé cuenta, en la casa se puede hacer flexiones de pecho y toda esa vaina, en la calle uno puede salir a montar bicicleta no solamente en un parque aunque en un parque también.</p>	
<p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:26 [Pues a mí no me gusta hacer ej..] (22:22) (Super) Códigos:[Actividad física y gusto] No memos</p> <p>Pues a mí no me gusta hacer ejercicio, me parece muy aburrido, me parece muy feo, me fastidia</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:45 [Yo mañana cumpla años entonces..] (83:83) (Super) Códigos:[Actividad física y motivación] No memos</p> <p>Yo mañana cumpla años entonces de cumpleaños voy a pedir que me paguen el gimnasio pues uno extraña arto eso y aprovechar el tiempo, porque yo llego a la casa hago tareas y solo me quedo chateando, es mejor gastar el tiempo de una manera buena</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:116 [el yermis y eso le sirve a uno..] (152:152) (Super) Códigos:[Actividad física y motivación] No memos</p> <p>El yermis y eso le sirve a uno para hacer actividad física y divertirse y entonces eso hace que la clase sea más dinámica</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:53 [Si en mi familia hemos sido co..] (70:70) (Super) Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas] No memos</p> <p>Si en mi familia hemos sido como muy unidos y si cuando nos vemos que es muy seguido vamos a hacer actividad física me gusta mucho, mi familia es una motivación para hacer ejercicio.</p>	<p>La motivación hacia la práctica física</p> <p>Describe cuales son las principales motivaciones e influencias de los jóvenes que orientan sus prácticas. En términos generales se refieren a los gustos e intereses que orientan la práctica desarrollada.</p>

<p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:39 [Yo era una de las personas que..] (63:63) (Super) Códigos:[Actividad física vs tecnología] No memos</p> <p>Yo era una de las personas que estaba pegada al celular las veinticuatro siete pero pues ahorita estamos haciendo ejercicio y como dijeron mis compañeros no necesitamos de un gimnasio pues estamos yendo a un parque y todas las noches prefiero dejar como el celular en la casa para no distraerme.</p> <p>P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:64 [la tecnología nos ha vuelto mu..] (96:96) (Super) Códigos:[Actividad física vs tecnología] No memos</p> <p>La tecnología nos ha vuelto muy sedentarios y entre más días más cosas sacan y entre más sacan cosas supuestamente para detraerse más se va a uno a quedar sentado</p>	<p>Exceso de tiempo dedicado a la tecnología y no utilizado en la práctica de la actividad física</p> <p>Hace referencia a la frecuencia y tiempo utilizados por los jóvenes en actividades tecnológicas que le restan tiempo a otras actividades entre ellas las relacionadas con la práctica de la actividad física. De igual manera reúne las explicaciones que dan los jóvenes sobre esta relación.</p>
---	--

Tabla 5. Narrativas categorías emergentes eje de indagación actividad física. Elaboración

propia (2017)

Categorías emergentes eje de indagación sobre educación física



Figura 3. Categorías emergentes eje de educación física. Elaboración propia (2017)

Narrativas	Categoría Emergente
<p>P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:52 [Pues sí, en caso de que yo jug..] (91:91) (Super) Códigos:[Beneficios de la clase de educación física] [Educación física como deporte] No memos</p> <p>Pues sí, en caso de que yo jugara futbol o jugara volibol, que ese fuera el deporte que me gustara, pues por decirlo conocer las reglas, porque esos son los trabajos teóricos que nos dejan en clase de educación física, entonces uno ya cuando va a jugar uno ya sabe no podemos hacer esto pues porque es una sanción o algo y ya yo creería que solo eso porque no creería más.</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:82 [aprender más en deportes, por ..] (156:156) (Super) Códigos:[Educación física como deporte] No memos</p> <p>Aprender más en deportes, porque yo llevo toda mi vida acá y en la otra sede nos hacían como correr, en cambio cuando llegue a esta sede cada año es un deporte diferente la vez pasada fue baloncesto esta voleibol así, me parece que es bueno, pero depende de algunos profesores que la clase sea chévere</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:51 [Es un espacio en donde nos int..] (95:95) (Super) Códigos:[Educación física como deporte] No memos</p> <p>Es un espacio en donde nos introducen en el mundo del deporte y de la actividad física, y nos instruyen en comprender y entender la actividad física,</p>	<p>La clase de educación física enmarcada en prácticas deportivas</p> <p>Hace referencia a la forma como los adolescentes relaciona directamente a la clase de educación física con la realización de prácticas deportivas y como estas tienen mayor relevancia sobre las prácticas de actividad y ejercicio físicos.</p>
<p>P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:61 [Si he aprendido pues así unas ..] (116:116) (Super) Códigos:[Aprendizajes de clase] No memos</p> <p>Si he aprendido pues así unas reglitas de los deportes, he aprendido que para él la prueba de cardio uno no tiene que ir así como a la loca que si uno se va muy rápido pues se va cansar y entonces yuca jajá entonces uno ya sabe cómo que tengo que empezar a coger el ritmo y no acelerar ni disminuir pues porque me voy a cansar, en lo de fuerza también, la posición de los brazos y como le queda a uno más fácil hacer los ejercicios.</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:91 [Yo creería que</p>	<p>Conocimientos adquiridos en clase</p> <p>Describe cuales son los principales conocimientos que los jóvenes creen obtener a través de la clase de educación física, en términos generales explican que es lo que han aprendido en el transcurso de su clase.</p>

<p>nada, la verdad..] (111:111) (Super) Códigos:[Educación física para el tiempo libre] No memos Yo creería que nada, la verdad pues lo que hace uno acá y ya.</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:108 [es bueno de todas formas joder..] (134:134) (Super) Códigos:[Educación física y exigencia] No memos Es bueno de todas formas joder un rato y ejercitarse un poco pero podríamos tener más resultados</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:104 [Pues yo creo que no, porque no..] (131:131) (Super) Códigos:[Educación física y exigencia] No memos Pues yo creo que no, porque no están exigiendo el nivel que necesitamos, pienso que puede haber más exigencia además en cuestión de temas como que no hay cosas nuevas e interesantes, siempre es como hagan estos ejercicios y corran y punto ya libre y eso fue la clase.</p>	
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:3 [11: Los beneficios que nos sir..] (21:21) (Súper) Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión] No memos Los beneficios que nos sirven es para que no nos tensionemos nuestros músculos ya que no hacemos ejercicio, si no hacemos ejercicio entonces nos da un dolor muscular</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:28 [yo creo que depende de lo que ..] (71:71) (Super) Códigos:[Actividad física y salud] No memos Yo creo que depende de lo que trabajemos pues las personas que trotan mucho le ayudan mucho a los pulmones y ya.</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:13 [Es cierta ya que las actividad..] (30:30) (Super) Códigos:[Actividad física y salud] No memos Es cierto ya que las actividades físicas ayudan en muchas en muchas formas al ser humano por la reacción aeróbica ayudan mucho lo que es la oxigenación del cuerpo, otra puede ser la secreción, ayuda un poquito también en la resistencia por lo menos si uno es una persona que hace mucho ejercicio se mantiene saludablemente y tiene menos probabilidades de sufrir alguna enfermedad.</p>	<p>Beneficios físicos y de salud de la clase de educación física</p> <p>Hace referencia a la información que poseen los estudiantes acerca de los beneficios que tiene la práctica de actividad física para la salud en especial lo que tiene que ver con enfermedades y como estos aprendizajes se han dado a través de la clase de educación física.</p>

<p>P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:55 [a veces los compañeros la acti..] (97:97) (Super) Códigos:[Actitud de estudiantes en clase] No memos</p> <p>A veces los compañeros la actitud que tienen hacia los profesores porque ay no profe y no sé, qué no puedo hacerlo y le da como rabia y pues el profesor no tiene la culpa entonces a veces yo digo, yo opino, que ellos deberían hacer lo que yo hago esforzarme, ósea que se convierta en un reto para poderlo hacer pero ellos no se quedan ahí como en la flojera y como que ah entonces pierdan ustedes solos yo sigo yo quiero pasar.</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:76 [Siempre todas las otras clases..] (94:94) (Super) Códigos:[Educación física como distracción] No memos</p> <p>Siempre todas las otras clases estamos trabajando en el salón y cómo va a ser que todo del tiempo no la tenemos que pasar aquí encerrados en estas cuatro paredes, para mí la clase de educación física sirve para cambiar de ambiente salir del salón estar afuera y despejarnos</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:105 [como que no hay cosas nuevas e..] (131:131) (Super) Códigos:[Monotonía de la clase de educación física] No memos</p> <p>Como que no hay cosas nuevas e interesantes, siempre es como hagan estos ejercicios y corran y punto ya libre y eso fue la clase</p>	<p>Motivación y actitud frente a la clase de educación física</p> <p>Reúne todas aquellas opiniones que dan cuenta del gusto o por el contrario el desprecio que sienten los estudiantes por la clase y como esto se expresan a través de las actitudes que ellos toman frente a la clase de educación física</p>
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:98 [es chévere pero lo malo es que..] (176:176) (Super) Códigos:[Educación física y su nota] [Tiempos de la clase] No memos</p> <p>Es chévere pero lo malo es que solo nos dan una hora por semana, entonces no nos alcanza el tiempo y como somos muchos cuando hay actividades nos divide en grupos y muchos quedan sin hacer la actividad, y como nos preocupamos más por la nota y no nos alcanza la clase pensamos que la podemos perder.</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:95 [yo creo que lo hacemos más por..] (115:115) (Super) Códigos:[Educación física y su nota] No memos</p> <p>Yo creo que lo hacemos más por la nota y ya, yo creo que no lo hacemos por aprender</p> <p>P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:79 [sería bueno tener más horas pu..] (105:105) (Super)</p>	<p>Composición de la clase</p> <p>Da cuenta de todas aquellas opiniones que tienen los estudiantes acerca de los aspectos que componen la clase como lo son el tiempo de clase, el docente, los espacios para la clase y los materiales, y como estas percepciones influyen es aspectos como la motivación hacia la clase, la calidad, el gusto, la aceptación los anhelos entre otros.</p>

<p>Códigos:[Tiempos de la clase] No memos</p> <p>Sería bueno tener más horas pues dos horas a la semana para las personas que no hacen ejercicio. Si, por lo menos toca esperar la llamada de lista, tú te diste cuenta que muchos llegan tarde entonces así se va a perder el tiempo de la clase, entonces también a veces que no que izada de bandera, que algo entonces se pierde la clase pero eso es más que todo a la primera</p>	
<p>P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:118 [Pues la verdad me gustaría el ..] (255:255) (Super) Códigos:[Anhelos para clase] No memos</p> <p>Pues la verdad me gustaría el boxeo, me gustaría bailar, tener una clase de aeróbicos, que al iniciar la clase calentáramos con aeróbicos, sería muy bueno</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:104 [por ejemplo cuando uno está en..] (117:117) (Super) Códigos:[Actividades preferidas para clase] No memos</p> <p>Por ejemplo cuando uno está en la clase de educación física ella nos pone hacer una rutina bueno nos pone a correr y después sí queda tiempo nos deja pues utilizar los implementos de educación física pero no o sea sería como mitad de clase para esto y mitad de clase para esto y la regla sería como no estar por ahí dando vueltas sino uno tiene que estar haciendo ejercicio. Que haya tiempos libres pero que sean dirigidos</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:114 [los torneos como tal son cosas..] (126:126) (Super) Códigos:[Educación física y competencias] No memos</p> <p>Los torneos como tal son cosas de la educación física que lo llenan a uno o sea ser competitivo como yo y ganar un torneo lo hace a uno querer hacer más y más y más por eso me gusta como esa idea</p>	<p>Contenidos preferidos para clase</p> <p>Reúne todas aquellas actividades que a los estudiantes les gustaría trabajar en la clase de educación física o las actividades que ya se realizan y les gustaría que se le diera mayor relevancia, afirmando que estas prácticas generarían mayor gusto y atracción por la clase.</p>

Tabla 6. Narrativas categorías emergentes eje de indagación educación física. Elaboración propia (2017)

Categorías emergentes eje de indagación sobre corporalidad



Figura 4. Categorías emergentes eje corporalidad. Elaboración propia (2017)

Narrativas	Categoría emergente
<p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:95 [Si y más que todo las personas..] (168:168) (Super) Códigos:[Cuerpo perfección y obsesión] No memos Si y más que todo las personas que no han sido como aceptadas por su físico, se obsesionan porque las personas por ejemplo que son gorditas y se metieron a un gimnasio ahora quieren ya adelgazar mucho y se van al extremo y se vuelven anoréxicas o bulímicas</p> <p>P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:122 [más bien es como que mi cuerpo..] (162:162) (Super) Códigos:[Concepto de cuerpo ideal] No memos Más bien es como que mi cuerpo me dé la posibilidad de hacer lo que quiero hacer, que si yo proyecto esto lo puedo hacer con mi cuerpo en donde yo quiera hacerlo, en mi cada en el colegio en mi barrio en donde yo quiera, salto laso, corro juego lo que yo quiera hacer</p> <p>P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:95 [el cuerpo ideal para una socie..] (117:117) (Super)</p>	<p>Concepto y concepciones sobre el cuerpo</p> <p>Reúne todos los conceptos, percepciones, explicaciones e ideas que los jóvenes manejan acerca del tema de cuerpo, cuerpo y salud, cuerpo ideal.</p>

<p>Códigos:[Cuerpo idea superficial] No memos</p> <p>El cuerpo ideal para una sociedad es que sea flaquita, que tenga el abdomen marcadito no tanto porque parece hombre, que tenga los glúteos tonificados, que no tenga celulitis ni nada de eso.</p>	
<p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:106 [En la parte de la alimentación..] (190:190) (Super) Códigos:[Cuidado del cuerpo] No memos</p> <p>En la parte de la alimentación como no consumir comida chatarra, comer saludable, tener siempre buenos horarios de comida y todo eso, por ejemplo yo no desayuno entonces espero el refrigerio y ya.</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:120 [Yo quiero pero a veces no, yo ..] (214:214) (Super) Códigos:[Cuidado del cuerpo] No memos</p> <p>Yo quiero pero a veces no, yo puedo, no desayuno solo tomo un refrigerio y en los horarios de almuerzo yo no almuerzo por el tiempo, porque ya me citaron papas por llegar tarde y no me queda tiempo de desayunar</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:189 [por lo menos mi mami es de las..] (193:193) (Super) Códigos:[La familia y construcción de hábitos] No memos</p> <p>Por lo menos mi mami es de las que siempre hace almuerzos ricos o sea como papas a la francesa o salchipapas pero entonces yo le digo como que no mami, ella como que me hace mi porción de ensalada ya como que me estoy acostumbrando a tener que cambiar esas cosas</p>	<p>Cuidado del cuerpo</p> <p>Hace referencia a todas las formas y actividades que los jóvenes creen pertinentes para el cuidado y el mantenimiento de su cuerpo, tipos de hábitos que manejan en cuanto a alimentación, hidratación, cuidado personal, tiempos de descanso y a las actividades de tipo físico que practican.</p>
<p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:114 [además de tonificar y todo eso..] (202:202) (Super) Códigos:[Credibilidad en los gimnasios] No memos</p> <p>Además de tonificar y todo eso, al lado hacían aeróbicos, siempre era un grupo grande y eso sudaban y todo eso, se veía que tenían el empeño pues para bajar de peso, yo tenía amigos allá y había un man así con artos músculos entonces me decían que el antes era flaquito y chiquito</p> <p>P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:202 [Por ejemplo a mí la doctora me..] (257:258) (Super) Códigos:[Credibilidad en los gimnasios] No memos</p>	<p>Credibilidad en la función del gimnasio como forma de actividad física</p> <p>Hace referencia a las explicaciones que dan cuenta de por qué a los jóvenes la práctica física representada en el gimnasio les genera gusto y motivación y como esta situación genera gran credibilidad hacia esta práctica.</p>

<p>Por ejemplo a mí la doctora me mando una dieta la seguí pero no me sirvió en cambio la de mis entrenadores si me ha servido demasiado.</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:60 [a mí no me parece lo que dice ..] (124:124) (Super) Códigos:[Gimnasio vs colegio] No memos</p> <p>A mí no me parece lo que dice 12 porque aquí en el colegio es como aburridor, pero ya en un gimnasio es como la música como el ambiente uno se motiva más a ir</p>	
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:155 [: yo creo que hay gente que lo..] (234:234) (Super) Códigos:[Dieta una moda] No memos</p> <p>Yo creo que hay gente que lo hace como para estar a la moda y como para lograr la figura perfecta para que nosotras los veamos</p> <p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:182 [: pues mi mama no es que me cu..] (269:269) (Super) Códigos:[Tendencias actuales de dietas] No memos</p> <p>Pues mi mama no es que me cuide mucho en mi vida cotidiana mi papa si tarta de cuidarme porque el me regala la proteína y trata d cuando yo llego no coma grasa sino que me sirve un batido de Herbalife y eso me sirve para cuidar el cuerpo</p> <p>P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:139 [yo era una de las personas que..] (144:144) (Super) Códigos:[Dieta vs ejercicio] No memos</p> <p>Yo era una de las personas que me gusta estar comiendo galguerías dulces a cada rato y ahoritica que yo hago ejercicio yo digo que para ver resultado del ejercicio obviamente tengo que dejar de comer tantos paquetes tantas galguerías, entonces pienso que si personalmente quiere tener su cuerpo bonito tengo que hacerlo o si no de lo contrario el ejercicio no me va a servir de nada.</p>	<p>Concepción sobre las dietas y su función</p> <p>Sintetiza todas aquella ideas, concepciones, funciones, objetivos, explicaciones, afirmaciones que expresan los jóvenes en torno al tema de dieta, y como han como han visto esta situación representada en su contexto familiar, escolar o social.</p>
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:165 [la televisión nos está vendien..] (247:247) (Super) Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos] No memos</p> <p>La televisión nos está vendiendo mujeres delgadas</p> <p>P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:207 [Por los estereotipos que manejan..] (264:264) (Super)</p>	<p>Influencia de la televisión en la construcción del significado de cuerpo en los jóvenes</p>

<p>Códigos:[Cuerpo y oportunidades] No memos</p> <p>Por los estereotipos que manejan las empresas que necesitan una mujer bonita con un cuerpo bonito de buen aspecto para que llame la atención hacia su trabajo.</p> <p>P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:208 [Pues digamos así en los comerc..] (266:266) (Super) Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos] No memos</p> <p>Pues digamos así en los comerciales son muy pocas las personas que son como de contextura gruesa siempre yo he visto que son las delgadas y los hombres que tengan el cuerpo marcado, muy poco he visto cuerpos gorditos o de contextura normal</p>	<p>Hace referencia a la forma como la televisión y demás medios de comunicación han influenciado en la construcción del concepto del cuerpo en los estudiantes y como ellos perciben esta situación ya que expresan como la percepción acerca de su la imagen corporal se ha visto afectada por este fenómeno.</p>
<p>P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:139 [pues esto no es solo que las p..] (217:217) (Super) Códigos:[Imagen corporal vs personalidad] No memos</p> <p>Pues esto no es solo que las personas lo juzguen a uno sino que también uno se crea lo que dicen, hay personas que pues dicen a mí no me importa pues yo soy así, pero si se creen lo que le dicen si yo estoy gorda entonces como que también empieza a afectar</p> <p>P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:94 [Yo lo hago es por eso como que..] (166:166) (Super) Códigos:[Imagen corporal y aceptación] No memos</p> <p>Yo lo hago es por eso como que algunas niñas le echan piropos a uno y a uno le gusta eso, uno no lo hace exactamente para ellos sino para uno pero es bueno que ellas también se den cuenta de eso y algunos amigos también le dicen huy se ve bien y eso también le sube la autoestimase siente ayuda, pero igual eso no es lo más importante</p> <p>P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:188 [a mi hubo mucho tiempo que me ..] (241:241) (Super) Códigos:[Imagen corporal y bullying] No memos</p> <p>A mi hubo mucho tiempo que me hicieron bullying por delgada, entonces ya me estaban suponiendo que yo era anoréxica cuando realmente nunca fui</p>	<p>Concepciones de imagen corporal</p> <p>Sintetiza todas aquellas ideas creadas por los jóvenes acerca de la imagen corporal personal y de sus semejantes y como está influye en temas como personalidad, aceptación, sociabilidad y bullying</p>

Tabla 7. Narrativas categorías emergentes eje de indagación corporalidad. Elaboración propia

(2017)

Análisis de la matriz de contenido

Eje de indagación actividad física

Con relación al eje de indagación Actividad Física (AF), fueron identificadas 8 categorías emergentes, la primera de ellas AF representada en el deporte fue construida a partir del hecho de ser una de las de mayor número de narrativas asignados a través del atlas ti (en total 20) todos ellos mostrando la forma en que los jóvenes se refieren de forma no diferenciada a la AF y al deporte. Esta categoría es la más importante de este eje, dado que influye de forma transversal en el análisis de las posteriores. La razón de esto es que para las demás categorías los jóvenes se referirán tanto al deporte como a la AF en lo que se conceptualizó a través de este análisis como práctica de la AF.

La segunda categoría “barreras para la práctica de actividad física” se construyó porque fue la que más obtuvo códigos asignados a través del atlas ti (en total 12) y la que más obtuvo del análisis en general, cada uno de estos códigos evidencia como a la juventud se le presentan diferentes situaciones que se convierten de alguna manera en impedimento para la práctica de actividad física diaria. Esta categoría es sumamente importante para el análisis ya que permite vislumbrar aspectos de tipo social, cultural y económico que aportan de manera importante en la construcción del imaginario. Las principales barreras que le impiden una práctica de actividad física regular son la pena, la disponibilidad de tiempo, los deberes escolares, la inseguridad y la pereza, estas barreras conforman una amenaza para estos jóvenes ya que la inactividad física está estrechamente relacionada con la aparición de enfermedades.

La tercera categoría “beneficios de la actividad física” se tuvo en cuenta como categoría emergente porque fue un tema relevante y de grandes aportes durante la entrevista ya que en las

narrativas los jóvenes asignaban gran cantidad de beneficios en temas de salud cuando se realizaba actividad física, también la relación directamente con el cuidado del cuerpo a través del mantenimiento del peso corporal mejorando su imagen corporal lo cual mejora la autoestima, relaciona el sedentarismo directamente con la ausencia de actividad física, tema que más adelante se entrelaza en el eje de corporalidad y por último la actividad física contribuye al buen aprovechamiento del tiempo libre.

“Formas de incrementar la actividad física” es la cuarta categoría emergente que nace del eje de indagación en actividad física. Se tiene en cuenta esta categoría por el gran número de narrativas que recogió y además con el fin de resaltar que los jóvenes son conscientes de la posibilidad y de las maneras de incrementar la actividad física empezando desde las posibilidades que le brinda su propia casa a través de las actividades domésticas cotidianas y de realizar algunas actividades físicas supliendo allí alguna barreras como la pena de salir a hacer actividad física en público, tiene muy en cuenta al deporte como forma principal de actividad física, se resalta el valor de las ciclovías como forma de incrementar la actividad física, tiene también una gran cantidad de narrativas las actividades de fortalecimiento corporal ya que estas apuntan principalmente hacia la consecución de cuerpo ideal y el mejoramiento de su apariencia

Se resalta también la importancia de los medios de comunicación como la televisión especialmente en propagandas que explican cómo incrementar la actividad física resaltando su función, se atribuye como forma motivadora de actividad incorporar la música y el baile en las actividades físicas y le dan especial importancia a los aeróbicos y a la zumba, consideran también importante el fomento de prácticas novedosas en actividad física como el boxeo callejero que aunque reconocen que favorece en el aumento de actividad física también le atribuyen un grado de violencia y de competencia por ser mejor que el otro pero son prácticas que definitivamente son de gusto entre la población juvenil.

La siguiente categoría emergente es “importancia del deporte para la juventud” esta categoría nace principalmente por el valor que los jóvenes le dan a la practicas deportivas, en el caso del deporte competitivo le atribuyen el tema de gusto y adrenalina por la competencia, en el caso del deporte formativo le atribuyen la utilización adecuada del tiempo libre, en el deporte como forma de socialización la posibilidad de tener amigos y compartir con ellos y en la salud la posibilidad de alejarse de vicios que le perjudiquen, también lo relacionan directamente con la forma adecuada de compórtese cuando se pertenece a algún grupo de formación.

La sexta categoría emergente “espacios que brinda el entorno para las prácticas de actividad física” aunque contiene una gran numero de narrativas dentro del análisis también se genera gran cantidad de información acerca de los espacios que ellos consideran pertinentes para incrementar la actividad física, de alguna manera resaltan la labor del gobierno en la construcción de espacios apropiados para las actividades fisca y deportivas pero también añaden como estas prácticas se ven afectadas cuando por temas de seguridad no pueden acceder a estos lugares y por el contrario son utilizados de forma negativa, este análisis también se presenta como una barrera para la práctica de actividad física.

“La motivación factor importante para las prácticas físicas” constituye la séptima categoría emergente que nace principalmente del valor que los jóvenes le atribuyen a la motivación, en donde el gusto por determinada actividad física y las ganas de realizar esa actividad se convierten en factor determinante para incrementar las prácticas de actividad física, aunque no tiene una gran cantidad de narrativas en comparación a otras categorías, si es un factor que puede responder a la pregunta de ¿por qué algunos jóvenes no realizan prácticas regulares de actividad física?. Esta Categoría se ve especialmente influenciada por las condiciones del entorno familiar en cuanto al apoyo e impulso que esta le da a los jóvenes cuando ellos se proponen iniciar una

actividad física, también se condiciona por barreras como la pereza y la voluntad de poder hacer las cosas y también le atribuyen el mejoramiento del estado mental de las personas.

La categoría número ocho “tecnología y práctica de la actividad física” fue una de las categorías que menos códigos integró pero que recopiló gran cantidad de narrativas, sin embargo, fue un aspecto relevante a tener en cuenta que se mencionó como central y que motivó discusiones entre los participantes de las entrevistas. Al ser la tecnología, representada en el uso de los celulares (principalmente de las redes sociales) se convierte en una actividad que ocupa una gran cantidad de tiempo y atención para los jóvenes y que eventualmente se ha convertido en una barrera para la práctica de la actividad física. Ninguno de los jóvenes planteó en sus discursos la posibilidad del uso de la tecnología como un mecanismo que pudiera favorecer su práctica, hecho que resulta relevante puesto que en la actualidad existen muchas aplicaciones gratuitas y redes pensadas en el deporte, la recreación y la actividad física.

Ejes de indagación educación física

En el eje de indagación de educación física se identificaron seis categorías emergentes la primera de ellas corresponde a “educación física como deporte” categoría que se establece primero por la gran cantidad de narrativas que expresan cómo la clase para los jóvenes es determinada por las actividades de tipo deportivo que se generen en ella y segundo por la relevancia que tiene el tema del deporte a través del transcurso del análisis del eje de actividad física como en el de educación física, concluyendo esto, que el tema deportivo se encuentra muy arraigado en las concepciones de los jóvenes, aunque dentro del significado que ellos otorgan a la clase de educación tienen claro que el trabajo de fortalecimiento de las capacidades físicas

tienen relevancia sobre el estado de salud de las personas pero finalmente siempre se deportiviza la clase tanto por interés del estudiante como por las planeación de los docentes.

La segunda categoría emergente “conocimientos adquiridos en clase” esta categoría surge por el gran desconcierto y preocupación que causan las narrativas de los estudiantes al expresar que son muy pocos los conocimientos que adquieren en clase, divagan en sus respuestas y atribuyen a la clase casi que solamente un componente de distracción, socialización y cambio de ambiente, de los pocos aprendizajes que dicen adquirir sacar físico, calentar, estirar y algunas reglas sobre deportes.

La tercera categoría hace referencia a los “beneficios físicos de la clase” esta categoría surge por la gran cantidad de códigos asociados en el análisis de los datos y por ende un gran número de narrativas que dan cuenta de los beneficios que los jóvenes consideran podrían obtener de su clase de educación física pero que cuando se analizan las narrativas ellos consideran que son muy pocos los aprendizajes, dentro de los pocos aprendizajes que ellos consideran está el control de la respiración, la realización correcta del estiramiento, el aprendizaje de reglas de deportes y algunas técnicas de deportes, la realización de ejercicios de cardio, el control del cuerpo y ejercicios de fuerza abdominal y de pierna y aunque la clase les parece incluyente por la forma de dirigir de la docente no hallas mayor aprendizaje en ella. Los jóvenes consideran que los profesores hacen algunas actividades simplemente por sacarlos del sedentarismo y así aliviar su salud, reconocen la clase de educación física como un espacio para socializar y de alguna manera compartir con sus amigos en un espacio diferente al aula de clases.

“Motivación por la clase” constituye la tercera categoría, ésta categoría se define por el gran número de códigos que hacen referencia a aspectos emocionales que de alguna manera condicionan o estimulan la realización de actividad física dentro de la clase de educación física, los jóvenes manifiestan gusto por la clase pero principalmente se reconoce a ésta porque les

genera a los jóvenes la posibilidad de un cambio de ambiente del aula al patio en donde ellos pueden socializar y manifiestan que la clase es monótona en ocasiones pero que el ambiente al interior de la clase es chévere y se divierten.

La cuarta categoría es “composición de la clase” esta categoría surge porque en las narrativas se ve marcada una idea recurrente la cual puede ser determinante en la forma como los jóvenes asumen su clase de educación física y la importancia que le dan a ella, los estudiantes piensan que los tiempos dedicados a la clase de educación física son demasiado cortos y normalmente se ven afectados por diferentes actividades y eventos institucionales, esto hace que la clase se piense como un espacio de distracción pero no se piensa con la rigurosidad de aprendizaje que si se genera en otras áreas. En cuanto a los materiales y espacios de la clase los jóvenes opinan que son sufrientes debido a las pocas actividades que alcanzan a realizar en el poco espacio de clase. Para los jóvenes la nota se convierte en un factor estresante y que condiciona al estudiante en la realización de las actividades de clase y que finalmente no concientiza al estudiante del real beneficio de la clase y de lo que pueden aprender, simplemente los motiva la necesidad de obtener buenos resultados académicos, en cuanto a la relación alumno maestro, para el alumno una idea recurrente es que el profesor es chévere si da espacios de juego libre en clase y ésta se enmarca en la lúdica y la diversión. También reconocen al docente como una persona estudiada y que sabe orientar la clase.

La quinta categoría emergente es “contenidos preferidos para la clase” esta categoría nace porque se asocia a un buen número de códigos pero también por el interés de conocer los anhelos y preferencias de actividades y contenidos de clase que anhelan los estudiantes, ya que esto dentro de una reflexión profunda podría marcar nuevas rutas de trabajo y de formulación en los currículos que motiven a los estudiantes a una práctica más consiente y a aprendizajes más profundos. Para los jóvenes expresiones como la gimnasia, las danzas, la zumba, las porras y los

juegos tradicionales son actividades que nunca se han realizado y que consideran si se llevaran a cabo disfrutarían y aprovecharían, también los estudiantes generan el cuestionamiento de que en clase no se puede estar por ahí dando vueltas sino que tienen que hacer las actividades estableciendo así una forma de exigencia para la clase.

Eje de indagación corporalidad

Para este eje de indagación surgen seis categorías emergentes. La primera es “concepciones sobre el cuerpo” esta categoría surge por el gran número de códigos asociados al eje de indagación, la importancia de esta categoría radica en que las ideas que los jóvenes han creado sobre el cuerpo marcaran una manera de actuar y unos patrones de comportamiento y en este caso de comportamiento activo en cuanto a la realización de práctica de actividad física regular y los principales objetivos por los cuales la realizan. Para los jóvenes principalmente el cuerpo ideal está enmarcado en un cuerpo saludable libre de enfermedades pero que también cumpla con normas establecidas por la sociedad idealizado a una contextura delgada y tonificada del cuerpo. Los jóvenes manejan el concepto de que un cuerpo ideal es aquel que le da posibilidad de hacer las cosas que quiere y necesita realizar. Pero son conscientes que no todos tienen un cuerpo delgado y tonificado y que cada uno debe aceptarse tal y como es de eso depende su bienestar y autoestima ya que las personas se obsesionan por ser flacas y optan por dietas y ejercicio extremo que prontamente afectarían su salud.

La segunda categoría emergente es “cuidado del cuerpo” aunque esta categoría solo tiene asociado un código es muy importante porque maneja 42 narrativas que dan cuenta como los jóvenes piensan que deben cuidar su cuerpo, cuales son las concepciones que han creado en torno al cuidado del cuerpo y también de donde reciben principalmente esta información.

Para ellos el cuidado del cuerpo se basa en una buena alimentación como narrativa recurrente principal, la práctica de actividad física que le permita la tonificación del cuerpo, buena hidratación, poca utilización de productos químicos, dormir bien.

La tercera categoría emergente es “credibilidad en los gimnasios” esta categoría surge por la necesidad de explicar cómo la práctica física realizada en los gimnasios aparte de convertirse en una moda también está marcando la vida de los jóvenes ya que ellos están siendo participes de este nuevo contexto, contexto en el cual los jóvenes tienen gran confianza y en especial en las personas que dirigen estos establecimientos, los jóvenes confían en la efectividad de las rutinas que les adjudican y acatan las indicaciones en cuanto a alimentación que les recomiendan, tienen confianza en sus instructores y los definen como personas que estudian y tienen conocimientos especializados en la materia , los admiran y los ven a nivel de composición corporal como prototipos a imitar.

Aunque es una práctica de actividad física muy anhelada por ellos la mayoría de veces se ve cuestionada por el tema económico, ya que ellos afirman que debido a su condición económica y a su rol de estudiantes no tienen los recursos para costar esta actividad y sus familias económicamente tienen otros tipo de prioridades entonces no les pueden apoyar.

“Concepciones sobre las dietas” esta categoría es la numero cuatro, se eligió esta categoría ya que esta explica la manera de pensar de los jóvenes acerca del tema de las dietas y principalmente de como ellos le dan valor a la idea de que por medio de la realización de una dieta se puede obtener un cuerpo ideal y confirmar si en realidad consideran que la ruta más fácil para logara la imagen corporal deseada es la ejecución de una dieta y por tanto ejercicio físico pierde valor, los jóvenes manifiestan en sus narrativas que las dietas consisten en aprender a comer saludablemente, no están de acuerdo en que dejar de comer sea una opción para regular o encontrar su peso ideal, que se puede ver seriamente afectada su salud si una dieta es

demasiado rigurosa, que el éxito consiste en concientizarse del tipo de alimentos que debe consumir pero también es clara la idea de que los jóvenes quieren estar a la moda con un cuerpo esbelto que le permita lucir ante los demás, eso mejora su autoestima y su capacidad de reconocimiento en su entorno. Las mujeres manifiestan en sus narrativas ser capaces de adoptar algunos hábitos en temas de alimentación que les permita junto a la práctica de actividad física regular moldear un cuerpo ideal, mientras que la idea de los hombres si radica principalmente en que dejar sus malos hábitos en cuestión de alimentación no es una opción válida, prefieren poner toda su energía en prácticas de actividad física que le permitan moldear un cuerpo ideal, lo que si es común entre hombres y mujeres es la idea de querer estar con un cuerpo ideal, de moda y sociable.

La quinta categoría es “influencia de los medios de comunicación en la construcción del concepto del cuerpo” esta categoría aunque solo reúne un código, las narrativas de este explican como la información que emiten los medios de comunicación acerca del cuerpo y de la imagen corporal es teniendo en cuenta por los jóvenes, los cuales tienen acceso a todo tipo de información, los jóvenes creen que la principal idea que se les da es la de personas con un cuerpo extremadamente delgado y también que las posibilidades de éxito que tiene una persona con un cuerpo perfecto son mayores frente a las posibilidades que tiene una persona que no cumple esta condición.

En las narrativas estos jóvenes consideran que si se esfuerzan pueden lograr un cuerpo ideal como los que muestra la televisión, que las personas con exceso de peso siempre son tomados como objetos de burla, que la autoestima puede estar determinada por la perfección de su cuerpo, que un cuerpo delgado y tonificado le permite estar a la moda y lucir todo tipo de vestuario y que ser gordo o falco es un motivo de exclusión para la obtención de alguna oportunidad. No se

generan por parte de los jóvenes planteamientos acerca de la influencia televisiva en cuanto al concepto y práctica de la actividad física a pesar de que circula gran información en los medios.

La sexta categoría emergente es “imagen corporal y bullying” esta categoría fue escogida por la gran relevancia que tiene el tema de bullying hoy en día en nuestra sociedad y como esta situación afecta principalmente a nuestros niños y adolescentes, en las narrativas los jóvenes plantean que el bullying principalmente entre los jóvenes se da a causa del exceso de peso corporal o por la delgadez extrema y que la reacción frente a este fenómeno depende en gran medida del apoyo familiar y de la educación que haya recibido el joven, que ante una situación de bullying por exceso de peso corporal lo más común es optar por algún programa de actividad física estricto que le permita controlar y encontrar su peso ideal.

Discusión

Durante esta investigación se indago sobre los imaginarios sociales de estudiantes de ciclo V acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad en la institución educativa distrital Pablo Neruda de la localidad de Fontibón, el termino imaginario en esta investigación se define como “esquemas socialmente contruidos con un elevado grado de abstracción, situados temporalmente y que implican una secuencialidad, priorización y jerarquización de las percepciones” (Pintos 1995, p. 8)

Esta investigación sobre imaginarios sociales giró en torno a tres ejes de indagación, actividad física, educación física y corporalidad se realizó la recolección de la información utilizando como herramienta una entrevista semi estructurada, luego del análisis de datos y la codificación de estos a través del programa Atlas Ti, surgieron categorías emergentes las cuales agrupan los códigos teniendo en cuenta que ellos se relacionaran con la categoría surgida.

Del primer eje de indagación que es actividad física surgieron ocho categorías emergentes, la primera de ellas fue actividad física representada en el deporte, teniendo en cuenta el concepto de actividad física dada por la Organización Mundial de la Salud (2014) “cualquier movimiento producido por el músculo esquelético, voluntario, que produce un gasto energético por encima de la tasa de metabolismo basal, incluye actividades de rutina diaria como las tareas del hogar, ir a la compra, trabajar hacer deporte” y el de deporte como “específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales” (Ley 181 de 1995), se entiende que el deporte se incluye como una forma de actividad física pero que no es actividad física igual a deporte; cuando se indaga a los jóvenes sobre su concepto de actividad física ellos lo relacionan

con prácticas deportivas. Este aspecto es de especial importancia porque estos jóvenes no atribuyen a la actividad física su importancia ni los beneficios que podría tener en su vida personal, porque los adolescentes no tienen claro esta diferencia, no se han fundamentado este tipo de conocimientos en los jóvenes.

Para los jóvenes de la IED Pablo Neruda las principales barreras que le impiden una práctica de actividad física regular son la pena, la disponibilidad de tiempo, los deberes escolares, la inseguridad y la pereza, estas barreras conforman una amenaza para estos adolescentes ya que como lo indica la Organización mundial de la salud la inactividad física está estrechamente relacionada con la aparición de enfermedades. La inactividad física está aumentando en muchos países, lo que incrementa la carga de enfermedad no transmisible y afecta a la salud general en todo el mundo. Las personas con un nivel insuficiente de Actividad Física tienen entre el 20% y el 30% más de riesgo de muerte que las personas que realizan al menos 30 minutos de Actividad Física moderada la mayoría de días de la semana (Organización Mundial de la Salud, 2014) . Estas conductas sedentarias están dadas por muchos aspectos de orden cultural, social y económico y como lo indica el autor tiene como consecuencia la aparición de enfermedades asociadas con el sedentarismo, hay un claro vacío en las prioridades que tienen los jóvenes y la concientización del cuidado de la salud.

En la tercera categoría beneficios de la actividad física encontramos definido que:

La actividad física es esencial para el mantenimiento y mejora de la salud y la prevención de las enfermedades para todas las personas y a cualquier edad. La actividad física contribuye a la prolongación de la vida y a mejorar su calidad, a través de beneficios fisiológicos, psicológicos y sociales, que han sido avalados por investigaciones científicas. (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2013).

Ciertamente la práctica de una actividad física regular contribuye en todos los aspectos del ser humano, en la edad adolescente adicionalmente contribuye al desarrollo integral de la persona, el control del sobrepeso y la obesidad. En esta etapa, el control de la obesidad es muy importante para prevenir la obesidad adulta, mayor mineralización de los huesos y disminución del riesgo de padecer osteoporosis en la vida adulta, mejor maduración del sistema nervioso motor y aumento de las destrezas motrices, mejor rendimiento escolar y sociabilidad. (Ministerios del Interior, de Educación y Cultura y de Sanidad y Consumo, 2010)

Frente a esta categoría emergente beneficios de la actividad física, los jóvenes indagados toman una posición muy participativa en cuanto consideran que existen grandes beneficios que la actividad física les aporta, sin embargo consideran que el beneficio más importante se encuentra a nivel de la salud y afirman que con la realización de actividad física esta mejora, ellos también relacionan la práctica de actividad física como forma de cuidar el cuerpo y fortalecerse para la realización de actividades diarias, por supuesto atribuyen el mejoramiento de la imagen corporal y consideran que es la mejor forma de poder mantener fácilmente un peso ideal siendo un factor determinante en su autoestima como también la prevención del sedentarismo y la prevención de enfermedades y por último el buen aprovechamiento del tiempo libre y reducir el riesgo de caer en vicios. Indudablemente los beneficios son totales y dentro del imaginario de los jóvenes afortunadamente lo son, la situación problemática de esto es que los jóvenes no realizan una práctica regular de actividad física, de forma metódica y consiente en pro del beneficio hacia su salud porque estos jóvenes realizan actividad física con el objetivo de cuidar su forma física y no por la conservación de su salud.

Con relación a la categoría emergente formas de incrementar la actividad física la OMS indica que:

para los niños y jóvenes esta consiste en juegos, deportes, desplazamientos, tareas, actividades recreativas, educación física o ejercicios programados, en el contexto de la familia, la escuela y las actividades comunitarias; según las investigaciones realizadas se recomienda que con objeto de mejorar las funciones cardiorrespiratorias, la buena forma muscular, la salud ósea y los biomarcadores cardiovasculares y metabólicos, los niños de 5–17 años deberían acumular un mínimo de 60 minutos diarios de actividad física moderada o vigorosa, la actividad física durante más de 60 minutos reporta beneficios adicionales para la salud esta debería ser en su mayor parte aeróbica y convendría incorporar actividades vigorosas, en particular para fortalecer los músculos y los huesos, como mínimo tres veces a la semana. (Organización Mundial de la salud, 2010, pág. 19)

Los jóvenes entienden que hay formas de incrementar la actividad física y reconocen algunas de ellas, indican por ejemplo que en sus hogares desde las actividades domésticas (oficios) pueden hacerlo, allí también utilizando espacios como las escaleras pueden subir y bajar al igual que algunas actividades de tonificación, reconocen el deporte como forma principal de aumentar su actividad física y dan importancia a espacios como la ciclovía, también con la práctica de ejercicios de tonificación muscular en los parques y es de su gusto la práctica de actividades como zumba, aeróbicos danzas, deportes callejeros, entre otros. Entender que hay formas de incrementar la actividad física es muy importante y estos jóvenes entienden algunas de estas formas, pero sería más importante como lo indican los autores que comprendieran que estas prácticas deben tener unos tiempos adecuados, unas formas correctas de ejecución, deben ser acordes con la edad y adecuadas con el fin de lograr parámetros de salud más favorables y la mejora de los indicadores de salud. Una mayor intensidad y frecuencia de la actividad física desde la infancia y a lo largo de la vida adulta permite a las personas mantener un perfil de riesgo favorable y unas menores tasas de morbilidad y de mortalidad por enfermedad en algún

momento de su vida. Pero para los jóvenes la frecuencia de sus formas de actividad física son de carácter prácticamente espontáneo y la duración está simplemente relacionada a los tiempos libres o de ocio sin tener una planificación adecuada en sus prácticas de actividad física.

En la categoría emergente importancia del deporte la literatura nos indica que:

Con el fin de aumentar las probabilidades de que un niño, niña o adolescente persista en la práctica de un determinado deporte o actividad, las características de dicha actividad deben favorecer las características de la persona. Por ejemplo, algunos niños y niñas pueden ser más competitivos por lo que les gustaran los deportes competitivos más que los individuales, otros más sociales y extrovertidos se pueden sentir más cómodos con los deportes de equipo, los niños tímidos o menos sociables pueden preferir los deportes o las actividades individuales, si se les facilita las actividades óculo-manual u óculo-pedal natural probablemente se verán atraídos por los deportes que requieren estas características (por ejemplo, los de raqueta o el fútbol), otros adolescentes les gustara las actividades altamente estructuradas (los juegos y los deportes basados en reglas), el nivel de riesgo también es un factor de motivación por ejemplo escalar y actividades en el agua (Ministerio de Educación y Ciencia. Ministerio de Sanidad y Consumo, 2009, pág. 59) El reconocimiento y gusto que muestran los jóvenes por las actividades deportivas es muy alto, tanto en sus actividades físicas como en su clase de educación física la base es la práctica de deportes, se inclinan por deportes de tipo competitivo ya que resaltan la sensación que les genera (como la adrenalina), piensan que practicar deportes es una forma provechosa de utilizar el tiempo libre y les brinda la posibilidad de socializar con sus amigos y compartir con ellos, con la práctica de deportes dicen ellos se alejan de vicios y explican que participar de deportes exige tener un cierto comportamiento como respeto al juego limpio. Hay varios aspectos por analizar, primero el gusto e importancia que los jóvenes presentan por el deporte en gran medida es porque esta

actividad se caracteriza por tener un componente lúdico y de diversión, razón por la cual los jóvenes se sienten altamente atraídos, segundo la elección que realiza un joven por un deporte según el autor se realiza por las características en su personalidad lo cual es cierto pero en el contexto social en que se desarrolla esta investigación no es tan aplicable ya que las opciones que ofrece el contexto local son muy limitadas y poder acceder a otras opciones necesitaría gasto en costos y tiempo que tal vez las familias de los jóvenes indagados no podrían costear, tercero, los beneficios que los jóvenes le atribuyen a la práctica de deportes son a nivel de sociabilidad, comportamiento y de utilización sana del tiempo libre pero no atribuyen beneficios para su salud.

Con respecto a la categoría emergente espacios que brinda el entorno, según Hernando Lopez, (2015) arquitecto urbanista, en los últimos 40 años, se ha evolucionado mucho en el deporte y sus infraestructuras permitiendo que amplias bolsas de población accedan a las prácticas físico deportivas. Las actividades físicas, deportivas y recreativas, en este nuevo tiempo, están demandando un nivel de atención diferente del que habitualmente habíamos tenido hasta ahora. La necesidad de habilitar infraestructuras es una de las consecuencias directas de la nueva situación en todos y cada uno de los "hábitats" y ámbitos que configuran nuestro ecosistema, residencial, educativo, laboral, social, cultural, económico, urbano, natural, deportivo, etc. Esta sociedad moderna, está tomando mayor conciencia de lo que significa la gestión activa y positiva del "Tiempo Libre", o del tiempo de Ocio y la trascendencia que puede tener para alcanzar nuevas bases culturales y hábitos saludables en una sociedad implicada en el empeño de alcanzar unas cotas deseables de bienestar saludable para sus ciudadanos y sus colectivos (p.2).

Los jóvenes consideran que cuentan con un gran número de espacios apropiados para realizar actividad física que no es este un motivo o barrera para no realizar estas prácticas; creen que el

gobierno en los últimos años ha dedicado recursos a la construcción de espacios pertinentes para tal fin pero que estos espacios a cabalidad no están cumpliendo con su función ya que gran parte de ellos son foco de delincuencia y se convirtieron en sitio de reunión para personas con problemas de drogadicción. En los últimos años evidentemente los gobiernos locales se han preocupado por construir espacios pertinentes para realizar actividad física y deportes, es importante que los jóvenes sean conscientes de que si existen estos espacios y que tienen la posibilidad de acceder a ellos pero es cuestionante, que como lo indica el autor la trascendencia de esto es que se puedan alcanzar nuevas bases culturales y hábitos saludables, pero temas como la inseguridad no lo puedan permitir y por el contrario se cree una barrera para su utilización.

En la categoría emergente la motivación un factor importante para las prácticas físicas, encontramos que:

Moreno y Cols (1997) afirman que la actividad física comienza a decrecer de forma alarmante con la llegada de la adolescencia. Un cambio de orientación en las necesidades y motivaciones de los escolares les lleva a escoger otros modelos de hábitos que relegan al ejercicio físico y al deporte a un segundo plano. Este descenso en la práctica correlaciona directamente con un descenso paulatino por el gusto y motivación hacia las clases de Educación Física (p.15)

Para los jóvenes estar motivado hacia la práctica de actividad física es un factor primordial ya que si no es de su gusto realizarla no tendrán las ganas ni la disposición para ello, consideran que la influencia y el apoyo de la familia son factores que pueden influenciar en la motivación por las actividades físicas, ellos plantean que esta influencia se puede dar de dos maneras, la primera cuando la familia es físicamente activa ellos se motivan a realizar con ellos las actividades físicas debido a que es una forma de compartir espacios con sus seres queridos y la segunda expresan que su motivación se ve truncada cuando la familia no le apoya moral o

económicamente en la realización de alguna actividad física o de alguna manera no comparte sus prácticas. También son conscientes de que su motivación en muchas ocasiones se ve influenciada por aspectos como la pereza y la fuerza de voluntad.

Los jóvenes físicamente activos experimentan constantemente en diferentes actividades mientras que si son sedentarios en la etapa de la adolescencia posiblemente se mantendrá y empeorara esta condición en la etapa adulta como lo señala el autor y aunque la motivación sea un estado personal que indudablemente determina la práctica de actividad física regular o no existen factores externos como el apoyo familiar que determinara la adhesión a este tipo de actividades.

En la categoría tecnología y prácticas de la actividad física se indica que llevar una vida activa asocia múltiples beneficios para la salud en todas las personas a cualquier edad.

Es importante que las personas sean conscientes de las consecuencias que tienen la inactividad física y el sedentarismo y los beneficios que aporta a la salud ser más activo, así como que conozca las recomendaciones específicas de actividad física para la salud, reducción del sedentarismo y del tiempo de pantalla para cada grupo de edad. Reducir los periodos sedentarios prolongados, y limitar el tiempo frente a la televisión u otras pantallas (móviles, videojuegos, ordenadores, etc.) los cuales con fines recreativos reducirlos a un máximo de 2 horas al día. (Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad, 2015, pág. 13)

Para los jóvenes el uso de la tecnología es de gran importancia especialmente en lo que tiene que ver con redes sociales esto se ha convertido en un medio de interacción con el mundo externo, ellos afirman estar conectados a la red las veinticuatro horas del día y dedicarle entre 3 y 5 horas aproximadamente al contacto físico con el celular o la televisión, afirman que dejan de hacer otras actividades entre ellas actividad física por este motivo y que dejan de lado hasta la

interacción familiar. Aunque este factor se ha considerado barrera para la práctica de actividad física teniendo como una de sus consecuencias a la obesidad, si los adolescentes lo utilizan de forma responsable con sus tiempos sugeridos y lo utilizaran para encontrar información y estrategias para aumentar la práctica de actividad física seguramente en vez de ser un problema se convertirá en una solución, no podemos parar la modernidad ni impedir a los jóvenes el uso de la tecnología cuando se ha hecho indispensable para la vida en sociedad así que tenemos que trabajar con este nuevo elemento de la vida moderna y tratar de que funcione a nuestro favor en la lucha contra la inactividad física.

En el segundo eje de indagación sobre educación física nacen seis Categorías emergentes la primera es educación física como deporte, en cuanto a este tema tenemos que:

La educación física no escapa a la influencia de la ideología imperante, afectando particularmente a los profesores y a los formadores de educadores. Todos ellos reducen su trabajo profesional al logro de indicadores Físicos-Atléticos y técnico-deportivos, atraídos por el ideario olímpico publicitado ampliamente por los medios, dada su rentabilidad financiera. Así, el cuerpo, entre otras cualidades instrumentales, se limita a ser más fuerte, más alto y más veloz. La educación física, se preocupará entonces por formar un ser humano para la producción y la competencia, donde se recurre, a métodos de trabajo directivos que garantizan la eficiencia en el menor tiempo posible. (Murcia Peña & Jaramillo Echeverry, *Imaginario del joven Colombiano ante la clase de Educación Física*, 2005).

Para los estudiantes la clase de educación física está determinada por las actividades deportivas que se realicen en ella, no conciben el transcurrir de una clase sin que en algún momento se trabaje alguna actividad deportiva, anhelan el espacio libre que les da el docente con la única motivación de poder practicar un deporte, aunque tienen claro que el eje central es el

fortalecimiento de las capacidades físicas y que estas tienen relevancia sobre la salud, finalmente siempre se deportiviza la clase tanto por el interés del estudiante como por las planeaciones de los docentes.

Aunque la enseñanza de los deportes es importante lo es más aún educar a los estudiantes en temas de hábitos de vida saludable esto le permitiría a los estudiantes establecer unos patrones de comportamiento que favorecerían su bienestar físico y mental, si dentro de las clases se promueve la actividad física no como deporte sino encaminada al desarrollo corporal seguramente los estudiantes tendrían más conciencia de la importancia de la clase, no solo por la motivación del deporte sino por el beneficio que obtendrían a nivel personal. Es imperante lograr un cambio a nivel curricular en donde se logre un equilibrio entre estos aspectos y que todos los agentes relacionados como estuantes, profesores, directivos padres de familia y en general cambien la concepción sobre la clase de educación física.

La segunda categoría emergente del eje educación física es conocimientos adquiridos en clase, la literatura nos dice que:

La educación física de calidad (EFC) es la experiencia de aprendizaje planificada, progresiva e inclusiva que forma parte del currículo en educación infantil, primaria y secundaria. En este sentido, la EFC actúa como punto de partida de un compromiso con la actividad física y deporte a lo largo de la vida. La experiencia de aprendizaje que se ofrece a los niños y jóvenes a través de las clases de educación física debe ser apropiada para ayudarles a adquirir las habilidades psicomotrices, la comprensión cognitiva y las aptitudes sociales y emocionales que necesitan para llevar una vida físicamente activa. (Association for Physical Education (afPE) Health Position Paper, 2008)

Para los jóvenes los conocimientos adquiridos en la clase de educación física se basan en aprender a calentar y a estirar, aprender a tener un buen estado físico, flexiones, abdominales

pruebas de cardio, respiración, alejarse de malos hábitos y reglas y técnicas de algunos deportes. Sin embargo a pesar de que somos conscientes de que la clase de educación física, recreación y deporte es considerada una disciplina privilegiada para la formación integral de los individuos, en la medida en que tiene gran acogida en la población estudiantil, como área fundamental del currículo desarrolla competencias motrices, expresivas y axiológicas que hacen de esta un área integral, es preciso revisar la estructura de los currículos, el reconocimiento institucional que se le da a la clase y el quehacer del docente ya que claramente las narrativas de los estudiantes dejan ver que no se está generando un aprendizaje significativo en los estudiantes y que se necesitan cambios profundos que permita desarrollar las competencias propuestas.

La tercera categoría emergente es beneficios de clase, la educación física es el punto de entrada hacia la práctica de una actividad física durante toda la vida.

En todo el mundo, muchas de las principales causas de mortalidad están relacionadas con enfermedades no transmisibles (ENT) asociadas al sedentarismo, como la obesidad, las enfermedades cardíacas, los accidentes cerebrovasculares, el cáncer, las enfermedades respiratorias crónicas y la diabetes. De hecho, se puede decir que el sedentarismo es el responsable de entre el 6 y el 10% de todas las muertes causadas por ENT. (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2015).

Para los jóvenes los beneficios a nivel físico que contribuyan al mantenimiento de la salud son la prevención del sobre peso y la obesidad, para acelerar el metabolismo, ayuda a fortalecer los pulmones, manifiestan que las actividades físicas tienen gran incidencia sobre la salud y aunque ellos no han sufrido enfermedades de consideración se refieren también a muchos casos familiares en donde la práctica de actividad física ha sido de ayuda en el tratamiento de su condición. La clase de educación física sería un gran escenario para que los jóvenes

comprendieran y se educaran en temas de salud y en como la práctica de actividad física regular es relevante en la prevención y tratamiento de muchas enfermedades principalmente las asociadas con el sedentarismo y lo más importante que los jóvenes de una forma consiente partiendo de las enseñanzas y orientaciones dadas en su clase de educación física fuesen capaces de adoptar una vida físicamente activa que les proporcionara una etapa adulta saludable y poder contrarrestar lo que se afirma en la literatura en cuanto a los niveles de mortalidad en el mundo a causa de enfermedades asociadas al sedentarismo.

La tercera categoría emergente es motivación por la clase, con respecto a este tema, Ministerio de Protección Social (2011) afirma:

La motivación es un concepto clave a tener en cuenta, ya que es considerada como esa fuerza que mueve a las personas a realizar un comportamiento. De ahí la importancia de revisar la motivación de alguien al momento de considerar hacer un cambio comportamental (p.31).

Los jóvenes manifiesten que les gusta la clase de educación física, sienten agrado al realizarla, aunque en ocasiones les parece un poco monótona, aspectos como la posibilidad de socializar con sus amigos cambiar de ambiente no estar encerrado en cuatro paredes, hace que la clase ya tenga un valor motivacional alto, en sus narrativas expresan que casi en ninguna otra clase se aprovechan los espacios al aire libre como herramienta didáctica. Mantener un elevado nivel de motivación permitirá a los jóvenes un cambio en su estilo de vida adquiriendo hábitos de vida saludable fomentados desde la escuela y aplicados a su vida diaria y de esta manera cuidar su salud y prevenir futuras enfermedades para ello es elemental aprovechar tal motivación para educar a los jóvenes es estilos de vida saludable.

La quinta categoría es composición de la clase, esta categoría se conforma de tres aspectos el profesor, la nota y espacios y materiales de clase. Con respecto a la función del maestro:

El papel que los profesores pueden desempeñar en la orientación de los temas de la clase hacia el aprendizaje es de capital importancia, para lograrlo, deben proponer tareas desafiantes para cada alumno, metas con dificultad personalizada, enseñar contenidos sobre el desarrollo de la competencia y la promoción de la salud, ayudar a los alumnos a superar sus dificultades, evitar las críticas duras tanto como las alabanzas innecesarias, promover la autonomía, estimular el logro personal y del grupo, y mostrarse accesibles a todos los alumnos (NichoHs, 1989; Papaioannou, 1998; Trouilloud et al., 2006).

Los estudiantes dan valor sus docentes en cuanto ellos sean flexibles y en la clase les den la oportunidad de desarrollar sus actividades predilectas, no se les otorga un gran valor en cuanto a que el docente se preocupe por realmente educarlos y hacer una clase de educación física con enseñanzas significativas como lo indica el autor, la idea de los estudiantes en cuanto a la función del educador físico es totalmente contraria a la función y valor que pueden tener docentes de otras áreas. Con respecto a la nota actualmente el tratamiento otorgado a la evaluación dentro del sistema educativo en general y en educación física en particular “está más cercano a una mera constatación de los progresos del alumno, reflejados en la calificación, que la utilización de la misma como verdadero instrumento educativo” (Efdeportes, 2008), para los estudiantes la evaluación representada en la nota se convierte es un factor estresante que los condiciona a obtener buenos resultados académicos y no les permite el disfrute de la clase, indudablemente estamos inmersos en un sistema educativo que nos exige calificaciones y la educación física no está exenta de este fenómeno la importancia radica en que se pueda observar la calificación como lo indica el autor como un indicativo en el progreso del estudiante un proceso cualitativo. Los jóvenes piensan que los tiempos dedicados para la clase de educación física son demasiado cortos y se ven interrumpidos por actividades institucionales, creen que no se le da la rigurosidad que a otras clases y por eso pierde su reconocimiento como área integral,

no se alcanzan a realizar las actividades programadas, expresan que los espacios y materiales de clase son adecuados y suficientes, tenemos en nuestro sistema educativo docentes tratando de educar sin los espacios, materiales y las herramientas didácticas necesarias para ello y por supuesto cada vez con tiempos mínimos de clase relegando la educación física a un segundo plano.

La sexta y última categoría de este eje de indagación es contenidos preferidos para la clase. Diferentes corrientes que desarrollan el campo de la educación física contemporánea han sido generadoras de cambios en la estructura de la clase, en la determinación de los contenidos, los objetivos, los métodos, los medios, las actividades de aprendizaje y las actividades de evaluación y sobre todo en el protagonismo que le corresponde jugar al profesor y al alumno, para los jóvenes los anhelos y preferencias de clase se basan en actividades como la gimnasia, las danzas especialmente folclóricas, la realización de zumba, las porras, la implementación de juegos tradicionales, la práctica de deportes extremos y por supuesto el aumento de las prácticas deportivas, consideran que son actividades físicas que nunca han realizado y que se hacerlo sentirían gran motivación, los estudiantes anhelan cambios en sus clases, modernización en ellas, queda atrás los aprendizajes tradicionales en educación física que privilegiaron el aprendizaje técnico y los modelos de movimiento y una enseñanza directiva centrada en el profesor, basada en la explicación - demostración - repetición, pero los docentes nos reusamos a estos cambios mantenemos una educación tradicional sin entender que se hace necesaria una transformación inmediata del concepto de la clase de educación física, como nos lo indica la literatura la cual afirma que:

La clase de educación física debe tener un enfoque integral físico educativo, caracterizado por la construcción por los propios alumnos, bajo la guía y orientación del profesor, de aprendizajes motrices transferibles de amplia utilización en situaciones variadas, a partir de

una concepción significativa del aprendizaje. La acción docente bajo estos preceptos se caracteriza por el planteamiento de situaciones problemáticas para los alumnos, la exploración y búsqueda, la observación, el refuerzo positivo de las acciones y la reflexión individual y colectiva. (Efdeportes, 2002).

El tercer eje de indagación es corporalidad, para este eje surgieron seis categorías la primera de ellas es concepto y concepciones sobre el cuerpo. Para los jóvenes el concepto sobre cuerpo y corporalidad está estrechamente relacionado con la idea de un cuerpo ideal el cual expresan está en marcado en un cuerpo saludable libre de enfermedades pero que también cumpla con los requisitos de imagen creados por la sociedad que exige una contextura delgada y un cuerpo tonificado. El cuerpo ideal para ellos es aquel que le da la posibilidad de hacer las cosas que desea y que necesita realizar. Estas concepciones que tienen los jóvenes sobre cuerpo ideal son construcciones que en gran medida se han interiorizan por medio de las informaciones de los medios de comunicación, por la educación que han recibido de sus familias y por el contexto social en que se han desarrollado, pero no ha sido la escuela la que haya contribuido en la formación de estos conceptos, se hace necesario que el tema de corporalidad se incluyera en los PEI de los colegios y de esta manera se generen cambios profundos en los planes curriculares para así lograr intervenir positivamente en la educación en temas de corporalidad ya que estas concepciones afectan positiva o negativamente en la adopción de hábitos de vida saludable y por supuesto en la práctica regular de actividad física. La literatura da cuenta de esto cuando:

Se piensa la corporeidad humana como una construcción permanente y holística, se necesita una educación que contribuya a integrar la corporeidad al currículo general. Para ello se requiere cambiar la didáctica y estimular a todos los docentes para que desarrollen el concepto de corporeidad. En este sentido, la educación corporal debe tener en cuenta la sensibilidad (que implica la disposición del encuentro con el otro), la expresión y la

creatividad. De igual manera, debe tener en cuenta la vivencia, que es una forma de saber acerca de sí mismo, del otro y de las cosas. En ella se incluyen pensamientos, sentimientos y emociones que perduran porque además de ser vividos, tienen significado para la persona.

(Gallo CLE., Gómez JR. 2009)

En la segunda categoría emergente, cuando a los jóvenes se les indago acerca de cómo ellos cuidaban su cuerpo reaccionaban con una expresión de sorpresa ante este cuestionamiento, tal vez nunca se han detenido a pensar en esta situación, en sus narrativas expresan que con una buena alimentación e hidratación, realizando ejercicio, tonificando los músculos, no utilizando demasiados productos químicos como maquillaje y dormir bien. Las narrativas que hacen los jóvenes sobre el cuidado del cuerpo son de acuerdo a información que han escuchado más que todo de los medios de comunicación pero en realidad no entienden como se produce este proceso los jóvenes no tienen un concepto claro sobre cuidado del cuerpo y no pueden sustentar cual es el beneficio a nivel corporal de cada una de sus respuestas.

Muchas prédicas sanitarias apuntan al cuerpo y construyen una verdadera ética que hace un culto de su cuidado. El cuerpo es mirado como un objeto preciado al que se debe atender, pues de ello depende la extensión de la vida. Paralelamente sobre todo en las sociedades urbanas de Occidente adquiere cada vez más la característica de objeto capaz de despertar admiración y belleza. La perfección del cuerpo se convierte en un fin y es fuente de innumerables desvelos. Lo importante para esta visión hegemónica no son las necesidades y reclamos del propio cuerpo, sino el ideal del cuerpo eternamente joven y perfecto (Unicef, 2006)

La tercera categoría emergente es credibilidad en los gimnasios. En esta categoría la literatura nos indica que:

Los sujetos sociales se mueven sustentados y motivados por ideas, es decir, las representaciones ideológicas compartidas y los sistemas de valores son los que empujan a la acción, los que guían las conductas y las prácticas sociales. Las personas pueden motivarse para ir a un gimnasio y considerarlo como una "opción" o como una "obligación" pero todo se da por el culto al cuerpo. Pero esto no es interiorizado por todos del mismo modo, esto se da de acuerdo a su edad, su sexo, su profesión, su clase social, etc. todo para entender de qué modo se "autoimponen" o no el ir a un gimnasio, será el propio individuo quien asuma que debe levantarse por ejemplo a las 7 de la mañana para ir al gimnasio y hacer dos horas de ejercicio físico, con todo el esfuerzo que le supone, pues su motivación, su deseo, su fuerza de voluntad y su recompensa se sustenta en que está cumpliendo su obligación de perseguir el cuerpo, la imagen, y la salud "deseada". El discurso que relaciona el ejercicio físico con la estética es el que más esfuerzo y continuidad supone, y a su vez el que se basa en menor medida en esa diversión y emoción que pudiera suponer la actividad física y el deporte (Martinez Guirao, 2011).

Para los jóvenes la asistencia al gimnasio es una moda, ellos confían demasiado en los resultados que pueden lograr con su asistencia al gimnasio a nivel del mejoramiento de su imagen corporal y como lo indica la literatura la asistencia está dada con un grado de obligatoriedad que toma un segundo plano ya que es la consecución de un cuerpo ideal exigido por la sociedad el que genera su compromiso, consideran que las personas que dirigen estos centros son personas estudiadas y expertas en el tema, acatan con rigurosidad las rutinas que les asignan y hacen caso de las indicaciones que les dan para su alimentación, ven en sus instructores modelos a imitar pero coactan su participación en estas actividades la mayoría de veces porque sus familias no pueden costear los gastos que se generan, por esta razón no han podido acumular el tiempo estimado para encontrar resultados. Los jóvenes están encontrando en

los gimnasios una nueva forma de realizar actividad física y una forma moderna e innovadora de reemplazar las prácticas tradicionales.

La cuarta categoría emergente es concepciones sobre las dietas. Para los jóvenes un cuerpo ideal se puede conseguir con ayuda de una dieta y es la ruta más fácil para llegar a ello pero son conscientes que esto genera daños en su salud. Consideran que una dieta no significa dejar de comer, una dieta significa aprender a comer de forma equilibrada, ellos perciben que el factor más importante es poder concientizarse de que deben y que no deben comer, también afirman que quieren estar a la moda como lo indica la sociedad de hoy en día con un cuerpo esbelto que le permita lucir ante los demás dicen ellos esto sube su autoestima, los jóvenes confían en dietas alternativas que utilizan batidos como alimento complementario y algunas prácticas de acupuntura, en su caso individual si sufrieran de sobrepeso preferiría empezar una rutina de ejercicio con una alimentación balanceada en vez de tomar una dieta por opción.

La dieta equilibrada es aquella manera de alimentarse que aporta alimentos variados en cantidades adaptadas a nuestros requerimientos y condiciones personales. Llevar una alimentación equilibrada no es ingerir mucha comida, ya que es tan importante la cantidad como la calidad de la misma. Es importante pensar que no se puede disfrutar de una vida saludable comiendo unos pocos alimentos. La variación es lo idóneo desde el punto de vista del bienestar, permitiéndonos esto disfrutar, además, de la riqueza de los distintos sabores, olores y aromas. De hecho, comer y beber forma parte de la alegría de vivir y, desde luego, la gastronomía no está reñida con las recomendaciones dietéticas ni con una alimentación saludable. (Sociedad española de dietética y ciencias de la alimentación, 2007)

Es importante rescatar la idea de que los jóvenes no consideran tan apropiadas las dietas que entiendan que pueden causar daño a su salud lo que si se percibía en la entrevista es que no tienen el conocimiento necesario para poder sustentar una idea, es importante poder educar a los

jóvenes en estos temas y no seguir esperando que reciban esta información de diferentes fuentes las cuales no sabemos de su validez, lo que se observa con preocupación es que si confían en dietas alternativas que utilizan batidos como complemento nutricional y algunas prácticas de acupuntura ya que observan estas prácticas en su familia primaria y en amigos cercanos para los cuales estas prácticas han sido exitosas, de allí la credibilidad que manifiestan.

La quinta categoría emergente es influencia de los medios en la construcción del concepto de cuerpo, para los jóvenes la información que emiten en los medios de comunicación de alguna manera aunque no son de su total credibilidad si consideran que es tenido en cuenta por ellos ya que de esta forma se crean conceptos de cuerpo ideal y de imagen corporal. Para ellos un cuerpo ideal le da a la personas más posibilidades de éxito y oportunidades. Ellos consideran que con esfuerzo pueden lograr un cuerpo perfecto como los que presentan en la televisión, que las personas con exceso de peso son tomadas siempre como objetos de burla, que la autoestima puede verse afecta por tener exceso de peso y que un cuerpo perfecto y tonificado le permite estar a la moda para así lucir todo tipo de vestuario y que ser gordo o falco es motivo de exclusión. Definitivamente es indudable la influencia que tienen los medios de comunicación sobre la opinión de las personas en este caso de los adolescentes en donde la influencia puede ser aún mayor ya que estos son todavía muy vulnerables al estar en esta etapa consolidando su personalidad. Es importante recalcar la idea que tienen estos jóvenes al decir que con esfuerzo se pueden lograr los objetivos deseados refiriéndose a esfuerzo como la capacidad de establecer un plan de actividad física regular.

La sexta categoría emergente es imagen corporal autoestima y bullying. En esta etapa, los jóvenes están experimentando bruscos cambios hormonales, corporales, y psicológicos. Durante

la infancia, la imagen corporal cambia de forma lenta y progresiva, la literatura nos indica que estos cambios durante la adolescencia tienen otra connotación:

El adolescente, por el contrario, vive fenómenos totalmente nuevos, su cuerpo se transforma. Todo este proceso le exige una reelaboración de su esquema corporal. Estos cambios en su estructura física generan movimientos que se vuelven algo torpe, lo que será superado de mejor forma si el joven realiza actividad física de manera sistemática. (Ministerio de Educación República de Chile, 2013)

Para los jóvenes dicen que el bullying principalmente se da en los contextos juveniles a causa del exceso de peso corporal o por la delgadez extrema, expresan que la reacción del adolescente ante esta situación depende en gran medida de la educación que haya recibido en su entorno familiar, dice también que ante una situación de bullying por exceso de peso corporal la reacción inmediata de los jóvenes es optar por un programa de actividad física riguroso al igual que una dieta estricta, de tal forma pueda en corto tiempo lograr el peso ideal. El tema del bullying es altamente delicado ya que es en esta etapa de vida en donde los cambios corporales y psicológicos son demasiado bruscos como lo indica el autor, no poseen un grado de personalidad adecuado para combatir este tema y además es esta etapa marcada por deseos de reconocimiento, modas y rebeldía.

Conclusiones

Con este trabajo de investigación se lograron comprender los imaginarios sociales de los estudiantes de ciclo V del colegio Pablo Neruda en torno a los temas de actividad física, educación física y corporalidad, la comprensión de estas percepciones nos permite acercarnos a un reconocimiento más profundo de estos adolescentes inmersos en un mundo cambiante y a sus realidades, las cuales indudablemente han participado en la construcción de estos imaginarios.

Lograr este acercamiento con los estudiantes y poder entender las realidades que han dado origen a la construcción de sus imaginarios en torno a la actividad física, la educación física y la corporalidad, permitió establecer algunos de los imaginarios por la cuales esta población es físicamente inactiva y por tanto han adquirido conductas sedentarias, las cuales indudablemente si persiste esta actitud, deterioran su estado de salud físico y mental.

Si bien la etapa adolescente está enmarcada por grandes cambios físicos y mentales, rebeldías, inseguridades y la construcción y reforzamiento de los rasgos de su personalidad, se hace totalmente pertinente investigar, indagar, establecer estrategias para conocer a los adolescentes y todos los profundos cambios y transformaciones que se han venido dando en ellos con la modernización del mundo, esto permite, como en esta investigación acercarnos a la vivencia real del estudiante a su pensamiento más profundo.

En este trabajo de investigación se encontraron algunos imaginarios sociales que son relevantes en los jóvenes, en cuanto a actividad física podemos encontrar que se refieren de forma no diferenciada a la actividad física y al deporte y de la misma manera cuando se indaga en los jóvenes acerca de la clase de educación física gran numero sus respuestas apuntan a la ejecución de deportes, lo que permite concluir la deportivización de todos los contextos sociales

del adolescente, los jóvenes no tienen un concepto definido sobre que es la educación física ni el objetivo que la guía.

En cuanto a la clase de educación física, los jóvenes consideran que no están adquiriendo aprendizajes significativos en esta área, los aprendizajes que reciben se basan en informaciones sueltas sin profundidad ni objetivo, los jóvenes no están comprendiendo la función de la clase y se está tomando como espacio de distracción y de práctica deportiva. Se hace necesaria una revisión profunda del currículo de educación física, de los planes individuales de clase y del quehacer del docente, ya que un área tan privilegiada por su integralidad como lo es la educación física pierde valor y sentido cuando se convierte en prácticas sueltas, deportivizadas que no generan mayor beneficio a la población adolescente.

Y para el eje de indagación sobre corporalidad se encontró que ningún contexto social se ha preocupado por educar a los adolescentes en temas relacionados con el cuerpo y con la imagen corporal, por ello estos jóvenes no tienen conceptos claros en torno a estos temas, la mayoría de narrativas dan cuenta de su poco conocimiento, la construcción de sus ideas sobre el cuerpo ha sido influenciada principalmente por la moda y los mensajes televisivos en donde el cuerpo ideal está dado por una contextura delgada y un cuerpo tonificado para las mujeres y para los hombres contexturas anchas y musculosas, esos prototipos se convierten en imágenes a imitar que desafortunadamente lleva a extremos en dieta y ejercicio.

Dentro de las principales barreras que perciben los jóvenes para la práctica de actividad física regular se encuentra que, la falta de tiempo, la disponibilidad de tiempo, los deberes escolares, la inseguridad y la pereza siendo esta última para ellos la principal barrera atribuida a la falta de interés y no deseo por el esfuerzo físico, son la principal amenaza para que sus niveles de inactividad física se aumenten y se representan en reiteradas conductas sedentarias.

El tiempo que los jóvenes dedican a las actividades de carácter tecnológico, especialmente lo que corresponde al uso de las redes sociales es excesivo y esto genera que tengamos adolescentes más sedentarios cada día, lo que tendrá consecuencias en el estado de salud en su etapa adulta, por ello es necesario encontrar los mecanismos para que los adolescentes se eduquen y motiven en hábitos de vida saludable como la práctica de actividad física regular y dediquen tiempos prolongados en su ejecución. Se puede educar a los jóvenes en el uso responsable del internet con sus tiempos sugeridos y lograr que se utilizara para encontrar información y estrategias para aumentar la práctica de actividad física lo que constituiría una solución al problema del sedentarismo.

Otro aspecto evidenciado como barrera para la práctica regular de actividad física lo constituye que los jóvenes con exceso de peso o delgadez extrema son tomadas como objetos de burla, por tanto estos prefieren optar por no realizar prácticas físicas y por tanto no someterse a ningún tipo de escarnio; es importante educar a los adolescente en el respeto por el cuerpo indudablemente temas como el bullying son consecuencias de la falta de conciencia hacia estos temas, no se puede seguir aceptando una sociedad tan excluyente.

La gran mayoría de los jóvenes no cumplen con los tiempos ni las frecuencias de actividad física que se recomiendan para la etapa adolescente, su actividad física se da básicamente en encuentros espontáneos y casuales que se generan eventualmente y principalmente son de carácter social tal vez porque no poseen la información clara y necesaria para poder entender la importancia de la actividad física en la adolescencia motivo por el cual la familia y la escuela deben ser los medios que garanticen la construcción e interiorización de estos conocimientos en la juventud.

Con relación a los aspectos que han podido influenciar en la construcción de los imaginarios de los jóvenes se pudo encontrar a través de esta investigación que el contexto social al que

pertenecen estos jóvenes resume su participación en actividades físicas básicas y deportes tradicionales como el micro fútbol, el baloncesto y en ocasiones el voleibol, las condiciones sociales y económicas les impide acceder a otros espacios de actividad física y de deporte que seguramente además de ser provechosos también aumentarían su motivación por la práctica de una actividad física regular.

Otro factor de orden social que ha influido en la construcción de los imaginarios de los jóvenes ha sido la percepción que ellos tienen sobre la inseguridad de la ciudad, entienden que en los últimos años el gobierno se ha preocupado por la construcción y adecuación de espacios pertinentes para realizar actividades físicas, pero perciben que la utilización de estos espacios se ve afectada por que estos lugares son centro de reunión para el consumo de sustancias psicoactivas y de grupos dedicados a la delincuencia, afirman ellos ser esto un factor primordial para que ellos decidan no realizar actividades físicas por medio de la utilización de estos espacios.

Otro factor y no menos importante que influye en la construcción de los imaginarios lo constituye primero el ejemplo que ha recibido de su familia con respecto a la práctica de actividad física y segundo el apoyo que da familia a estos jóvenes cuando deciden iniciar cualquier tipo de actividad física que requiera el cumplimiento de unos tiempos y la rigurosidades de una frecuencia, ya que si no existe este apoyo moral y económico los jóvenes deben desertar de su iniciativa y por ende perder la posibilidad de obtener los beneficios que le brinda la realización de actividad física regular.

Existen también aspectos altamente positivos que se evidenciaron en el discurso de los estudiantes como el tema del gusto y la motivación por actividades de carácter físico y deportivo, la actividad física como estrategia para la buena utilización del tiempo libre y la prevención del consumo de sustancias psicoactivas, también, como a través de la actividad física mejoran su

aspecto corporal y logran un peso ideal lo cual influye en su nivel de autoestima, como la actividad física contribuye al mantenimiento de su salud, percepciones que trabajadas desde el contexto educativo pueden servir como herramientas para lograr que los jóvenes eliminen conductas sedentarias y adopten una vida físicamente activa.

Existen también aspectos negativos y preocupantes que se evidenciaron en los discursos de los estudiantes como la credibilidad que los jóvenes actualmente tienen en las prácticas que se realizan en los gimnasios sin tener clara la idoneidad de estos centros para la orientación de procesos que buscan la construcción de cuerpos ideales mediante la utilización de diversas técnicas y herramientas (programación del ejercicio, dietas, procedimientos estéticos etc.) lo cual puede constituir una amenaza en la salud e integridad de nuestros jóvenes.

Recomendaciones

Esta investigación permitió conocer los imaginarios sociales que los estudiantes tienen acerca de la actividad física, la educación física y la corporalidad, esto es un punto de partida que permite visibilizar muchas situaciones problemáticas que no percibimos fácilmente pero que afectan de manera directa a los adolescentes y a sus prácticas físicas.

Aunque por medio de este estudio se logran reconocer diferentes ejes problemáticos que afectan la práctica regular de actividad física de los jóvenes y por tanto contribuyen a la adopción del sedentarismo como una conducta, se puede establecer un eje relevante dentro de las problemáticas y es que siendo la clase de educación física con su profesional a cargo el medio directo, apropiado, especializado y motivador para educar, capacitar y practicar en temas de actividad física para la salud y el bienestar, esta clase no cumple esta función, se ha dejado de lado la relevancia e importancia de los contenidos significativos de la clase para darle paso a la deportivización y el desperdicio del tiempo en actividades sin objetivos claro que solo cumplen una función recreativa.

Se requiere una revisión profunda de las prácticas realizadas por los docentes de educación física, de los contenidos del programa curricular, de los métodos empleados en el proceso de enseñanza, que permitan una reflexión acerca del sentido que tiene la clase de educación física en la actualidad y ésta cómo aporta o no a los jóvenes en la construcción de un pensamiento y una actitud consiente y crítica frente a la importancia de la actividad física como forma de cuidar su salud y lograr bienestar físico y emocional y no que simplemente los jóvenes tengan la percepción de que la principal enseñanza que se da en su clase se limite a estar en buena forma física.

Desde la reorientación de la clase de educación física con su profesional a cargo se puede intervenir para lograr que los adolescentes adquieran un estilo de vida saludable, adopten sanos hábitos de vida, reconozcan los beneficios de una actividad física regular, logren el reconocimiento de la corporalidad y la comprensión del cuerpo desde la perspectiva del bienestar y no de la apariencia física, a partir de una clase intencionada y metódica de tal forma que los estudiantes aprendan la importancia de una vida físicamente activa y sean capaces de llevar estos aprendizajes a su vida personal y porque no a su contexto familiar.

De esta manera sería posible transformar la mentalidad de los adolescentes y cuando esto suceda seguramente cambiara la perspectiva que tienen los adolescentes sobre la incidencia de la actividad física para la salud y adoptaran una vida físicamente activa sin cabida a actitudes sedentarias a las cuales conscientemente rechazarán.

Referencias Bibliográficas

- Agudelo, P. A. (2011). (Des)hilvanar el sentido/los juegos de Penélope. Una revisión del concepto imaginario y sus implicaciones sociales. *Uni-pluri/versidad. Universidad de Antioquia*, 11(3), 4, 5.
- Alba, L. (2009). *Salud de la adolescencia en Colombia: bases para una medicina de prevención*. Bogotá.
- Alcaldía Local de Fontibón. (2009). *Conociendo la Localidad de Fontibon*. Bogotá.
- Araya Vargas, G. (2007). *Acrividad Física, Ejercicio y Deporte, conceptos. Cita a Colegio Americano de Medicina Deportiva (ACSM) (2001)*. Recuperado el 24 de Julio de 2016, de www.edufi.ucr.ac.cr/pdf/trans/Actividad%20f%EDsica,%20ejercicio%20y
- Bautista C, N. P. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa epistemología, metodología y aplicaciones*. Bogotá, D.C.: El manual moderno (Colombia) Ltda.
- Cabra A., N. A., & Escobar C., M. R. (2014). *El cuerpo en Colombia. Estado del arte cuerpo y subjetividad*. Bogotá: Panamericana formas e impresos S.A.
- Carta de Ottawa*. (1986).
- Constitución Política de Colombia*. (1991).
- Castoriadis, C. (2007). *La institución imaginaria de la sociedad*. Buenos Aires: Tusquets.
- Chinchilla G., V. J. (s.f.). *Historiografía de la Educación Física en Colombia*. Recuperado el 01 de Julio de 2016, de http://www.pedagogica.edu.co/storage/rce/articulos/rce38-39_10balan.pdf
- (1997). *Declaración de Yakarta*. Indonesia.
- (2000). *Declaración de Mexico para la Promocion de la Salud* . México.

- Dirección Local de Educación Fontibón. (2012). *Caracterización del sector educativo*. Bogotá.
- Efdeportes. (2002). La calidad de la clase de educación física. *Efdeportes.com*.
- Efdeportes. (2008). La evaluación de la Educación Física en la educación primaria: mecanismos e instrumentos. *Efdeportes*.
- Escobar Villegas, J. C. (2000). *Lo imaginario. Entre las ciencias sociales y la historia*. Medellín: Fondo Editorial Universidad Eafit.
- Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., & Baptista Lucio, M. d. (2010). *Metodología de la investigación*. México D.F.: McGraw-HILL.
- Hospital de Fontibón ESE. (2014). *Diagnóstico Territorial de Salud 3*. Bogotá.
- Infobae. (29 de mayo de 2014). Latinoamérica: el 61% de adultos tiene sobrepeso u obesidad. *Infobae America*.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. (2010). *Encuesta nacional de la situación nutricional en Colombia 2010*. Bogotá.
- Ley 115 de Febrero 8 de 1994*. (s.f.).
- Ley 100*. (1993).
- Ley 181*. (1995).
- Martínez Guirao, J. E. (2011). *Una etnografía de las artes marciales*. Alicante (España): Editorial club Universitario.
- Matsudo, S. (2012). Actividad Física: Pasaporte para la salud. *Revista Médica Clínica Condes*, 210.
- Ministerio de Educación de Chile. (2013). *Corporalidad y movimiento en los aprendizajes*. Santiago de Chile: Salesianos impresiones S.A.
- Ministerio de Educación Nacional. (1994). *Ley General de Educación*. Bogotá: Ministerio de Educación Nacional.

- Ministerio de Educación República de Chile. (2013). *Corporalidad y movimiento en los aprendizajes*. Santiago de Chile: Prado Gráfica y Comunicaciones E.I.R.L.
- Ministerio de educación y ciencia, Ministerio de sanidad y consumo. (s.f.). *Actividad Física y salud en la infancia y la adolescencia. Guía para todas las personas que participan en su educación*. Madrid. España: Grafo S.A.
- Ministerio de Educación y Ciencia. Ministerio de Sanidad y Consumo. (2009). *Actividad física y salud en la infancia y en la adolescencia*. España: Grafo, S.A.
- Ministerio de protección social. (2011). *Coldeportes hábitos y estilos de vida saludable tomo 2. Documento técnico con los contenidos de direccionamiento pedagógico para la promoción de hábitos de vida saludable*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Ministerio de protección social y COLDEPORTES. (2011). *Hábitos y estilos de vida saludable tomo 2*. Bogotá: Imprenta Nacional.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2013). *Estrategia de Promoción de la Salud y Prevención en el SNS*. Madrid: Ministerio de Ssnidad, servicios sociales e igualdad centro de publicaciones.
- Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad. (2015). *Actividad física para la salud y reducción del sedentarismo. Recomendaciones para la población*. Madrid.
- Ministerios del Interior, de Educación y Cultura y de Sanidad y Consumo. (2010). *Actividad Física y salud. Guía para padres y madres*. Madrid.
- Moscoso Sanchez , D., Moyano Estrada , E., Biedma Velazquez, L., Fernandez Ballesteros, R., Martin Rodriguez , M., Ramos Gonzalez, C., y otros. (2009). *Deporte, Salud y Calidad de Vida*. Barcelona: Fundación "La Caixa".
- Murcia Peña, N., & Jaramillo Echeverri, L. (2005). *Imaginario del joven Colombiano ante la clase de Educación Física*.

- OMS. (s.f de junio de 2016). *Actividad Física*. Recuperado el 16 de Noviembre de 2016, de <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs385/es/>
- OMS. (s.f de 06 de 2016). *Obesidad y sobrepeso*. Recuperado el 01 de 11 de 2016, de Organizacion Mundial de la Salud: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2015). *Educación Física de Calidad (EFC)*. Francia.
- Organización Mundial de la salud. (s.f. de s.f. de 2010). *Estrategia mundial sobre regimen alimentario , actividad fisica y salud*. Recuperado el 29 de abril de 2016, de Actividad Física: <http://www.who.int/dietphysicalactivity/pa/es/>
- Organizacion Mundial de la salud. (2010). *Recomendaciones Mundiales sobre Actividad física para la Salud*. Obtenido de http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/44441/1/9789243599977_spa.pdf
- Organización Mundial de la Salud. (s.f. de 05 de 2014). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado el 20 de 08 de 2016, de Organización Mundial de la Salud: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es/>
- Organización Mundial de la Salud. (s.f de Mayo de 2014). *Adolescentes: riesgos para la salud y soluciones*. Recuperado el 18 de Mayo de 2016, de Organizacion Mundial de la Salud: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs345/es>
- Organizacion Mundial de la Salud. (s.f. de Agosto de 2016). *¿Que es la promoción de la salud?* Recuperado el 17 de Agosto de 2016, de Organizacion Mundial de la Salud: <http://www.who.int/features/qa/health-promotion/es/>
- Organización mundial de la salud. (s.f. de 06 de 2016). *Obesidad y Sobrepeso*. Recuperado el 25 de 07 de 2016, de Organización mundial de la salud: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs311/es/>

- Organización Mundial de la Salud, Organización Panamericana de la Salud. (2001). *La juventud Colombiana en el naciente milenio*. Bogotá.
- Organización Panamericana de la salud. (1986). *Carta de Otawa para la promoción de la salud. Conferencia internacional sobre promoción de la salud*. Otawa .
- Pintos de Cea Naharro, J. u. (1995). Orden Social e Imaginarios Sociales.
- Revista digital efdeportes. (2005). Barreras para la práctica de actividad física en población infantil. *Revista digital efdeportes*, 1.
- Rivera Muñoz , D. (2008). La salud y la calidad de vida. Actividades físicas mas convenientes para mejorar la salud. *efdeportes Revista Digital*, 1.
- Sainz Verona, R. M. (1992). *Historia de la Educación Física. Cuadernos de sección educación* 5.
- Salazar Rojas, D. (1995). *Adolescencia, Cultura y Salud*. Washington.
- Sapag, J., & Kawachi , I. (2007). Capital Social y Promoción de la Salud en America Latina. *Saúde Pública*.
- Sociedad española de dietetica y ciencias de la alimentación. (2007). *La dieta equilibrada*. España.
- Unesco. (2015). *Carta Internacional de la Educación Física, la Actividad Física y el Deporte*.
- Unicef. (2006). *Salud y aprticipacion adolescente*. Uruguay: Área de Comunicación UNICEF Uruguay.

Anexos

Anexos 1. Consentimiento informado

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS DE AQUINO Maestría en Actividad Física para la Salud Consentimiento Informado para Padres y/o Acudientes

Línea de Investigación Imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V de la ciudad de Bogotá acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad

Investigador: Maestrante Lida Johana Gómez Molina

Documento de Consentimiento Informado para padres o acudientes de Estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda y que se les invita a participar de la Investigación sobre Imaginarios Sociales de Estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad

Introducción

Yo soy Lida Johana Gómez Docente del área de Educación Física del Colegio Pablo Neruda en la sede B, actualmente me encuentro estudiando una Maestría en la Universidad Santo Tomas en la ciudad de Bogotá en donde participo de un grupo de Investigación acerca de los imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad en la ciudad de Bogotá. La invitación es para que los estudiantes de ciclo V de nuestra institución participen de la investigación para lo cual deberán responder a una entrevista que se realizara de los temas propuestos, cualquier inquietud será resuelta con prontitud.

Propósito

Esta Investigación nace por la necesidad de conocer cuáles son los Imaginarios sociales de los estudiantes en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad y de esta manera poder identificar formas de pensar, actitudes, gustos, factores que podrán vislumbrar respuestas a preguntas como el porqué del sedentarismo en los jóvenes, el porqué del desinterés de los jóvenes hacia la actividad Física, las tendencias actuales de la clase de Educación Física de los Colegios, cual es la concepción del cuerpo para los estudiantes, entre otras.

Tipo de Intervención de Investigación

Esta investigación incluirá una única entrevista

Selección de participantes: Esta investigación se realiza con estudiantes del ciclo V a nivel Bogotá y pretende abarcar las localidades en su totalidad, para la localidad de Fontibón se aplicará en la IED Pablo Neruda.

Participación Voluntaria: La participación de su hijo o acudido en esta investigación es totalmente voluntaria. Usted puede elegir si participa o no. Usted puede cambiar de idea más tarde y dejar de participar aun cuando haya aceptado antes.

Procedimientos y Protocolo: Para la investigación se le pedirá al estudiante que responda a una entrevista semi estructurada en donde se indagará por medio de preguntas abiertas acerca de temas como Actividad Física, Educación Física y Corporalidad, estas respuestas se grabarán en audios las cuales siguiendo con el proceso de la investigación luego serán transcritas para su respectivo análisis. La aplicación de la encuesta no genera ningún costo económico para su aplicación.

Duración: La entrevista tendrá una duración de dos horas aproximadamente la cual se aplicará dentro del horario de clases, durante este tiempo, será necesario que el estudiante permanezca dentro de la institución y concentrado en la actividad.

Efectos Secundarios: No existe algún efecto secundario conocido o anticipado, esta actividad no genera ningún riesgo para la salud.

Molestias: Si el estudiante se siente incómodo o no quiere responder a alguna pregunta que se le realice no está en la obligación de responder.

Confidencialidad: La información que recojamos por este proyecto de investigación se mantendrá confidencial. La información acerca del estudiante que se recogerá durante la investigación será puesta fuera de alcance y solo los investigadores tendrán acceso. Cualquier información acerca del estudiante tendrá un número en vez de su nombre. Solo los investigadores sabrán cuál es su número. No será compartida ni entregada a nadie excepto para el grupo de investigación de la Universidad Santo Tomás de Aquino

Compartiendo los Resultados: El conocimiento que obtengamos por realizar esta investigación se compartirá con los estudiantes antes de que se haga disponible al público. No se compartirá información confidencial. Cuando se socialicen los resultados de la investigación no se mencionará nunca su nombre, se publicarán los resultados para que otras personas interesadas puedan aprender de nuestra Investigación.

Derecho a negarse o retirarse: El estudiante no está obligado a participar en esta investigación si no desea hacerlo y el negarse a participar no le afectará en ninguna forma. Puede dejar de participar en la investigación en cualquier momento que desee sin que esto le acarree ninguna consecuencia.

A Quién Contactar: Esta propuesta ha sido revisada y aprobada por la Universidad Santo Tomas y por el grupo de investigación de la línea Imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad, que es un equipo cuya tarea es asegurarse de que se sigan los protocolos necesarios. Si usted desea averiguar más sobre este comité, puede contactar a:

[nombre, dirección, número de teléfono.]

Formulario de Consentimiento

Mi hijo o acudido ha sido invitado a participar en la investigación sobre los Imaginarios Sociales de estudiantes en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad. Entiendo que se realizará una entrevista semi estructurada de preguntas abiertas. He sido informado de que no tiene riesgo alguno para su salud, sé que no habrá recompensa alguna por su participación. Se me ha proporcionado el nombre de un investigador que puede ser fácilmente contactado usando el nombre y la dirección que se me ha dado de esa persona.

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado.

Consiento voluntariamente para que mi hijo o acudido participe en esta investigación como entrevistado y entiendo que tiene el derecho de retirarse de la investigación en cualquier momento sin que le afecte en ninguna manera.

Nombre del Padre o Acudiente _____

Firma del Padre o Acudiente _____

Fecha Día ____ mes _____ año ____.

Si usted es analfabeta, una persona de su confianza debe hacerle la lectura del documento.

He sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre del testigo _____ Y Huella dactilar del participante

Firma del testigo _____

Fecha: Día ____ mes _____ año ____.

Ha sido proporcionada a los Padres o Acudientes una copia de este documento de Consentimiento Informado _____ (iniciales del investigador/asistente)

Anexo 2. Asentimiento informado

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS DE AQUINO Maestría en Actividad Física para la Salud Asentimiento Informado del Estudiante

Línea de Investigación Imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V de la ciudad de Bogotá acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad

Investigador: Maestrante Lida Johana Gómez Molina

Documento de Asentimiento Informado para Estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda y que se les invita a participar de la Investigación sobre Imaginarios Sociales de Estudiantes de ciclo V de la IED Pablo Neruda acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad

Introducción

Yo soy Lida Johana Gómez Docente del área de Educación Física del Colegio Pablo Neruda en la sede B, actualmente me encuentro estudiando una Maestría en la Universidad Santo Tomas en la ciudad de Bogotá en donde participo de un grupo de Investigación acerca de los imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V acerca de la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad en la ciudad de Bogotá. La invitación es para que los estudiantes de ciclo V de nuestra institución participen de la investigación para lo cual deberán responder a una entrevista que se realizara de los temas propuestos, cualquier inquietud será resuelta con prontitud.

Propósito

Esta Investigación nace por la necesidad de conocer cuáles son los Imaginarios sociales de los estudiantes en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad y de esta manera poder identificar formas de pensar, actitudes, gustos, factores que podrán vislumbrar respuestas a preguntas como el porqué del sedentarismo en los jóvenes, el porqué del desinterés de los jóvenes hacia la actividad Física, las tendencias actuales de la clase de Educación Física de los Colegios, cual es la concepción del cuerpo para los estudiantes, entre otras.

Tipo de Intervención de Investigación

Esta investigación incluirá una única entrevista

Selección de participantes: Esta investigación se realiza con estudiantes del ciclo V a nivel Bogotá y pretende abarcar las localidades en su totalidad, para la localidad de Fontibón se aplicará en la IED Pablo Neruda.

Participación Voluntaria: Su participación en esta investigación es totalmente voluntaria. Usted puede elegir si participa o no. Usted puede cambiar de idea más tarde y dejar de participar aun cuando haya aceptado antes.

Procedimientos y Protocolo: Para la investigación se le pedirá que responda a una entrevista semi estructurada en donde se indagara por medio de preguntas abiertas acerca de temas como Actividad Física, Educación Física y Corporalidad, estas respuestas se grabaran en audios las cuales siguiendo con el proceso de la investigación luego serán transcritas para su respectivo análisis. La aplicación de la encuesta no genera ningún costo económico para su aplicación.

Duración: La entrevista tendrá una duración de dos horas aproximadamente la cual se aplicará dentro del horario de clases, durante este tiempo, será necesario que usted permanezca dentro de la institución y concentrado en la actividad.

Efectos Secundarios: No existe algún efecto secundario conocido o anticipado, esta actividad no genera ningún riesgo para la salud.

Molestias: Si usted se siente incómodo o no quiere responder a alguna pregunta que se le realice no está en la obligación de responder.

Confidencialidad: La información que recojamos por este proyecto de investigación se mantendrá confidencial. La información acerca del estudiante que se recogerá durante la investigación será puesta fuera de alcance y solo los investigadores tendrán acceso. Cualquier información acerca de usted tendrá un número en vez de su nombre. Solo los investigadores sabrán cuál es su número. No será compartida ni entregada a nadie excepto para el grupo de investigación de la Universidad Santo Tomas de Aquino

Compartiendo los Resultados: El conocimiento que obtengamos por realizar esta investigación se compartirá con los estudiantes antes de que se haga disponible al público. No se compartirá información confidencial. Cuando se socialicen los resultados de la investigación no se mencionará nunca su nombre, se publicaran los resultados para que otras personas interesadas puedan aprender de nuestra Investigación.

Derecho a negarse o retirarse: Usted no está obligado participar en esta investigación si no desea hacerlo y el negarse a participar no le afectara en ninguna forma. Puede dejar de participar en la investigación en cualquier momento que desee sin que esto le acaree ninguna consecuencia.

A Quién Contactar: Esta propuesta ha sido revisada y aprobada por la Universidad Santo Tomas y por el grupo de investigación de la línea Imaginarios Sociales de estudiantes de ciclo V en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad, que es un equipo cuya tarea es asegurarse de que se sigan los protocolos necesarios. Si usted desea averiguar más sobre este comité, puede contactar a:

[nombre, dirección, número de teléfono.]

Formulario de Consentimiento

Como estudiante de la IED Pablo Neruda he sido invitado a participar en la investigación sobre los Imaginarios Sociales de estudiantes en torno a la Actividad Física, la Educación Física y la Corporalidad. Entiendo que se realizará una entrevista semi estructurada de preguntas abiertas. He sido informado de que no tiene riesgo alguno para mi salud, sé que no habrá recompensa alguna por mi participación. Se me ha proporcionado el nombre de un investigador que puede ser fácilmente contactado usando el nombre y número telefónico que se me ha dado de esa persona.

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado.

Consiento voluntariamente para participar en esta investigación como entrevistado y entiendo que tengo el derecho de retirarme de la investigación en cualquier momento sin que me afecte en ninguna manera.

Nombre _____

Firma _____

Fecha Día ____ mes _____ año ____.

Si usted es analfabeta, una persona de su confianza debe hacerle la lectura del documento.

He sido testigo de la lectura exacta del documento de consentimiento para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas. Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente.

Nombre del testigo _____ Y Huella dactilar del participante

Firma del testigo _____

Fecha: Día ____ mes _____ año ____.

Ha sido proporcionada al participante una copia de este documento de Asentimiento Informado _____ (iniciales del investigador/asistente)

Anexo 3. Codificación Atlas ti

Código-filtro: Todos

UH:Proyecto Imaginarios Sociales sobre EF, AF y Corp.
File: [E:\Proyecto Imaginarios Sociales sobre EF, AF y Corp...hpr7]
Edited by:Super
Date/Time:2017-04-16 18:53:23

Acciones para mejorar la imagen corporal

Actitud de estudiantes en clase

Actividad física vs disponibilidad de tiempo

Actividad física y disminución de la tensión

Actividad física y socialización

Actividad física como deporte

Actividad física concepto

Actividad física en casa

Actividad física en tiempos libres del colegio

Actividad física individual

Actividad física vs compromiso

Actividad física vs deberes escolares

Actividad física vs inseguridad

Actividad física vs pena

Actividad física vs pereza

Actividad física vs peso corporal

Actividad física vs problemas

Actividad física vs tecnología

Actividad física vs vicios

Actividad física y salud

Actividad física y desarrollo intelectual

Actividad física y edad

Actividad física y enfermedad

Actividad física y gusto

Actividad física y hábitos

Actividad física y morbosidad

Actividad física y motivación

Actividad física y sedentarismo

Actividad física y sensaciones

Actividad física y vestuario

Actividad física y violencia

Actividades físicas preferidas

Actividades preferidas para clase

Anhelos para clase

Aprendizaje de clase aplicado a deporte

Aprendizajes de clase

Autoestima y prácticas físicas

Beneficios de la clase de educación física

Características de las dietas

Clase e inclusión

Concepto de cuerpo ideal

Contras clase de Educación Física

Credibilidad en los gimnasios
Cuerpo idea superficial
Cuerpo ideal hombres
Cuerpo ideal y aceptación
Cuerpo ideal y mujer
Cuerpo perfección y obsesión
Cuerpo y autoestima
Cuerpo y belleza
Cuerpo y educación
Cuerpo y enfermedad
Cuerpo y mensajes televisivos
Cuerpo y oportunidades
Cuerpo y reconocimiento
Cuerpo y salud
Cuidado del cuerpo
Currículos participativos
Deporte competitivo
Deporte en el tiempo libre
Deporte formativo
Deporte medio para socializar
Deporte vs lesiones
Deporte y comportamiento
Deporte y desarrollo corporal
Deporte y disminución de la tensión
Deporte y diversión
Deporte y motivación
Deporte y salud
Deporte y superación
Deportes y barreras para su práctica
Dieta concepto
Dieta e imagen corporal
Dieta una moda
Dieta vs costo
Dieta vs ejercicio
Dieta y salud
Dietas no saludables
Dietas saludables
Educación física y Profesor
Educación física como deporte
Educación física como distracción
Educación física como reto
Educación física en otros colegios
Educación física para el tiempo libre
Educación física vs motivación
Educación física y competencias
Educación física y exigencia
Educación física y gusto
Educación física y salud
Educación física y su nota
Educación física y valores
Espacios para deportes
Espacios para realizar actividad física
Espacios y materiales de clase
Formas de incrementar la actividad física

Frecuencia de prácticas físicas
Guanacia de la actividad física
Gimnasio como moda
Gimnasio como reto
Gimnasio e imagen corporal
Gimnasio vs colegio
Gimnasio vs costos
Gimnasio y actividad física
Gimnasio y motivación
Imagen corporal vs intelecto
Imagen corporal vs personalidad
Imagen corporal y cirugías
Imagen corporal y sociabilidad
Imagen corporal vs seguridad
Imagen corporal y aceptación
Imagen corporal y bullyng
Influencia de los padres en las prácticas físicas
Jóvenes vs dieta familiar
Jóvenes vs dieta saludable
La clase en otros colegios
La familia y construcción de hábitos
La familia y el concepto de cuerpo
Los amigos y la imagen corporal
Monotonía de la clase de educación física
Nivel de aceptación de las dietas
Nuevas tendencias de clase
Nuevas tendencias de la actividad física
Objetivos de las dietas
Obstáculos para realizar Actividad física
Opinión de la clase
Prácticas físicas feminidad y machismo
Pues a mí no me gusta hacer ej...
Recolección información sobre hábitos
Reconocimiento del área
Respeto por el cuerpo
Sentimientos que genera la clase
Significado de educación física
Tendencias actuales de dietas
Tiempos de la clase
Tiempos libres en clase
Transporte activo

Anexo 4. Citas y códigos Atlas ti

Lista códigos-citas Código-filtro: Todos

UH:Proyecto Imaginarios Sociales sobre EF, AF y Corp.
File: [E:\Proyecto Imaginarios Sociales sobre EF, AF y Corp...hpr7]
Edited by:Super
Date/Time:2017-04-16 18:53:54

Código: {0-0}

Código: Acciones para mejorar la imagen corporal {24-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:13 [como hoy en día la vista es lo...] (42:42) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Como hoy en día la vista es lo que vale ayuda mucho en la parte física o sea como del cuerpo en la imagen corporal.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:14 [eso también es como psicología...] (43:43) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal] [Imagen corporal y aceptación]
No memos

Eso también es como psicología porque entonces al tener un buen cuerpo se empieza a sentir como aceptado

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:130 [es tener una buena salud pero...] (207:207) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Es tener una buena salud pero yo creo que las personas mentirían si dicen que no hacen el ejercicio por tener una buena apariencia, yo creo que todas las personas quisieran tener un buen cuerpo ser acuerpados las mujeres tener un buen abdomen o casa parecidas a esas.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:168 [uno no compra un vestido de un...] (250:250) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Uno no compra un vestido de una talla más grande sino que compra uno de talla más pequeña, yo de aquí a la fiesta de quince años voy a hacer ejercicio y eso los rebajo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:171 [al gimnasio, hago barras y todo...] (255:255) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Al gimnasio, hago barras y todos los domingos voy a ciclo vía

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:172 [l año pasado iba a porras] (256:256) (Super)
Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

El año pasado iba a porras

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:173 [pues es que a veces me da un p...] (257:257) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Pues es que a veces me da un poco de pereza a veces hago rutinas diaria vie do videos en you tobe y hago rutinas en mi propia casa

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:174 [Patinaje] (258:258) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Patinaje

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:83 [Bien pero hasta el punto que p...] (165:165) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Bien pero hasta el punto que pueda soportar el cuerpo, ya no excederlo porque ya eso sería malo y eso trae lo que te digo enfermedades pues un cuerpo con enfermedades para qué.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:135 [Pues no sé si ir al gimnasio] (301:301) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Pues no sé si ir al gimnasio

P 4: Transcripción entrevista individual 2...docx - 4:131 [Entrar al gimnasio, en la casa...] (236:236) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Entrar al gimnasio, en la casa yo buscaba por internet tutoriales de cómo sacar la chocolatina de cómo sacar las pistolas y todo eso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2...docx - 5:2 [Para mantenernos saludables y...] (18:18) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Para mantenernos saludables y tener un buen y un cuerpo esbelto.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2...docx - 5:70 [uno salir al patio y ver que p...] (95:95) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Uno salir al patio y ver que por lo menos alguien tiene más físico que otro, no yo también puedo yo también quiero ser más fuerte y tener mi buen cuerpo y si nos incentiva porque nosotros tenemos el orgullo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2...docx - 5:79 [aprovechar las oportunidades q...] (104:104) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Aprovechar las oportunidades que tiene el mundo de hacer ejercicio y cuidar mi cuerpo.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2...docx - 5:123 [Pienso que tener figura en muj.] (135:135) (Super)
 Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
 No memos

Pienso que tener figura en mujeres que son muy planas, entonces yo digo que haciendo ejercicio se puede mejor digamos la cola, las piernas, uno puede sacar busto.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:129 [Pues hay personas que tienen b..] (138:138) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

Pues hay personas que tienen buen físico y no necesitan de tener marcados los músculos porque también es de gustos, de que tengo el abdomen súper marcados, tengo buenos bíceps y toda esa joda pero hay personas que no les gusta, es también como hacer ejercicio, pero tampoco en exceso para que no se les marque demasiado.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:2 [No también sirve para el cuerpo..] (8:8) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

No también sirve para el cuerpo ósea en el sentido de embellecerlo, como las modelos hay diferentes tipos de ejercicios depende de lo que tú quieras hacer o lo que estés entrenando.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:32 [Porque piensan que será vanide..] (55:55) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

Porque piensan que será vanidez o no porque quiere sacar cola o porque los hombres la vean o así pues eso a mí me dicen a veces, por eso lo hace solo juega fútbol para sacar cola o algo así.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:139 [El entrenamiento, trotar, abdo..] (170:170) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

El entrenamiento, trotar, abdominales, sentadillas muchas sentadillas jajá, como se llaman estos ejercicios esto... suicidios

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:140 [por ejemplo cincuenta abdomina..] (170:170) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

Por ejemplo cincuenta abdominales y corre a la otra y haces un cierto número de abdominales

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:167 [Pues yo he hecho baloncesto, y..] (243:243) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

Pues yo he hecho baloncesto, yo como a los cinco seis años era una bolita de grasa sedentaria todo huich y pues hace cuatro cinco años comencé a practicar baloncesto y pues no estoy así un hombraso pero si ya he cogido masa muscular

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:168 [Yo cuando chiquito era todo ch..] (244:244) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]

No memos

Yo cuando chiquito era todo chaparrito y empecé a hacer actividad física pues ahora no soy tan alto pero ya mejoro mi estatura

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:169 [Yo como desde los diez años co..] (245:245) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Yo como desde los diez años como hasta los trece catorce años monte tabla y también jugaba micro y luego salía como a caminar y luego empecé a hacer barras y más que pensar en mi imagen corporal lo que yo quería era mejorar mi estado físico, quería estar preparado para el apocalipsis jajajajaja.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:170 [Yo cuando era chiquita me metí..] (246:246) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal]
No memos

Yo cuando era chiquita me metía en todos esos cursos de patinaje y de baloncesto entonces yo pues hacia todo eso pero ya crecí y no pues nada

Código: Actitud de estudiantes en clase {9-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:108 [Yo no estoy de acuerdo con lo ..] (183:183) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase] [Educación física y su nota]
No memos

Yo no estoy de acuerdo con lo de la nota colectiva porque cada uno tiene un rendimiento individual hay unos que no se esfuerzan y se la pasan caminando.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:109 [Hay algunas personas que se sí..] (184:184) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]
No memos

Hay algunas personas que se sientan en la tarima y no hacen nada la nota colectiva no sirve porque uno si se está esforzando y los que están allá sentados van a tener una buena nota.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:112 [si un estudiante viene con la ..] (185:185) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase] [Educación física como reto]
No memos

Si un estudiante viene con la idea de hacerlo bien de intentar con esfuerzo eso si es una buena clase pero si digamos hay la mayoría de personas que se sientan o no intentan hacer el ejercicio el taller o la actividad que tenemos entonces no hacemos nada.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:55 [a veces los compañeros la acti..] (97:97) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]
No memos

A veces los compañeros la actitud que tienen hacia los profesores, porque ay no profe y no sé, qué no puedo hacerlo y le da como rabia y pues el profesor no tiene la culpa entonces a veces yo digo, yo opino, que ellos deberían hacer lo que yo hago esforzarme, ósea que se convierta en un reto para poderlo hacer pero ellos no se quedan ahí como en la flojera y como que ah entonces pierdan ustedes solos yo sigo yo quiero pasar.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:77 [Pues él le mete al ejercicio p..] (137:137) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]
No memos

Pues él le mete al ejercicio pero se la pasa comiendo cada vez que estamos chateando yo le pregunto qué está haciendo y él me dice comiendo

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:69 [los otros son como ¡hay no que..] (97:97) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]

No memos

Los otros son como ¡hay no que pereza educación física! Y yo ¡huy sí que chévere!

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:85 [pues vienen como con pereza, s..] (109:109) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]

No memos

Pues vienen como con pereza, sin ganas de hacer nada pues solo una hora.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:88 [unos hicieron sesenta otros cu..] (111:111) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]

No memos

Unos hicieron sesenta otros cuarenta unos veinte y otros no hicieron que por pereza

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:91 [Si es que como que en grupo se..] (199:199) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase]

No memos

Si es que como que en grupo se lesionan y lo empujan y le pegan a uno y lo atacan y yo soy muy sensible

Código: Actividad física vs disponibilidad de tiempo {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:33 [el tiempo porque hay muchas pe..] (77:77) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

El tiempo porque hay muchas personas que trabajan todo el día y llegan a la casa súper cansados y pues para hacer ejercicio ya se sobrecarga

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:29 [y que también no tienen mucho ..] (46:46) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

Y que también no tienen mucho tiempo libre, creería yo también. Falta de tiempo también.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:28 [uno puede hacer ejercicio en c..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

Uno puede hacer ejercicio en cualquier lado y que uno diga que no lo puede hacer por falta de tiempo es una mentira pues hay muchos ejercicios que uno puede hacer en cualquier lado y de cualquier forma

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:28 [Pues para muchas otras persona..] (46:46) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

Pues para muchas otras personas en la situación que estamos en este momento tienen que trabajar casi todo el día y también muchas veces es por cuestión de tiempo.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:29 [Hay muchas personas también que..] (47:47) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

Hay muchas personas también que se les hace imposible porque no tienen tiempo yo conozco personas que les gusta pero no le pueden dedicar mucho tiempo al ejercicio.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:39 [No yo digo que no porque uno c..] (64:64) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

No yo digo que no porque uno como sale en las propagandas uno puede hacer ejercicio subiendo escaleras en cinco minutos ya que subas escaleras y las bajas ya ahí estás haciendo ejercicio, puedes ir caminando más rápido o parar como si estuvieras trotando entonces yo digo que el tiempo no...

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:32 [: el tiempo, por el cuidado de..] (56:56) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

: El tiempo, por el cuidado de los hijos no tiene tiempo no lo hacen porque no tiene tiempo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:29 [Para mi si porque trabajo.] (42:42) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

Para mi si porque trabajo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:41 [el año pasado yo lo hacía así..] (88:88) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

El año pasado yo lo hacía así todos los días en la semana cuando terminaba de almorzar pero ahora estamos saliendo a las cuatro y con tantas tareas que no están dejando pues por eso es que lo hago ya dos o tres veces a la semana.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:42 [No por lo que pues yo trabajo ..] (92:92) (Super)

Códigos:[Actividad física vs disponibilidad de tiempo]

No memos

No por lo que pues yo trabajo los fines de semana entonces como que trato de dejar todas las tareas y trato de dejar el oficio, entonces los sábados y los domingos llego muy tarde y no me queda tiempo.

Código: Actividad física y disminución de la tensión {11-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:3 [11: Los beneficios que nos sir..] (21:21) (Súper)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

11: Los beneficios que nos sirven es para que no nos tensionemos nuestros músculos ya que no

hacemos ejercicio, si no hacemos ejercicio entonces nos da un dolor muscular

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:12 [ayuda a desestresar a las pers..] (40:40) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Ayuda a desestresar a las personas y que su cuerpo se relaje y pueda estar mejor para realizar diferentes actividades del día

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:19 [en el momento de tener un depo..] (58:58) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

En el momento de tener un deporte, vamos a tener tantos resultados como tensión de los músculos entonces ahí va a ser más fácil el movimiento de las articulaciones

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:20 [librar mi mente, por decirlo c..] (36:36) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Librar mi mente, por decirlo cuando me siento muy estresado u ocupar mi tiempo libre por decirlo cuando no tengo tareas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:11 [Más que todo también las activ..] (28:28) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Más que todo también las actividades físicas ayudan a la liberación de hormonas para uno poder relajarse desesterarse

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:5 [Si cuando entreno siempre se m..] (14:14) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Si cuando entreno siempre se me va como lo malo, no se me siento bien la adrenalina lo ayuda a uno jajá.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:69 [: En mi caso cuando estoy solo..] (100:100) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

: En mi caso cuando estoy solo y como estresado busco a una persona específica para hacer flexiones a una man así, y eso me motiva porque la man dice “vamos muchachos con toda”

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:81 [a mí no me da pena hacer ejerc..] (112:112) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

A mí no me da pena hacer ejercicio es como lo que me desestresa lo que hace parte de mí, no me d nada si estoy haciendo mal el paso es para mí para mi cuerpo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:9 [Si porque digamos cuando uno t...] (26:26) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Si porque digamos cuando uno tiene estrés pues al hacer los ejercicios cuando uno se levanta ya

relajando los músculos y también...

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:12 [es importante relajarse porque..] (32:32) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Es importante relajarse porque ya la edad de tanto estrés uno se puede enfermar y yo he escuchado que da como un tumor algo así entonces uno se enferma de tanto estrés.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:26 [Si bajo el estrés porque yo so..] (62:62) (Super)

Códigos:[Actividad física y disminución de la tensión]

No memos

Si bajo el estrés porque yo soy una de las personas que tiene mucho estrés y al hacer ejercicio óseo ya como que me baja el estrés y estoy como más tranquila y al otro día amanezco bien.

Código: Actividad física y socialización {7-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:15 [Pues es algo diferente a lo qu..] (25:25) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

Pues es algo diferente a lo que todo el tiempo hacemos, tiene uno la posibilidad de estar en conjunto con amigos o con gente que conozca y pues hacer buenas amistades y todo eso

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:35 [Pues aparte del peligro es mes..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

Pues aparte del peligro es mejor salir con los amigos porque con ellos tiene la posibilidad de interactuar y compartir además aprovechar el tiempo libre que uno tiene

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:6 [Cuando uno hace ejercicios que..] (23:23) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

Cuando uno hace ejercicios que con un amigo con una persona que no conozca se dice que vamos hacer una rutina de tales ejercicios como flexiones de pecho o bueno en fin

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:90 [me parece que cualquier activi..] (107:107) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

Me parece que cualquier actividad física por ejemplo ésta clase de actividad física es como un incentivo a la integración social

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:105 [en la cancha con los amigos un..] (145:145) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

En la cancha con los amigos uno va, o se reúne con los amigos y dice que se va a hacer o nos reunimos en el pasto y ahí nos ponemos a hacer ejercicio, como a hacer sentadillas no es que nos quedemos ahí como sentados.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:13 [en ciclovía alguna vez me enco..] (26:26) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

En ciclovía alguna vez me encontré con algunos amigos.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:11 [las personas tienen balón ento..] (30:30) (Super)

Códigos:[Actividad física y socialización]

No memos

Las personas tienen balón entonces uno va y les dice que si puede jugar y se hacen equipos.

Código: Actividad física como deporte {20-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:1 [Primero que todo si hacemos de..] (20:20) (Super)**

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Primero que todo si hacemos deportes podemos tener un mejor futuro como una buena salud y una buena condición física

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:8 [Pues en el sentido como usted ..] (28:28) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte] [Deporte medio para socializar]

No memos

Pues en el sentido como usted lo decía cuando jugamos un deporte o hacemos un deporte nos integramos más con otras personas y conocemos y socializamos mas

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:7 [lo que yo practico yo ahí ya e..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Lo que yo practico yo ahí ya estoy ejercitando todos los músculos de mi cuerpo, si todos, pierna, brazo, antebrazo, espalda, todo y pues ya... sería diferente con otros deportes

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:34 [entonces es mucho cardio para ..] (54:54) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Entonces es mucho cardio para resistir me gusta mucho resistir en las competencias es muy importante eso, tener buen cardio, buen físico, porque le dan a uno un máximo minuto, minuto y medio entonces uno en ese minuto y medio uno tiene que moverse a toda hora y hacerlo mejor.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:65 [si también les serviría mucho,..] (128:128) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Si también les serviría mucho, porque todos los cuerpos creerían que deben de recibir como el mismo resultado, si pues a mí me resulta mucho yo me siento muy saludable siempre y muy alegre disfruto mucho cuando practico cualquier deporte.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:3 [Uno tiene mejor salud y cuando..] (9:9) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Uno tiene mejor salud y cuando uno hace Actividad Física y deporte uno se puede volver bueno en ese deporte y mejor si lo practica constantemente se puede meter a campeonatos y pues eso le puede ayudar arto.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:21 [Por ejemplo a los jóvenes las ..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Por ejemplo a los jóvenes las barreras que le impiden hacer deporte es como la tecnología porque ahora todas las personas son pegadas al celular aunque es bueno también porque uno como que no es ignorante en ese tema, pero la gracia de uno estar joven es aprovechar las energías que tiene y aprovechar que uno tiene salud, agilidad y todo eso... en fin hacer deporte

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:36 [Pues otra seria en los descans..] (58:58) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Pues otra seria en los descansos en los recesos, que en lugar de estar caminado yendo a la cooperativa a comprar galguerías mejor hacer deporte jugar voleibol baloncesto

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:113 [os torneos como tal son cosas ..] (126:126) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

os torneos como tal son cosas de la educación física que lo llenan a uno o sea ser competitivo como yo y ganar un torneo lo hace a uno querer hacer más y más y más por eso me gusta

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:182 [A mí me gusta todo lo que teng..] (187:187) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

A mí me gusta todo lo que tenga que ver con hacer ejercicios, si me dicen ven que vamos a jugar futbol voy, vamos a jugar voleibol voy o sea me gusta mucho todo ese tipo de cosas tengo una rutina por las noches hace como tres semanas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:8 [Pues entreno lunes y miércoles..] (19:19) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Pues entreno lunes y miércoles y los sábados salgo del colegio y de una vez a entrenar hasta las seis de la tarde

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:71 [¡si ejercicios nuevos! Cosas q..] (99:99) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

¡Si ejercicios nuevos! Cosas que a veces uno no ve todavía en entrenamientos entonces a acá a veces se los muestran entonces eso es lo que yo opino para los actos entonces eso es chévere para aprender.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:142 [Solo tonificar el abdomen porq..] (174:174) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Solo tonificar el abdomen porque yo lo tonifico para tener fuerza en las piernas y los saltos eso me

serviría también tablas nos ponen a hacer tablas, es durar como con el cuerpo así sosteniendo las piernas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:41 [queda solamente fin de semana ..] (62:62) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Queda solamente fin de semana para hacer deporte por el tiempo y el cansancio que uno tiene.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:92 [A mí me gusta mucho el patinaj..] (126:126) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

A mí me gusta mucho el patinaje y salgo con mi prima y a mí me motiva mucho porque apostamos plata a la que se caiga y pues ella se cae muchas veces y yo resulto con plata el fin de semana.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:97 [A mí me gusta más es como la p..] (130:130) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

A mí me gusta más es como la parte del boxeo, el King boxing y pues yo hago mucho boxeo no en escuela sino urbano

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:100 [Pues si a mí gusta que trabaja..] (125:125) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Pues si a mí gusta que trabajan varios deportes

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:32 [los estudiantes aquí porque ha..] (74:74) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Los estudiantes aquí porque hacen ejercicio por competencias que tienen en futbol

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:33 [mi novio el práctica BMX y tam..] (74:74) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Mi novio el práctica BMX y también hace mucho ejercicio para eso, tiene que tener mucha fuerza, agilidad y eso.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:34 [Si porque si mi novio lo pract..] (76:76) (Super)

Códigos:[Actividad física como deporte]

No memos

Si porque si mi novio lo practica y como que va compitiendo con los demás para ser mejor y él dice que él quiere ser uno de los mejores pues porque aquí en Fontibón esta como en los cuatro mejores él dice que quiere por allá llegar a países y todo eso.

Código: Actividad física concepto {7-0}

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:1 [Hacer ejercicio, tener un buen..] (6:6) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Hacer ejercicio, tener un buen físico y no se estar bien, sentirse bien con su cuerpo, y ya.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:1 [Para mi actividad física es te..] (15:15) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Para mi actividad física es tener el cuerpo en movimiento haciendo ejercicios

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:2 [Hacer deporte] (16:16) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Hacer deporte

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:3 [Tener un buen físico y no tene..] (17:17) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Tener un buen físico y no tener el cuerpo quieto

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:4 [Estar en movimiento] (18:18) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Estar en movimiento

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:5 [Para mi actividad física es sa..] (19:19) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Para mi actividad física es salud.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:1 [Pues como lo que uno hace como..] (6:6) (Super)

Códigos:[Actividad física concepto]

No memos

Pues como lo que uno hace como correr, hacer ejercicio y que tomar mucha agua.

Código: Actividad física en casa {9-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:54 [en la casa sería bueno el esti..] (115:115) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]

No memos

En la casa sería bueno el estiramiento y cosas así, y pues cuando también me queda tiempo también hago sentadillas

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:73 [prefiero la comodidad de mi ca..] (144:144) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]

No memos

Prefiero la comodidad de mi casa

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:27 [además yo no creo que tampoco ..] (45:45) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Además yo no creo que tampoco sea por la plata porque para eso uno va a un parque o lo puede hacer en la casa

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:62 [Pues no siempre se puede salir..] (89:89) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Pues no siempre se puede salir al parque o ir al gimnasio uno puede hacer en la casa, bajar las escaleras.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:63 [En las escaleras de la casa.] (91:91) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

En las escaleras de la casa.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:57 [Me invitan a bailar y todo eso..] (75:75) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Me invitan a bailar y todo eso, aeróbicos en cd en frente del televisor.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:63 [tengo dos máquinas de hacer ej..] (78:78) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Tengo dos máquinas de hacer ejercicio

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:3 [al hacer los movimientos de ba..] (8:8) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Al hacer los movimientos de barrer o trapear uno está ejerciendo los músculos

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:17 [mi abuela también tiene diabet..] (40:40) (Super)

Códigos:[Actividad física en casa]
No memos

Mi abuela también tiene diabetes y ella hace como ejercicio pero en la casa ella no sale a caminar, ella como que estira los pies los mueve y eso que salir caminando.

Código: Actividad física en tiempos libres del colegio {11-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:62 [llegar temprano al colegio y r..] (127:127) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]
No memos

Llegar temprano al colegio y realizar alguna actividad antes de entrar a clase

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:63 [nos gusta jugar mucho voleibol..] (128:128) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]
No memos

Nos gusta jugar mucho voleibol y pues todos los descansos pero entonces ahora por el tema de pegarle a una persona eso le impide a uno, está prohibido

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:64 [con permiso, si queremos jugar..] (132:132) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Con permiso, si queremos jugar voleibol o baloncesto así tenemos que pedirle a la coordinadora hasta el balón

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:65 [nos lo quitan, lo decomisan tú..] (134:134) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Nos lo quitan, lo decomisan toca pedir un balón

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:66 [además el espacio tampoco es c..] (135:135) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Además el espacio tampoco es como muy cómodo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:67 [si hay mucha gente acá] (136:136) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Si hay mucha gente acá

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:68 [le pega uno a alguien y hasta ..] (137:137) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Le pega uno a alguien y hasta ahí llego la diversión

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:93 [cuando tenemos una hora libre,..] (169:169) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Cuando tenemos una hora libre, jugamos voleibol, jugamos futbol, o digamos jugamos algo que se llama ladrones y policías, eso le da a uno mucha resistencia para correr.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:94 [jugando nos unimos como grupo,..] (171:171) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Jugando nos unimos como grupo, son muy dinámicas las horas libres.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:85 [pero si es así en el descanso ..] (149:149) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Pero si es así en el descanso se llaman líneas y si mete dos goles un equipo entra el otro y sale el que perdió, pero en clase no, a veces apostamos mil pesos o el refrigerio o algo así

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:7 [Y cuando uno camina en el desc..] (18:18) (Super)

Códigos:[Actividad física en tiempos libres del colegio]

No memos

Y cuando uno camina en el descanso.

Código: Actividad física individual {8-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:32 [No yo pienso que eso es volunt..] (51:51) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

No yo pienso que eso es voluntario si yo quiero hacer ejercicio no tengo porque llamarlos a ellos, si ellos quieren ya es decisión de ellos, pero yo puedo ir sola no son indispensables o uno los invita pero si no pues que embarrada.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:43 [y la gente no quiere ir con un..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

Y la gente no quiere ir con uno, eso también influye, aunque si acabo de decir que es voluntaria pero digamos yo quiero ir hacer ejercicio pero no puedo sacar el celular no puedo escuchar música porque me roban y para ir solo hay como una boba entonces no

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:47 [me gusta como que alguien este..] (70:70) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

Me gusta como que alguien este para esto y lo otro porque digamos pues yo sola no podría saber digamos el ejercicio específico para lo que quiero pero... me gusta hacer más actividad física con otras personas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:60 [A mí no me incomoda a mí me gu..] (87:87) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

A mí no me incomoda a mí me gusta salir en grupo pero uno solo le da pereza y me pongo hacer barras.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:55 [Yo salgo solo a hacer barras.] (69:69) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

Yo salgo solo a hacer barras.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:25 [Sola no.] (60:60) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

Sola no.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:45 [Si digamos uno sale con otra p..] (98:98) (Super)

Códigos:[Actividad física individual]

No memos

Si digamos uno sale con otra persona y uno como que ya se motiva más uno como que si hagámosle

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:47 [El año pasado salía con mi her..] (100:100) (Super)
 Códigos:[Actividad física individual]
 No memos

El año pasado salía con mi hermana y con una amiga salíamos pero vivía lejos entonces ya como que un poquito retiradas es difícil.

Código: Actividad física vs compromiso {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:31 [la falta de comprometerse con ..] (75:75) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

La falta de comprometerse con uno mismo, hacer lo que se propuso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:34 [yo creo que es la falta de dis..] (78:78) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Yo creo que es la falta de disponibilidad de la persona o de la voluntad que tanga para hacer el ejercicio, también en muchas ocasiones es la pereza

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:45 [como decían algunos compañeros..] (97:97) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Como decían algunos compañeros son excusas que uno saca pues porque para todo puede tener uno un horario

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:44 [como decían algunos compañeros..] (97:97) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Como decían algunos compañeros son excusas que uno saca pues porque para todo puede tener uno un horario,

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:188 [si yo quiero que el ejercicio ..] (193:193) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Si yo quiero que el ejercicio se note uno tiene que hacer esfuerzos,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:21 [Y además de eso debemos tener ..] (43:43) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Y además de eso debemos tener en cuenta que eso si yo empiezo a entrenar hoy mañana no voy a bajar sino que eso depende del tiempo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:36 [más que el tiempo es como la d..] (61:61) (Super)
 Códigos:[Actividad física vs compromiso]
 No memos

Más que el tiempo es como la dedicación a hacer ejercicio

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:43 [Yo le agrego a todo eso la ded..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física vs compromiso]

No memos

Yo le agrego a todo eso la dedicación, porque si usted no tiene dedicación no lo va a lograr.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:76 [yo fui al gimnasio me decían h..] (108:108) (Super)

Códigos:[Actividad física vs compromiso]

No memos

Yo fui al gimnasio me decían haga esta rutina y listo y yo miraba en internet como la podía hacer mejor y ahí me decían como hacer varias rutinas y cree yo mismo mi propia rutina

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:8 [Hacer ejercicio es como un est..] (19:19) (Super)

Códigos:[Actividad física vs compromiso]

No memos

Hacer ejercicio es como un estado mental, una persona sedentaria es porque quiere estar así, además puede cambiar su condición de ser sedentaria

Código: Actividad física vs deberes escolares {13-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:41 [algunas veces, cuando no nos d..] (94:94) (Super)**

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Algunas veces, cuando no nos dejan muchos trabajos pero en general no son un impedimento

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:42 [Yo hago ejercicio todos los dí..] (96:96) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Yo hago ejercicio todos los días, yo estoy en el gimnasio, salgo de aquí a las tres de la tarde, llego a mi casa por ahí a las cuatro, hago tareas hasta las seis y me voy al gimnasio, el gimnasio lo cierran a las nueve o diez llego a la casa y termino tareas hasta las doce, entonces no creo que sea impedimento para hacer ejercicio los deberes del colegio

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:24 [Pues casi no porque uno llega ..] (41:41) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Pues casi no porque uno llega tarde del colegio, entonces solo en los descansos y ya pues porque uno llega tarde y al celular y a hacer tareas

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:29 [Como que el horario ahora es m..] (51:51) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Como que el horario ahora es muy largo y entonces uno le dice a los papas que va a salir a jugar futbol y ellos le van a decir a uno que no que primero las tareas y a uno no le va a quedar tiempo

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:30 [No ya he almorzado pero tambié..] (55:55) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

No ya he almorzado pero también uno sale y vuelve a almorzar y luego hago tareas durante tres horas y luego no me queda tiempo de nada y salgo cansado

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:60 [Pues en ocasiones por lo menos..] (85:85) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Pues en ocasiones por lo menos cuando es cortica la tarea pues la puedo hacer acá en el mismo colegio, después que uno salga del colegio y se cambia y hace sus cosas puede ir

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:43 [por lo menos yo si soy muy jui..] (66:66) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Por lo menos yo si soy muy juiciosa en el colegio. Pero nunca me dejo colgar ósea yo digo bueno hago tareas hoy porque mañana tengo entrenamiento en la tarde entonces no tengo tiempo

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:44 [Pero entonces ahora estudiamos..] (66:66) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Pero entonces ahora estudiamos hasta las tres y media entonces estoy todo el día por fuera de mi casa pero yo sé que tengo que llegar a hacer tareas que no me puedo colgar acá porque entonces tampoco puedo entrenar, los entrenadores nos dicen que la inteligencia va primero también entonces quieren jugadores inteligentes entonces si no vas bien en el colegio no te dejan entrenar.

P 6: Transcripción individual 3.docx - 6:53 [estudiando hay si no da el tie..] (74:74) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

estudiando hay si no da el tiempo para practicar

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:39 [los décimos y onces porque no ..] (62:62) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

los décimos y onces porque no nos queda casi tiempo pero hacemos por ahí los fines de semana, entramos a la seis y media y eso nos desgasta mentalmente

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:40 [queda solamente fin de semana ..] (62:62) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

queda solamente fin de semana para hacer deporte por el tiempo y el cansancio que uno tiene.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:42 [tu organizas el tiempo para po..] (64:64) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Tú organizas el tiempo para poder hacer actividades físicas.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:30 [Pues como salimos a las tres y..] (43:43) (Super)

Códigos:[Actividad física vs deberes escolares]

No memos

Pues como salimos a las tres yo salgo para servicio social y antes estaba en el gimnasio y pues así no me ha quedado tiempo para ir al gimnasio.

Código: Actividad física vs inseguridad {27-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:36 [como que uno vive prevenido qu..] (83:83) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

como que uno vive prevenido que lo roben

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:37 [a los rateros se les facilita ..] (85:85) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

a los rateros se les facilita por ejemplo si uno sale todos los días al parque se les facilita a los ladrones que le hagan a uno seguimiento

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:38 [digamos uno dice como hay un p..] (87:87) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

digamos uno dice como hay un parque cerca a uno, digamos uno, un más pasa por ahí y ve que cierta personas se reúnen ahí, le da a uno como cosa porque uno solo sin nada y haciendo algún deporte a las personas se les va a facilitar hacer cosas malas con uno, entonces uno vive con el temor de que cuando uno salga del parque le suceda algo malo a uno

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:39 [pues yo pienso que no es un im..] (88:88) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad] [Espacios para realizar actividad física]

No memos

pues yo pienso que no es un impedimento para hacer actividad física, porque igual uno puede hacer actividad física en nuestra casa, en la seguridad de nuestra casa entonces no pienso que sea un impedimento

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:71 [ero pues también hay gente que..] (141:141) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Pero pues también hay gente que piensa pues los parques que están haciendo están llenos de ñeros están fumando ahí, entonces pues hay cosas que uno dice no, pues ir a hacer ejercicio ahí no, por eso la gente no sale casi

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:74 [como dice mi compañera le da a ..] (145:145) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Como dice mi compañera le da a uno como miedo de que los ñeros que están ahí lo atraquen a uno

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:32 [Pues eso también depende del l..] (59:59) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Pues eso también depende del lugar en donde uno viva, pues en mi caso, si uno es mayor de quince

años pues las personas peligrosas en este caso los chirlis lo empiezan a mirar a uno y a buscar problemas, pues a mí me ha pasado que eso empiezan a buscar problemas se quedan mirándolo a uno, uno voltea la mirada y no le pasa nada pero si uno se queda mirándolos ellos se ofenden

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:33 [Esos chirlis o ñeros, la cogen..] (61:61) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Esos chirlis o ñeros, la cogen contra uno por lo que ya somos grandes, ellos monopolizan el espacio donde ellos están y si uno llega a jugarles en el espacio en donde ellos están entonces ellos se ofenden y lo tratan a uno mal, ellos se la pasan en los parques, si están en el parque mejor irse, si uno no los mira ellos no le hacen nada a uno, no es que se la pasen propiamente en la cancha y tampoco que siempre sean así de alzados y violentos lo que pasa es que les gusta que les tengan respeto

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:34 [No son muchos, son como unos t..] (63:63) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

No son muchos, son como unos tres o cinco, siempre están en grupo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:30 [Si digamos a uno como le gusta..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Si digamos a uno como le gusta salir a hacer ejercicio escuchando música que los audífonos, los grandes en esos casos, el celular en la mano pues la música o algo, entonces es un impedimento muy grande digamos cuando uno sale a los parques porque hay mucho robo.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:42 [por ejemplo no puede sacar el ..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

por ejemplo no puede sacar el celular porque lo roban y la gente no quiere ir con uno, eso también influye, aunque si acabo de decir que es voluntaria pero digamos yo quiero ir hacer ejercicio pero no puedo sacar el celular no puedo escuchar música porque me roban y para ir solo hay como una boba entonces no

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:45 [los domingos y los festivos se..] (68:68) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Los domingos y los festivos se puede ir a ciclovía pues allá hay completa libertad de sacar el celular yo he ido y nunca he escuchado nada, en la ciclovía tampoco es un impedimento no tener cicla porque yo veo personas trotando.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:54 [Yo digo que hay varios lugares..] (78:78) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Yo digo que hay varios lugares para hacer ejercicio pero por la inseguridad es un factor que nos está envolviendo y de una manera terrible, digamos yo vivo pues en zona franca y allá hay parques o algo así pero uno sale y hay mucha gente fumando se ven muchos ñeros ahí metidos entre el pasto... es que en el conjunto hay un potrero inmenso por ahí uno sale y por lado y lado un

montón de ñeros entonces no.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:55 [Yo lo que pienso es que allá d..] (79:79) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Yo lo que pienso es que allá digamos se presenta mucho mariguanero pues yo no he visto casi eso se ven un conjunto de personas como dicen los que van a hacer ejercicio pero digamos allá en donde yo vivo donde vivimos allá uno va hacer ejercicio y también hay mariguaneros.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:59 [soy una persona que va todos l..] (84:84) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Soy una persona que va todos los domingos en la mañana por ahí de ocho a diez de la mañana a hacer ejercicio y es una hora como bonita

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:61 [so de la inseguridad en la cal..] (85:85) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

so de la inseguridad en la calle que lo roben a, eso es por sectores por lo menos donde yo vivo no se ve nada de eso.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:46 [No vas a llevar que el celular..] (68:68) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

No vas a llevar que el celular de gama ni los audífonos de gama tú vas normal. y obviamente si digamos un ladrón te ve con todo eso pues te va a robar pero no si tú vas motivado a hacer ejercicio tu llegas y te puedes ir por otro lugar más seguro o un poco más adecuado que tú puedas salir en la noche a algún lugar.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:55 [si me van a robar pues uno deb..] (81:81) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

si me van a robar pues uno debería estar armado, no como una navaja o eso pero si un palo para poder defenderme a mí los ladrones me da como igual .

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:56 [Digamos cuando yo salgo a entr..] (82:82) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Digamos cuando yo salgo a entrenar los fines de semana por ahí a las nueve mi mama me dice que siempre vaya acompañada yo salgo en grupo para sentirme segura, a mí me gustaría salir en la noche pero no me dejen por la inseguridad, es peligroso.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:57 [digamos si te vas a poner a ha..] (83:83) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Digamos si te vas a poner a hacer ejercicio de seis de la tarde allá en los parques a esa hora es súper oscuro y ahí más riesgos o si uno viene a una vuelta en el barrio es más seguro es cuestión de donde lo hagas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:58 [Existen grupos grandes que en ..] (84:84) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad] [Actividades físicas preferidas]

No memos

Existen grupos grandes que en la noches van a hacer barras y ejercicios en la noche y así no les pasa nada.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:59 [Pues yo creo que la insegurida..] (85:85) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Pues yo creo que la inseguridad está en todos lados entonces yo recomendaría que si van a entrenar de seis a ocho no lleve su celular no lleve su mp3 váyase así sencillo a penas a lo que va.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:21 [El autoestima] (37:37) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

El autoestima

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:33 [Depende del lugar donde uno sa..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Depende del lugar donde uno salga a hacer ejercicio

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:31 [digamos las mujeres, porque él..] (74:74) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

digamos las mujeres, porque el marido ya no las quieren por lo gordas

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:43 [Pues no se depende la situació..] (94:94) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

Pues no se depende la situación.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:107 [si sale en pantaloneta pero co..] (231:231) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad]

No memos

si sale en pantaloneta pero con medias largas.

Código: Actividad física vs pena {12-0}**P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:26 [Yo creo que las personas no va..] (45:45) (Super)**

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

Yo creo que las personas no van al gimnasio es por la pena porque yo creo que digamos si el pequeño va al gimnasio pues le va a dar pena que lo vean haciendo ejercicio

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:57 [en lo personal me gustaría en ..] (83:83) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

En lo personal me gustaría en la noche, porque uno llegar del colegio y ahí, que todo el mundo lo vea, no que pena en cambio en la noche pues es mejor

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:89 [También me parece que cualquie..] (107:107) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

También me parece que cualquier actividad física por ejemplo ésta clase de actividad física es como un incentivo a la integración social, a lo que me refiero esas personas que son muy penosas, que no, que yo no voy hacer ejercicio porque él hace más, eso incentiva a quitarte toda esa pena y a despertarte

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:92 [él es muy penoso y se hace con..] (109:109) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

Él es muy penoso y se hace con el que es muy sociable y entonces así ya como que todo empieza a fluir.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:110 [no solo los profesores de zumb..] (124:124) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

no solo los profesores de zumba hagan esas cosas así, sino que nosotros no nos unimos como tal y nos da mucha pena entonces da como pena que me vean mis compañeros

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:34 [O por pena también no lo hacen..] (59:59) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

O por pena también no lo hacen

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:61 [Cuando yo salgo solo me da pen..] (88:88) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

Cuando yo salgo solo me da pena, porque uno está haciendo ejercicio y la gente que lo vea a uno y que se crean más que uno que digan ese peo se cree más que uno, hay algunos manes que se creen mucho .

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:70 [No porque estoy solito.] (102:102) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

No porque estoy solito.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:78 [yo iba a una clase de danzas y..] (111:111) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

Yo iba a una clase de danzas y me daba mucha pena y me hacía en la parte de atrás y me daba pena todo, pero luego ya dejaba como ese miedo, y pues cuando uno se presenta ante un público uno deja ese miedo, se vuelve como una costumbre como si no hubiera nadie.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:77 [yo iba a una clase de danzas y..] (111:111) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

yo iba a una clase de danzas y me daba mucha pena y me hacía en la parte de atrás y me daba pena todo, pero luego ya dejaba como ese miedo, y pues cuando uno se presenta ante un público uno deja ese miedo, se vuelve como una costumbre como si no hubiera nadie.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:23 [que pena no lo hacen.] (37:37) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

qué pena no lo hacen.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:46 [uno solo así le da como pena c..] (98:98) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pena]

No memos

uno solo así le da como pena como que la gente lo mira a uno raro.

Código: Actividad física vs pereza {15-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:30 [a mí me parece que la pereza l...] (74:74) (Super)**

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

A mí me parece que la pereza lo único que le impide a uno hacer ejercicio porque el que quiere puede

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:35 [yo creo que es la falta de dis..] (78:78) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Yo creo que es la falta de disponibilidad de la persona o de la voluntad que tanga para hacer el ejercicio, también en muchas ocasiones es la pereza

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:27 [Pues yo creería mucho la perez..] (46:46) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Pues yo creería mucho la pereza, porque al fin hay gente muy perezosa para eso como en mi salón hay chicas muy perezosas o amigos míos también que les da pereza, uno ay vamos a trotar, o algo, no que pereza ir por allá

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:67 [pues ojala me gustaría elimina..] (135:135) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Pues ojala me gustaría eliminar la pereza de todos jajá, eliminarla para que todos se animen a correr y a brincar y eso.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:22 [Podría ser la pereza por no qu..] (42:42) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Podría ser la pereza por no querer salir de la cama ir a un parque hacer ejercicio eso sería como lo principal

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:40 [Como salidas familiares podría..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Como salidas familiares podría decirse porque aun que si también es voluntario a uno le da pereza

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:175 [Pues si me preocupa pero me da..] (178:178) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Pues si me preocupa pero me da pereza.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:35 [pereza a veces también.] (59:59) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Pereza a veces también.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:33 [por pereza] (56:56) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

por pereza

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:38 [la pereza, es el sueño] (61:61) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

la pereza, es el sueño

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:47 [pero les da pereza ir al parku..] (66:66) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

pero les da pereza ir al parque

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:108 [Pero a veces porque es muy pel..] (146:146) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Pero a veces porque es muy peligroso y toca pasar un puente y me da miedo que lo puedan robar a uno o algo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:19 [La pereza, uno prefiere hacer ..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

La pereza, uno prefiere hacer otras cosas que hacer ejercicio o quedarse durmiendo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:22 [algunas personas dicen que per..] (37:37) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Algunas personas dicen que pereza para que lo hago o que pena no lo hacen.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:49 [Si, pues a uno le vence el sue..] (106:106) (Super)

Códigos:[Actividad física vs pereza]

No memos

Si, pues a uno le vence el sueño y deja de hacer actividad física por dormir o ver televisión

Código: Actividad física vs peso corporal {23-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:22 [como le digo que hay personas ..] (62:62) (Super)**

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Como le digo que hay personas que nacen como fornidas pero hay personas que son como adictas a la comida y pues siendo así ya se hace enfermedad

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:23 [la obesidad es una condición q..] (64:64) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

La obesidad es una condición que lleva a enfermedades mas no es una enfermedad que los problemas al corazón y el colesterol esas son las enfermedades entonces la obesidad es la condición

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:24 [esto así como programas y todo..] (65:65) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

esto así como programas y todo eso de personas obesas que tienden a sufrir del corazón si ya pierden la movilidad entonces ya no pueden llevarse por ellos mismos y la vida

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:32 [pues como lo estamos hablando ..] (76:76) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Pues como lo estamos hablando el sobrepeso también amuchas personas le impide hacer actividad física pues esa persona puede sentirse impedida

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:12 [Por ejemplo cuando una persona..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Por ejemplo cuando una persona tiene exceso de peso o está mal de peso, entonces corriendo y haciendo Actividad física quema calorías

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:9 [Por ejemplo en las personas ob..] (26:26) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Por ejemplo en las personas obesas si hacen ejercicios no se van a sentir acomplejadas por lo que les dicen los demás y bueno ayudarían a fortalecerse y demás.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:18 [Si, yo en mi infancia por lo m..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Sí, yo en mi infancia por lo menos fui obeso y aparte fui de una baja estatura, ya por lo menos juego futbol y eso me ayudo primero que todo a la respiración me ayudó mucho bajar de peso más que todo al Crecimiento.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:19 [Si yo también, cuando pequeño ..] (38:38) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Si yo también, cuando pequeño era siempre obeso entonces empecé a hacer ejercicio y ya me ha rendido tener un físico bueno y no agitarme tanto.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:21 [uno si por la salud y eso] (40:40) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

uno si por la salud y eso

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:23 [Cada persona tiene su metaboli..] (47:47) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Cada persona tiene su metabolismo, entonces también depende de lo que este comiendo puede que afecte con su ejercicio y no combine muy bien entonces hace que se engorde

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:24 [yo creo que si haces ejercicio..] (47:47) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

yo creo que si haces ejercicio pues obviamente vas a enflacar o a tonificar pero también depende de lo que comas.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:26 [creo que es porque tonifica má..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

creo que es porque tonifica más rápido en los aeróbicos por lo menos yo hice servicio social con educación física y hacíamos aeróbicos para los chicos de quinto, yo note que adelgace más haciendo los aeróbicos en dos meses como si corriera todos los días

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:27 [los aeróbicos son los que más ..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Los aeróbicos son los que más hacen para que adelgace más rápido pero también tiene que tonificar entonces unos ejercicios diferentes.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:31 [En el peso entonces también lo..] (53:53) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

En el peso entonces también lo hacen mucho por el que dirán yo digo que eso por eso

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:19 [Cuando uno hace ejercicio quem..] (41:41) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Cuando uno hace ejercicio quema la grasa y las calorías demás que tiene.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:22 [Hacer harto cardio me ayuda a ..] (45:45) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Hacer harto cardio me ayuda a bajar de peso yo estoy yendo al gimnasio y he visto los cambios y también en mi actividad física, bueno en mi entrenamiento que ya tengo me ha ayudado a bajar de peso a tener más masa muscular y ha crecido también

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:24 [cuando era más chiquita cuando..] (46:46) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Cuando era más chiquita cuando tenía como diez años yo estaba gordita y en colegio me colocaban a hacer cardio y se ha visto el cambio ha cambiado mi físico.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:27 [Pues al realizar actividad fís..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Pues al realizar actividad física si yo quiero cambiar de peso en mi caso es bajar los cachetes va a ver un cambio no voy a ser gordita sino más delgadita

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:68 [Bueno yo antes era gordita no ..] (99:99) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Bueno yo antes era gordita no mucho, lo normal de una niña de diez años entonces yo buscaba zumba que era como lo más activo que hacer es ejercicio es muy rutinario

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:6 [Prevenir enfermedades, como la..] (18:18) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Prevenir enfermedades, como la obesidad y el sedentarismo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:7 [Hacer ejercicio es como un est..] (19:19) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Hacer ejercicio es como un estado mental, una persona sedentaria es porque quiere estar así, además puede cambiar su condición de ser sedentaria.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:29 [Con un tío él era pues si era ..] (72:72) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Con un tío él era pues si era gordito pues él salía a trotar y hacia ejercicio pero él se metió a un gimnasio y bajo siempre ártico.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:37 [Si porque uno está gordita ent..] (80:80) (Super)

Códigos:[Actividad física vs peso corporal]

No memos

Si porque uno está gordita entonces uno quiere bajar.

Código: Actividad física vs problemas {3-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:28 [la gente se preocupa mucho por..] (46:46) (Super)

Códigos:[Actividad física vs problemas]

No memos

La gente se preocupa mucho por los problemas que tienen y no tratan como de desestresarse en ese sentido porque pues ósea por decirlo un problema o algo, eso es una buena manera de cómo dejarlo atrás, ocupando la mente y pues más si uno está corriendo, brincando o ejercitándose, si es muy chévere porque pues uno estar ocupado en eso,

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:15 [me parecen que están como conc..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física vs problemas]

No memos

me parecen que están como concentradas en los problemas y eso no tienen como sacarlo.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:16 [Como sacar digamos ese sudor m..] (36:36) (Super)

Códigos:[Actividad física vs problemas]

No memos

Como sacar digamos ese sudor malo

Código: Actividad física vs tecnología {22-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:49 [yo creo que es la tecnología d..] (102:102) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

yo creo que es la tecnología digamos como que a uno las redes sociales lo entorpecen mucho en cierto momentos son buenas pero como que uno se deja llevar por estar todo el tiempo ahí, por hablar con personas y no toma el tiempo de conocer a las personas personalmente así de frente y salir a hacer deportes

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:50 [yo como tres horas, llevo del ..] (106:106) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

yo como tres horas, llevo del gimnasio a las nueve dedico dos horas así chateo hasta las doce

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:51 [yo, como decía 8 primero entro..] (108:108) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

yo, como decía 8 primero entro a las redes sociales y después como que comienzo a ver series y uno estando pegado al computador como que quiere estar viendo eso y eso entonces a uno le lleva mucho tiempo haciendo eso

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:24 [yo uso mi teléfono para ve..] (44:44) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

yo uso mi teléfono para ver videos sobre eso, sobre el BMX, porque si tengo mis ídolos y yo veo muchos videos de ellos pues para cuando salir pues como romperla ósea ser el mejor, para mejorar, y eso es mi tiempo libre, montar, aprovechar

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:20 [Por ejemplo a los jóvenes las ..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Por ejemplo a los jóvenes las barreras que le impiden hacer deporte es como la tecnología porque ahora todas las personas son pegadas al celular aunque es bueno también porque uno como que no es ignorante en ese tema

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:23 [Como unas cuatro horas diarias..] (39:39) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Como unas cuatro horas diarias

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:43 [Yo si no estoy chateando habla..] (79:79) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Yo si no estoy chateando hablando con otras personas, yo veo videos de futbol, de goles de jugadas

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:44 [Cuando antes yo hacía ejercici..] (81:81) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Cuando antes yo hacía ejercicio veía videos de cómo sacar el abdomen bajo, los utilizada y los aplicaba, por falta de tiempo no lo hago, me gustaría hacerlo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:38 [uno también puede utilizar dig..] (62:62) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Uno también puede utilizar digamos la tecnología para hacer ejercicio y eso pues hay gente para elevar las chacras.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:39 [Yo era una de las personas que..] (63:63) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Yo era una de las personas que estaba pegada al celular las veinticuatro siete pero pues ahorita estamos haciendo ejercicio y como dijeron mis compañeros no necesitamos de un gimnasio pues estamos yendo a un parque y todas las noches prefiero dejar como el celular en la casa para no distraerme.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:35 [hay personas que prefieren que..] (57:57) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Hay personas que prefieren quedarse con el celular o con la televisión que hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:37 [y es también por el celular.] (61:61) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

y es también por el celular.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:44 [nosotros los adolescentes hay ..] (66:66) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

nosotros los adolescentes hay muchos que prefieren o tienen prioridades, su prioridad es estar conectado a whatsapp a Facebook etc.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:48 [le dedicaba las veinticuatro h..] (68:68) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

le dedicaba las veinticuatro horas, me dormía a las doce y me levantaba a las cinco.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:49 [Toda la tarde por ahí hasta la..] (71:71) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Toda la tarde por ahí hasta las diez,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:50 [Yo era de las que llegaban a l..] (72:72) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Yo era de las que llegaban a la casa y me pegaba pero ya como que lo he tratado de dejar pues yo digo eso si también a uno lo daña.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:51 [Yo digo la verdad me la paso c..] (75:75) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Yo digo la verdad me la paso con el celular menos en la horas de ir a entrenamiento. Porque yo he visto que la mayoría de gente va al gimnasio y se pone y se la pasa es pegado a un celular en vez de hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:54 [cuando voy al gimnasio yo iba ..] (77:77) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Cuando voy al gimnasio yo iba a lo que iba hacer ejercicio y cuando llegaba a la casa pues me pegaba.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:64 [la tecnología nos ha vuelto mu..] (96:96) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

La tecnología nos ha vuelto muy sedentarios y entre más días más cosas sacan y entre más sacan cosas supuestamente para detraerse más se va a uno a quedar sentado

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:32 [Eso depende de las personas po..] (48:48) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Eso depende de las personas porque si uno sale en su barrio eso es normal uno sale con el miedo

que lo roben.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:50 [como la mayoría de las personas..] (106:106) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Como la mayoría de las personas son en el celular o en el computador entonces por hacer eso no hacen ejercicio.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:51 [Desde que llego a mi casa jajá..] (108:108) (Super)

Códigos:[Actividad física vs tecnología]

No memos

Desde que llego a mi casa jajá pues es que yo lo cojo miro cosas y si veo que no hay nada interesante lo dejo y pues veo televisión o hago tareas y cuando hago tareas pues si pero no mucho y los fines de semana tampoco porque pues trabajo y no puedo usar el celular.

Código: Actividad física vs vicios {13-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:189 [si yo vi, un día cuando yo iba..] (280:280) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]

No memos

Si yo vi, un día cuando yo iba a boxear vi el muchacho se cansaba muy rápido y era por eso porque fumaba mucho y entonces el corazón estaba muy agotado por eso, era diferente el rendimiento de el de el al mío, digamos yo puedo demorar un poco más en cansarme que la persona que tiene así como problemas

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:190 [Yo en octavo era un marihuaner..] (281:281) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]

No memos

Yo en octavo era un marihuanero que se la pasaba todo el tiempo en eso pero pues empecé a hacer ejercicio y eso me alejo de los vicios me hizo cambiar

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:191 [o pienso que uno de los proble..] (282:282) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]

No memos

Yo pienso que uno de los problemas por los cuales un joven en esta época se mete a lo de la drogadicción es porque no tiene nada que hacer, entonces pues el ejercicio le ayuda a uno a distraer y no solo el ejercicio sino también varias actividades y eso se vuelve un estilo de vida

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:5 [La Actividad Física nos ayuda ..] (9:9) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]

No memos

La Actividad Física nos ayuda a alejarnos del sedentarismo y como a tener algo que hacer en los tiempos libres ya que muchos adolescentes o muchas personas jóvenes, aprovechan el tiempo haciendo cosas malas en vicios, entonces lo que toca hacer ahorita es aprovechar que uno tiene salud y energía pues para hacer deporte y todo eso.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:105 [Si, como que yo antes lo estab..] (188:188) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Si, como que yo antes lo estaba cogiendo de vicio y yo salía a jugar y ya no corría nada pues yo ya no Tania físico, yo ahorita no tengo físico yo corro y ya me canso entonces pues eso es malo pero yo ya lo deje, ya hace como una semana, además que eso uno lo hace solo porque eso a veces me quita el calor y me desestreso un poquito, como que hay otras formas de relajarse.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:146 [yo tengo amigos que juegan fut..] (180:180) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Yo tengo amigos que juegan futbol en la escuela pero ellos fuman y eso yo veo que les afecta y yo les he dicho, pero ya llevan mucho tiempo con eso entonces es un poco difícil

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:147 [pero por lo menos yo nunca he ..] (180:180) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Pero por lo menos yo nunca he tomado ni fumado y pues yo veo mucho avance a comparación que ellos porque yo a veces puedo durar más tiempo trotando que ellos

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:148 [a veces los que lo hacían ya e..] (180:180) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

A veces los que lo hacían ya en la escuela no lo hacen porque obviamente les afectan el ejercicio.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:150 [si tomo y llego con tufo al en..] (182:182) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Si tomo y llego con tufo al entrenamiento con dolor de cabeza, digamos los de sustancias psicoactivas no van a dar el mismo rendimiento en entrenamiento, entonces no me gustaría me veo mejor así.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:176 [Eso es como que la persona se ..] (257:257) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Eso es como que la persona se quiere echar a perder y el deporte si claro me puede alejar de todas esas cosas que no debo, pero en cierta manera no tiene nada que ver el que quiere echarse a perder se pierde

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:177 [Pues yo si me he enfocado en el..] (258:258) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Pues yo si me he enfocado en el deporte y eso me ha alejado de vicios y todo eso que uno ve en la actualidad

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:178 [Para mí no porque si tu consum..] (259:259) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]
No memos

Para mí no porque si tu consumes drogas o bebidas alcohólicas pues no voy a hacer ejercicio ni

nada productivo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:179 [Pues una persona que fuma y qu..] (261:261) (Super)

Códigos:[Actividad física vs vicios]

No memos

Pues una persona que fuma y que fuma a toda hora pues que por lo menos haga ejercicio como para tener un equilibrio es otra cosa pero que uno esté en un parque y se ponga a fumar en vez de hacer ejercicio eso si ya es como de uno

Código: Actividad física y salud {35-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:25 [yo digo que todo el cuerpo por..] (67:67) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Yo digo que todo el cuerpo porque si uno ejercita todo el cuerpo le va a mejorar la salud

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:28 [yo creo que depende de lo que ..] (71:71) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Yo creo que depende de lo que trabajemos pues las personas que trotan mucho le ayudan mucho a los pulmones y ya.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:46 [el año antepasado una compañer..] (99:99) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

El año antepasado una compañera que no podía hacer actividad física porque desde que nació ella tenía un problema en el corazón, de pronto así enfermedades que impiden que practiquen actividad física.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:4 [que es como un recurso que nos..] (11:11) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

que es como un recurso que nos ayuda para la salud creería yo, porque si nosotros estamos bien físicamente nuestra salud va a estar bien, porque vamos a estar fuertes vamos a tener por decirlo así un buen físico para cualquier cosa, ya sea para uyy no para bueno o para malo y si esa es una buena condición para el cuerpo, para mí.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:17 [para mi si, cien por ciento, a..] (29:29) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud] [Deporte vs lesiones]

No memos

Para mi si, cien por ciento, a menos de que como en mi caso una lesión, si uno se lesiona, estoy así como medio cogito hace 20 días tuve una caída fuerte, y si, pero es lo único que como que es malo.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:1 [Es como cuando uno hace ejerci..] (5:5) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Es como cuando uno hace ejercicio con el cuerpo para tener una mejor salud, un mejor estado físico.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:16 [En general las personas lo hac..] (27:27) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

En general las personas lo hacen es de hobby pero hay algunas personas que si lo hacen para ayudar a su salud

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:3 [Estar saludable es por ejemplo..] (20:20) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Estar saludable es por ejemplo que tanto en la comida como también en los ejercicios que se puedan hacer, tener una buena alimentación y una vida saludable y sana.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:4 [Pues yo pienso que me ayudaría..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Pues yo pienso que me ayudaría a ser muy saludable me ayudaría por ejemplo a no tener problemas en las piernas y en los brazos, además de la obesidad me podría ayudar con los alimentos también serían una buena complementación al ejercicio y ya...

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:13 [Es cierta ya que las actividad..] (30:30) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Es cierta ya que las actividades físicas ayudan en muchas en muchas formas al ser humano por la reacción aeróbica ayudan mucho lo que es la oxigenación del cuerpo, otra puede ser la secreción, ayuda un poquito también en la resistencia por lo menos si uno es una persona que hace mucho ejercicio se mantiene saludablemente y tiene menos probabilidades de sufrir alguna enfermedad.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:15 [Las rodillas, se pueden ayudar..] (32:32) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Las rodillas, se pueden ayudar mucho con las rodillas mucho con los brazos entonces ayuda más como a fortalecer los músculos y que no vaya a ocurrir nada

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:16 [También hay actividades que a ..] (33:33) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

También hay actividades que a veces hacen no se en los parques en varios lugares diferentes donde uno ejercita su cuerpo y vemos más que todo a las personas de edad que van allá y como dice 3 eso les ayuda a los ancianos a mejorar su respiración, sus rodillas, sus pies, el corazón, los brazos.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:174 [Pues yo hago abdominales, de b..] (176:176) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Pues yo hago abdominales, de brazos también cunclillas, claro que he dejado de hacerlas porque al

hacer me duele mucho las rodillas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:20 [Si es cierto porque ayuda al c..] (43:43) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Si es cierto porque ayuda al cardio, que es para el corazón los pulmones todo no ósea uno se puede durar hasta más haciendo un ejercicio o una actividad cualquiera

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:22 [Del corazón, la respiración ta..] (45:45) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Del corazón, la respiración también y no se los músculos también no se le recogen a uno si no están bien tonificados eso ayuda a que no se le tensionen las piernas ni nada.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:11 [La actividad física ayuda much..] (29:29) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

La actividad física ayuda mucho a la salud y al corazón

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:13 [Evita muchas enfermedades la a..] (31:31) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Evita muchas enfermedades la actividad física

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:17 [Diabetes] (37:37) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Diabetes

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:18 [Un tío. Le recetaron ir al gim..] (39:39) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Un tío. Le recetaron ir al gimnasio más seguido si lo hace si mejora.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:23 [Anteriormente cuando yo estaba..] (45:45) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Anteriormente cuando yo estaba más obeso me daban picadas al corazón y ya no

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:25 [No es que yo haga mucho ejerci..] (47:47) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

No es que yo haga mucho ejercicio, cuando yo corro yo me fatigo mucho y el doctor me ha dicho que tengo que correr, que tengo que hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:26 [Hay personas que hacen ejercic..] (48:48) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Hay personas que hacen ejercicio por depresión, para que les subiera el ánimo, porque hay una hormona que se despierta y genera felicidad.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:29 [Yo he escuchado que el metabol..] (50:50) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Yo he escuchado que el metabolismo en las personas que cumplen diez y ocho se vuelve más lento ahí es donde uno recomienda hacer más ejercicio porque usted no va a tener el mismo metabolismo, que cuando usted tenía quince años o diez y seis es más rápido por eso se recomienda hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:30 [tampoco es que sea el metaboli..] (51:51) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

tampoco es que sea el metabolismo, hay personas que tienen el metabolismo lento

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:31 [hacer ejercicio hace que uno m..] (54:54) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Hacer ejercicio hace que uno mantenga el metabolismo rápido así sea más grande.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:5 [Prevenir enfermedades, como la..] (18:18) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Prevenir enfermedades, como la obesidad y el sedentarismo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:14 [Pues yo creo que si la activid..] (28:28) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Pues yo creo que si la actividad física ayuda a mejorar tu salud, a eliminar toxinas.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:15 [Es como tener un mejor estado ..] (29:29) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Es como tener un mejor estado mental con trigo mismo, yo creo que contribuye a la salud de los jóvenes, a no estar enfermo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:17 [Una amiga que estaba embarazad..] (31:31) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Una amiga que estaba embarazada tuvo que hacer ejercicio y cuidar su alimentación.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:18 [El sobrepeso entre otras.] (33:33) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

El sobrepeso entre otras.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:8 [buena salud, si la salud como ..] (24:24) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

buena salud, si la salud como los músculos para ser más sueltos.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:14 [Si, porque a veces para el cor..] (34:34) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Si, porque a veces para el corazón reduce como se dice los paros cardiacos y pues la salud.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:15 [or ejemplo mi tía que tiene di..] (36:36) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Por ejemplo mi tía que tiene diabetes entonces a ella la tuvieron que para relajar la enfermedad como para bajarla hacer como una hora de ejercicio, tenía que caminar quince minutos diarios.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:16 [Si igual mi abuela también tie..] (40:40) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud]

No memos

Si igual mi abuela también tiene diabetes y ella hace como ejercicio pero en la casa ella no sale a caminar, ella como que estira los pies los mueve y eso que salir caminando.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:18 [Si el día que hace ejercicio s..] (42:42) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud] [Ganancias de la actividad física]

No memos

Si el día que hace ejercicio se relaja más y no le dan tantos mareos y deja ósea como que hay veces se desmaya los días que hace se siente bien.

Código: Actividad física y desarrollo intelectual {3-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:12 [también ayudan más que todo al..] (28:28) (Super)

Códigos:[Actividad física y desarrollo intelectual]

No memos

También ayudan más que todo al mejoramiento y el crecimiento intelectual ya que también uno pues en ciertos deportes tiene uno que pensar y analizar también ayuda.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:45 [los entrenadores nos dicen que..] (66:66) (Super)

Códigos:[Actividad física y desarrollo intelectual]

No memos

Los entrenadores nos dicen que la inteligencia va primero también entonces quieren jugadores inteligentes entonces si no vas bien en el colegio no te dejan entrenar.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:28 [la actividad física también ab..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividad física y desarrollo intelectual]

No memos

La actividad física también abre como neuronas y uno empieza a entender más las cosas.

Código: Actividad física y edad {4-0}**P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:17 [También hay actividades que a ..] (33:33) (Super)**

Códigos:[Actividad física y edad]

No memos

También hay actividades que a veces hacen no se en los parques en varios lugares diferentes donde uno ejercita su cuerpo y vemos más que todo a las personas de edad que van allá y como dice 3 eso les ayuda a los ancianos a mejorar su respiración, sus rodillas, sus pies, el corazón, los brazos

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:28 [Si la mayoría de personas aunq..] (51:51) (Super)

Códigos:[Actividad física y edad]

No memos

Si la mayoría de personas aunque los adultos ya es que para el corazón no falle y eso para el cardio

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:12 [Por ejemplo la actividad para ..] (30:30) (Super)

Códigos:[Actividad física y edad]

No memos

Por ejemplo la actividad para el corazón, hacer cardio ayuda a que cuando sea más de edad no tenga ataques cardiacos.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:13 [ya la edad de tanto estrés uno..] (32:32) (Super)

Códigos:[Actividad física y edad]

No memos

ya la edad de tanto estrés uno se puede enfermar y yo he escuchado que da como un tumor algo así entonces uno se enferma de tanto estrés.

Código: Actividad física y enfermedad {11-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:18 [En general si yo me siento muy..] (32:32) (Super)**

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

En general si yo me siento muy bien yo no me enfermo nada, jaja.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:19 [Si es muy rara vez que me enfe..] (34:34) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Si es muy rara vez que me enferme.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:14 [Cuando uno se fractura pierde ..] (23:23) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Cuando uno se fractura pierde la capacidad de hacer Actividad física

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:25 [Por lo menos también hay otros..] (44:44) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Por lo menos también hay otros impedimentos más graves que podrían ser enfermedades, una persona asmática no puede hacer una maratón sería muy complicado, una persona asmática no puede jugar fútbol.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:14 [Igualmente para algunas person..] (33:33) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Igualmente para algunas personas hacer actividad física tampoco es bueno para la salud, porque digamos una persona que sufra de artritis o cosas así es malo porque no pueden tener constante movimiento tampoco aporta a la salud, personas que están alejadas del deporte de la actividad física.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:15 [Yo por lo menos sufro de asma ..] (34:34) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Yo por lo menos sufro de asma y no puedo hacer mucho ejercicio a mí me gusta pero es muy leve.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:16 [Si pueden pero tiene que usar ..] (35:35) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Si pueden pero tiene que usar inhalador.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:90 [A mí me hubiera gustado ser gi..] (124:124) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

A mí me hubiera gustado ser gimnasta pero no puede porque tengo una lesión en la rodilla y ya me da miedo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:20 [Que tenga alguna discapacidad ..] (36:36) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Que tenga alguna discapacidad o algo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:28 [Hay unas personas que por pie ..] (40:40) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

Hay unas personas que por pie plano no pueden hacer ejercicio, por alguna enfermedad o condición de salud.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:27 [cuando tienen tiroides eso ya ..] (68:68) (Super)

Códigos:[Actividad física y enfermedad]

No memos

cuando tienen tiroides eso ya es que esta la que enflaca y la que engorda y pues yo he visto que del mismo ejercicio no las deja bajar de peso.

Código: Actividad física y gusto {3-0}

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:26 [Pues a mí no me gusta hacer ej.] (22:22) (Super)

Códigos:[Actividad física y gusto]

No memos

Pues a mí no me gusta hacer ejercicio, me parece muy aburrido, me parece muy feo me fastidia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:27 [a mí no me gusta hacer ejercic..] (22:22) (Super)

Códigos:[Actividad física y gusto]

No memos

a mí no me gusta hacer ejercicio, me parece muy aburrido, me parece muy feo me fastidia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:25 [No me gusta me da pereza.] (39:39) (Super)

Códigos:[Actividad física y gusto]

No memos

No me gusta me da pereza.

Código: Actividad física y hábitos {5-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:4 [no sé yo como voy a tener una ..] (26:26) (Super)**

Códigos:[Actividad física y hábitos]

No memos

No sé yo como voy a tener una disciplina y cómo voy a tener una rutina si no tengo un horario, pues para hacer ejercicio tiene como una hora y entonces si a las siete de la mañana hago ejercicio entonces a las ocho desayuno y también regula su alimentación

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:5 [ser disciplinado....] (27:27) (Super)

Códigos:[Actividad física y hábitos]

No memos

Ser disciplinado....

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:179 [levantarse tarde para salir a ..] (267:267) (Super)

Códigos:[Actividad física y hábitos]

No memos

Levantarse tarde para salir a correr, si dormir bien

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:145 [Hacer ejercicio, entrenar por ..] (178:178) (Super)

Códigos:[Actividad física y hábitos]

No memos

Hacer ejercicio, entrenar por las tardes, los días que no entreno pues me toca obviamente hacer las tareas de toda la semana jaja y a veces vengo trotando a la tienda o para venir al centro de Fontibón vengo en la cicla, para hacer un mandado voy en cicla pues para hacer más ejercicio para cuando no puedo entrenar y eso.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:83 [Mantenerse alejado de los malo..] (100:100) (Super)

Códigos:[Actividad física y hábitos] [Aprendizajes de clase]

No memos

Mantenerse alejado de los malos hábitos

Código: Actividad física y morbosidad {2-0}

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:44 [Si hoy en día como que los hom..] (96:96) (Super)

Códigos:[Actividad física y morbosidad]

No memos

Si hoy en día como que los hombres son muy morbosos y uno ya no puede hacer ejercicio porque ya se le hacen atrás a uno o ve que uno está solo y como que ya lo quiere perseguir a uno.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:105 [No sé es que era muy tímida ta..] (227:227) (Super)

Códigos:[Actividad física y morbosidad]

No memos

No sé es que era muy tímida también hay hombres que son muy morbosos y empiezan a mirar hay esa si tiene buena cola esta no está tiene buenas pierna.

Código: Actividad física y motivación {16-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:48 [o por la motivación y desmotiv..] (101:101) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación] [Autoestima y prácticas físicas]

No memos

Por la motivación y desmotivación digamos por ejemplo hay personas que ven una gordita y le dicen se nota que usted nunca va a tener un buen cuerpo, y pues así como que le bajan el autoestima a uno y pues le dan ganas de comer mas

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:47 [entonces uno iba a lugares más..] (85:85) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]

No memos

entonces uno iba a lugares más lejos y así y no pues las amistades están en todo lado, entonces allá tenía mis amigos y uno llegaba y se divertía.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:17 [En general las personas lo hac..] (27:27) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]

No memos

En general las personas lo hacen es de hobby pero hay algunas personas que si lo hacen para ayudar a su salud

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:45 [Yo mañana cumpla años entonces..] (83:83) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]

No memos

Yo mañana cumpla años entonces de cumpleaños voy a pedir que me paguen el gimnasio pues uno extraña arto eso y aprovechar el tiempo, porque yo llego a la casa hago tareas y solo me quedo chateando, es mejor gastar el tiempo de una manera buena

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:78 [La superación, la incentivació..] (104:104) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]

No memos

La superación, la incentivación por lo menos lo que te acaba de decir ahorita la incentivación, que por lo menos tengo que dejar de ser una persona como tan perezosa y abrirme más al mundo, aprovechar las oportunidades que tiene el mundo de hacer ejercicio y cuidar mi cuerpo.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:30 [como que si tú dices que no va..] (53:53) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación] [Beneficios de la clase de educación física]
No memos

como que si tú dices que no vas a poder pues obviamente no va a poder si alguien no le está como ayudando

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:86 [En si es alegre] (109:109) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

En si es alegre

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:34 [porque no les gusta.] (56:56) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

porque no les gusta.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:52 [Yo digo la verdad me la paso c..] (75:75) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

Yo digo la verdad me la paso con el celular menos en la horas de ir a entrenamiento

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:53 [cuando voy al gimnasio yo iba ..] (77:77) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

cuando voy al gimnasio yo iba a lo que iba hacer ejercicio y cuando llegaba a la casa pues me pegaba.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:75 [Cuando yo fui al gimnasio me d..] (108:108) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación] [Formas de incrementar la actividad física]
No memos

Cuando yo fui al gimnasio me decían haga esta rutina y listo y yo miraba en internet como la podía hacer mejor y ahí me decían como hacer varias rutinas y cree yo mismo mi propia rutina,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:99 [A mí me gusta más por activida..] (134:134) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

A mí me gusta más por actividad física y no por orgullo a mí me gusta es muy bacano.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:64 [Yo siempre corro y tengo dos m..] (78:78) (Super)
Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

Yo siempre corro y tengo dos máquinas de hacer ejercicio, la verdad al principio como que me motivo a hacer ejercicio y luego me da mucha pereza

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:116 [el yermis y eso le sirve a uno..] (152:152) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

el yermis y eso le sirve a uno para hacer actividad física y divertirse y entonces eso hace que la clase sea más dinámica

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:39 [Pues también hay personas en q..] (84:84) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

Pues también hay personas en que le dicen eso a uno, usted no haga ejercicio eso usted no va a enflacar.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:40 [Si hay pensamientos que son mu..] (86:86) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación]
No memos

Si hay pensamientos que son muy negativos entonces como que las personas le hacen caso a esos pensamientos y dejan de hacer ejercicio.

Código: Actividad física y sedentarismo {2-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:47 [por que las personas se han vu..] (100:100) (Super)

Códigos:[Actividad física y sedentarismo]
No memos

Porque las personas se han vuelto más sedentarias a medida que pasa el tiempo

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:58 [para no quedar uno como tú dic..] (82:82) (Super)

Códigos:[Actividad física y sedentarismo]
No memos

Para no quedar uno como tú dices en lo sedentario de no hacer nada porque los músculos también se desgastan así uno sea joven entonces toca estar semanalmente haciendo un ejercicio

Código: Actividad física y sensaciones {7-0}

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:4 [Si para sentirse pues por lo m..] (12:12) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]
No memos

Si para sentirse pues por lo menos yo me siento mejor cuando hago ejercicio y eso me siento bien conmigo misma.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:6 [cuando entreno siempre se me v..] (14:14) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]
No memos

cuando entreno siempre se me va como lo malo, no se me siento bien la adrenalina lo ayuda a uno

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:17 [si yo me siento muy bien hacia..] (37:37) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]
No memos

si yo me siento muy bien haciendo ejercicio.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:12 [Con la educación física uno pu..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]

No memos

Con la educación física uno puede sentirse mejor

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:9 [Con la educación física uno pu..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones] [Ganacias de la actividad física]

No memos

Con la educación física uno puede sentirse mejor.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:11 [No yo me estreso.] (24:24) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]

No memos

No yo me estreso.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:16 [Es como tener un mejor estado ..] (29:29) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones]

No memos

Es como tener un mejor estado mental con trigo mismo,

Código: Actividad física y vestuario {6-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:197 [so pasa cuando nos cambiamos p..] (289:289) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

eso pasa cuando nos cambiamos para educación física unas comienzan que tienen las piernas muy blancas otras que tienen la piernas muy flacas entonces por eso no se cambian

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:38 [Eso ya va en cada uno de nosot..] (71:71) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

Eso ya va en cada uno de nosotros, por que a veces a uno le dan ganas de ir a jugar pero uno piensa que hay que quitarse el pantalón alístate, a mí se me hace tarde

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:151 [Que nos tengamos que cambiar, ..] (198:198) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

Que nos tengamos que cambiar, colocarnos pantaloneta. A veces está haciendo frío y la profesora no entiende eso y le baja una décima.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:152 [Pues lo mismo porque alguna pe..] (199:199) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

Pues lo mismo porque alguna personas no se cambian y les bajan unas décimas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:100 [la profesora nos hace quitar e..] (217:217) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

la profesora nos hace quitar el pantalón entonces hay niñas que no les gusta.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:102 [yo tena una amiga que el año p..] (221:221) (Super)

Códigos:[Actividad física y vestuario]

No memos

yo tena una amiga que el año pasado y perdió tres periodos por no quitárselo la sudadera.

Código: Actividad física y violencia {2-0}**P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:98 [No el que primero rompa al otr..] (132:132) (Super)**

Códigos:[Actividad física y violencia]

No memos

No el que primero rompa al otro, el que rompa primero.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:10 [Si a veces pues en el equipo d..] (28:28) (Super)

Códigos:[Actividad física y violencia]

No memos

Si a veces pues en el equipo de futbol pero también hay los que digamos jugando futbol con el otro equipo se caen mal entonces se pega patadas y...

Código: Actividades físicas preferidas {27-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:43 [Yo hago ejercicio todos los dí..] (96:96) (Super)**

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo hago ejercicio todos los días, yo estoy en el gimnasio, salgo de aquí a las tres de la tarde, llego a mi casa por ahí a las cuatro, hago tareas hasta las seis y me voy al gimnasio

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:30 [Si, para incrementar mi activi..] (50:50) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Si, para incrementar mi actividad física, cardio, mucho cardio.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:31 [Trotar, trotar, usar elíptica,..] (52:52) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Trotar, trotar, usar elíptica, bicicleta, antes yo estaba en un gimnasio pero pues lastimosamente no pude seguir pues por cuestiones económicas no pude seguir pagando la mensualidad, pero me gustaba mucho, me gustaba mucho porque me ejercitaba y salía después a montar y ya era más fácil porque no me cansaba tan rápido y eso me pasa por decirlo,

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:35 [Pesas, si me gustan mucho leva..] (58:58) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Pesas, si me gustan mucho levantar pesas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:41 [Si, yo practico micro, juego v..] (75:75) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Si, yo practico micro, juego voleibol, juego baloncesto, a mi todo eso me gusta todo lo que tenga que ver con actividad física.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:40 [Me gustaría el parkour y eso s..] (73:73) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Me gustaría el parkour y eso se puede practicar en todo lado, yo he visto programas de todo eso y me gustaría practicarlo, nunca lo he hecho

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:31 [a uno como le gusta salir a ha..] (49:49) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

a uno como le gusta salir a hacer ejercicio escuchando música que los audífonos, los grandes en esos casos, el celular en la mano pues la música o algo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:33 [Una maratón] (53:53) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Una maratón

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:171 [No es solo el ejercicio, porqu..] (172:172) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

No es solo el ejercicio, porque el baile también es ejercicio y hay muchas personas que prefieren bailar antes que ir un gimnasio, porque el baile es más didáctico.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:172 [Yo por lo menos salgo todos lo..] (174:174) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Cuidado del cuerpo]
No memos

Yo por lo menos salgo todos los días a trotar alrededor de un conjunto

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:58 [Existen grupos grandes que en ..] (84:84) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad] [Actividades físicas preferidas]
No memos

Existen grupos grandes que en la noches van a hacer barras y ejercicios en la noche y así no les pasa nada.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:67 [Bueno yo antes era gordita no ..] (99:99) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Bueno yo antes era gordita no mucho, lo normal de una niña de diez años entonces yo buscaba

zumba que era como lo más activo que hacer es ejercicio es muy rutinario y hacer zumba es como más chévere y me ayudó mucho.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:71 [Yo salgo con mi mama y mi prim..] (105:105) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Yo salgo con mi mama y mi prima y vamos al éxito a hacer aeróbicos

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:79 [A mí por lo menos me gusta más..] (112:112) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

A mí por lo menos me gusta más hacer rumba aeróbicos zumba que hacer ejercicio me estresa,

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:34 [Salir a trotar.] (53:53) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Salir a trotar.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:49 [Hacer barras] (54:54) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Hacer barras

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:50 [Hacer cardio] (56:56) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Hacer cardio

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:47 [Ir a la ciclovía] (61:61) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Ir a la ciclovía

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:48 [Boxear] (63:63) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Boxear

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:46 [Jugar baloncesto, hacer deport..] (64:64) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Jugar baloncesto, hacer deporte.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:58 [Me invitan a bailar] (75:75) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]

No memos

Me invitan a bailar

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:21 [Abdomen.] (50:50) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Abdomen.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:22 [Pues si abdominales y otras ah..] (52:52) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Pues si abdominales y otras ahí que miro en internet como uno acostarse y levantar las piernas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:23 [Si como estiramiento y sentadi..] (54:54) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Si como estiramiento y sentadillas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:24 [Y lazo.] (56:56) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Y lazo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:55 [también me gustaría practicar pa..] (112:112) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

también me gustaría practicar patinaje.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:58 [Si siempre he querido meterme ..] (120:120) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas]
No memos

Si siempre he querido meterme a un gimnasio

Código: Actividades preferidas para clase {23-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:55 [yo creo que también el baile s..] (116:116) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

yo creo que también el baile se convierte en un deporte para uno, entonces como que uno va y ve coreografías y puede practicar uno mimo en su casa

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:113 [A mí me gustaría que utilizára..] (187:187) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

A mí me gustaría que utilizáramos más el minitran porque ahí uno salta y es como más des estresante no es como ese que corra y corra ahí

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:118 [a mí me gustaría de todo, me g..] (193:193) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

a mí me gustaría de todo, me gusta el micro el minitran, no me gusta bailar.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:121 [A mí me gustaría que pusieran ..] (196:196) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

A mí me gustaría que pusieran ejercicios como de flexibilidad.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:122 [seria eso como de obstáculos.] (197:197) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

seria eso como de obstáculos.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:84 [sería bueno que fuera media ho..] (141:141) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Sería bueno que fuera media hora de acondicionamiento físico y media hora de juego

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:83 [En el salón no les gusta a las..] (147:147) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

En el salón no les gusta a las niñas el micro pero a los hombres que no les gusta el micro juegan voleibol con las niñas

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:86 [Yo he visto que en la otra cla..] (151:151) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Yo he visto que en la otra clase sacan el trampolín a mí me gustaría que nos enseñaran eso mortales y gimnasia, en el otro colegio también hacían atletismo, carrera de vallas de velocidad el test de navett el test de cooper, a mí me gusta porque eran como competencias

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:87 [pero no me gustaría que la cla..] (155:155) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

pero no me gustaría que la clase fuera tan aburrida, que fuera más extrema que nos enseñaran a dar botes y todo eso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:34 [Pues yo pienso que sería bueno..] (55:55) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Pues yo pienso que sería bueno una maratón, sería bueno que el coordinador haga que todos estén en el parque y que nos digan que van hacer una maratón y que nos preparemos y que van a dar premio a los primeros lugares, así la gente se incentiva.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:35 [Maratón, o no necesariamente m..] (57:57) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Maratón, o no necesariamente maratón porque hay gente que no le gusta correr digamos saltar laso o el patinaje, juegos olímpicos, juegos del colegio.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:102 [Saltar laso] (117:117) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

Saltar laso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:104 [por ejemplo cuando uno está en..] (117:117) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

por ejemplo cuando uno está en la clase de educación física ella nos pone hacer una rutina bueno nos pone a correr y después sí queda tiempo nos deja pues utilizar los implementos de educación física pero no o sea seria como mitad de clase para esto y mitad de clase para esto y la regla seria como no estar por ahí dando vueltas sino uno tiene que estar haciendo ejercicio. Que haya tiempos libres pero que sean dirigidos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:105 [Sí que nos ocupen, por ejemplo..] (118:118) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

Sí que nos ocupen, por ejemplo, no que vamos a dar una vuelta que no vamos a hacer nada de ejercicio, ni nada, sino que ella nos separe por grupos, que nos lleve al salón de educación física y que cada uno escoja lo que quiere hacer con su grupo, si pero que todos hagan algo y que se dé un tiempo más largo pues la clase y ya.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:166 [Danzas.] (217:217) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

Danzas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:167 [Desde mi punto de vista se enf..] (221:221) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

Desde mi punto de vista se enfocaran más por el voleibol.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:168 [Si también voleibol para pract..] (222:222) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

Si también voleibol para practicarlo no fomentarlo para toda la vida.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:169 [A mí personalmente me gusta má..] (223:223) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

A mí personalmente me gusta más la danza que es la contemporánea y la folclórica es la que tiene más movimiento del cuerpo es la que uno más se divierte porque las canciones son muy rápidas y son muy alegres.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:170 [A mí me gustaría que hicieran ..] (224:224) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]
No memos

A mí me gustaría que hicieran danzas o también o algo como más extrema

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:80 [Laso] (177:177) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Laso

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:85 [Casi no por ahí el voleibol si..] (189:189) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Casi no por ahí el voleibol si no que por las uñas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:92 [Si es que cuando voy a saltar ..] (201:201) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase]

No memos

Si es que cuando voy a saltar laso no se

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:119 [me gustaría el boxeo, me gusta..] (255:255) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase] [Tiempos de la clase]

No memos

me gustaría el boxeo, me gustaría bailar, tener una clase de aeróbicos, que al iniciar la clase calentáramos con aeróbicos, sería muy bueno

Código: Anhelos para clase {13-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:101 [sería chévere que hubiera com..] (179:179) (Super)**

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

sería chévere que hubieran competencias y así cosas chéveres.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:66 [Que traigan unas ramplas y que..] (131:131) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Que traigan unas ramplas y que todos supiéramos montar BMX.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:66 [pues sería chévere acá tener l..] (93:93) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

pues sería chévere acá tener lo de danzas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:67 [1: Que hubiera danzas pero ya ..] (95:95) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

1: Que hubiera danzas pero ya la mayoría de los hombres no les gusta hacer clase entonces pues solo las niñas no van a hacer las clases de danzas.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:110 [Me gustaría la gimnasia] (139:139) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Me gustaría la gimnasia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:111 [No, nunca se hace, me gustaría..] (141:141) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

No, nunca se hace, me gustaría aprender a hacer mortales

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:112 [Pues para las mujeres me gusta..] (143:143) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Pues para las mujeres me gustaría que se hiciera porrismo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:113 [Me gustaría que implementaran ..] (145:145) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase] [Educación física como deporte]

No memos

Me gustaría que implementaran más el baloncesto y el voleibol porque todo el tiempo es micro

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:117 [a mí me gustaría jugar micro y..] (154:154) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

a mí me gustaría jugar micro y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:118 [Pues de pronto gimnasia] (156:156) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Pues de pronto gimnasia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:119 [Las porras] (157:157) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Las porras

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:118 [Pues la verdad me gustaría el ..] (255:255) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Pues la verdad me gustaría el boxeo, me gustaría bailar, tener una clase de aeróbicos, que al iniciar la clase calentáramos con aeróbicos, sería muy bueno

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:120 [Si, porque al bailar uno suda..] (257:257) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase]

No memos

Si, porque al bailar uno suda mucho

Código: de clase aplicado a deporte {5-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:62 [como que casi nada, por ejempl..] (118:118) (Super)

Códigos:[Aprendizaje de clase aplicado a deporte]

No memos

como que casi nada, por ejemplo lo único es lo que te digo el cardio la resistencia y pues así que lo de fuerza eso de flexiones y eso como que no porque uno lo hace a medida que va levantando la bici, entonces uno como que no le aplicaría nada al deporte que yo hago.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:63 [h pues lo único si, se me olvi..] (120:120) (Super)

Códigos:[Aprendizaje de clase aplicado a deporte]

No memos

pues lo único si, se me olvidaba el estiramiento lo único que aplico, porque siempre antes de empezar a montar estiro igual que lo hacemos acá ósea antes de empezar tenemos que estirar entonces eso es lo único que aplico y el cardio.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:97 [Si la enseñanza me lo ha dado ..] (195:195) (Super)

Códigos:[Aprendizaje de clase aplicado a deporte]

No memos

Si la enseñanza me lo ha dado las clases de educación física porque yo a veces me pongo a hablar con los profesores y se les pregunta cosas así de la alimentación y dicen que no que la carnita tiene muchas proteínas, que la pechuga también, que tome mejor agua que las bebidas gaseosas que el agua primero que todo quita la sed y pues es hidratación para el cuerpo, entonces eso lo voy aprendiendo con los profesores y pues lo aprendo también a medida que practico mi deporte porque me he dado cuenta que cuando estoy así muy cansado y tomo gaseosa como que más se me seca la garganta y más me canso entonces cuando tomo agüita se libera ese cansancio esa sequedad

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:58 [Como que ha estirar, ahorita t..] (107:107) (Super)

Códigos:[Aprendizaje de clase aplicado a deporte]

No memos

Como que ha estirar, ahorita tengo un partido al descanso y me duele un tobillo porque el sábado cuando jugué no estire ni nada, aquí la profesora siempre antes de hacer educación física, ella pone a un grupo de hombres y a uno de mujeres a estirar y cada uno tienen que hacer un ejercicio para estirar y para calentar, y los demás estiran, a veces hace ejercicios técnicos para mejorar en un deporte, eso me gusta

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:72 [Cosas que a veces uno no ve to..] (99:99) (Super)

Códigos:[Aprendizaje de clase aplicado a deporte]

No memos

Cosas que a veces uno no ve todavía en entrenamientos entonces a acá a veces se los muestran entonces eso es lo que yo opino para los actos entonces eso es chévere para aprender.

Código: Aprendizajes de clase {22-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:61 [Si he aprendido pues así unas ..] (116:116) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Si he aprendido pues así unas reglitas de los deportes, he aprendido que para él la prueba de cardio uno no tiene que ir así como a la loca que si uno se va muy rápido pues se va cansar y entonces yuca jaja entonces uno ya sabe cómo que tengo que empezar a coger el ritmo y no acelerar ni

disminuir pues porque me voy a cansar, en lo de fuerza también, la posición de los brazos y como le queda a uno más fácil hacer los ejercicios.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:96 [Si la enseñanza me lo ha dado ..] (195:195) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Si la enseñanza me lo ha dado las clases de educación física porque yo a veces me pongo a hablar con los profesores y se les pregunta cosas así de la alimentación y dicen que no que la carnita tiene muchas proteínas, que la pechuga también, que tome mejor agua que las bebidas gaseosas que el agua primero que todo quita la sed y pues es hidratación para el cuerpo, entonces eso lo voy aprendiendo con los profesores

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:60 [a veces la profesora cuando va..] (109:109) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

a veces la profesora cuando va a hacer pruebas de velocidad y ella ve que uno está corriendo mal, ella le ayuda a manejar la posición para uno tener mayor velocidad y mayor salud

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:61 [La clase es netamente sobre ac..] (111:111) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

La clase es netamente sobre actividad física, solo ha dicho que traigan agua, pero así espacios en donde nos induzcan a una buena alimentación no.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:76 [Por ejemplo yo tengo un amigo ..] (135:135) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Por ejemplo yo tengo un amigo que es gordito el por ejemplo aprovecha mucho esas clases y él me ha dicho que quiere bajar de peso, que quiere meterse a un gimnasio, quiere estar así grande, él le mete todo el empeño a la clase porque él sabe que los ejercicios le pueden ayudar

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:76 [Pues yo diría que las rutinas ..] (101:101) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Pues yo diría que las rutinas que los profesores ponen podrían servirle a uno para usarlas después afuera para hacer ejercicio pero no solo uno tres ejercicios para hacerlos afuera.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:59 [Huy muchos jaja por lo menos p..] (84:84) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Huy muchos jaja por lo menos para correr en la clase de educación física me enseñan a trotar para que uno no se lastime los tobillos también calentamiento, el modo de respiración eso más que todo lo ayuda a uno en la educación física.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:63 [digamos que en los ejercicios ..] (89:89) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Digamos que en los ejercicios que hacemos tampoco puede durar dos horas haciendo el mismo

ejercicio por ejemplo el trabajo de piernas o abdominales

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:83 [entonces era habilidad, veloci..] (107:107) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

entonces era habilidad, velocidad, resistencia, que el salto como para que no se lastime, también como poner los brazos, como dar un bote también, no se pues como hay personas que por la pena tampoco lo hacen bien se lastiman, como por ejemplo a veces la cabeza la ponen recta y pues el cuerpo obviamente pues encima de la cabeza se lastiman

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:87 [hacemos el estiramiento de bra..] (111:111) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

hacemos el estiramiento de brazos, las piernas, bueno y después todos hacemos calentamiento, después ese día pusimos las colchonetas y nos sentamos, pues la profesora nos dejó, bueno hacer abdominales la cantidad que pueda en un minuto

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:80 [Estar en forma] (97:97) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Estar en forma

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:81 [Para tener buena condición fís..] (98:98) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Para tener buena condición física

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:82 [Para tener un buen rendimiento..] (99:99) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

Para tener un buen rendimiento físico

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:83 [Mantenerse alejado de los malo..] (100:100) (Super)

Códigos:[Actividad física y hábitos] [Aprendizajes de clase]

No memos

Mantenerse alejado de los malos hábitos

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:86 [Mi mama dice que en el juego s..] (105:105) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase] [Educación física y valores]

No memos

Mi mama dice que en el juego se conoce al caballero y digamos que debemos aprender a perder y a saber ganar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:92 [pues la educación física le ay..] (113:113) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]

No memos

pues la educación física le ayuda a controlar la respiración y aprender a respirar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:102 [Pues si a mí me parece chévere..] (127:127) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

Pues si a mí me parece chévere por lo que aprendemos a sacar físico, también aprendemos a controlar la respiración

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:65 [yo soy como muy nerviosa no ha..] (143:143) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

yo soy como muy nerviosa no hacia porque mis compañeros saltaban y daban como volteretas yo nunca ni un bote di.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:73 [Si pues hay veces uno coge com..] (157:157) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

Si pues hay veces uno coge como fuerza, agilidad

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:76 [como que uno hace bien los mov..] (165:165) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

como que uno hace bien los movimientos que hay veces en los que uno camina o corre y se le doblan los pies y ya en educación física o como que uno va apoyando los pies, ya como que uno sabe que movimientos son buenos y cuáles no.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:77 [la profesora Lorena dice que e..] (167:167) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

la profesora Lorena dice que en nuestro abdomen no tenemos que hablar o reírnos que siempre es con la boca cerrada hay compañeros a los que les da mucho baso cuando corren se van riendo van hablando y se cansan mucho, en cambio si uno se queda callado y toma aire y lo expulsa por la boca ya se mantiene más corriendo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:78 [Acá utilizo mucho lo de la res..] (169:169) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase]
No memos

Acá utilizo mucho lo de la respiración para no cansarme tanto y durar más tiempo haciendo abdomen.

Código: Autoestima y prácticas físicas {5-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:48 [o por la motivación y desmotiv..] (101:101) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación] [Autoestima y prácticas físicas]
No memos

por la motivación y desmotivación digamos por ejemplo hay personas que ven una gordita y le dicen se nota que usted nuca va a tener un buen cuerpo, y pues así como que le bajan el autoestima a uno y pues le dan ganas de comer mas

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:195 [cuando uno empieza a hacer eje..] (286:286) (Super)

Códigos:[Autoestima y prácticas físicas]
No memos

cuando uno empieza a hacer ejercicio sube la autoestima siempre va a estar con un buen ánimo yo soy re social con todo el mundo y yo siempre estoy feliz y cuando salgo del gimnasio siente uno lo rico que es entrenar siempre con mi buena actitud

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:13 [Por ejemplo cuando una persona..] (21:21) (Super)

Códigos:[Autoestima y prácticas físicas]
No memos

Por ejemplo cuando una persona tiene exceso de peso o está mal de peso, entonces corriendo y haciendo Actividad física quema calorías y la salud también es algo de la mente entonces si uno está en un deporte eso le ayuda en la autoestima de uno

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:10 [las personas obesas si hacen e..] (26:26) (Super)

Códigos:[Autoestima y prácticas físicas]
No memos

las personas obesas si hacen ejercicios no se van a sentir acomplejadas por lo que les dicen los demás y bueno ayudarían a fortalecerse y demás.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:121 [no es hacer ejercicio para que..] (148:148) (Super)

Códigos:[Autoestima y prácticas físicas]
No memos

no es hacer ejercicio para que los demás lo vean bien si no es para que te sientas bien contigo.

Código: de la clase de educación física {9-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:79 [como para mantenernos más acti..] (153:153) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]
No memos

como para mantenernos más activos en las clases porque después de una clase de educación física uno como que ya no se cansa tanto

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:81 [es para mejorar nuestra activi..] (156:156) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]
No memos

es para mejorar nuestra actividad física y pues aprender más en deportes, porque yo llevo toda mi vida acá y en la otra sede nos hacían como correr, en cambio cuando llegue a esta sede cada año es un deporte diferente la vez pasada fue baloncesto esta voleibol así, me parece que es bueno, pero depende de algunos profesores que la clase sea chévere

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:52 [Pues sí, en caso de que yo jug..] (91:91) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física] [Educación física como deporte]
No memos

Pues sí, en caso de que yo jugara futbol o jugara volibol, que ese fuera el deporte que me gustara, pues por decirlo conocer las reglas, porque esos son los trabajos teóricos que nos dejan en clase de educación física, entonces uno ya cuando va a jugar uno ya sabe no podemos hacer esto pues

porque es una sanción o algo y ya yo creería que solo eso porque no creería más.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:83 [uno va creciendo y se siente m..] (105:105) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]

No memos

uno va creciendo y se siente mal o sea se acompleja entonces de cierta forma en la clase uno también aprende que pues es su cuerpo si uno quiere ser flaco o eso uno deja de comer y hace ejercicio o algo así y ya eso también va en la personalidad.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:30 [como que si tú dices que no va..] (53:53) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación] [Beneficios de la clase de educación física]

No memos

como que si tú dices que no vas a poder pues obviamente no va a poder si alguien no le está como ayudando

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:158 [nosotros que estamos más estre..] (207:207) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]

No memos

nosotros que estamos más estresados debemos tener más tiempo para hacer ejercicio.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:93 [la educación física le ayuda a..] (113:113) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]

No memos

la educación física le ayuda a controlar la respiración y aprender a respirar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:99 [Me parece chévere por lo que c..] (124:124) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]

No memos

Me parece chévere por lo que compartimos con el resto del curso

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:112 [Si pues yo he leí que a lo que..] (239:239) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física]

No memos

Si pues yo he leí que a lo que uno corre tonifica las piernas y los glúteos.

Código: Características de las dietas {5-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:149 [Las dietas pueden ser buenas y..] (226:226) (Super)

Códigos:[Características de las dietas]

No memos

Las dietas pueden ser buenas y malas, buenas porque a uno le dicen que no consuma grasa y lo que no le sirve

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:138 [también serían las cantidades ..] (143:143) (Super)

Códigos:[Características de las dietas]

No memos

también serían las cantidades de la comida yo puedo comer algo rico pero no tengo que servirme

un platado de esos, sino puede ser un platico chiquito y me doy el gusto de probarlo y me quito el antojo y ya.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:153 [empieza a volverse un hábito y..] (153:153) (Super)

Códigos:[Características de las dietas]

No memos

empieza a volverse un hábito y empieza a gustar.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:133 [Si fuéramos a realizar una die..] (191:191) (Super)

Códigos:[Características de las dietas]

No memos

Si fuéramos a realizar una dieta debería hacerse porque alguien le sugiera el medico no sé, y eso que le hagan a uno controles no hacerla si control, y no hacer una dieta porque simplemente la gente me está diciendo algo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:137 [Las personas malentienden las ..] (193:193) (Super)

Códigos:[Características de las dietas]

No memos

Las personas malentienden las cosas piensan que hacer dieta es dejar de comer y no es dejar de comer sino saber come

Código: Clase e inclusión {2-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:100 [no son solamente para los que ..] (115:115) (Super)

Códigos:[Clase e inclusión]

No memos

no son solamente para los que son atléticos, que uno dice que físico, sino también para los que no les gusta mucho el ejercicio

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:61 [hay unos con los músculos meno..] (86:86) (Super)

Códigos:[Clase e inclusión]

No memos

hay unos con los músculos menos trabajados que otros entonces eso sería lo que más me gusta que nos pone aparte.

Código: Concepto de cuerpo ideal {17-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:77 [el cuerpo ideal es pues primer..] (159:159) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

el cuerpo ideal es pues primero que todo saludable, que no tenga como ningún problema, sería como un cuerpo perfecto, no sufrir de nada y nada, pues porque las personas así que sufren de diabetes y toda esa vaina que tienen cáncer como que se les dificulta mucho hacer las cosas y entonces un cuerpo ideal sería para mí sin ninguna enfermedad para uno poder moverse como quiera.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:118 [es lo que muchos queremos es d..] (131:131) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

es lo que muchos queremos es digamos así es como tener el cuerpo bien marcadito.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:119 [Bien marcado o sea cuidado sí ..] (133:133) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Bien marcado o sea cuidado si me hago entender, que uno igual también se cuida en la alimentación que sea muy saludable

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:120 [A mí pues que diga marcado pue..] (134:134) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

A mí pues que diga marcado pues no es que me guste mucho pero si hay cuerpos en los que tienen un vientre plano pero también curva, entonces eso es lo que para mí es un cuerpo ideal no tanto marcado porque digamos en un hombre si

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:125 [a mí no me gustan los hombres ..] (136:136) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

a mí no me gustan los hombres así muy musculosos, así de obsesivos que se le ven las venas, pero si un hombre que se le note que hace ejercicio, un hombre que se vea aseado, que este depiladito, para mi ese es el cuerpo ideal, un cuerpo no muy excesivo porque todo lo excesivo es malo pero si un cuerpo o sea marcadito bonito de un hombre y en una mujer pues también como dice 4 pues no muy así marcado en una mujer así que se le vean los cuadritos pero sí que se vea una figurita linda.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:92 [cuerpo ideal si no es como con..] (117:117) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

cuerpo ideal si no es como con el que cada persona se siente bien

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:96 [son los gustos pues es persona..] (119:119) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

son los gustos pues es personal

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:171 [Un cuerpo totalmente marcado m..] (226:226) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Un cuerpo totalmente marcado musculoso es un cuerpo que tenga salud bienestar.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:121 [Un cuerpo ideal es no estar go..] (161:161) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Un cuerpo ideal es no estar gordo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:122 [más bien es como que mi cuerpo..] (162:162) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

más bien es como que mi cuerpo me dé la posibilidad de hacer lo que quiero hacer, que si yo proyecto esto lo puedo hacer con mi cuerpo en donde yo quiera hacerlo, en mi cada en el colegio en mi barrio en donde yo quiera, salto laso, corro juego lo que yo quiera hacer

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:123 [A parte de la estatura y la fi..] (163:163) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

A parte de la estatura y la figura, también es como sentirse bien es decir sentirse saludable como no se hay gente que está bien pero no se sienten saludables y de todas maneras tener una figura bien, chévere saludable.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:125 [eso está muy guiado por lo que..] (177:177) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

eso está muy guiado por lo que dice la sociedad de que las personas tienen que ser delgadas y todo eso porque cada persona tiene sus condiciones y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:126 [Pues yo creo que la belleza se..] (178:178) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal] [Cuerpo y belleza]

No memos

Pues yo creo que la belleza se basa en tener una cara bonita y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:145 [Todas esas ideas las da la soc..] (208:208) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Todas esas ideas las da la sociedad

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:162 [on estigmas que le pone la soc..] (232:232) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Son estigmas que le pone la sociedad a uno para que seamos supuestamente una persona ideal porque debemos ser como ellos quieren que seamos

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:124 [Pues para mi tener buenas pier..] (265:265) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

Pues para mi tener buenas piernas, abdomen tonificado, buenos senos, como que los brazos también tonificados

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:125 [No tener enfermedades] (267:267) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal]

No memos

No tener enfermedades

Código: Contrás clase de Educación Física {4-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:80 [yo cuando termino la clase de ..] (154:154) (Super)**

Códigos:[Contrás clase de Educación Física]

No memos

Yo cuando termino la clase de educación física siempre termino cansada y con ganas de dormir, termino peor, entonces eso de que este como con más ánimo pues no.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:52 [Es un espacio en donde nos int..] (95:95) (Super)

Códigos:[Contrás clase de Educación Física]

No memos

Es un espacio en donde nos introducen en el mundo del deporte y de la actividad física, y nos instruyen en comprender y entender la actividad física

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:64 [me disgusta que a veces los pr..] (117:117) (Super)

Códigos:[Contrás clase de Educación Física]

No memos

Me disgusta que a veces los profesores ponen ejercicios y ahí se desinteresan de la clase ellos deberían hacer cosas que le gusten a uno y no dan tiempo para jugar y como para la clase solo tienen una hora a la semana me disgusta que no pueda aprovecharla bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:117 [que los trajes que los trofeos..] (128:128) (Super)

Códigos:[Contrás clase de Educación Física]

No memos

que los trajes que los trofeos y un montón de cosas, pues entonces digamos todo este tipo de cosas lo desanima mucho y pues el colegio tampoco te da el apoyo necesario para todo esto.

Código: Credibilidad en los gimnasios {10-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:102 [Si, muy bueno porque un entren..] (207:207) (Super)**

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Si, muy bueno porque un entrenador también estudia para eso y si estudia fisicoculturismo creo que se llama eso ya le dice a uno.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:103 [Que coma, que no coma, eso era..] (208:208) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Que coma, que no coma, eso era lo que hacia mi entrenador antes, 1 cómase esto ahorita y no se vaya mañana a comer esto, entonces yo le hacía caso y veía como que el cuerpo si lo recibía bien y las proteínas que le mandan y como te digo él estudió y como examinar el cuerpo porque me decía usted es delgado pero usted tiene un desarrollo de masa muscular rápido porque yo dure como tres meses en el gimnasio y apenas entre, entre alzando ochenta kilos en pierna.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:136 [cuando uno va a coger masa mus..] (305:305) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

cuando uno va a coger masa muscular el musculo se desgarrar jaja y a medida que va sanando pues ahí va teniendo masa muscular entonces pues eso es lo que pasa cuando salgo a practicar siempre se me rompen los músculos jaja y pues ya siento la fuerza si siento que estoy más acuerpado y eso y pues el gimnasio.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:46 [el gimnasio pues uno extraña a..] (83:83) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

El gimnasio pues uno extraña arto eso y aprovechar el tiempo, porque yo llego a la casa hago tareas y solo me quedo chateando, es mejor gastar el tiempo de una manera buena

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:114 [además de tonificar y todo eso..] (202:202) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Además de tonificar y todo eso, al lado hacían aeróbicos, siempre era un grupo grande y eso sudaban y todo eso, se veía que tenían el empeño pues para bajar de peso, yo tenía amigos allá y había un man así con artos músculos entonces me decían que el antes era flaquito y chiquito

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:106 [mejor cuando es entrenador per..] (130:130) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

mejor cuando es entrenador personal porque pues te dice lo que comas pues a qué horas por ejemplo comer y hacer ejercicio que tipos de ejercicios también son para ti porque no todos los ejercicios le sirven a una persona para adelgazar porque pues el cuerpo de cada quien es diferente pero en si lo que he visto así por encimita es chévere pero a veces exigen mucho

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:83 [en cambio en el gimnasio se ve..] (113:113) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

en cambio en el gimnasio se ven muchas personas que se inyectan y eso no es natural.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:202 [Por ejemplo a mí la doctora me..] (257:258) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Por ejemplo a mí la doctora me mando una dieta la seguí pero no me sirvió en cambio la de

mis entrenadores si me ha servido demasiado.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:205 [los entrenadores me dijeron qu..] (261:261) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Los entrenadores me dijeron que no comer comida chatarra grasa no todo eso que comer comidas saludables ensaladas yo combino las dos hago ejercicio y hago dieta.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:133 [Pues es he visto, pero nunca h..] (277:277) (Super)

Códigos:[Credibilidad en los gimnasios]

No memos

Pues es he visto, pero nunca he ido a un gimnasio, si me gustaría ir a uno Ya que como que le

exigen a uno para que uno quede bien

Código: Cuerpo idea superficial {12-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:124 [pues uno es muy superficial pe..] (200:200) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

pues uno es muy superficial pero es así bien lindo guau.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:159 [los muchachos de nuestra edad ..] (239:239) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Los muchachos de nuestra edad eso es por darle gusto a la sociedad uno sabe que no es por ellos mismos o por la salud

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:167 [lo que pasa es que uno dice yo..] (250:250) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Lo que pasa es que uno dice yo me siento bien así, pero uno también dice a mi encantaría que a mi ese vestido me quedara como el de esa vieja entonces uno no compra un vestido de una talla más grande sino que compra uno de talla más pequeña, yo de aquí a la fiesta de quince años voy a hacer ejercicio y eso los rebajo

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:81 [a nivel de imagen que se le no..] (162:162) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

a nivel de imagen que se le noten los músculos...

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:82 [ah sí pero no en extremo ya en..] (163:163) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

ah sí pero no en extremo ya en extremo como que se ve muy modificado, así normalito que chévere uno ahí tengo buen abdomen o tengo espalda o bíceps es chévere pero así ya que en exceso que como esos fisicoculturistas de esos que se inyectan y eso para versen así extremadamente musculosos, huy... no eso sí me parece una boleta.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:134 [las mujeres y hasta uno también..] (295:295) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

las mujeres y hasta uno también no te lo niego busca como algo de buen físico que sea del agrado de uno, ah esta pelada esta bonita, que tiene piernitas tiene bubis y uno dice huy si la pelada y eso ya como que se convierte en una costumbre.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:96 [Si ahorita es como que la mayo..] (170:170) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Si ahorita es como que la mayoría quieren verse a la moda, todo lo que utilizan las personas lindas

ellos quieren verse así la ropa y todo eso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:124 [En un hombre tiene que ser per..] (136:136) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

En un hombre tiene que ser perfecto

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:95 [el cuerpo ideal para una socie..] (117:117) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

El cuerpo ideal para una sociedad es que sea flaquita, que tenga el abdomen marcadito no tanto porque parece hombre, que tenga los glúteos tonificados, que no tenga celulitis ni nada de eso.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:132 [porque uno tiene buen cuerpo o..] (162:162) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Porque uno tiene buen cuerpo o si unos buenos glúteos entonces son como hay la niña más linda o la de más cola y eso entonces búsquemela a ella

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:173 [una mujer no tiene que ser fla..] (227:227) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Una mujer no tiene que ser flaca ni gordita, debe ser normal porque hay unas niñas que tiene esa imagen y dejan de comer y tienen desórdenes alimenticios buscando supuestamente el cuerpo perfecto pero no lo es.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:24 [Como mostrar su cuerpo que lo ..] (38:38) (Super)

Códigos:[Cuerpo idea superficial]

No memos

Como mostrar su cuerpo que lo miren.

Código: Cuerpo ideal hombres {7-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:102 [Pues a mi edad sería que tuvie..] (180:180) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

Pues a mi edad sería que tuviera buena masa muscular porque las niñas lo tocan a uno así y le tocan las abdominales y a ellas les gusta y a veces lo molestan a uno , por ejemplo un chino que es flaquito y alto le dicen que usted es solo huesos lo molestan arto

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:103 [Pues ella le tocan a uno el ab..] (182:182) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

Pues ella le tocan a uno el abdomen y les gusta aunque yo no tengo casi musculo pero si ellas dicen que haga ejercicio y todo eso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:121 [un cuerpo ideal no tanto marca..] (134:134) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

Un cuerpo ideal no tanto marcado porque digamos en un hombre si , pero obviamente hay personas que les encanta

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:126 [pero si un hombre que se le no..] (136:136) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

pero si un hombre que se le note que hace ejercicio, un hombre que se vea aseado, que este depiladito, para mi ese es el cuerpo ideal, un cuerpo no muy excesivo porque todo lo excesivo es malo pero si un cuerpo o sea marcadito bonito de un hombre

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:130 [para mí el cuerpo ideal es que..] (139:139) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

Para mí el cuerpo ideal es que no sea por ejemplo un hombre desgalamido pero que tampoco sea marcado, un hombre marcado se ve horrible de competencia esas piernotas se ven horribles, pero que si tenga sus musculitos en las piernas, que tenga buena colita, el abdomen que no sea tan marcadísimo pero que si se le vean sus entraditas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:99 [no se mi novio él también es d..] (124:124) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

no se mi novio él también es deportista y pues él es tonificado pero también he tenido amigos y novios normales, son flaquitos pero tampoco es que estén súper marcados entonces no pues tampoco me gustaría que estuvieran así marcados que ya pues no se no me da esa atracción, pero normales mejor dicho.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:180 [Según la sociedad un hombre se..] (231:231) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal hombres]

No memos

Según la sociedad un hombre sea musculoso marcado, para mí lo que da a entender la sociedad es así, grande musculoso marcado

Código: Cuerpo ideal y aceptación {15-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:134 [para nosotras es tener las med..] (211:211) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

Para nosotras es tener las medidas re bien como las de una reina pero cuando que tengan senos grandes cola grande pero al fin y al cabo uno se tiene que aceptar como es.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:142 [pues yo creo que la sociedad n..] (220:220) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

Pues yo creo que la sociedad nunca está contenta con nada entonces si es gordito porque es gordito y si es flaco porque es flaco y si tiene senos grandes la tildan de algo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:143 [si uno no se acepta a si mismo..] (221:221) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

si uno no se acepta a si mismo le va a importar lo que digan las personas así se desmotiva y baja la autoestima

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:92 [No es como tener ya una cara b..] (162:162) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

No es como tener ya una cara bonita que le guste a todo el mudo pues no a todo el mundo le va a gustar porque cada uno tiene sus gustos ,

P 4: Transcripción entrevista individual 2...docx - 4:134 [No tengo nada mal y tengo mi c..] (240:240) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

No tengo nada mal y tengo mi cuerpo sano, no soy tan gordo ni tampoco tan flaco

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:93 [si digamos yo soy gordita y me..] (117:117) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

si digamos yo soy gordita y me siento bien y pienso que es mi cuerpo ideal pues normal pues en si yo digo que es por persona

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:130 [por fuera todos somos diferent..] (160:160) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

Por fuera todos somos diferentes en físico, pero en el interior todos somos iguales pueda que sea la más linda, la más alta, la más tonificada pero si tiene una personalidad fea no respeta, es grosera con las demás personas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:183 [Una mujer el cuerpo ideal debe..] (232:232) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

Una mujer el cuerpo ideal deber como ella se sienta bien si esta gordita que ella se sienta bien, lo que la sociedad diga, lo que importa es como la personan se siente bien

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:187 [No, lo que digo juemadre jean ..] (240:240) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

No, lo que digo juemadre jean tan bonito y ya no me queda.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:192 [hay personas que se expresan h..] (244:244) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

Hay personas que se expresan hay usted es un gordo que usted tal cosa pues no se vale porque cada persona es libre de hacer con su cuerpo si es gordo es gordo es gordo si es flaco es flaco y si no pues no

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:209 [pero nunca me he sentido mal p..] (266:266) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

pero nunca me he sentido mal porque sé que es mi cuerpo y no voy a dejar de cambiarlo por esa blusa que no me quedo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:212 [ya ahorita hay ropa para gente..] (267:267) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

ya ahorita hay ropa para gente gordita yo veo en los centros comerciales ya las tiendas atienden a los gorditos.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:131 [: Pues no sé, yo no miro tanto..] (187:187) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

: Pues no sé, yo no miro tanto eso, realmente no me preocupa

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:136 [yo pienso que es mejor uno est..] (192:192) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

yo pienso que es mejor uno estar bien con su cuerpo para poder realizar todo lo que uno necesita,

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:104 [No si soy blanca pues que pasa..] (225:225) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y aceptación]

No memos

No si soy blanca pues que pasa porque antes con las sudadera me siento como incomoda porque hay veces el sudor se le pega a la sudadera me gusta recibir frio en las piernas.

Código: Cuerpo ideal y mujer {19-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:131 [tener buena salud y por otro l..] (209:209) (Super)**

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

tener buena salud y por otro lado ser así súper linda.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:132 [como una paisa.] (210:210) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

como una paisa.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:133 [para nosotras es tener las med..] (211:211) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Para nosotras es tener las medidas re bien como las de una reina pero cuando que tengan senos grandes cola grande pero al fin y al cabo uno se tiene que aceptar como es.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:85 [un cuerpo ideal para una mujer..] (167:167) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Un cuerpo ideal para una mujer noventa sesenta noventa jaja, si ósea que tenga de todo un poquito jaja, que tenga piernitas que tenga...

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:86 [Como te digo noventa sesenta n..] (171:171) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Como te digo noventa sesenta noventa así como que sean bien cuidaditas.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:100 [Que no se vea como una niña ch..] (176:176) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Que no se vea como una niña chiquita de doce años, sino que se vea bien se arregle bien que no se eche a cada ratico labial rojo, algunas se ven bien pero otras se ven mal, que no se vea desteñida, desarreglada, pero que tampoco se exceda en el maquillaje que se preocupe por verse bien que se arregle bien que tenga una buena personalidad

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:101 [Que este desarrolladita jajajaja.] (178:178) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Que este desarrolladita jajajaja

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:130 [A mí me importa la comunicació..] (232:232) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

A mí me importa la comunicación y como sean, pero la mayoría de personas y yo también escogería la más bonita.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:122 [hay mujeres que se ven muy bie..] (134:134) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

hay mujeres que se ven muy bien pero a mí en lo personal no me gustaría así súper marcado sino más bien ser delgada pero con figura porque o si no mejor me quedo así, mejor porque si no hay figura no hay nada.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:127 [en una mujer pues también como..] (136:136) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

En una mujer pues también como dice 4 pues no muy así marcado en una mujer así que se le vean los cuadritos pero sí que se vea una figurita linda.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:131 [en una mujer yo pienso que él ..] (139:139) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

En una mujer yo pienso que el cuerpo ideal no es en una mujer así súper flaca sino que tenga su cinturita porque no sé, es que una mujer con carne se ve más rica... más linda perdón o sea se ve

más linda...

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:178 [en el caso de uno como mujer a..] (181:181) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

En el caso de uno como mujer a veces piensa uno que si yo no me pongo mi cuerpo así este hombre no me acepta

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:102 [Sí que sea tonificado pues tam..] (126:126) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Sí que sea tonificado pues tampoco como las fisicoculturistas es decir no me parece que una mujer tenga que verse igual que un hombre solo por un concurso o algo pues yo creo que ellas no se sienten muy bien con eso pues yo sé que es solo por el dinero y la fama pero no me parece que por eso el cuerpo de la mujer se tenga que ver igual que el del hombre.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:131 [Si, pues yo me he relacionado ..] (162:162) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Si, pues yo me he relacionado bien con las personas soy muy sociable, pero digamos ahora los chicos se acercan más a mi cuerpo y pues a mí me da a veces como coraje porque solo lo buscan a uno para jugar

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:172 [Lo que ha dicho la sociedad de..] (227:227) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Lo que ha dicho la sociedad de las mujeres que sean flacas marcadas de tener la cara delgada de tener todo perfecto cuando no es así, una mujer no tiene que ser flaca ni gordita

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:177 [como ahora la sociedad como di..] (228:228) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Como ahora la sociedad como dice 9 todas las mujeres deben ser delgadas pero que están diciendo como usted es mujer no puede comer ciertas cosas, esas ciertas cosas lo descalcifican a uno entonces las niñas desde muy jóvenes desde quince o cuando diga la sociedad van a estar descalcificadas con un montón de cosas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:181 [las mujeres son dos tipos yo l..] (231:231) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

las mujeres son dos tipos yo le veo así cintura delgada buen busto buena cola y la otra a llegar a la delgadez absoluta.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:182 [Una mujer el cuerpo ideal debe..] (232:232) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Una mujer el cuerpo ideal deber como ella se sienta bien si esta gordita que ella se sienta bien, lo que la sociedad diga, lo que importa es como la personan se siente bien gordita como se sienta bien

cada quien sin importar lo que diga la sociedad.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:124 [Para una mujer es que tengan u..] (166:166) (Super)

Códigos:[Cuerpo ideal y mujer]

No memos

Para una mujer es que tengan un buen abdomen, que se arregle bien, que sea delgada y así plena

Código: Cuerpo perfección y obsesión {4-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:140 [si porque hay personas que se ..] (218:218) (Super)

Códigos:[Cuerpo perfección y obsesión]

No memos

Si porque hay personas que se meten en la cabeza que si no tienen un cuerpo perfecto no van a ser buenos en nada se sacrifican mucho por ser perfectas se obsesionan por tener un cuerpo de ensueño

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:141 [: yo creo que hay personas que..] (219:219) (Super)

Códigos:[Cuerpo perfección y obsesión]

No memos

: Yo creo que hay personas que se obsesionan con este tema que lo pueden hacer llevar mal en temas d salud, como es que una persona que sea gorda mantienen haciendo mucho ejercicio eso lo puede llevar a un cansancio agotador muy fuerte

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:95 [Si y más que todo las personas..] (168:168) (Super)

Códigos:[Cuerpo perfección y obsesión]

No memos

Si y más que todo las personas que no han sido como aceptadas por su físico, se obsesionan porque las personas por ejemplo que son gorditas y se metieron a un gimnasio ahora quieren ya adelgazar mucho y se van al extremo y se vuelven anoréxicas o bulímicas

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:174 [Lo que ha dicho la sociedad de..] (227:227) (Super)

Códigos:[Cuerpo perfección y obsesión]

No memos

Lo que ha dicho la sociedad de las mujeres que sean flacas marcadas de tener la car delgada de tener todo perfecto cuando no es así, una mujer no tiene que ser flaca ni gordita, debe ser normal porque hay unas niñas que tiene esa imagen y dejan de comer y tienen desórdenes alimenticios buscando supuestamente el cuerpo perfecto pero no lo es.

Código: Cuerpo y autoestima {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:144 [i uno no se acepta a si mismo ..] (221:221) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

Uno no se acepta a si mismo le va a importar lo que digan las personas así se desmotiva y baja la autoestima y si uno baja la autoestima que ganas le va a dar de hacer ejercicio la poca disposición a

hacer ejercicio y tener un peso que no sea tan bastante ni tan bajo para que las personas le digan que está bien y sigan juzgan por so lo ideal

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:99 [Cuando él se mira al espejo él..] (174:174) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

Cuando él se mira al espejo él dice huy parece estoy re gordo, pues él nunca se siente deprimido por eso, es todo chistoso

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:129 [pero eso se bien solo a una pe..] (230:230) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

pero eso se bien solo a una persona que tenga un buen físico, una persona que se llegue a poner eso y no le quede igual como que se le baja la autoestima porque no se le ve bien

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:98 [y pues si tiene bastante autoe..] (122:122) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

y pues si tiene bastante autoestima no importa si este gordito su personalidad es muy buena no se deja achantar.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:101 [a mí me dicen que tengo buen c..] (126:126) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

a mí me dicen que tengo buen cuerpo, pero el cuerpo se acaba entonces lo que quedan pues son los sentimientos, la mentalidad y la personalidad pero en sí que sea pues así como yo jaja flaquita normal

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:143 [Jaja pues no se es que me hici..] (176:176) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

Jaja pues no se es que me hicieron con mucho amor mis padres jaja,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:190 [Es que ahí es como cuestión de..] (243:243) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

Es que ahí es como cuestión de autoestima si tú vas a decir cómo voy a cambiar por esto o voy a cambiar por mí.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:191 [ya es un punto en que ellos em..] (244:244) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

ya es un punto en que ellos empiezan es como acomplejarse si uno es flaco y puede que uno se vea físicamente flaco o si uno se ve gordo pues eso es normal igual y no le interesa nadie por ejemplo si ella es flaca no le importa

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:130 [Pues eso depende de si usted s..] (185:185) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

Pues eso depende de si usted se quiere o no, usted no tiene por qué ponerle atención a lo que dicen los demás pues el que lo quiere a uno lo quiera así como es y si no es así pues esa persona vale muy poco

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:146 [A mí me parece que eso es auto..] (209:209) (Super)

Códigos:[Cuerpo y autoestima]

No memos

A mí me parece que eso es autoestima porque uno no tienen que estar esperando que los demás me miren el cuerpo uno y que les guste o algo así, debo tener en cuenta lo que me parece a mí y ya

Código: Cuerpo y belleza {2-0}

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:126 [Pues yo creo que la belleza se..] (178:178) (Super)

Códigos:[Concepto de cuerpo ideal] [Cuerpo y belleza]

No memos

Pues yo creo que la belleza se basa en tener una cara bonita y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:127 [Digamos que se vas en una pres..] (181:181) (Super)

Códigos:[Cuerpo y belleza]

No memos

Digamos que se vas en una presencia pero por ejemplo si esa persona es una porquería de que le sirve tener una buena presencia

Código: Cuerpo y educación {3-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:146 [pues yo pienso que eso ya es u..] (223:223) (Super)

Códigos:[Cuerpo y educación]

No memos

Pues yo pienso que eso ya es un cuento de la autoestima de cómo lo eduquen a uno si lo puede afectar un poco la sociedad pero si uno tuene la mentalidad de que está bien así no hay problema

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:160 [no me parece que una persona t..] (161:161) (Super)

Códigos:[Cuerpo y educación]

No memos

no me parece que una persona tenga que definir su profesión por su físico

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:133 [los chicos si huy está bien bo..] (164:164) (Super)

Códigos:[Cuerpo y educación]

No memos

los chicos si huy está bien bonita que no sé qué pero en si yo no les pongo cuidado jaja solo a mi novio le pongo cuidado.

Código: Cuerpo y enfermedad {4-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:127 [es un cuerpo que esté libre de..] (204:204) (Super)

Códigos:[Cuerpo y enfermedad]

No memos

es un cuerpo que esté libre de enfermedades.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:129 [un cuerpo no saludable es que ..] (206:206) (Super)

Códigos:[Cuerpo y enfermedad]

No memos

un cuerpo no saludable es que tenga que hacer las pruebas y no el aguante, que se acelere y que no pueda hacer las cosas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:78 [no sufrir de nada y nada, pues..] (159:159) (Super)

Códigos:[Cuerpo y enfermedad]

No memos

no sufrir de nada y nada, pues porque las personas así que sufren de diabetes y toda esa vaina que tienen cáncer como que se les dificulta mucho hacer las cosas y entonces un cuerpo ideal sería para mí sin ninguna enfermedad para uno poder moverse como quiera.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:84 [ien pero hasta el punto que pu..] (165:165) (Super)

Códigos:[Cuerpo y enfermedad]

No memos

Pero hasta el punto que pueda soportar el cuerpo, ya no excederlo porque ya eso sería malo y eso trae lo que te digo enfermedades pues un cuerpo con enfermedades para qué

Código: Cuerpo y mensajes televisivos {17-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:165 [la televisión nos está vendien..] (247:247) (Super)**

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

La televisión nos está vendiendo mujeres delgadas

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:166 [a veces si a veces no ya depen..] (249:249) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

A veces si a veces no ya depende del punto de vista de la persona

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:127 [si uno se esfuerza a hacerlo b..] (277:277) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Si uno se esfuerza a hacerlo bien pues uno puede quedar así, pero eso que dicen que esas mujeres han bajado no sé cuantos kilos eso es pura mentira porque eso ya es viejo así mujeres que llevan arto tiempo haciendo eso y ya las contratan como modelo para exponer el producto...

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:128 [yo nunca he visto una gordita ..] (279:279) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

yo nunca he visto una gordita o un gordito como que este ahí haciendo el ejercicio, no nunca

siempre es una mujer como te decía ahorita noventa sesenta noventa y un hombre así bien musculoso así con abdomen, pecho bien acuerpado.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:128 [porque si van a promocionar un..] (230:230) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Porque si van a promocionar unos bóxer tiene que ser una persona que tenga buen físico, está mal eso ese comercial debía ser para todas las personas, pero eso se bien solo a una persona que tenga un buen físico, una persona que se llegue a poner eso y no le quede igual como que se le baja la autoestima porque no se le ve bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:163 [Que siempre tiene que ser una ..] (163:163) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Que siempre tiene que ser una persona perfecta, una persona delgada, siempre la mayoría de veces tiene que ser delgada porque si es gorda no

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:164 [yo ni figura les veo pero les ..] (164:164) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Yo ni figura les veo pero les importa es que sea delgada y hay gente que digamos hay modelos esas top model esas viejas tanto que sufren y lloran y se cuidan y dejan de comer por dos semanas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:165 [os medios y la sociedad nos ve..] (166:166) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Los medios y la sociedad nos venden lo que ellos quieren, que uno sea un flaco ahí desgalamido

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:127 [porque hay están como discrimi..] (158:158) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Porque hay están como discriminando a las personas de sobre peso

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:128 [no puedes ser nada porque eres..] (158:158) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

no puedes ser nada porque eres un poco gorda

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:208 [Pues digamos así en los comerc..] (266:266) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Pues digamos así en los comerciales son muy pocas las personas que son como de contextura gruesa siempre yo he visto que son las delgadas y los hombres que tengan el cuerpo marcado, muy poco he visto cuerpos gorditos o de contextura normal

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:211 [Por ejemplo en una novela van ..] (267:267) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Por ejemplo en una novela van a buscar siempre a la persona gruesita gordita para hacerle bullying para que la traten mal

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:214 [En las tiendas consigues todo ..] (269:269) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

En las tiendas consigues todo para delgados lo más irónico de esta vida es que veo esos comerciales de fajas que ponen a las viejas delgadísimas con las fajas

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:215 [Cuando están vendiendo las faj..] (270:270) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Cuando están vendiendo las fajas ponen a una mujer de un cuerpo de noventa sesenta noventa en vez de poner a una mujer que sea gordita y le sirva la faja.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:216 [Los medio de comunicación nos ..] (271:271) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Los medio de comunicación nos venden a nosotros ese tipo de información de mujer ideal y de hombre ideal porque si él quiere bajar entonces empiezan vender una proteína para bajar y para aumentar nos están vendiendo y moldeando para vender.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:165 [Por ejemplo el comercial de no..] (240:240) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Por ejemplo el comercial de nosotras utiliza gente gordita, no he visto más

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:166 [Esos comerciales que para supu..] (241:241) (Super)

Códigos:[Cuerpo y mensajes televisivos]

No memos

Esos comerciales que para supuestamente perder peso y que para tener un cuerpo ideal en donde también promocionan las máquinas de ejercicio para tonificar y solo colocan flacas

Código: Cuerpo y oportunidades {12-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:163 [yo la verdad opino que es verd..] (245:245) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

yo la verdad opino que es verdad vivimos en una sociedad muy superficialidad entonces en un trabajo es un ejemplo, puedes ver que un jefe va a escoger a una secretaria muy bonita así no tenga mucha experiencia como la viejita, el preferiría la joven y linda.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:129 [ues a mis compañeras las que t..] (281:281) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Pues a mis compañeras las que tengo el acuerpadito, el gordito como que ah ese gordito no que pereza jaja.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:130 [Si pues para algunas personas ..] (285:285) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Si pues para algunas personas pero no todas las personas de éxito son las acuerpadas jaja.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:154 [Yo digo que es verdad, si uno ..] (155:155) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Yo digo que es verdad, si uno dice hay yo quiero ser modelo pues puede ser modelo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:155 [aunque la gente no lo admita t..] (156:156) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

aunque la gente no lo admita también es por el físico porque digamos si uno quiere actuar en un programa pero si en el programa dice que se necesitan una chica que sea de talla alta con figura y todo eso entonces tiene mucho que ver en eso si no tiene las curvas entonces no puede

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:156 [Yo digo que no creo mucho en el..] (158:158) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Yo digo que no creo mucho en eso pero diría que no van a buscar una persona que sea gorda o pues cosas así.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:157 [hay muchas personas que a uno ..] (159:159) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

hay muchas personas que a uno le miran más el físico y si dice huy este tiene severo físico y pues vamos a conquistárnoslo o así para que vean que uno tiene una persona con severo cuerpo, como restregárselo en la cara a algunas personas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:167 [desde que tenga un abdomen pla..] (167:167) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

desde que tenga un abdomen plano puede presumir cualquier ropa

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:207 [Por los estereotipos que manejan..] (264:264) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Por los estereotipos que manejan las empresas que necesitan una mujer bonita con un cuerpo bonito de buen aspecto para que llame la atención hacia su trabajo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:213 [Yo he visto anuncios que neces..] (268:268) (Super)

Códigos:[Cuerpo y oportunidades]

No memos

Yo he visto anuncios que necesitan modelos para atender pero que sean altas que usen tacones que tengan buen cuerpo para llamar la atención de los clientes y pues no me parece porque los gorditos también tienen derecho.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:163 [Yo creo que conseguir el traba..] (236:236) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y oportunidades]
 No memos

Yo creo que conseguir el trabajo no dependa de cómo se vean o de su físico sino como el conocimiento del trabajo y su actitud para el

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:164 [Depende el trabajo, porque si ..] (237:237) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y oportunidades]
 No memos

Depende el trabajo, porque si le toca un trabajo de actividad física, digamos por ejemplo si se presenta a trabajar en un bar allí no les va a importar si tiene conocimientos

Código: Cuerpo y reconocimiento {6-0}

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:134 [Yo pienso que si la tienen per..] (166:166) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]
 No memos

Yo pienso que si la tienen pero es menos el porcentaje de que le caigan jaja de que le pongan más atención

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:135 [veces se ofenden un poco las c..] (166:166) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]
 No memos

a veces se ofenden un poco las chicas con migo digamos porque tengo un buen cuerpo y a mí me gusta vestirme normal ósea si yo me siento bien con la ropa yo me la pongo pero a veces me dicen que no que mostrona, que porque tiene cola entonces yo pues no normal porque yo hago ejercicio y pues hay se nota el ejercicio

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:136 [Obviamente se va a marcar tamp..] (168:168) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]
 No memos

Obviamente se va a marcar tampoco me voy a poner ropa de hombre toda ancha, pues si yo me siento bien lo haría, pero no me gusta más vestirme femenino

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:138 [yo me siento bien y pues si da..] (168:168) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]
 No memos

yo me siento bien y pues si da un porcentaje más alto de que los hombres se sientan más atraídos hacia uno.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:144 [pues que soy alta, tengo glúte..] (176:176) (Super)
 Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]
 No memos

pues que soy alta, tengo glúteos grandes pues por lo que me han dicho jaja, pues también veo las piernas más tonificadas, se muestra el musculo en las piernas y los glúteos también están ya más tonificados, esta parte no se tonifica pero también tengo buen busto jaja y pues no fuerza me gusta

todo de mi cuerpo

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:138 [Pues la verdad a mí no me gust..] (285:285) (Super)

Códigos:[Cuerpo y reconocimiento]

No memos

Pues la verdad a mí no me gusta que los hombres me estén mirando, pues si eso es casi de toda mujer que le gusta que por lo menos le echen un piropo a uno pero tampoco porque es que los hombres se pasan de pasan de morbosos con uno

Código: Cuerpo y salud {9-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:125 [un cuerpo ideal es que tenga s..] (201:201) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

Un cuerpo ideal es que tenga salud y no exigirle tanto para que tenga la figura perfecta es como un equilibrio como el peso ideal que debería tener porque hay personas que se desvelan por la apariencia.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:126 [yo también creería que es por ..] (202:202) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

yo también creería que es por la salud que sea un cuerpo saludable ya que sin salud no hay ni puedes tener nada.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:128 [un cuerpo que no tenga enferme..] (205:205) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

un cuerpo que no tenga enfermedades.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:79 [es pues primero que todo salud..] (159:159) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

es pues primero que todo saludable, que no tenga como ningún problema, sería como un cuerpo perfecto, no sufrir de nada y nada

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:91 [tener un cuerpo sano mantenerse..] (162:162) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

Tener un cuerpo sano mantenerse siempre saludable porque más allá de como uno lo vean es como uno se siente, siempre es mejor tener un cuerpo sano

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:133 [ahorita no me importa mucho con..] (238:238) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

ahorita no me importa mucho como me vea me preocupa más estar bien de salud

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:175 [El cuerpo ideal como decía 10 ..] (228:228) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

El cuerpo ideal como decía 10 es salud

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:186 [Pues por mi parte a mí me preo..] (238:238) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

Pues por mi parte a mí me preocupa es que esta mi salud, si me voy de sobrepeso hay juemadre, a mí no me preocupa tanto lo que digan los demás va a sonar grosero pero los del colegio no me dan para comer no me dan para vestir digamos no son nadie, pero digamos si estoy muy flaca pues estar en riesgo de anorexia o algo así.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:196 [que lo juzguen que lo acomplej..] (247:247) (Super)

Códigos:[Cuerpo y salud]

No memos

que lo juzguen que lo acomplejen sirve mucho porque uno no debe seguir comiendo hamburguesas empanada y todas esas cosas que afectan nuestro cuerpo que no nos alimentan y tampoco podemos ser muy flacas porque van a dañar nuestro cuerpo entonces esos comentarios de cierta manera esos comentarios así nos duelan nos edifican.

Código: Cuidado del cuerpo {42-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:135 [para mí el cuerpo ideal no es ..] (212:212) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

para mí el cuerpo ideal no es solo lo físico no depende solo del ejercicio sino también de una buena alimentación porque en si todos tenemos un cuerpo pues bien, han visto esos libros de ciencias en donde sale el cuerpo pues todo lo tenemos así pero la grasa no lo deja ver marcado. Entonces el cuerpo no se ve bonito

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:89 [al principio como que uno se d..] (181:181) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

al principio como que uno se deja llevar por la emoción de salir y no come entonces le da como la pálida y mi mamá me dice que tengo que comer, dice usted se va todo el día por allá y no come nada y la cantaletica ahí, pero si una buena alimentación es bueno.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:91 [Comer proteínas.] (183:183) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Comer proteínas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:92 [Si verduras, proteínas el arro..] (185:185) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Si verduras, proteínas el arrocito jaja.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:94 [la verdad el agua.] (191:191) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

La verdad el agua.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:95 [: Si, si claro es más yo salgo..] (193:193) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

: Si, si claro es más yo salgo con mi litro de agua cuando voy a montar

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:137 [habito saludable, tomar agua t..] (312:312) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

habito saludable, tomar agua tomo arta agua, si me hidrato mucho

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:104 [Pues haciendo actividad física..] (186:186) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Pues haciendo actividad física no metiéndose en vicios, porque por ejemplo el cigarrillo me han contado que a uno le hace tener menos físico y todo eso.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:106 [En la parte de la alimentación..] (190:190) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

En la parte de la alimentación como no consumir comida chatarra, comer saludable, tener siempre buenos horarios de comida y todo eso, por ejemplo yo no desayuno entonces espero el refrigerio y ya.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:107 [Si yo siempre que termino la c..] (192:192) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Si yo siempre que termino la clase de educación física voy al baño y tomo agua pues uno suda y pierde liquido entonces trato de hidratar, yo no traigo nunca hidratación y por eso me toca tomar agua del baño pero si me han dicho que uno no debe que tomar gaseosa ni tomar jugos de caja, solo jugos naturales

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:120 [Yo quiero pero a veces no, yo ..] (214:214) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo quiero pero a veces no, yo puedo, no desayuno solo tomo un refrigerio y en los horarios de almuerzo yo no almuerzo por el tiempo, porque ya me citaron papas por llegar tarde y no me queda tiempo de desayunar

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:123 [Pues yo aquí en el colegio tam..] (220:220) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Pues yo aquí en el colegio tampoco como nada solo el refrigerio y ya pero me da mucha hambre, yo juego voleibol cuando están almorzando todos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:124 [Cuando yo llego a la casa a mí..] (224:224) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Cuando yo llego a la casa a mí me gusta comer mucho por lo que aquí yo no como, yo llego allá y me compro pizza, hamburguesa de todo lo que halla , yo no como nada acá y a veces guardo el refrigerio del colegio y me lo como en la casa

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:136 [Me gusta mucho la fruta y me g..] (244:244) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Me gusta mucho la fruta y me gusta cuando mi mamá hace ensaladas, de resto no tengo muchos hábitos saludables, cómo todo lo que hay en la casa y el refrigerio que me dan acá

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:137 [Me gusta la pizza, las papas f..] (246:246) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Me gusta la pizza, las papas fritas que hace mi mamá, alitas BBQ, el desorden en la alimentación, yo intento comer pero no sé, la falta de Actividad física al menos una hora, esto le ayuda arto para uno estar bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:159 [si tú quieres ser modelo pero ..] (160:160) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

si tú quieres ser modelo pero te gustan las galguerías tienes que dejarlas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:168 [Yo diría que no solamente el c..] (169:169) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo diría que no solamente el cuerpo sino también la cara porque de que me sirve yo tener un cuerpazo si tengo una cara fea llena de granos que no me cuido nada creo que eso también tiene que ver ahí

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:169 [Pues los abdominales, las sent..] (171:171) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Pues los abdominales, las sentadillas, porque las sentadillas tienen que ver mucho con el abdomen, las piernas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:172 [Yo por lo menos salgo todos lo..] (174:174) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo por lo menos salgo todos los días a trotar alrededor de un conjunto

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:173 [yo lo que hago es ejercicio] (175:175) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

yo lo que hago es ejercicio

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:187 [Aparte de la actividad física ..] (191:191) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Aparte de la actividad física sería como algo que muchas personas no pueden hacer por culpa del trabajo, sería dormir bien, alimentarse saludablemente.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:103 [Comiendo bien, no exponiéndose..] (128:128) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Comiendo bien, no exponiéndose al sol mucho tiempo, usando bloqueador, tomando mucha agua, tampoco aplicarse muchos productos químicos por ejemplo el maquillaje me parece que es muy malo para la piel utilizar cremas humectantes para que la piel no ande reseca, también tomar agua y comer sano pues tú comes lo que te gusta pero pues tampoco en muchas cantidades y de igual forma haciendo ejercicios

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:176 [para mí el cuerpo ideal sería..] (228:228) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

para mí el cuerpo ideal sería por ejemplo que no fume si eso daña mucho que no tome

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:217 [Yo he hecho demasiado ejercici..] (273:273) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo he hecho demasiado ejercicio que hasta que hasta los entrenadores me han visto el cambio me ha dado más motivación para yo seguir con mi proceso de masa muscular porque ellos dicen que voy a quedar muy bien.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:218 [hacer lo de la danza me dio mu..] (274:274) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

hacer lo de la danza me dio muy duro porque son ejercicios de mucha resistencia física

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:219 [Yo para mejorar mi imagen corp..] (275:275) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo para mejorar mi imagen corporal hago mucho cardio porque yo quiero es quedar linda.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:220 [Yo por la mañana como cereal, ..] (278:278) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo por la mañana como cereal, por la mañana una fruta al almuerzo ensalada proteína y por ahí a las tres de la tarde comeré medias nueves nutritivo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:222 [yo estoy pesando cincuenta y c..] (284:284) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

yo estoy pesando cincuenta y cinco kilos y me decía que estaba muy bajita de peso porque mi peso

normal debía ser sesenta y el médico me dijo que era lo que estaba comiendo pero yo creo que fue ahorita que baje de peso porque no traigo almuerzo y llego de nuevo a la casa casi seis o siete de la noche no llego a almorzar sino a comer y acostarme entonces eso me afecta que baje de peso, pues a veces me siento que estoy bien pero me siento mejor cuando he empezado a comer normal

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:226 [no me levanto tan tarde a las ..] (290:290) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

no me levanto tan tarde a las diez sino por ahí a las ocho u ocho y media y nos vamos a trotar.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:227 [Por ejemplo yo prefiero agua q..] (291:291) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Por ejemplo yo prefiero agua que estar tomando jugos y eso yo creo al día me tomo unos tres litros de agua, como ensalada una buena alimentación

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:228 [Mis hábitos saludables yo no c..] (292:292) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Mis hábitos saludables yo no como panes yo no como arroz, ni papa, como más verduras una buena alimentación.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:61 [Yo hago abdominales.] (76:76) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo hago abdominales.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:60 [Saltar laso y sentadillas.] (77:77) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Saltar laso y sentadillas.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:171 [Pues yo consumo la proteína qu..] (248:248) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Pues yo consumo la proteína que me dan ¿eso es bueno?

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:172 [Yo me como una fruta al día y ..] (249:249) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo me como una fruta al día y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:173 [En cada comida una verdura sí ..] (250:250) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

En cada comida una verdura si ensaladas

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:174 [Yo tomo mucha agua] (251:251) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo tomo mucha agua

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:175 [Claro el aseo diario, la afeit..] (255:255) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Claro el aseo diario, la afeitadita el desodorante y todo eso lavarme los dientes...

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:128 [Tomando mucha agua, si yo tomo..] (271:271) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Tomando mucha agua, si yo tomo bastante agua, también en las comidas, les gusta comer mucho en la calle y uno no sabe si ese aceite es fresco o si esas comidas son limpias y también comer verduras muchas verduras

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:139 [Yo he hecho ejercicio la única..] (287:287) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Yo he hecho ejercicio la única dieta que he practicado es lo de no comer de noche

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:141 [Si yo normalmente cuido mi ali..] (291:291) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

Si yo normalmente cuido mi alimentación excepto los domingos pues mi novio me invita a comer la comida que a él le gusta como hamburguesa y comidas así chatarra

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:142 [si porque todos los días tomo ..] (294:294) (Super)

Códigos:[Cuidado del cuerpo]

No memos

si porque todos los días tomo agua consumo buena alimentación

Código: Currículos participativos {1-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:117 [me gustaría que le hicieran al..] (191:191) (Super)

Códigos:[Currículos participativos]

No memos

me gustaría que le hicieran al inicio del año hicieran una encuesta para preguntarnos que quisiéramos en ese período y que cada periodo cambiaran de temática si ganaron los de voleibol primero voleibol y así sucesivamente.

Código: Deporte competitivo {2-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:10 [pues he ganado muchas competen..] (7:7) (Super)

Códigos:[Deporte competitivo]

No memos

pues he ganado muchas competencias, he representado a Fontibón en corferias en el xtremefest quede de tercer lugar mucho jeje disfrute mucho.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:11 [el año pasado tuve un concurso..] (25:25) (Super)

Códigos:[Deporte competitivo]

No memos

el año pasado tuve un concurso en el cual gane, quede de primer lugar, porque fue mucha... ósea gane como un título de altura, me tire de como dos casi tres metros de vacío y tuve mucha adrenalina enserio llore de felicidad

Código: Deporte en el tiempo libre {5-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:22 [librar mi mente, por decirlo c..] (36:36) (Super)

Códigos:[Deporte en el tiempo libre]

No memos

librar mi mente, por decirlo cuando me siento muy estresado u ocupar mi tiempo libre por decirlo cuando no tengo tareas

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:25 [es mi tiempo libre, montar, ap..] (44:44) (Super)

Códigos:[Deporte en el tiempo libre]

No memos

es mí tiempo libre, montar, aprovechar ya que no estoy trabajando pues porque antes trabajaba y no podía, pero pues como no estoy trabajando en estos momentos entonces ahora lo disfrute mucho los fines de semana porque es todo el día.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:133 [voy a ir a divertirme a montar..] (291:291) (Super)

Códigos:[Deporte en el tiempo libre]

No memos

voy a ir a divertirme a montar porque sé que me divierto con eso, entonces ya sería eso como un hobby pero el éxito si es el estudio siempre me lo ha dicho mi mamá y yo lo llevo acá...

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:186 [Yo más que todo soy una person..] (190:190) (Super)

Códigos:[Deporte en el tiempo libre]

No memos

Yo más que todo soy una persona que le gusta mucho el deporte y he practicado béisbol, basquetbol, voleibol, natación, práctico tenis, creo que me falta alguno y estoy en un equipo de futbol en el que ya llevo más o menos ocho años

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:9 [Pues entreno lunes y miércoles..] (19:19) (Super)

Códigos:[Deporte en el tiempo libre]

No memos

Pues entreno lunes y miércoles y los sábados salgo del colegio y de una vez a entrenar hasta las seis de la tarde.

Código: Deporte formativo {7-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:8 [Pues yo cuando era chiquito y ..] (13:13) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

Pues yo cuando era chiquito y hace como dos años yo estaba en escuelas de formación

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:9 [En futbol y me gusta más que t..] (15:15) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

En futbol y me gusta más que todos, en voleibol soy más o menos bueno, pero en voleibol no he estado en escuelas ni en campeonatos ni nada

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:49 [Eso si no me tocaría ir hasta ..] (89:89) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

Eso si no me tocaría ir hasta el recodo allí es donde yo entrenaba antes, me queda lejos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:50 [Hay una escuela de patinaje qu..] (91:91) (Super)

Códigos:[Deporte formativo] [Espacios para realizar actividad física]

No memos

Hay una escuela de patinaje que funciona hay en la cancha

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:7 [Con guayos y todo. Pues entren..] (19:19) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

Con guayos y todo. Pues entreno lunes y miércoles y los sábados salgo del colegio y de una vez a entrenar hasta las seis de la tarde

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:10 [Llevo ya desde septiembre, oct..] (23:23) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

Llevo ya desde septiembre, octubre, noviembre, diciembre, enero, febrero y marzo siete meses.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:37 [el primer día estaba mal el pr..] (62:62) (Super)

Códigos:[Deporte formativo]

No memos

el primer día estaba mal el primer día que llegue pero ya me acogieron muy bien en la escuela hasta ahora voy bien.

Código: Deporte medio para socializar {9-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:8 [Pues en el sentido como usted ..] (28:28) (Super)**

Códigos:[Actividad física como deporte] [Deporte medio para socializar]

No memos

Pues en el sentido como usted lo decía cuando jugamos un deporte o hacemos un deporte nos integramos más con otras personas y conocemos y socializamos mas

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:194 [eso depende el deporte, si es ..] (285:285) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

eso depende el deporte, si es un deporte de grupo, pues se tienen que hablar tienen que socializar, digamos que solo ejercicio, uno entrenar pesas puede uno estar alejado de todo el mundo depende de las personas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:15 [En estos cuatro años que he ll..] (25:25) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

En estos cuatro años que he llevado montando he viajado mucho a muchos lugares y uno conoce muchas personas de las cuales de todas uno aprende cosas nuevas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:43 [Entonces yo salía iba ahí y pu..] (81:81) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

Entonces yo salía iba ahí y pues ya tenía amigos o que uno iba antes y se acordaban de uno y me decían flaco en futbol y que falco venga para aquí y pues ahí uno jugaba, juega micro, me gusta mucho jugar micro y volibol también.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:46 [y así y no pues las amistades ..] (85:85) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

y así y no pues las amistades están en todo lado, entonces allá tenía mis amigos y uno llegaba y se divertía.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:7 [Pues yo cuando era chiquito y ..] (13:13) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

Pues yo cuando era chiquito y hace como dos años yo estaba en escuelas de formación y yo pues hice artos amigos allá

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:18 [ues si desde que juego microfú..] (39:39) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

ues si desde que juego microfútbol he conseguido muchos amigos hombres, chicas también he conocido no muchas por lo que no casi no se ve pero ahorita en el futbol también he conocido mucha gente pues futbolista y pues bien me integro muy bien siempre con las personas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:19 [En lo social sí.] (41:41) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

En lo social sí.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:38 [ya me acogieron muy bien en la..] (62:62) (Super)

Códigos:[Deporte medio para socializar]

No memos

ya me acogieron muy bien en la escuela hasta ahora voy bien.

Código: Deporte vs lesiones {3-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:2 [en los años 2013 que empecé a ..] (5:5) (Super)

Códigos:[Deporte vs lesiones]
No memos

en los años 2013 que empecé a practicar BMX, pues para mí es un deporte muy divertido que en serio disfruto mucho haciéndolo he tenido muchas lesiones demasiadas diría yo, una cada mes, una por semana e inclusive ahorita estoy lesionado del tobillo derecho y mi lesión más grande ha sido que tuve un trauma craneoencefálico leve.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:3 [si, por convulsión tuve una ca..] (7:7) (Super)

Códigos:[Deporte vs lesiones]
No memos

si, por convulsión tuve una caída muy fuerte el año pasado me caí pues de frente contra el pavimento y pues no estaba usando casco ni nada y pues tuve ahí ese problemita, pero sin embargo me gusta mucho enserio disfruto mucho pues he ganado muchas competencias, he representado a Fontibón en corferias en el xtremefest quede de tercer lugar mucho jeje disfruto mucho.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:17 [para mi si, cien por ciento, a..] (29:29) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud] [Deporte vs lesiones]
No memos

Para mi si, cien por ciento, a menos de que como en mi caso una lesión, si uno se lesiona, estoy así como medio cogito hace 20 días tuve una caída fuerte, y si, pero es lo único que como que es malo.

Código: Deporte y comportamiento {2-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:16 [sí, para el comportamiento a v..] (27:27) (Super)

Códigos:[Deporte y comportamiento]
No memos

sí, para el comportamiento a veces frente en la sociedad o para el deporte pero aprende uno arto.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:149 [en los partidos si tomo y lleg..] (182:182) (Super)

Códigos:[Deporte y comportamiento]
No memos

en los partidos si tomo y llego con tufo al entrenamiento con dolor de cabeza, digamos los de sustancias psicoactivas no van a dar el mismo rendimiento en entrenamiento, entonces no me gustaría me veo mejor así.

Código: Deporte y desarrollo corporal {3-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:26 [yo pienso que solo físico por ..] (68:68) (Super)

Códigos:[Deporte y desarrollo corporal] [Ganacias de la actividad física]
No memos

yo pienso que solo físico porque lo ejercita todo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:27 [yo creo que en algunos deporte..] (70:70) (Super)

Códigos:[Deporte y desarrollo corporal]

No memos

yo creo que en algunos deportes hay músculos que se sobresaltan más que otros en el voleibol más manos en el futbol las piernas, en el basquetbol las piernas también y los brazos entonces digamos como que no se el cerebro se utiliza como para pensar una estrategia, pienso que esa es al función.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:33 [porque quiere sacar cola o porq..] (55:55) (Super)

Códigos:[Deporte y desarrollo corporal]

No memos

porque quiere sacar cola o porque los hombres la vean o así pues eso a mí me dicen a veces, por eso lo hace solo juega futbol para sacar cola o algo así.

Código: Deporte y disminución de la tensión {2-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:6 [Pues en mi caso a mí me gusta ..] (11:11) (Super)

Códigos:[Deporte y disminución de la tensión]

No memos

Pues en mi caso a mí me gusta mucho el futbol y pues si yo estoy estresado y me dicen que valla a jugar pues voy y me desestreso de todo eso,

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:14 [Si señora mucho porque uno des..] (34:34) (Super)

Códigos:[Deporte y disminución de la tensión]

No memos

Si señora mucho porque uno despeja mucho la mente cuando está haciendo el deporte.

Código: Deporte y diversión {3-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:1 [empecé a practicar BMX, pues p..] (5:5) (Super)

Códigos:[Deporte y diversión]

No memos

empecé a practicar BMX, pues para mí es un deporte muy divertido que en serio disfruto mucho haciéndolo he tenido muchas lesiones demasiadas diría yo, una cada mes, una por semana e inclusive ahorita estoy lesionado del tobillo derecho y mi lesión más grande ha sido que tuve un trauma craneoencefálico leve.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:14 [las experiencias que uno vive,..] (25:25) (Super)

Códigos:[Deporte y diversión]

No memos

las experiencias que uno vive, la gente que conoce los lugares, pues yo he viajado mucho. En estos cuatro años que he llevado montando he viajado mucho a muchos lugares y uno conoce muchas personas de las cuales de todas uno aprende cosas nuevas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:132 [pues ahora es muy importante p..] (291:291) (Super)

Códigos:[Deporte y diversión]

No memos

pues ahora es muy importante para mi puedo decir que a futuro también lo sea pero no sé, puede que a futuro se convierta en un hobby, por decir no tengo trabajo este día voy a ir a divertirme a montar porque sé que me divierto con eso, entonces ya sería eso como un hobby pero el éxito si es el estudio siempre me lo ha dicho mi mamá y yo lo llevo acá...

Código: deporte y motivación {3-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:13 [tuve un concurso en el cual ga..] (25:25) (Super)**

Códigos:[deporte y motivación]

No memos

tuve un concurso en el cual gane, quede de primer lugar, porque fue mucha... ósea gane como un título de altura, me tire de como dos casi tres metros de vacío y tuve mucha adrenalina enserio llore de felicidad, porque estaba como tan nervioso, al yo saber que yo hice ese truco como que me acelere uff y yo lo hice y contento felicidad y ósea son las experiencias que uno vive

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:23 [Pues la única que dejo es ..] (40:40) (Super)

Códigos:[deporte y motivación]

No memos

Pues la única que dejo es pues es compartir con mi familia y pues estar con mi novia. Es lo único que uno hace.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:11 [Si me gustaría ser futbolista ..] (25:25) (Super)

Códigos:[deporte y motivación]

No memos

Si me gustaría ser futbolista profesional y pues la escuela me da como como los pasos y los pasos a seguir y ellos también nos tienen contactos para ayudarnos a ir a ligas y sí. Entonces yo estoy muy motivada con los entrenamientos siempre voy bien.

Código: Deporte y salud {3-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:29 [yo creo que los deportes le ay..] (72:72) (Super)**

Códigos:[Deporte y salud]

No memos

yo creo que los deportes le ayudan a todo el organismo independiente de cual deporte sea

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:88 [protegiéndome cuando salgo hac..] (177:177) (Super)

Códigos:[Deporte y salud]

No memos

protegiéndome cuando salgo hacer mi deporte porque pues también uno tiene que tener en cuenta, por eso fue lo de caída en la cabeza porque no estaba utilizando el casco pero igual yo he tenido lo mismo en las piernas, las piernas cuando recién empecé no tenía las protecciones, las canillas hasta la rodilla, entonces era mucho lo que me golpeaba y me abría la piel entonces me veía una boleta,

uno va ya comprando las cosas.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:22 [pero la gracia de uno estar jo..] (35:35) (Super)

Códigos:[Deporte y salud]

No memos

pero la gracia de uno estar joven es aprovechar las energías que tiene y aprovechar que uno tiene salud, agilidad y todo eso... en fin hacer deporte

Código: Deporte y superación {3-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:21 [librar mi mente, por decirlo c..] (36:36) (Super)

Códigos:[Deporte y superación]

No memos

librar mi mente, por decirlo cuando me siento muy estresado u ocupar mi tiempo libre por decirlo cuando no tengo tareas , lo que hago es salir a entrenar y siempre preocuparme por ser mejor, porque pues mi sueño es llegar a los Xgames, enserio representando a Colombia, y pues ojala lo pueda cumplir.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:33 [por ejemplo cuando vuelva a mo..] (52:52) (Super)

Códigos:[Deporte y superación]

No memos

por ejemplo cuando vuelva a montar otra vez cuando se me quite la lesión jumm voy a estar asfixiado, porque ya tanto tiempo que como que el cuerpo vuelva a esa no se siga acostumbrando y otra vez como que da muy duro.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:35 [Si porque si mi novio lo pract..] (76:76) (Super)

Códigos:[Deporte y superación]

No memos

Si porque si mi novio lo practica y como que va compitiendo con los demás para ser mejor y él dice que él quiere ser uno de los mejores pues porque aquí en Fontibón esta como en los cuatro mejores él dice que quiere por allá llegar a países y todo eso

Código: Deportes y barreras para su práctica {4-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:26 [so es mi tiempo libre, montar,..] (44:44) (Super)

Códigos:[Deportes y barreras para su práctica]

No memos

so es mí tiempo libre, montar, aprovechar ya que no estoy trabajando pues porque antes trabajaba y no podía, pero pues como no estoy trabajando en estos momentos entonces ahora lo disfruto mucho los fines de semana porque es todo el día.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:10 [En los descansos el voleibol, ..] (17:17) (Super)

Códigos:[Deportes y barreras para su práctica]

No memos

En los descansos el voleibol, el micro no porque no se puede jugar en los descansos porque dicen

que le pegamos a las personas y todo eso

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:11 [El micro está prohibido, pero ..] (19:19) (Super)

Códigos:[Deportes y barreras para su práctica]

No memos

El micro está prohibido, pero si jugamos arto tiempo como el coordinador casi no está aprovechamos a escondidas para jugar

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:36 [Ósea digamos yo he invitado a ..] (61:61) (Super)

Códigos:[Deportes y barreras para su práctica]

No memos

Ósea digamos yo he invitado a muchas chicas a entrenar no que pereza que manera porque ellos mismos se ponen los obstáculos, sin haberlo intentado., entonces a mí a veces me da como rabia que digan eso sin haber ido.

Código: Dieta concepto {9-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:117 [Una organización de las comida..] (208:208) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

Una organización de las comidas y que comidas debe tener uno para tener una buena salud

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:133 [las dietas no es dejar de come..] (141:141) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

las dietas no es dejar de comer sino comer algo más saludable, porque me parece malo que uno deje de comer pues tampoco para engordarse pero que coma poquito pues el cuerpo no va a absorber las suficientes energías que necesita

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:134 [En mi opinión personal me pare..] (142:142) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

En mi opinión personal me parece que son cosas muy esclavizantes más que todo para las mujeres porque es algo que acaba el cuerpo es decir es obligado para ti verte bien para que la sociedad te vea bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:141 [comer bien es simplemente eso,..] (145:145) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

comer bien es simplemente eso, porque uno lo que hace es comer o sea uno come pero comer bien sentirse bien ayudar al cuerpo, eso es una dieta

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:145 [s concientizarse de que tienes..] (146:146) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

s concientizarse de que tienes que bajarle a la comida y después de que uno le baje a la comida ya el cuerpo empieza a regularse y a cambiar.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:112 [Pues dieta es no comer grasas,..] (136:136) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

Pues dieta es no comer grasas, paquetes, bebidas azucaradas pues a mí me parece que eso es dieta.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:113 [Para las otras personas que no..] (138:138) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

Para las otras personas que no sepan ni hagan ejercicio es solo comer ensaladas que es lo que dicen siempre que no yo como solo ensaladas y dejan de comer y que la anorexia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:142 [Las personas malentienden las ..] (193:193) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

Las personas malentienden las cosas piensan que hacer dieta es dejar de comer y no es dejar de comer sino saber comer

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:134 [Para una dieta es la comida en..] (279:279) (Super)

Códigos:[Dieta concepto]

No memos

Para una dieta es la comida en la medida exacta porque hay gente que dice que estamos en dieta y comienzan a comer muy poquito

Código: Dieta e imagen corporal {7-0}**P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:135 [mi opinión personal me parece ..] (142:142) (Super)**

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

mi opinión personal me parece que son cosas muy esclavizantes más que todo para las mujeres porque es algo que acaba el cuerpo es decir es obligado para ti verte bien para que la sociedad te vea bien,

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:140 [para ver resultado del ejercic..] (144:144) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

para ver resultado del ejercicio obviamente tengo que dejar de comer tantos paquetes tantas galguerías, entonces pienso que si personalmente quiere tener su cuerpo bonito tengo que hacerlo o si no de lo contrario el ejercicio no me va a servir de nada.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:143 [le ayudan a uno mucho no solo ..] (145:145) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

le ayudan a uno mucho no solo a tener una figura linda sino también a la salud de uno.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:115 [No jaja cuando entre a la escu..] (140:140) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

No jaja cuando entre a la escuela de futbol pues decían que tenía que tener una cierta dieta porque estaba pesadita

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:134 [y no hacer una dieta por que s..] (191:191) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

y no hacer una dieta porque simplemente la gente me está diciendo algo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:157 [Mi mejor amiga ella empezó a h..] (220:220) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

Mi mejor amiga ella empezó a hacer dieta pero ella digamos tenía un cuerpo normal pero ella quería verse flaca y luego a verse súper flaca muy muy flaca y yo creo que ella lo hizo por lo la expectativa que los demás tuvieran de ella

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:155 [Mi mejor amiga ella empezó a h..] (220:220) (Super)

Códigos:[Dieta e imagen corporal]

No memos

Mi mejor amiga ella empezó a hacer dieta pero ella digamos tenía un cuerpo normal pero ella quería verse flaca y luego a verse súper flaca muy muy flaca y yo creo que ella lo hizo por lo la expectativa que los demás tuvieran de ella como al año ella comenzó a verse muy flaca y ella está muy contenta de verse así súper flaca, pero a mi realmente lo que me gusta es que tiene el abdomen plano y la cintura así bien marcadita pero si me parece que se ve muy flaca me parece a mí que como que se pasó de la dieta

Código: Dieta una moda {3-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:155 [: yo creo que hay gente que lo..] (234:234) (Super)

Códigos:[Dieta una moda]

No memos

: yo creo que hay gente que lo hace como para estar a la moda y como para lograr la figura perfecta para que nosotras los veamos

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:156 [yo digo que si eso es un parám..] (236:236) (Super)

Códigos:[Dieta una moda]

No memos

yo digo que si eso es un parámetro porque si no tienes un cuerpo perfecto no vas a lograr como que la sociedad te acepte

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:147 [La moda tiene que ver con el e..] (211:211) (Super)

Códigos:[Dieta una moda]

No memos

La moda tiene que ver con el ego, por que las personas comienzan a hacer resaltar sus cosas para que los demás lo miren y eso

Código: Dieta vs costo {2-0}**P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:146 [yo pienso que digamos muchas v..] (146:146) (Super)**

Códigos:[Dieta vs costo]

No memos

yo pienso que digamos muchas veces uno no tiene el dinero y los recursos para hacer una dieta o algo saludable que el arroz integral

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:141 [Pues no porque eso valía mucho..] (202:202) (Super)

Códigos:[Dieta vs costo]

No memos

Pues no porque eso valía mucho

Código: Dieta vs ejercicio {21-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:160 [yo preferiría ejercicio por qu..] (241:241) (Super)**

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

yo preferiría ejercicio porque hay personas que no nos gusta dejar de comer lo que nos gusta, es muy difícil sería mejor por medio del ejercicio

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:161 [es que uno no solo puede hacer..] (242:242) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

es que uno no solo puede hacer ejercicio también tiene que tener una dieta

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:162 [pues eso de dejar de comer lo ..] (243:243) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

pues eso de dejar de comer lo que a uno le gusta pues no es dejar de comer en cantidad

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:126 [Mi mama y mi tía se metieron a..] (226:226) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Mi mama y mi tía se metieron a un gimnasio y les dieron una dieta pero duraron poquito haciéndola y si les funciona, ellas no eran obesas pero si tenían sus gorditos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:137 [Pues yo pienso que como a toda..] (143:143) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Pues yo pienso que como a todas las personas les debe dar un gusto comerse una hamburguesa pues yo por ejemplo me puedo comer una hamburguesa, bueno comidas rápidas al siguiente día ir hacer ejercicio y bajar esa hamburguesita o sea darme el gusto de comérmela y ya después hacer ejercicio

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:139 [yo era una de las personas que..] (144:144) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

yo era una de las personas que me gusta estar comiendo galguerías dulces a cada rato y ahoritica que yo hago ejercicio yo digo que para ver resultado del ejercicio obviamente tengo que dejar de comer tantos paquetes tantas galguerías, entonces pienso que si personalmente quiere tener su cuerpo bonito tengo que hacerlo o si no de lo contrario el ejercicio no me va a servir de nada.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:193 [Yo pienso que uno puede comer ..] (195:195) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Yo pienso que uno puede comer grasas y todo eso pero si hace ejercicio para mí es muy importante hacer ejercicio a si sea hacer unas flexiones algo, pero uno ahí va quemando grasas y eso ayuda mucho

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:111 [Pues como te dije no me parece..] (134:134) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Pues como te dije no me parece que uno deje de comer lo que le gusta pues uno come en pocas o ciertas cantidades depende también del ejercicio que vayas a hacer porque no puedes por ejemplo comerte un pan y hacer tres horas de cardio o tres horas de piernas porque el cuerpo no te va a dar tener una buena alimentación si dieta depende de la persona.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:114 [yo no estoy enferma ni anoréxi..] (138:138) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

yo no estoy enferma ni anoréxica ni bulímica nada, solo como lo que me gusta pero hago mi ejercicio.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:116 [nunca hice dieta el ejercicio ..] (140:140) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

nunca hice dieta el ejercicio me hizo un poquito bajar y tonificar pero pues como te digo cada persona es diferente una es más flaquita, otra más alta y otras más bajas.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:125 [Actividad física, porque me gu..] (154:154) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Actividad física, porque me gusta comer todo lo que me ofrezcan yo como pero lo bajo en los ejercicios.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:126 [Ellos hacer dieta, porque no t..] (156:156) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Ellos hacer dieta, porque no tendrían que estar trotando ni nada de eso solo comer, a quien no le gusta comer cierto pero no a todos les gusta hacer ejercicio. Pero tampoco sirve la dieta si tú no haces ejercicio, no comiendo digamos las grasas y eso pues no pasa nada y no se puede así jaja.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:20 [Pero igual eso es de parte y p..] (42:42) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Pero igual eso es de parte y parte no solo el ejercicio lo hace bajar de peso a uno, para hacer ejercicio se necesita una dieta balanceada uno entra al gimnasio pero las cosas no son solo por parte del gimnasio también está en la alimentación.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:203 [Es muy difícil que lo pongan a..] (260:260) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Es muy difícil que lo pongan a escoger dieta o ejercicio prefiero hacer ejercicio porque la comida es muy tentativa.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:204 [os entrenadores me dijeron que..] (261:261) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

os entrenadores me dijeron que no comer comida chatarra grasa no todo eso que comer comidas saludables ensaladas yo combino las dos hago ejercicio y hago dieta.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:206 [Pues las personas refieren más..] (262:262) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Pues las personas refieren más entrenar que dejar de comer lo que ellos siempre han comido toda su vida porque es muy difícil uno siempre está acostumbrado que a comer el pancito y todo eso entonces es muy complicado dejar de comer todo eso uno es feliz

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:156 [Yo preferiría hacer dieta porq..] (222:222) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Yo preferiría hacer dieta porque de que te sirve hacer ejercicio si después vas a comer grasas o algo así

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:158 [Yo preferiría hacer ejercicio] (224:224) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Yo preferiría hacer ejercicio

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:159 [Yo como que combinaría los dos..] (226:226) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Yo como que combinaría los dos aspectos por que digamos en lo físico también te ayuda en el cuerpo, porque de que te sirve como decía 4 que hagas ejercicio y luego vas y te comes una cantidad de cosas, pues no.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:160 [Si uno hace ejercicio y lo com..] (227:227) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Si uno hace ejercicio y lo combina con una cantidad de comidas malas hay que tener cuidado con eso porque no va a servir de nada todo el ejercicio que hizo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:161 [Yo haría ejercicio y la dieta ..] (228:228) (Super)

Códigos:[Dieta vs ejercicio]

No memos

Yo haría ejercicio y la dieta no pues si como y como y vuelvo y hago ejercicio pues elimino

Código: Dieta y salud {11-0}**P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:136 [no es necesario una dieta para..] (142:142) (Super)**

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

no es necesario una dieta para verte saludable.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:142 [a mí me gustan mucho las dieta..] (145:145) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

a mí me gustan mucho las dietas me parece que le ayudan a uno mucho no solo a tener una figura linda sino también a la salud de uno.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:148 [en el caso de otra persona dig..] (148:148) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

en el caso de otra persona digamos que sufra de algo lo hace por salud

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:152 [después de que ya uno se acost..] (153:153) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

después de que ya uno se acostumbra a la dieta uno empieza a sentirse mejor también es su salud y empieza a hacerlo también es por eso, empieza a volverse un hábito y empieza a gustar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:166 [Por ejemplo hay mujeres que se..] (167:167) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

Por ejemplo hay mujeres que se quitan estas costillas de acá para la cintura y en el trabajo hay sitios donde las modelos no tienen que ser así con esa figura de palito andante puede tener su carnecita pero desde que tenga un abdomen plano puede presumir cualquier ropa.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:199 [si es de internet comer esto y..] (252:252) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

si es de internet comer esto y eso y eso porque en algún momento la persona se va a cansar y va a comer y el cuerpo por no recibir en tanto tiempo de no recibir azucares o la caloría digámoslo así en la carne al no sentir en el cuerpo se va a sentir como raro y se va a enferma

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:198 [las de los doctores a veces ha..] (252:252) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

las de los doctores a veces hay que seguirla o a veces no porque son muy estrictas y no debe ser

así uno debe comer de todo moderado.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:152 [A mí mama le mandaron comer mu..] (219:219) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

A mí mama le mandaron comer mucha fruta y más que una dieta de dejar de comer era cambiar la manera, es decir comer mucha fruta a le fue más o menos por que como ella tiene los triglicéridos altos tenía que bajarlos entonces ella hizo la dieta y le bajaron solo un poquito

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:131 [pero si me preocupa por que un..] (273:273) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

pero si me preocupa por que uno sabe que la salud de uno es la perjudicada

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:135 [Si porque sin comer lo único q..] (281:281) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

Si porque sin comer lo único que está bajando son las defensas del cuerpo

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:136 [Si mi abuela, como ella sufre ..] (283:283) (Super)

Códigos:[Dieta y salud]

No memos

Si mi abuela, como ella sufre de tiroides y es diabética, entonces le decían que tenía que bajar de peso y también para que le hicieran otra cirugía que es de la rodilla

Código: Dietas no saludables {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:150 [pues yo creo que hay dietas qu..] (227:227) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

pues yo creo que hay dietas que son buenas pero hay personas que la llevan ya al extremo pues ya dejar de comer sería malo para la salud

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:108 [Si pues lo que escucho siempre..] (228:228) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

Si pues lo que escucho siempre es no coma, que lo dice mi mamá y lo dicen las amigas de mi mamá, yo estoy haciendo dieta no voy a comer por tantos días y pues le digo a mi mami usted cómo va a dejar de comer jaja.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:121 [mi suegra hizo una dieta de no..] (260:260) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

mi suegra hizo una dieta de no comer, hizo una dieta de no comer y solo se tomaba un batido que era de piña con un poco de hierbas y no comía solo se tomaba ese batido y sufrió un ataque de diabetes.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:122 [Por hacer esa dieta si rebajo ..] (262:262) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

Por hacer esa dieta si rebajo porque si rebajo como trece kilos ella me contaba yo tenía una buena relación con ella y me contaba pero se enfermó por eso y estuvo hospitalizada como quince días hace un mes.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:119 [Eso está mal, prefiero una die..] (212:212) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

Eso está mal, prefiero una dieta de comidas que sea balanceado, pero ya dejar de comer eso es un problema eso ya en ningún momento lo ayuda a uno eso ya es un problema y se vuelve un vicio y la gente llega a niveles extremos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:149 [me encanta comer soy de las pe..] (148:148) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

me encanta comer soy de las personas que si tiene cinco empanadas me las como, pues yo como mucho y también muchas galguerías yo soy de las personas que no puedo dejar las galguerías

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:197 [Mi hermana era así le dieron u..] (249:249) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

Mi hermana era así le dieron una dieta ya de tanta presión que tenía en el colegio fue no comer y entonces, ella es demasiado ancha y ella es así por los huesos no es que ella sea gorda.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:221 [Yo hace un tiempo deje de come..] (281:281) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

Yo hace un tiempo deje de comer y eso me bajo muchísimo pero fue malísimo, ya tenía una textura muy delgada.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:135 [pero es que hay gente que lo l..] (192:192) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

pero es que hay gente que lo lleva al extremo y piensa que debe dejar de comer y todo eso, yo pienso que es mejor uno estar bien con su cuerpo para poder realizar todo lo que uno necesita, es como una maquina necesita cuidarse para que sirva.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:137 [ella como que dejo de comer y ..] (283:283) (Super)

Códigos:[Dietas no saludables]

No memos

ella como que dejo de comer y se dejó acomplejar y entonces siempre decía, no tengo hambre y comía una sola vez al día entonces me estaba tomando un batido que había hecho para mí que era con piña, apio perejil guatita entonces ella tomaba eso almorzaba y no volvía a comer, entonces en ese tiempo comenzó a enflacar pero de una manera fea se le empezó a chupar la cara a tener ojeras se le bajaron las defensas y comenzó a enfermarse y luego ya estaba muy débil

Código: Dietas saludables {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:151 [yo pienso que las dietas son b..] (228:228) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

yo pienso que las dietas son buenas así como dijo mi compañera pero que sean dietas de verdad, que no sean la falta de comida que tengan una alimentación balanceada

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:152 [eso no se trata de poco o much..] (229:229) (Super)

Códigos:[Dietas saludables] [Tendencias actuales de dietas]

No memos

eso no se trata de poco o mucho sino se trata de la cantidad de harina, proteína y así en eso se basa la dieta, mi papa trabaja en Herbalife y a mi papa le sirvió

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:110 [depende la dieta porque uno pu..] (232:232) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

depende la dieta porque uno puede hacer dieta comiendo solo verduras pero ahí uno está comiendo algo pero ya sin comer no.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:123 [Pues lo que yo vi con mi mamá ..] (266:266) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

Pues lo que yo vi con mi mamá lo del Herbalife para bajar de peso y para subir pues lo que hago yo para subir de peso comer mucha proteína mucho pescado y mucha pechuga.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:124 [: Y el ejercicio no puede falt..] (268:268) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

: Y el ejercicio no puede faltar.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:118 [Pues que son buenas para todo ..] (210:210) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

Pues que son buenas para todo el mundo, pero más que todos para las personas que más lo necesitan, pero uno siempre tiene que tener como una buena dieta comer frutas y mantenerse siempre saludable porque a veces uno llega a la casa y es solamente a comer fritos y todo eso.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:132 [No hay necesidad de dejar de c..] (141:141) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

No hay necesidad de dejar de comer mucho, solamente cambiar como esa rutina de estar comiendo yo que se hamburguesas paquetes, no comer tantas harinas

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:118 [ahora mi mama a si pues le hac..] (144:144) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

ahora mi mama a si pues le hace un tipo de dieta en el almuerzo proteínas, ensalada, arroz y el jugo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:201 [Es como hacer las dietas que d..] (256:256) (Super)

Códigos:[Dietas saludables]

No memos

Es como hacer las dietas que dice el nutricionista a usted le ponen una dieta según el peso una dieta bien dirigida según su metabolismo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:153 [A mí mama le mandaron comer mu..] (219:219) (Super)

Códigos:[Dietas saludables] [La familia y construcción de hábitos]

No memos

A mí mama le mandaron comer mucha fruta y más que una dieta de dejar de comer era cambiar la manera, es decir comer mucha fruta

Código: Educación física y Profesor {12-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:83 [me parece que es bueno, pero d..] (156:156) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

me parece que es bueno, pero depende de algunos profesores que la clase sea chévere

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:84 [Hay profesores que es como ell..] (159:159) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

Hay profesores que es como ellos digan, no dejan opinar, que no impongan una nota, que sea más dinámica, que uno se pueda integrar en los deportes, que si uno se equivoca que lo corrijan

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:96 [me parece que el ambiente es c..] (174:174) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

me parece que el ambiente es chévere, a mí me parece muy importante el ambiente, como que hacemos toda la actividad pero el profesor hace que sea como chévere también, a veces no nos deja el tiempo libre como para jugar, pero si hacemos actividad física y no es aburrida

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:106 [a mí lo que me gusta de la cla..] (181:181) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

a mí lo que me gusta de la clase de educación física es que la profesora con que estamos ahorita ella mira el esfuerzo no cuantas vueltas haga si no que las veces que lo intente.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:111 [yo creo que algunas veces todo..] (185:185) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

yo creo que algunas veces todos los problemas no son de los profesores sino de la disposición de los estudiantes

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:48 [es lo que los profesores nos e..] (87:87) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

es lo que los profesores nos enseñan, lo que ellos saben pues porque ellos también estudiaron eso y nos quieren enseñar a nosotros

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:53 [Bien, bien lo que pasa es que ..] (101:101) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

Bien, bien lo que pasa es que la diferencia entre un colegio privado y un colegio distrital no es nada, simplemente que hay que pagar y ya aquí hay unos profesores que tienen más conocimientos y saben llevar mejor a los estudiantes que allá

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:59 [Si, a veces la profesora cuand..] (109:109) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

Si, a veces la profesora cuando va a hacer pruebas de velocidad y ella ve que uno está corriendo mal, ella le ayuda a manejar la posición para uno tener mayor velocidad y mayor salud

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:62 [Pues en toda clase tiene que h..] (115:115) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

Pues en toda clase tiene que haber el respeto con el profesor y con los compañeros, pero así inculcarlos no, los tienen presentes

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:95 [son unos profesores que nos ap..] (112:112) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

son unos profesores que nos apoyan y son muy buenos porque, sí que dale que tú puedes más y como que nos incentivan a hacer como mejores cada día.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:145 [La profe me parece muy buena p..] (193:193) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

La profe me parece muy buena porque es muy lúdica no es solo de hacer ejercicios por ganar la nota sino por ejemplo los quince minutos que decían antes yo me tronche un pie pero a mi si me gusta mucho la clase de educación física.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:149 [saben manejar muy la clase que..] (195:195) (Super)

Códigos:[Educación física y Profesor]

No memos

saben manejar muy la clase que es con adolescentes, nos pones cosas que nos ponen alertas que no nos aburren la mayoría no lo hace por una nota sino porque vamos a hacerlo.

Código: Educación física como deporte {22-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:18 [Yo en educación física siempre..] (49:49) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Yo en educación física siempre que nos ponen a hacer las pruebas y todo eso me da duro porque no estoy acostumbrado a hacer esos deportes

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:78 [como tener una mejor condición..] (152:152) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

como tener una mejor condición física, aprender a ser mejor en algunos deportes y ya.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:82 [aprender más en deportes, por ..] (156:156) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

aprender más en deportes, porque yo llevo toda mi vida acá y en la otra sede nos hacían como correr, en cambio cuando llegue a esta sede cada año es un deporte diferente la vez pasada fue baloncesto esta voleibol así, me parece que es bueno, pero depende de algunos profesores que la clase sea chévere

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:87 [un periodo un deporte uno pued..] (160:160) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

un periodo un deporte uno puede ser baloncesto y el otro futbol, digamos en algunas partes yo si he aprendido como cosas, para cuando esté jugando ese deporte como que a uno le puede ir mejor

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:114 [lo que yo le decía es la misma..] (188:188) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte] [Monotonía de la clase de educación física]

No memos

lo que yo le decía es la misma rutina de cada año por periodos deportes siempre al principio es el rendimiento que uno tiene y no meten actividades chéveres

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:52 [Pues sí, en caso de que yo jug..] (91:91) (Super)

Códigos:[Beneficios de la clase de educación física] [Educación física como deporte]

No memos

Pues sí, en caso de que yo jugara futbol o jugara volibol, que ese fuera el deporte que me gustara, pues por decirlo conocer las reglas, porque esos son los trabajos teóricos que nos dejan en clase de educación física, entonces uno ya cuando va a jugar uno ya sabe no podemos hacer esto pues porque es una sanción o algo y ya yo creería que solo eso porque no creería más.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:73 [acá uno como que renueva como ..] (147:147) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

acá uno como que renueva como que tiene un periodo volibol y que otro que baloncesto y otro que micro, otro que trampolín entonces uno se divierte entonces.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:51 [Es un espacio en donde nos int..] (95:95) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Es un espacio en donde nos introducen en el mundo del deporte y de la actividad física, y nos instruyen en comprender y entender la actividad física,

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:75 [La profesora a veces nos da co..] (135:135) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

La profesora a veces nos da consejos de que chicos hagan deporte que aprovechen el tiempo no se la pasen solo en el celular y todo eso.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:80 [nos ponen a trotar a estirar y..] (141:141) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

nos ponen a trotar a estirar y como ejercicios para trabajar una parte específica del cuerpo como brazos piernas abdomen y todo eso y ahí si nos dejan tiempo para jugar pero solo quince minutos ahí sería bueno que fuera media hora de acondicionamiento físico y media hora de juego

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:81 [Pues siempre decimos que saque..] (143:143) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Pues siempre decimos que saquen dos equipos las niñas se van a jugar voleibol a otro lado y nosotros nos quedamos en la cancha jugando los dos equipos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:82 [Les decimos que saquen equipo,..] (145:145) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Les decimos que saquen equipo, lo que pasa es que ellas a veces solo quieren jugar solo ellas y no les gusta jugar con nosotros

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:62 [Incentivar el deporte, incenti..] (87:87) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Incentivar el deporte, incentivar también a cada estudiante a que practique algún deporte o alguna actividad física, pues que no solamente sea estudio.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:65 [en educación física termina un..] (90:90) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte] [Tiempos libres en clase]

No memos

en educación física termina uno de hacer ejercicio y después le dejan un tiempo libre para jugar y hacer lo que quiera pero también como un deporte.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:60 [no todos somos atletas digámos..] (86:86) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

no todos somos atletas digámoslo así yo digo que soy atleta jaja porque hay unos con los músculos menos trabajados que otros entonces eso sería lo que más me gusta que nos pone aparte.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:90 [En la clase de educación físic..] (113:113) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

En la clase de educación física, más cosas con balones, voleibol, basquetbol y como unos mini

partidos también, que nos enseñen un poco más el manejo del balón de basquetbol

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:132 [La clase de educación física e..] (177:177) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

La clase de educación física es como para fomentar, y ver cuáles son sus debilidades en su cuerpo jugando microfútbol, baloncesto voleibol y todo eso, porque hay estudiantes que se esfuerzan por sobresalir sobre los otros

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:137 [Aquí también se pueden descubr..] (181:181) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Aquí también se pueden descubrir los talentos de los chicos han salido varios futbolistas de aquí.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:113 [Me gustaría que implementaran ..] (145:145) (Super)

Códigos:[Anhelos para clase] [Educación física como deporte]

No memos

Me gustaría que implementaran más el baloncesto y el voleibol porque todo el tiempo es micro

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:114 [A mí me gustaría más el futbol..] (147:147) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

A mí me gustaría más el futbol porque siempre se centran más en ejercicios sobre baloncesto y voleibol pero en futbol siempre es jugar pero nunca se centran en enseñarle a uno las técnicas digámoslo así para mejorar en el deporte

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:62 [Un deporte] (137:137) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Un deporte

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:64 [Baloncesto, también con el pro..] (143:143) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte]

No memos

Baloncesto, también con el profesor Jorge que era laso, voleibol, futbol

Código: Educación física como distracción {3-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:86 [Uno toda la semana estudiando ..] (160:160) (Super)

Códigos:[Educación física como distracción]

No memos

Uno toda la semana estudiando materias diferentes como que a uno esta estresado y uno busca es desestresarse, con amigos divertirse, estar con otros deportes

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:64 [También sería como buscar dist..] (90:90) (Super)

Códigos:[Educación física como distracción]

No memos

También sería como buscar distraer a los estudiantes, como para desesterarse pues a veces uno aquí estar encerrado y en educación física termina uno de hacer ejercicio y después le dejan un tiempo libre para jugar y hacer lo que quiera pero también como un deporte.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:76 [Siempre todas las otras clases..] (94:94) (Super)

Códigos:[Educación física como distracción]

No memos

Siempre todas las otras clases estamos trabajando en el salón y como va a ser que todo del tiempo no la tenemos que pasar aquí encerrados en estas cuatro paredes, para mí la clase de educación física sirve para cambiar de ambiente salir del salón estar afuera y despejarnos

Código: Educación física como reto {15-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:17 [Yo en educación física siempre..] (49:49) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

Yo en educación física siempre que nos ponen a hacer las pruebas y todo eso me da duro porque no estoy acostumbrado a hacer esos deportes y eso entonces si hago más me queda más fácil hacer eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:92 [yo creo que aprende resistenci..] (166:166) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

yo creo que aprende resistencia para no rendirse y pues uno intenta dar lo mejor de uno y siempre querer seguir

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:112 [si un estudiante viene con la ..] (185:185) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase] [Educación física como reto]

No memos

si un estudiante viene con la idea de hacerlo bien de intentar con esfuerzo eso si es una buena clase pero si digamos hay la mayoría de personas que se sientan o no intentan hacer el ejercicio el taller o la actividad que tenemos entonces no hacemos nada.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:54 [Si me sigue gustando y como qu..] (95:95) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

Si me sigue gustando y como que trato de hacer lo mejor y mejor y mejor y mejor para al final lograr hacerlo, se convierte en un reto, como un reto para lograrlo.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:56 [yo opino, que ellos deberían h..] (97:97) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

yo opino, que ellos deberían hacer lo que yo hago esforzarme, ósea que se convierta en un reto para poderlo hacer pero ellos no se quedan ahí como en la flojera y como que ah entonces pierdan ustedes solos yo sigo yo quiero pasar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:69 [las personas aunque muchos dig..] (95:95) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

las personas aunque muchos digan que no tienen eso que se llama orgullo de querer ser más que los demás, entonces al uno salir al patio y ver que por lo menos alguien tiene más físico que otro, no yo también puedo yo también

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:77 [Por ejemplo no es pereza pero ..] (102:102) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

Por ejemplo no es pereza pero por ejemplo si la profesora nos pone a hacer unos abdominales y yo al otro día amanezco con dolor de la pancita y me voy a parar y no puedo entonces hago más para que la próxima que vaya a hacer no me duela tanto y así sucesivamente hasta que ya no me duela y ya.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:133 [porque hay estudiantes que se ..] (177:177) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

porque hay estudiantes que se esfuerzan por sobresalir sobre los otros

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:141 [También por parte de la supera..] (186:186) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

También por parte de la superación personal pues para mi si yo veo que la clase pasada me pusieron a trotar en doce minutos y llego en quince yo digo yo sé que puedo yo sé que puedo , yo puedo dar más de mí.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:144 [la otra vez nos tocó darle la ..] (191:191) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

la otra vez nos tocó darle la vuelta al patio durante quince minutos sin parar, ahí es cuando yo veo que los compañeros lo ayudan porque van pasando y empiezan a decirle vamos, vamos tu puedes y eso le ayuda a uno.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:66 [yo soy como muy nerviosa no ha..] (143:143) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

yo soy como muy nerviosa no hacia porque mis compañeros saltaban y daban como volteretas yo nunca ni un bote di.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:67 [Como que yo llegaba y estaba m..] (145:145) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

Como que yo llegaba y estaba motiva da para hacerlo pues yo me motivaba al ver a todos mis compañeros hacer eso pero yo corría y al llegar a la entrada me quedaba quieta porque el miedo, si es que eso es muy bruto

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:69 [No al final nunca lo hice] (147:147) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]
No memos

No al final nunca lo hice

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:79 [me gusta correr de hecho el año..] (175:175) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

me gusta correr de hecho el año antepasado el profesor Jorge nos hizo trotar quince minutos y el que parara iba saliendo éramos como veinte algo mujeres y eran poquitos hombres y una compañera y yo fuimos las únicas mujeres y un compañero si a mí me gusta correr.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:81 [Si hay veces que la profe nos ..] (179:179) (Super)

Códigos:[Educación física como reto]

No memos

Si hay veces que la profe nos hace calentamiento de correr de cancha a cancha entonces ya como que uno quiere como que pasar al otro y corre más rápido.

Código: Educación física en otros colegios {5-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:55 [Bien, bien lo que pasa es que ..] (101:101) (Super)

Códigos:[Educación física en otros colegios]

No memos

Bien, bien lo que pasa es que la diferencia entre un colegio privado y un colegio distrital no es nada, simplemente que hay que pagar y ya aquí hay unos profesores que tienen más conocimientos y saben llevar mejor a los estudiantes

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:56 [Allá en el otro colegio maneja..] (103:103) (Super)

Códigos:[Educación física en otros colegios]

No memos

Allá en el otro colegio manejaban por periodo un deporte y tenía que hacer cada uno de los ejercicios como pivotear, doble ritmo y todo eso y acá es más que todo actividad física y luego si deporte

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:57 [ummmm, pues las dos son como c..] (105:105) (Super)

Códigos:[Educación física en otros colegios]

No memos

ummmm, pues las dos son como chéveres porque acá le dan a uno tiempo de jugar pero allá no, allá se enfocaban en un solo deporte

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:98 [en otros colegios los profesor..] (114:114) (Super)

Códigos:[Educación física en otros colegios]

No memos

en otros colegios los profesores son muy estrictos

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:65 [Pues cuando estaba en primaria..] (93:93) (Super)

Códigos:[Educación física en otros colegios]

No memos

Pues cuando estaba en primaria en otro colegio teníamos educación física dos días y un día de artes es decir danzas entonces pues a mí me gustaba arto tres días

Código: Educación física para el tiempo libre {5-0}

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:87 [No pues yo no] (107:107) (Super)

Códigos:[Educación física para el tiempo libre]

No memos

No pues yo no

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:88 [La verdad nada] (108:108) (Super)

Códigos:[Educación física para el tiempo libre]

No memos

La verdad nada

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:89 [No ninguna cosa] (109:109) (Super)

Códigos:[Educación física para el tiempo libre]

No memos

No ninguna cosa

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:90 [¿Pero qué?] (110:110) (Super)

Códigos:[Educación física para el tiempo libre]

No memos

¿Pero qué?

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:91 [Yo creería que nada, la verdad..] (111:111) (Super)

Códigos:[Educación física para el tiempo libre]

No memos

Yo creería que nada, la verdad pues lo que hace uno acá y ya.

Código: Educación física vs motivación {11-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:97 [me parece que el ambiente es c..] (174:174) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

me parece que el ambiente es chévere, a mí me parece muy importante el ambiente, como que hacemos toda la actividad

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:102 [Ellos ya traen su clase hecha ..] (180:180) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

Ellos ya traen su clase hecha para todos los cursos hacen la misma clase y de pronto en algunas partes es bien el ambiente se hace bueno

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:59 [Toca esperar toda la semana pa..] (112:112) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

Toca esperar toda la semana para clase de educación física.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:78 [él le mete al ejercicio pero s..] (137:137) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

él le mete al ejercicio pero se la pasa comiendo cada vez que estamos chateando yo le pregunto qué está haciendo y él me dice comiendo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:68 [y muchas veces o sea si puede ..] (94:94) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

y muchas veces o sea si puede que les guste y eso pero otras veces no, entonces se vuelve una rutina la clase de educación física y pierde como el sentido de la emoción

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:96 [ellos son unos profesores que ..] (112:112) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

ellos son unos profesores que nos apoyan y son muy buenos porque, sí que dale que tú puedes más y como que nos incentivan a hacer como mejores cada día.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:101 [esos profesores que no hacen l..] (115:115) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

esos profesores que no hacen las clases como estrictas sí podrían decirlo así estrictas, no es le dan veinte vueltas al patio y ya aunque hay veces que lo hacen, pero es por prueba, sino también vamos a jugar un juego las niñas se hacen acá y los niños se hacen acá y por lo menos hubo un corte allí, salen y se comen algo y las clases no son como tan aburridas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:147 [La clase de educación física n..] (194:194) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

La clase de educación física no es monótona a mí me parece que es muy divertida con la profesora a mí por mi estado de salud me lo impide mucho pero si me gusta la clase.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:150 [la clase de educación física c..] (196:196) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

la clase de educación física cuando ya me pase a la mañana ya me motivaba mucho con la clase y siempre son diferentes actividades si es correr si es jugar, siempre son diferentes las clases.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:68 [Como que yo llegaba y estaba m..] (145:145) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

Como que yo llegaba y estaba motiva da para hacerlo pues yo me motivaba al ver a todos mis compañeros hacer eso pero yo corría y al llegar a la entrada me quedaba quieta

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:110 [Si me gusta mucho porque en ul..] (235:235) (Super)

Códigos:[Educación física vs motivación]

No memos

Si me gusta mucho porque en ultimas la clase de educación física libera mucho stress cuando uno trota la profesora lo deja escuchar música y uno se relaja uno se concentra porque está solo y con la música y ya

Código: Educación física y competencias {10-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:115 [yo creo que actividades como c..] (189:189) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

yo creo que actividades como competencias entre los estudiantes y diferentes cada día.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:71 [uno salir al patio y ver que p..] (95:95) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

uno salir al patio y ver que por lo menos alguien tiene más físico que otro, no yo también puedo yo también quiero ser más fuerte y tener mi buen cuerpo y si nos incentiva porque nosotros tenemos el orgullo que en ocasiones por lo menos estoy en una clase de educación física y miro que mi compañero pudo dar treinta vueltas y yo quince pues ahí yo me incentivo de que vamos yo me puedo superar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:72 [Si pero a mí me parece bueno l..] (96:96) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

Si pero a mí me parece bueno la competencia es sana

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:75 [Para mí la competencia no me i..] (99:99) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

Para mí la competencia no me importa con tal de que uno haga, el resto que me importa si hizo veinte, treinta y yo hice diez pues soy yo así

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:114 [los torneos como tal son cosas..] (126:126) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

los torneos como tal son cosas de la educación física que lo llenan a uno o sea ser competitivo como yo y ganar un torneo lo hace a uno querer hacer más y más y más por eso me gusta como esa idea

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:84 [me gusta correr de hecho el añ..] (175:175) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

me gusta correr de hecho el año antepasado el profesor Jorge nos hizo trotar quince minutos y el que parara iba saliendo éramos como veinte algo mujeres y eran poquitos hombres y una compañera y yo fuimos las únicas mujeres y un compañero si a mí me gusta correr

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:83 [Si hay veces que la profe nos ..] (179:179) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

Si hay veces que la profe nos hace calentamiento de correr de cancha a cancha entonces ya como que uno quiere como que pasar al otro y corre más rápido

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:82 [En lo de abdomen en lo de corr..] (187:187) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

En lo de abdomen en lo de correr que nos ponen a correr, me gusta el laso que dura como cuatro minutos me gusta quedarme ahí .

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:97 [Si a la mayoría de hombres com..] (215:215) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

Si a la mayoría de hombres como que ellos también compiten

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:98 [y como que yo hago más abdomin..] (215:215) (Super)

Códigos:[Educación física y competencias]

No memos

y como que yo hago más abdominales que usted o sea soy más velos que usted hay veces se reúnen hacer como barras y no hay veces yo también hago eso y como que compiten a ver quién hace más.

Código: Educación física y exigencia {9-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:90 [puede ser el liderazgo y la un..] (163:163) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

puede ser el liderazgo y la unión en el curso, uno por ejemplo en los deportes aprende a respetar las reglas y todo eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:95 [En lo personal a mí sí me gust..] (173:173) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

En lo personal a mí sí me gusta uno tiene que estar exigiéndose y siempre pensar en dar lo mejor de uno, si me gusta

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:54 [bien lo que pasa es que la dif..] (101:101) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

bien lo que pasa es que la diferencia entre un colegio privado y un colegio distrital no es nada, simplemente que hay que pagar y ya aquí hay unos profesores que tienen más conocimientos y saben llevar mejor a los estudiantes que allá

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:79 [Primero nos ponen a calentar c..] (141:141) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

Primero nos ponen a calentar casi no nos exigen cambiarnos en sudadera

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:84 [En si es alegre, pero si me pa..] (109:109) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

En si es alegre, pero si me parece que deberían exigir un poco más a los estudiantes, porque pues es siempre solo una hora semanal o a veces en la semana no se puede tener esa hora y pues vienen como con pereza, sin ganas de hacer nada pues solo una hora.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:104 [Pues yo creo que no, porque no..] (131:131) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

Pues yo creo que no, porque no están exigiendo el nivel que necesitamos, pienso que puede haber más exigencia además en cuestión de temas como que no hay cosas nuevas e interesantes, siempre es como hagan estos ejercicios y corran y punto ya libre y eso fue la clase

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:106 [Si que haya más exigencias] (133:133) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

Sí que haya más exigencias

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:108 [es bueno de todas formas joder..] (134:134) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

es bueno de todas formas joder un rato y ejercitarse un poco pero podríamos tener más resultados

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:86 [Pues cuando uno no está enseñá..] (193:193) (Super)

Códigos:[Educación física y exigencia]

No memos

Pues cuando uno no está enseñado hacer ejercicio al otro día uno amanece con dolor en los músculos como que uno no puede al moverse bajar y subir escaleras le duele mucho las piernas y como que no me gusta.

Código: Educación física y gusto {14-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:51 [Pues nos enseñan como gimnasia..] (89:89) (Super)**

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Pues nos enseñan como gimnasia, nos ponen a saltar en el trampolín y eso me parece muy divertido, fue muy chévere jeje, si y todo en general, me gusta, me gusta mucho.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:53 [Todo, todo me gusta, todas las..] (93:93) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Todo, todo me gusta, todas las actividades, todo lo puedo hacer, me gusta, me gusta mucho

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:58 [A mi si me gusta esa clase y p..] (110:110) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

A mi si me gusta esa clase y preciso cuando es viernes

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:63 [Me gusta que uno tiene su espa..] (117:117) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Me gusta que uno tiene su espacio de ya no estar siempre en clase que haciendo tareas y trabajos y todo eso y pues uno hace lo que le gusta y tiene momentos para juego libre

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:69 [, me gusta que también uno pue..] (123:123) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

, me gusta que también uno pueda estar con los amigos de una manera diferente a como está con ellos en el salón solo haciendo trabajos y actividades en clase, aquí ya uno puede interactuar físicamente con ellos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:70 [uno pueda estar con los amigos..] (123:123) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

uno pueda estar con los amigos de una manera diferente a como está con ellos en el salón solo haciendo trabajos y actividades en clase, aquí ya uno puede interactuar físicamente con ellos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:94 [La profe porque ella como que ..] (111:111) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

La profe porque ella como que lo entiende más a uno, también lo ayuda en el ámbito personal y también pues en la parte de educación física y pues si yo opino que la clase es muy buena.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:97 [Me gusta todo] (113:113) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Me gusta todo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:103 [por ejemplo a mí me gustaría q..] (117:117) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

por ejemplo a mí me gustaría que no sea como el tempo libre,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:146 [a mi si me gusta mucho la clas..] (193:193) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

a mí sí me gusta mucho la clase de educación física.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:87 [cuando uno no está enseñado ha..] (193:193) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

cuando uno no está enseñado hacer ejercicio al otro día uno amanece con dolor en los músculos como que uno no puede al moverse bajar y subir escaleras le duele mucho las piernas y como que no me gusta.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:88 [No me gusta casi el baloncesto..] (195:195) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

No me gusta casi el baloncesto no me gusta.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:89 [Es que son muy bruscos soy com..] (197:197) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Es que son muy bruscos soy como toda delicada

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:95 [Si me gusta mucho] (209:209) (Super)

Códigos:[Educación física y gusto]

No memos

Si me gusta mucho

Código: Educación física y salud {6-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:64 [ha sido un factor para mejorar..] (126:126) (Super)**

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

ha sido un factor para mejorar mi salud.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:63 [como mejorar en la salud de muc..] (89:89) (Super)

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

como mejorar en la salud de muchas personas, de pronto puede ser como el buscar la salud de los estudiantes en casos de la obesidad, del asma de problemas de las rodillas del corazón, como ayudar a mejorar todo esto.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:80 [para la salud claro porque sí ..] (105:105) (Super)

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

para la salud claro porque si uno no hace nada pues el día que le toque trotar o algo usted va a trotar muy rápido y no va a saber respirar y pues le va a dar vaso y eso.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:134 [Yo creo que los profesores lo ..] (178:178) (Super)

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

Yo creo que los profesores lo hacen por la salud de nosotros, saben que estamos muy sedentarios al internet y que por lo menos una hora a la semana ayuda.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:148 [a mí por mi estado de salud me..] (194:194) (Super)

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

a mí por mi estado de salud me lo impide mucho pero si me gusta la clase.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:11 [Si para la respiración si en e..] (237:237) (Super)

Códigos:[Educación física y salud]

No memos

Si para la respiración si en el corazón

Código: Educación física y su nota {23-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:85 [Hay profesores que es como ell..] (159:159) (Super)**

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Hay profesores que es como ellos digan, no dejan opinar, que no impongan una nota

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:88 [yo pienso que no es tan emocio..] (161:161) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

yo pienso que no es tan emocionante si nos preocupamos más por la nota que por nuestra condición física o por lo que nos pueden enseñar si no porque necesitamos sacar un cinco

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:98 [es chévere pero lo malo es que..] (176:176) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota] [Tiempos de la clase]

No memos

es chévere pero lo malo es que solo nos dan una hora por semana, entonces no nos alcanza el tiempo y como somos muchos cuando hay actividades nos divide en grupos y muchos quedan sin hacer la actividad, y como nos preocupamos más por la nota y no nos alcanza la clase pensamos que la podemos perder.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:99 [podrían ser dos horas por sema..] (178:178) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

podrían ser dos horas por semana.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:104 [clases de educación física sea..] (181:181) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

clases de educación física sea que nosotros tuvimos un profesor en específico que solamente le calificaba a los primeros y todos estábamos haciendo es mismo esfuerzo, solo los que tenían la nota eran ellos

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:105 [todos no somos buenos en el mi..] (181:181) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

todos no somos buenos en el mismo deporte entonces yo pierdo la materia porque no me destaco más a mí lo que me gusta de la clase de educación física es que la profesora con que estamos ahorita ella mira el esfuerzo no cuantas vueltas haga si no que las veces que lo intente.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:107 [Yo creo que algunas veces lo q..] (182:182) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Yo creo que algunas veces lo que decía mi compañera eso puede traer discordias porque uno sabe que si lo hizo bien pero la nota es para los demás uno se siente mal porque quisiera haberse sacado esos puntos.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:108 [Yo no estoy de acuerdo con lo ..] (183:183) (Super)

Códigos:[Actitud de estudiantes en clase] [Educación física y su nota]

No memos

Yo no estoy de acuerdo con lo de la nota colectiva porque cada uno tiene un rendimiento individual hay unos que no se esfuerzan y se la pasan caminando.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:110 [Hay algunas personas que se si..] (184:184) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Hay algunas personas que se sientan en la tarima y no hacen nada la nota colectiva no sirve porque uno si se está esforzando y los que están allá sentados van a tener una buena nota

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:72 [la profesora es muy buena ella..] (129:129) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

la profesora es muy buena ella no es así y amargada tratando de rajar a todo el mundo sino que ella siempre colabora, si uno le pone empeño a la clase ella lo lleva en la buena a uno

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:73 [De igual forma pero si hay per..] (97:97) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

De igual forma pero si hay persona que no piensan como lo que dijiste, hizo treinta y yo hice seis pero con cinco pasaba y me hice seis, me conformo.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:74 [Para mí la competencia no me i..] (99:99) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Para mí la competencia no me importa con tal de que uno haga, el resto que me importa si hizo veinte, treinta y yo hice diez pues soy yo así, es como digamos ayer hablábamos con Alejandro que muchas gente que se preocupa por la nota, nosotras decíamos con tal de pasar yo no me voy a poner a pelear porque el otro tiene más nota que yo o sea es algo que no en realidad como que no importa.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:91 [Pues por lo menos aquí la prof..] (108:108) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Pues por lo menos aquí la profesora nos hace digamos que unas pruebas y entonces o las hacemos o perdemos la materia entonces o nos toca o nos toca hacerlas.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:62 [Lo que no me gusta el tiempo q..] (87:87) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Lo que no me gusta el tiempo que nos dan para ciertos ejercicios por ejemplo...en un minuto tiene

que hacer cien de este ejercicio o si no pues no le dan a uno la nota como hacia el profesor

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:76 [pues yo le dije eso y como que..] (103:103) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

pues yo le dije eso y como que se puso bravo y no me quiso poner la nota, pero pues yo le dije no profe es que yo entreno y pues me ponen a correr así y por la tarde como voy a correr de otra forma,

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:89 [yo hice como cincuenta y pues ..] (111:111) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

yo hice como cincuenta y pues los mejores de eso era la nota y el otro era de hacer tijeritas y también hubo uno de abdominales cada uno de un minuto, lo que hiciera mejor dicho y de ahí miraban el nivel de habilidad que tenía cada uno.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:142 [Pues como dicen los compañeros..] (191:191) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

Pues como dicen los compañeros a veces uno se pone a decir vamos a hacer esto por la nota o sino después nos tiramos la materia

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:95 [yo creo que lo hacemos más por..] (115:115) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

yo creo que lo hacemos más por la nota y ya, yo creo que no lo hacemos por aprender

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:96 [yo si pienso que en la clase s..] (116:116) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

yo si pienso que en la clase se aprenden cosas buenas y no todo el tiempo debe estar uno pensando en la nota

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:70 [No pues en ese tiempo la profe..] (149:149) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

No pues en ese tiempo la profesora nos había dejado un trabajo y como que nos sacaron la nota con eso pero la nota no me apareció perdida ni nada.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:71 [No pues yo le dije al profe qu..] (151:151) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

No pues yo le dije al profe que porque no nos ponía porque era a varias alas que le daba miedo entonces le dijimos que si nos podía poner otro trabajo entonces decía no esa es mi forma de trabajar.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:72 [como usted lo hizo usted tiene..] (155:155) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

como usted lo hizo usted tiene puntos los demás no

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:103 [yo tena una amiga que el año p..] (221:221) (Super)

Códigos:[Educación física y su nota]

No memos

yo tena una amiga que el año pasado y perdió tres periodos por no quitárselo la sudadera

Código: Educación física y valores {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:89 [puede ser el liderazgo y la un..] (163:163) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

puede ser el liderazgo y la unión en el curso, uno por ejemplo en los deportes aprende a respetar las reglas y todo eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:91 [ser más honesto, mas unidos en..] (164:164) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

ser más honesto, mas unidos en grupo, digamos si una persona esta como alejada del grupo en clase normal es una forma como de integrarse con esa persona conocer las personas ayudarlos u que lo ayuden a uno mismo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:139 [Si se dan porque por ejemplo c..] (184:184) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

Si se dan porque por ejemplo cuando están ahí los compañeros se dan el respeto, por ejemplo cuando estamos en voleibol que uno no empuje ni nada de eso, respeto por su compañero.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:140 [Pues yo creo que nos aporta mu..] (185:185) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

Pues yo creo que nos aporta mucho para compartir con nuestros compañeros.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:143 [ahí es cuando yo veo que los c..] (191:191) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

ahí es cuando yo veo que los compañeros lo ayudan porque van pasando y empiezan a decirle vamos, vamos tu puedes y eso le ayuda a uno.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:84 [Si, cuando nos enseñan a jugar..] (102:102) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

Si, cuando nos enseñan a jugar limpio, que el juego limpio es importante

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:85 [También aprendemos honestidad] (103:103) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

También aprendemos honestidad

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:86 [Mi mama dice que en el juego s..] (105:105) (Super)

Códigos:[Aprendizajes de clase] [Educación física y valores]

No memos

Mi mama dice que en el juego se conoce al caballero y digamos que debemos aprender a perder y a saber ganar

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:74 [El respeto claro que en la may..] (159:159) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

El respeto claro que en la mayoría de las clases se ve

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:75 [Solidaridad] (161:161) (Super)

Códigos:[Educación física y valores]

No memos

Solidaridad

Código: Espacios para deportes {5-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:37 [En puente Aranda hay unas muy ..] (66:66) (Super)

Códigos:[Espacios para deportes]

No memos

En puente Aranda hay unas muy buenas me fascina ir allá pero pues me queda un poquito lejos pues porque vivo en Soacha Jaja.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:38 [a veces me da pereza también d..] (69:69) (Super)

Códigos:[Espacios para deportes]

No memos

a veces me da pereza también dar tanto que allá desde Soacha y entonces voy más cerca hasta puente Aranda como que uno, ah no, entonces voy más cerca pero cuando tengo el ánimo o la plata para irme en bus, voy muchas veces a puente Aranda o a unas que hay en Venecia, son muy buenas.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:39 [Allá en Soacha también hay per..] (71:71) (Super)

Códigos:[Espacios para deportes]

No memos

Allá en Soacha también hay pero pues uno como que se acostumbra, se acostumbra como a esas, es que son muy buenas son cubiertas imagínatelo ósea si llueve puede seguir entrenado porque uno no se va a mojar y tienen como una piscina de espumas, entonces ahí es donde uno puede practicar trucos que uno no puede hacer en la simple pista ya que se puede lastimar muy feo, entonces uno allá con las espumitas hace los trucos y después los pasa a piso.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:40 [El sprint, que es por lo gener..] (73:73) (Super)

Códigos:[Espacios para deportes]

No memos

El sprint, que es por lo general en todo, todo el piso, las escaleras, las barandas, todo lo que tiene que ver con la ciudad, por donde uno vaya andando.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:45 [Si claro me quedaba más cerca ..] (85:85) (Super)

Códigos:[Espacios para deportes]

No memos

Si claro me quedaba más cerca para ir también a puente Aranda, y más yo me movía, porque hay unas ramplas en salitre, en el jardín botánico, en villas de granada, en puente vera entonces uno como que no le gustaba siempre lo mismo entonces uno iba a lugares más lejos

Código: Espacios para realizar actividad física {38-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:39 [pues yo pienso que no es un im..] (88:88) (Super)

Códigos:[Actividad física vs inseguridad] [Espacios para realizar actividad física]

No memos

pues yo pienso que no es un impedimento para hacer actividad física, porque igual uno puede hacer actividad física en nuestra casa, en la seguridad de nuestra casa entonces no pienso que sea un impedimento

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:40 [por que sacan excusas, lo que ..] (90:90) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

porque sacan excusas, lo que dice 3 Pablo en cierto, cada uno puede hacer su rutina en casa y ya...

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:70 [en varios parques han puesto t..] (140:140) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

en varios parques han puesto también gimnasios ciclas y todo eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:72 [a mí cundo se me acaba la mens..] (143:143) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

a mí cundo se me acaba la mensualidad me toca

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:36 [Pues en toda la ciudad, yo voy..] (64:64) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues en toda la ciudad, yo voy pues, yo voy andando en mi bicicleta con mis amigos y hay unas escaleras entonces nosotros ahí en esas escaleras hacer un truco

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:42 [Si, yo vivo ahí al frente del ..] (79:79) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Si, yo vivo ahí al frente del polideportivo Atahualpa

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:44 [Si, señora ahí en el polidepor..] (83:83) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Si, señora ahí en el polideportivo Atahualpa y en un parque que se llama villemar, mantenía mucho en esos dos lugares.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:27 [Es si se crea uno esa mentalid..] (49:49) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Es si se crea uno esa mentalidad porque uno puede hacer ejercicio en cualquier parte, si está sentado puede uno estirar y hacer movilidad articular uno puede hacer ejercicio en cualquier lado y que uno diga que no lo puede hacer por falta de tiempo es una mentira pues hay muchos ejercicios que uno puede hacer en cualquier lado y de cualquier forma

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:37 [En mi conjunto hay un parqueci..] (69:69) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

En mi conjunto hay un parquecito en donde uno puede jugar y aquí en centenario hay un gimnasio para hacer Actividad física

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:41 [El espacio que uno puede utili..] (75:75) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

El espacio que uno puede utilizar para practicar parkour en el entorno, en cualquier lado

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:47 [Hay una cancha en esa cancha h..] (85:85) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Hay una cancha en esa cancha hay unas barras en años pasados nosotros hacíamos barras otros hacían figuras, saltaban y ahí también en donde uno puede hacer abdominales y fondos son esos parques que da el gobierno, también hay como una cancha de voleibol, pero hay que traer la malla

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:50 [Hay una escuela de patinaje qu..] (91:91) (Super)

Códigos:[Deporte formativo] [Espacios para realizar actividad física]

No memos

Hay una escuela de patinaje que funciona hay en la cancha

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:51 [Interiormente hay gimnasios en..] (75:75) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Interiormente hay gimnasios en los parques y eso y ya hay dos gimnasios hay bastantes

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:52 [Pues hay varias opciones que h..] (76:76) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues hay varias opciones que hacen posible hacer ejercicio incluso hay lugares sin que se dé cuenta, en la casa se puede hacer flexiones de pecho y toda esa vaina, en la calle uno puede salir a montar cicla no solamente en un parque aunque en un parque también.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:53 [Digamos aquí en el centenario ..] (77:77) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Digamos aquí en el centenario es un parque no se cuenta con gimnasios y eso pero se cuenta con parque de los niños que también ayuda muchísimo para hacer los ejercicio que brazos, que trotar y eso.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:176 [Yo todos los domingos voy hace..] (179:179) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Yo todos los domingos voy hacer ejercicio al polideportivo de Atahualpa, por lo menos tengo ya una rutina especial que es durar una hora, duro una hora exacta haciendo lo que son flexiones, algunas pesas que son especiales, le doy la vuelta al polideportivo y hago ejercicios de pierna.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:54 [En el parque en una cancha de ..] (76:76) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

En el parque en una cancha de microfútbol y también monto a veces patineta entonces también en la caja para montar y en la cancha de futbol.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:109 [los parques ya la mayoría tien..] (132:132) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

los parques ya la mayoría tienen su zona de ejercicios y sirven ya para hacer abdominales en la calle o en la casa también con las botellitas de arena, lavando la loza jaja se hace ejercicio dice mi mama.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:100 [Pues yo lo hago en todo lado e..] (136:136) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues yo lo hago en todo lado en el salón correr de lado a lado, el patio saltar laso.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:101 [Si hay en el Cantabria me qued..] (138:138) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Si hay en el Cantabria me queda como a treinta pasos de mi casa pero no me gusta salir.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:102 [En el centenario hay una escue..] (141:141) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

En el centenario hay una escuela que es de patinaje y pues yo entreno ahí, utilizamos el parque son tres grupos y usamos el pasto, donde hay una varillas y cuando se puede donde hay cemento aprovechamos.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:103 [En mi barrio está el parque Sa..] (142:142) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

En mi barrio está el parque Saturno y salimos a jugar a trotar o a jugar microfútbol.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:107 [Yo utilizo la terraza y también..] (146:146) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Yo utilizo la terraza y también hay un parque con las maquinas esas de hacer ejercicio y también voy

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:109 [Aquí están las barras y la can..] (147:147) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Aquí están las barras y la cancha, al lado de la cancha están las barritas y cuando uno sale a jugar micro y mientras se descansa se pone uno a hacer barras

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:65 [Con toda la ciudad y en el bar..] (80:80) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Con toda la ciudad y en el barrio tengo bastante espacio que son las canchas ahí se pueden practicar bastantes deportes y actividades, también hay gimnasios muy cerca

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:66 [Si a mí me quedan muy cerca pa..] (81:81) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Si a mí me quedan muy cerca parques y gimnasios

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:67 [Si yo tengo parques cercanos] (82:82) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Si yo tengo parques cercanos

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:68 [Yo tengo la posibilidad de ir ..] (83:83) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Yo tengo la posibilidad de ir a parque que me quedan muy cerca

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:70 [Cerca a mi casa esta centro A ..] (85:85) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

Cerca de mi casa está centro A y centenario

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:71 [hay un parque al frente de mi ..] (86:86) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]
No memos

hay un parque al frente de mi casa como a tres cuadras hay un polideportivo grande

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:72 [Pues hay unos parques ahí cerc..] (87:87) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física] [Obstáculos para realizar Actividad física]
No memos

Pues hay unos parques ahí cerca, pero a mí casi no me gustan

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:74 [Pues hay parques] (88:88) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues hay parques

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:73 [Pues como a cuatro casas de do..] (89:89) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues como a cuatro casas de donde yo vivo hay una cancha de voleibol

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:75 [A una cuadra no más encuentro ..] (90:90) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

A una cuadra no más encuentro un polideportivo grande

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:48 [Pues hay por mi barrio pusiero..] (104:104) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues hay por mi barrio pusieron un parquecito dónde están esas máquinas como un gimnasio, pero no es que sea completo pues tiene solo como cuatro máquinas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:56 [Son cuatro y parques y son gra..] (116:116) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Son cuatro y parques y son grandes que están en toda la esquina el que te digo de las maquinas hay otras que son como dos canchas que son grandes y más haya hay otros dos que tienen máquinas y son completos

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:60 [Pues hay un parque grande que ..] (126:126) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

Pues hay un parque grande que se llama el polideportivo de Atahualpa ahí también hay como una especie de coliseo y hacen como competencias y cosas.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:61 [horita pusieron uno en el poli..] (130:130) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física]

No memos

horita pusieron uno en el polideportivo otras máquinas pero esas máquinas sí parecen que estuvieran en un gimnasio

Código: Espacios y materiales de clase {12-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:69 [balones, colchonetas] (141:141) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

balones, colchonetas

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:70 [uno los puede llevar a cabo la..] (143:143) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

uno los puede llevar a cabo la clase bien con los baloncitos, los conitos y eso es chévere, si es que obvio a mí me gusta.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:74 [Si pues la cancha el patio y p..] (151:151) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Si pues la cancha el patio y pues yo digo para mi es suficiente ese espacio porque pues la cancha es grande.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:75 [cuando estamos en educación fí..] (155:155) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

cuando estamos en educación física si es solo para los que están en la clase, si llega si hay alguien que está jugando entonces el profesor los saca pues porque va a dar su clase y después nos da un tiempo libre para nosotros hacer lo que queramos ósea saltar lazo o jugar baloncesto o micro, volibol entonces ahí tomamos decisión general del curso que queremos jugar.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:89 [Conos, balones , dos canchas, ..] (157:157) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Conos, balones , dos canchas, trabajamos en la otra porque en esta hora hay dos cursos en educación física ellos utilizan esta cancha y nosotros vamos a la otra y ningún otro espacio utilizamos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:90 [Pues depende de lo que la prof..] (159:159) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Pues depende de lo que la profesora nos mande a hacer porque si ella pone algo y no tenemos los suficiente materiales se pone aburrida la clase

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:81 [tener más elementos para traba..] (107:107) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

tener más elementos para trabajo

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:82 [digo que deberían tener como m..] (107:107) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

digo que deberían tener como más útiles para que las clases fueran como más dinámicas porque solo trotar o solo abdominales no me parece.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:91 [Pues... acá hay balones, lazos, ..] (115:115) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Pues... acá hay balones, lazos, colchonetas y mayas para jugar y eso, entonces depende de la clase que tenga estructurada el maestro pero en si siempre hacen falta muchos materiales para la clase de

educación física.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:121 [Pues tenemos dos canchas, el p..] (259:259) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Pues tenemos dos canchas, el primer patio es súper grande sino que hay veces que salen de otros salones y se atraviesan cuando uno va corriendo y aún le da miedo estrellarse con ellos.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:122 [De materiales deportivos tenem..] (260:260) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

De materiales deportivos tenemos balones

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:123 [Si son suficientes] (262:262) (Super)

Códigos:[Espacios y materiales de clase]

No memos

Si son suficientes

Código: Formas de incrementar la actividad física (57-0)

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:56 [como que hallan equipos en el b..] (118:118) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

como que hallan equipos en el barrio que hallan deportes, como escuelas de formación eso le gustaría mucho a uno

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:2 [Haciendo deporte, haciendo ofi..] (7:7) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Haciendo deporte, haciendo oficio, en la actividad cotidiana uno también hace actividad física como caminar

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:23 [no serían los recursos por qué..] (42:42) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

no serían los recursos por que no es necesario un gimnasio para hacer ejercicio porque en la localidad hay bastantes gimnasios en los parques y pues eso no sería un impedimento los recursos económicos y ya.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:24 [por ese tema que se necesitan ..] (43:43) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

por ese tema que se necesitan recursos es necesario un gimnasio y pues la verdad ósea no me parece y pues como dice ella hay muchos lugares donde tú puedes salir a hacer ejercicio

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:47 [en la ciclovía tampoco es un i..] (68:68) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

en la ciclovía tampoco es un impedimento no tener cicla porque yo veo personas trotando.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:111 [yo tengo aquí un profesor en l..] (124:124) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

yo tengo aquí un profesor en la tarde que viene como tal los martes y los miércoles a hacer eso, los sábados hace deportes también, folclor, entonces es más que uno busque lo que le gusta y que lo haga.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:181 [Si en mi caso yo también hago ..] (186:186) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Si en mi caso yo también hago mucho ejercicio a mí me encanta yo amo bailar mucho salir a patinar, cicla, entonces yo salgo muchísimo a montar cicla porque es algo que me ayuda y que me gusta muchísimo.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:183 [estoy empezando por las noches..] (187:187) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

estoy empezando por las noches estoy haciendo rutinas para abdomen, para brazos y para piernas entonces pues eso es lo que hago además de tener una buena alimentación, mi mamá me hace batidos me hace bebidas para ser saludable.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:185 [tenemos un amigo que está en e..] (188:188) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

tenemos un amigo que está en el gimnasio entonces él es como el que nos da las rutinas, y los martes y los jueves vengo a danzas aquí al colegio igual también nos hacen una rutina

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:192 [cuando estoy por ejemplo trape..] (194:194) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

cuando estoy por ejemplo trapeando ese es un ejercicio, cuando uno está escuchando música uno se pone a bailar con el traperero y hace ejercicio y suda.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:25 [Pues creo que es porque tonifi..] (49:49) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Pues creo que es porque tonifica más rápido en los aeróbicos por lo menos yo hice servicio social con educación física y hacíamos aeróbicos para los chicos de quinto, yo note que adelgace más haciendo los aeróbicos en dos meses como si corriera todos los días

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:41 [uno como sale en las propagand..] (64:64) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

uno como sale en las propagandas uno puede hacer ejercicio subiendo escaleras en cinco minutos ya que subas escaleras y las bajas ya ahí estás haciendo ejercicio, puedes ir caminando más rápido

o parar como si estuvieras trotando entonces yo digo que el tiempo no...

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:48 [Pues por lo menos cuando no en..] (72:72) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Pues por lo menos cuando no entreno hago oficio en la casa jaja

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:49 [subir las escaleras uno tiene ..] (72:72) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

subir las escaleras uno tiene que subir bien porque las rodillas pues se dañan,

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:50 [casi siempre juego o troto y c..] (72:72) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

casi siempre juego o troto y corro hacia el salón para tener como físico subo las escaleras así trotando y pues eso es como más que todo el ejercicio que hago

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:52 [Pues hago aparte del oficio qu..] (74:74) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Pues hago aparte del oficio que es la gran parte de cantidad física abdominales y levantamiento de las piernas a veces pues entrenando

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:55 [Si, también tengo bicicleta en..] (78:78) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Si, también tengo bicicleta entonces monto las dos, a veces voy a ciclo vía los domingos cada veinte días voy.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:104 [por ejemplo cinco minuticos tr..] (128:128) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

por ejemplo cinco minuticos trotando o subiendo y bajando escaleras pues hay ya está haciendo ejercicio.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:108 [Si obvio tu puedes digamos las..] (132:132) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Si obvio tu puedes digamos las pesas hacer con botellas y arena y agua en la casa

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:110 [ya la mayoría tienen su zona d..] (132:132) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

ya la mayoría tienen su zona de ejercicios y sirven ya para hacer abdominales en la calle o en la casa también con las botellitas de arena, lavando la loza jaja se hace ejercicio dice mi mama.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:6 [Cuando camina.] (21:21) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando camina.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:7 [Cuando corre cuando está en el.] (22:22) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando corre cuando está en el gimnasio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:8 [Cuando bailas] (23:23) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando bailas

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:9 [Cuando se juega diferentes dep..] (24:24) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando se juega diferentes deportes

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:10 [Cuando se suben las escaleras ..] (25:25) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando se suben las escaleras de la casa.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:74 [yo buscaba zumba que era como ..] (99:99) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

yo buscaba zumba que era como lo más activo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:73 [En mi caso cuando estoy solo y..] (100:100) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

En mi caso cuando estoy solo y como estresado busco a una persona específica para hacer flexiones a una man así, y eso me motiva porque la man dice “vamos muchachos con toda”

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:72 [: Yo salgo con mi mama y mi pr..] (105:105) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

: Yo salgo con mi mama y mi prima y vamos al éxito a hacer aeróbicos

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:75 [Cuando yo fui al gimnasio me d..] (108:108) (Super)

Códigos:[Actividad física y motivación] [Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Cuando yo fui al gimnasio me decían haga esta rutina y listo y yo miraba en internet como la podía hacer mejor y ahí me decían como hacer varias rutinas y cree yo mismo mi propia rutina,

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:80 [: A mí por lo menos me gusta m..] (112:112) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

: A mí por lo menos me gusta más hacer rumba aeróbicos zumba que hacer ejercicio me estresa

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:87 [La que a mí más me gusta es la..] (118:118) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

La que a mí más me gusta es la calistenia, que uno trabaja sobre el peso de uno.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:89 [Yo entreno y voy a un grupo de..] (123:123) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

Yo entreno y voy a un grupo de coreografía y como que esas dos cosas son las que me llenan.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:91 [A mí me gustaría hacer los sal..] (125:125) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

A mí me gustaría hacer los saltarines, uno que le toca agacharse y voltearse pero no puedo porque me siento ahogada y las piernas tampoco me dan.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:93 [A mí me gusta mucho el patinaj..] (126:126) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

A mí me gusta mucho el patinaje

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:94 [A mí me gusta mucho el voleibo..] (127:127) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

A mí me gusta mucho el voleibol salir a trotar en las mañana o en la noches y tener ritmo, a mí me gusta mucho la ciclovía

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:106 [nos reunimos en el pasto y ahí..] (145:145) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

nos reunimos en el pasto y ahí nos ponemos a hacer ejercicio, como a hacer sentadillas

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:34 [Salir a trotar.] (53:53) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Salir a trotar.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:35 [Hacer barras] (54:54) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Hacer barras

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:36 [Gimnasio hacer gimnasia.] (55:55) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Gimnasio hacer gimnasia.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:37 [Hacer cardio y salir a patinar..] (56:56) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Hacer cardio y salir a patinar.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:39 [me gustaría hacer harto abdome..] (57:57) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

me gustaría hacer harto abdomen.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:40 [Salir a trotar] (58:58) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Salir a trotar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:41 [Yo hago todos los días, con un..] (59:59) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Yo hago todos los días, con unos muchachos del barrio yo salgo y corro y hacemos cosas en barras.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:42 [con unos muchachos del barrio ..] (59:59) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

con unos muchachos del barrio yo salgo y corro y hacemos cosas en barras.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:43 [Ir a la ciclovia.] (61:61) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Ir a la ciclovia.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:44 [Salir a caminar] (62:62) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Salir a caminar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:45 [Boxear] (63:63) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Boxear

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:46 [Jugar baloncesto, hacer deport..] (64:64) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Jugar baloncesto, hacer deporte.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:59 [Me invitan a bailar] (75:75) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Me invitan a bailar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:62 [Yo siempre corro y tengo dos m..] (78:78) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Yo siempre corro y tengo dos máquinas de hacer ejercicio

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:2 [También, si porque al hacer lo..] (8:8) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

También, si porque al hacer los movimientos de barrer o trapear uno está ejerciendo los músculos.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:5 [trabajando pues yo trabajo.] (12:12) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

trabajando pues yo trabajo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:6 [soy mesera entonces hay moment..] (14:14) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

soy mesera entonces hay momentos ósea en los que llega mucha gente y uno tiene que estar corriendo de aquí para allá y tiene uno que estar rápido entonces ahí uno ahí a lo que corre.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:30 [Con un tío él era pues si era ..] (72:72) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Con un tío él era pues si era gordito pues él salía a trotar y hacia ejercicio pero él se metió a un gimnasio y bajo siempre ártico

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:53 [Abdomen, sentadillas y boxeo] (110:110) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Abdomen, sentadillas y boxeo

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:52 [Abdomen, sentadillas y boxeo.] (110:110) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

Abdomen, sentadillas y boxeo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:54 [Aquí en el gimnasio que está c..] (112:112) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física]

No memos

Aquí en el gimnasio que está cerca y también me gustaría practicar patinaje.

Código: Frecuencia de prácticas físicas {24-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:43 [Yo hago ejercicio todos los dí..] (96:96) (Super)

Códigos:[Actividades físicas preferidas] [Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo hago ejercicio todos los días, yo estoy en el gimnasio, salgo de aquí a las tres de la tarde, llego a mi casa por ahí a las cuatro, hago tareas hasta las seis y me voy al gimnasio

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:52 [es que los lunes y los viernes..] (115:115) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

es que los lunes y los viernes yo hago ejercicio,

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:25 [Cuando hay educación física, e..] (43:43) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Cuando hay educación física, en los descansos y pues los fines de semana

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:26 [Yo juego micro ahí al lado de ..] (45:45) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo juego micro ahí al lado de la cancha del conjunto y por ahí desde las tres hasta las ocho de la noche, cinco horas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:56 [Yo todos los días estoy hacien..] (81:81) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo todos los días estoy haciendo ejercicios aquí en cantabria que es como una cuadra, desde las seis de la tarde como hasta las nueve, la verdad nunca me ha pasado nada.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:58 [Yo soy una persona que va todo..] (84:84) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo soy una persona que va todos los domingos en la mañana por ahí de ocho a diez de la mañana a hacer ejercicio y es una hora como bonita

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:177 [Yo todos los domingos voy hace..] (179:179) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo todos los domingos voy hacer ejercicio al polideportivo de Atahualpa, por lo menos tengo ya una rutina especial que es durar una hora, duro una hora exacta

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:180 [todos los días digamos hago tre..] (185:185) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

todos los días digamos hago treinta minutos de baile o treinta de ejercicio así sea en mi casa, en mi pieza pero yo lo hago

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:184 [Yo pues el lunes, el miércoles..] (188:188) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo pues el lunes, el miércoles y el viernes estoy saliendo desde las seis de la tarde hasta las nueve de la noche a hacer ejercicios

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:12 [Tres o cuatro diarias.] (27:27) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Tres o cuatro diarias.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:13 [Serian doce horas semanales.] (29:29) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Serian doce horas semanales.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:110 [Todos los días dos horas menos..] (149:149) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Todos los días dos horas menos los viernes que es mi día de descanso.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:111 [Yo todos los días tres horas, ..] (150:150) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo todos los días tres horas, menos los domingos

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:112 [Yo antes hacía dos horas, pero..] (151:151) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo antes hacía dos horas, pero ahora nada.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:113 [Los miércoles yo dedico dos ho..] (152:152) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Los miércoles yo dedico dos horas y media a bailar y cuando no tengo clase dedico dos horas a patinar y los fines de semana si intento ir a la ciclovía.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:114 [Yo dedico dos horas] (153:153) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo dedico dos horas

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:115 [Una hora y media diaria sin fa..] (154:154) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Una hora y media diaria sin falta.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:116 [La verdad solo la hora de educ..] (155:155) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

La verdad solo la hora de educación física y los sábados y domingos que estoy con mi familia unas cuatro horas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:117 [La sola hora de educación fisi..] (156:156) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

La sola hora de educación física.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:119 [Dos horas en la casa y la clas..] (158:158) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Dos horas en la casa y la clase de educación física y los sábados que me voy a bailar

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:31 [Los fines de semana no hago na..] (44:44) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Los fines de semana no hago nada por ejemplo los sábados en la mañana se lo dedico es a los amigos.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:38 [Yo solo juego micro y juego má..] (57:57) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Yo solo juego micro y juego más de tres veces por semana,

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:19 [Por ahí tres veces a la semana..] (46:46) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Por ahí tres veces a la semana.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:20 [Por ahí solo por mucho cuarent..] (48:48) (Super)

Códigos:[Frecuencia de prácticas físicas]

No memos

Por ahí solo por mucho cuarenta minutos.

Código: Ganacias de la actividad física {28-0}~

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:7 [estar más despiertos a la hora..] (24:24) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

estar más despiertos a la hora de clase es decir pues porque nuestro cuerpo está con energía

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:9 [De pronto nos puede como distr..] (32:32) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

De pronto nos puede como distraer, por ejemplo uno puede salir a trotar o montar cicla y todo eso, si uno de distrae se despeja.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:11 [pues a uno como que lo distrae..] (38:38) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

pues a uno como que lo distrae si, y en ese momento como que se relaja un poco más haciendo lo que a uno le gusta si, y ya.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:20 [pues como en el momento de ten..] (58:58) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

pues como en el momento de tener un deporte, vamos a tener tantos resultados como tensión de los músculos entonces ahí va a ser más fácil el movimiento de las articulaciones

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:21 [ayuda al estiramiento muscular..] (59:59) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

ayuda al estiramiento muscular

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:26 [yo pienso que solo físico por ..] (68:68) (Super)

Códigos:[Deporte y desarrollo corporal] [Ganacias de la actividad física]

No memos

yo pienso que solo físico porque lo ejercita todo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:192 [con la actividad física uno pe..] (283:283) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

con la actividad física uno permanece más activo uno mantiene hablando con las personas, juega con las personas, hace amigos

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:5 [si nosotros estamos bien físic..] (11:11) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

si nosotros estamos bien físicamente nuestra salud va a estar bien, porque vamos a estar fuertes vamos a tener por decirlo así un buen físico para cualquier cosa

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:6 [porque yo tuve un abuelito que..] (17:17) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

porque yo tuve un abuelito que ese era muy deportivo y eso y vivió 104 años, y pues él me contaba los secretos, el deporte Jujuy y como es bien...

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:8 [por decirlo uno yendo a un gim..] (21:21) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

por decirlo uno yendo a un gimnasio o algo pues ya como que uno se especializa en algo, lo que uno quiere fortalecer, como pues en mi caso yo fortalezco todo cuando salgo a montar en mi bicicleta, entonces un beneficio sería más como masa muscular en el cuerpo, fuerza...

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:4 [La Actividad Física nos ayuda ..] (9:9) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

La actividad física nos ayuda a alejarnos del sedentarismo y como a tener algo que hacer en los tiempos libres

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:1 [Los beneficios de la actividad..] (17:17) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Los beneficios de la actividad física serian como acondicionamiento, resistencia para el momento de que se realice la actividad, no ser como las demás personas que se cansen, también para la alimentación.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:5 [Pues yo pienso que me ayudaría..] (21:21) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Pues yo pienso que me ayudaría a ser muy saludable me ayudaría por ejemplo a no tener problemas en las piernas y en los brazos, además de la obesidad

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:7 [Ayudaría también por qué digam..] (24:24) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Ayudaría también por que digamos en los tiempos libres en las que muchas personas que no tienen nada que hacer, que quieren hacer algo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:8 [hacer ejercicio en los tiempos..] (24:24) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

hacer ejercicio en los tiempos libres sería beneficioso para que no cojamos por decirlo así la calle.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:14 [ayuda un poquito también en la..] (30:30) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

ayuda un poquito también en la resistencia por lo menos si uno es una persona que hace mucho ejercicio se mantiene saludablemente

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:20 [Si yo antes al principio no ha..] (36:36) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Si yo antes al principio no hacía mucho ejercicio y cuando iba a hacer ejercicios me sentía fatigado o cansado mientras ahora haciendo ejercicio me siento mejor

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:3 [Tener una buena respiración, u..] (10:10) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Tener una buena respiración, un buen como se dice... resistencia buena y agilidad también.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:21 [Si es cierto porque ayuda al c..] (43:43) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Si es cierto porque ayuda al cardio, que es para el corazón los pulmones, todo no, ósea uno puede durar hasta más haciendo un ejercicio o una actividad cualquiera.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:1 [Estar en forma] (14:14) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Estar en forma

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:2 [Cuidar el cuerpo] (15:15) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Cuidar el cuerpo

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:3 [Tener buena flexibilidad] (16:16) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Tener buena flexibilidad

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:4 [Tener buen físico] (17:17) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Tener buen físico

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:9 [Con la educación física uno pu..] (21:21) (Super)

Códigos:[Actividad física y sensaciones] [Ganacias de la actividad física]

No memos

Con la educación física uno puede sentirse mejor.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:18 [Si el día que hace ejercicio s..] (42:42) (Super)

Códigos:[Actividad física y salud] [Ganacias de la actividad física]

No memos

Si el día que hace ejercicio se relaja más y no le dan tantos mareos y deja ósea como que hay veces se desmaya los días que hace se siente bien.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:28 [Si pues si lo lleva a cabo.] (70:70) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Si pues si lo lleva a cabo.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:36 [Por sentirme bien.] (78:78) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Por sentirme bien.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:38 [Si para lucir bien.] (82:82) (Super)

Códigos:[Ganacias de la actividad física]

No memos

Si para lucir bien.

Código: Gimnasio como moda {3-0}

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:48 [Hay uno que queda cerca a la c..] (87:87) (Super)

Códigos:[Gimnasio como moda]

No memos

Hay uno que queda cerca a la casa como a cinco cuadras pero ahorita hay uno al que quiero ir y ese queda más cerca

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:123 [Que ahora está de moda que la ..] (150:150) (Super)

Códigos:[Gimnasio como moda]

No memos

Que ahora está de moda que la gimnasia ¡vamos todas al gimnasio! Que no sé qué pero uno les dice vamos todas a jugar futbol y no quieren

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:57 [Si al ladito en la esquina de ..] (118:118) (Super)

Códigos:[Gimnasio como moda]

No memos

Si al ladito en la esquina de mi casa también hay.

Código: Gimnasio como reto {2-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:101 [Si y que tengan como ese apoyo..] (203:203) (Super)

Códigos:[Gimnasio como reto]

No memos

Si y que tengan como ese apoyo hacia uno que lo apoyen ¡usted puede! a mí me gustaba mucho cuando estaba en el gimnasio y el entrenador, cuando yo le subía siempre de peso yo alcance a alzar trescientas libras en pierna eran ciento cincuenta kilos y el entrenador era ¡duro 1 arriba arriba arriba usted puede, falta una! así como ese apoyo ,me gustaba, me gustaba y pensaba yo tengo que poder, sacaba la última fuerza y pa arriba

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:115 [No fueron drásticos así que se..] (204:204) (Super)

Códigos:[Gimnasio como reto]

No memos

No fueron drásticos así que se vieran pero como solo estuve un mes, uno tiene que durar mínimo tres meses para lograr algo

Código: Gimnasio e imagen corporal {3-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:98 [son buenos porque los entrenad..] (199:199) (Super)

Códigos:[Gimnasio e imagen corporal]

No memos

son buenos porque los entrenadores buscan que yo me viera bien que a mí me gustara el trabajo, si

eso ya depende como de la clase de entrenador

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:113 [yo tenía amigos allá y había u..] (202:202) (Super)

Códigos:[Gimnasio e imagen corporal]

No memos

yo tenía amigos allá y había un man así con artos músculos entonces me decían que el antes era flaquito y chiquito

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:124 [tengo una amiga bajita y tiene..] (152:152) (Super)

Códigos:[Gimnasio e imagen corporal]

No memos

tengo una amiga bajita y tiene que como dieciséis años y se puso a alzar pesas como los hombres todas esas pesas muy joven pues ya el cuerpo no crece, y yo le dije no ya no creció porque no espero su etapa de crecimiento normal para hacer la tonificación.

Código: Gimnasio vs colegio {3-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:61 [pero si uno no hace deporte aq..] (122:122) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs colegio]

No memos

pero si uno no hace deporte aquí en el colegio, uno se cansa con tres vueltas, para ir a un gimnasio, uno dice si huy el gimnasio pero resulta que el gimnasio es más duro que el colegio

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:60 [a mí no me parece lo que dice ..] (124:124) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs colegio]

No memos

a mí no me parece lo que dice 12 porque aquí en el colegio es como aburridor, pero ya en un gimnasio es como la música como el ambiente uno se motiva más a ir

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:107 [Si porque con esto de jornada ..] (216:216) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs colegio]

No memos

Si porque con esto de jornada única terrible casi no hay tiempo y me toca es sacar más dinero para los transportes entonces me toca es preocuparme para el transporte y ya para el gimnasio después...

Código: Gimnasio vs costos {7-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:57 [sino que un gimnasio vale muy ..] (121:121) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]

No memos

sino que un gimnasio vale muy caro, un gimnasio cuesta mucho para que uno mantenga ocupado, pero como uno no trabaja ni nada entonces un gimnasio vale cuarenta y cinco mil, entonces si por costos.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:32 [yo estaba en un gimnasio pero ..] (52:52) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

yo estaba en un gimnasio pero pues lastimosamente no pude seguir pues por cuestiones económicas no pude seguir pagando la mensualidad, pero me gustaba mucho

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:106 [Si acá en Fontibón allá en Ata..] (214:214) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

Si acá en Fontibón allá en Atahualpa no pude seguir y pues allá en Soacha hay pero es que no tengo pues el dinero para pagarlo.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:111 [Pues yo antes estuve dos meses..] (200:200) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

Pues yo antes estuve dos meses y la última vez que estuve dure un mes , yo pagaba cincuenta mil pesos eso me parece caro para algunas personas es como más barato pero a mí me toca ahorrar y mi papa también tiene que ahorrar para otras cosas y para el diario y todo eso, yo le agradezco a mi papa que a veces me da plata pero yo la ahorro eso me sirve para otras cosas yo le he preguntado a mis amigos y ellos dicen a mí me dan mil pesos y es más difícil ahorrar

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:116 [A uno se le acaba el mes y pue..] (206:206) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

A uno se le acaba el mes y pues ya no tienen plata entonces toca dejarlo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:46 [también puede ser por el diner..] (66:66) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

también puede ser por el dinero para ir al gimnasio

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:59 [No se cómo la plata] (122:122) (Super)

Códigos:[Gimnasio vs costos]
No memos

No se cómo la plata

Código: Gimnasio y actividad física {4-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:58 [primero el instructor lo mide ..] (123:123) (Super)

Códigos:[Gimnasio y actividad física]
No memos

primero el instructor lo mide a uno como está le hace tres días de prueba y pues no le va a exigir del todo es suave hasta que vallas cogiendo el ritmo

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:99 [son buenos porque los entrenad..] (199:199) (Super)

Códigos:[Gimnasio y actividad física]
No memos

son buenos porque los entrenadores buscan que yo me viera bien que a mí me gustara el trabajo, si

eso ya depende como de la clase de entrenador y la clase de gimnasio porque no todos los gimnasios tienen como los mismos o las mismas herramientas para que la gente se fortalezca, entonces depende mucho de eso creería

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:36 [hace como un año yo me metí a ..] (67:67) (Super)
Códigos:[Gimnasio y actividad física]
No memos

hace como un año yo me metí a un gimnasio y cuando llegaba a la casa hacia flexiones en la cama llegaba a hacer ejercicio, por el tiempo

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:110 [Si uno llega nuevo le ponen un..] (198:198) (Super)
Códigos:[Gimnasio y actividad física]
No memos

Si uno llega nuevo le ponen un plan de trabajo básico, con menos peso menos repeticiones

Código: Gimnasio y motivación {6-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:100 [Si y que tengan como ese apoyo..] (203:203) (Super)
Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

Si y que tengan como ese apoyo hacia uno que lo apoyen ¡usted puede! a mí me gustaba mucho cuando estaba en el gimnasio y el entrenador, cuando yo le subía siempre de peso yo alcance a alzar trescientas libras en pierna eran ciento cincuenta kilos y el entrenador era ¡duro 1 arriba arriba arriba usted puede falta una! así como ese apoyo ,me gustaba, me gustaba y pensaba yo tengo que poder, sacaba la última fuerza y pa arriba.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:104 [cuando recién entre me decía u..] (209:209) (Super)
Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

cuando recién entre me decía usted que hace yo le empecé a contar que yo practicaba BMX entonces me dijo, porque yo a usted lo veo delgadito pero usted tiene fuerza.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:105 [yo no me demoraba muchísimo y ..] (210:210) (Super)
Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

yo no me demoraba muchísimo y me decía mire los que están acá ellos también acaban de entrar y vean lo que levantan y usted también acabo de entrar y está levantando casi lo que yo alce casi en seis meses y yo ¿en serio?

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:112 [Si, además de tonificar y todo..] (202:202) (Super)
Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

Si, además de tonificar y todo eso, al lado hacían aeróbicos, siempre era un grupo grande y eso sudaban y todo eso, se veía que tenían el empeño pues para bajar de peso, yo tenía amigos allá y había un man así con artos músculos entonces me decían que el antes era flaquito y chiquito

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:105 [Pues nunca he ido a un gimnasi..] (130:130) (Super)

Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

Pues nunca he ido a un gimnasio jaja pero en lo que he visto me parece muy chévere en la parte de las cuerdas pesadas para los brazos los bíceps y también lo de las llantas porque es como mas, como se dice un poco tan sin tecnología ni nada la máquina de correr también me gustaría un día probarla y si me parece mejor cuando es entrenador personal

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:193 [Digamos una vez que yo estaba ..] (245:245) (Super)

Códigos:[Gimnasio y motivación]
No memos

Digamos una vez que yo estaba en el gimnasio digamos los hombres mayores me decían mire usted ya está cogiendo cuerpo

Código: Imagen corporal vs intelecto {7-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:157 [yo pienso que eso ya es del ca..] (237:237) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

yo pienso que eso ya es del carisma de la personas porque yo conozco muchachos que tienen un buen cuerpo pero igual solo hacen pesas pero de intelecto nada solo musculo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:164 [no necesariamente tienen que s..] (246:246) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

no necesariamente tienen que ser así porque no porque tenga el cuerpo perfecto va a tener la experiencia o que tenga más capacidades porque tiene un cuerpo bien definido, yo pienso que todos estamos en las mismas condiciones por el cuerpo pero lo que importa son los pensamientos que tengan y los conocimientos que tengan

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:131 [A nivel social pues yo por lo ..] (289:289) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

A nivel social pues yo por lo general les caigo bien a todas y a todos si con todos me las llevo bien, no tengo problemas de nada pero pues lo que yo te decía llegar al éxito está en lo mental para mí, el éxito es el estudio si el estudio lleva al éxito y eso es lo que yo quiero llegar al éxito por medio del estudio.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:127 [Uno para tener éxito tienen qu..] (228:228) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

Uno para tener éxito tienen que estar preparado para lo que vaya a hacer y aunque la belleza e influye no debe ser más importante que el talento que uno posee para hacer algo al fin y al cabo uno no trabaja con la cara sino con lo que uno sabe a menos de que sea una modelo o eso, es más importante y como uno trabaje bien para los demás, de que le sirve a uno ser bonito si no trabaja bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:158 [o del cuerpo depende de la pro..] (160:160) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

o del cuerpo depende de la profesión que uno quiera ejercer por ejemplo si yo quiero ejercer no se ingenierías para que van a necesitar que yo tenga un cuerpo esbelto si lo que necesitan es lo que tengo acá

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:161 [las modelos pueden tener un cu..] (161:161) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

las modelos pueden tener un cuerpo bonito pero nos ponemos a mirar intelectualmente a veces no son nada

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:162 [podemos ver un empresario gord..] (161:161) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs intelecto]
No memos

podemos ver un empresario gordo un jefe empresario gordo y feo o sea no es cuestión de físico

Código: Imagen corporal vs personalidad {7-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:139 [pues esto no es solo que las p..] (217:217) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]
No memos

pues esto no es solo que las personas lo juzguen a uno sino que también uno se crea lo que dicen, hay personas que pues dicen a mí no me importa pues yo soy así, pero si se creen lo que le dicen si yo estoy gorda entonces como que también empieza a afectar

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:145 [yo creo que la sociedad y el a..] (222:222) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]
No memos

yo creo que la sociedad y el amor a uno mismo y así digan que uno es gordo y acomplejado solo hay que tener autoconfianza

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:98 [como que no se siente mal por ..] (172:172) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]
No memos

como que no se siente mal por ser gordo sino que más le gusta como que se siente grande él es muy recochero le gusta molestar siempre, como siempre jugar y molestar con nosotros

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:82 [yo digamos cuando era pequeña ..] (105:105) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]
No memos

yo digamos cuando era pequeña sufría de eso porque yo era más gorda pues ahora no es que sea más flaca, era mucho más gorda y me hacían mucho bullying,

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:85 [uno también aprende que pues e..] (105:105) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]
No memos

uno también aprende que pues es su cuerpo si uno quiere ser flaco o eso uno deja de comer y hace ejercicio o algo así y ya eso también va en la personalidad.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:88 [es mi cuerpo y yo veré que hag..] (106:106) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]

No memos

es mi cuerpo y yo veré que hago no me importa lo que digan los demás, desde que mi familia por decirlo así me apoyen no me importan los demás.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:129 [Pero a veces el chico se fija ..] (158:158) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs personalidad]

No memos

Pero a veces el chico se fija en ti o la persona se da cuenta de tu personalidad y eso es lo que le gana al físico.

Código: Imagen corporal y cirugías {2-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:169 [eso depende del pensamiento de..] (251:251) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y cirugías]

No memos

eso depende del pensamiento de cada persona a veces uno ve a una modelo y uno piensa esa vieja quien sabe cuántas cirugías tendrá pues eso ya depende del pensamiento de cada uno

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:170 [yo no me haría ninguna operaci..] (253:253) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y cirugías]

No memos

yo no me haría ninguna operación pero yo estoy de acuerdo en que lo hagan, porque si la persona se siente bien y es feliz no veo por qué no se pueda hacer

Código: Imagen corporal y sociabilidad {1-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:193 [yo he visto a muchas personas ..] (284:284) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y sociabilidad]

No memos

yo he visto a muchas personas musculosas pero son calladas no se integran

Código: Imagen corporal vs seguridad {6-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:196 [por ejemplo que a una niña le ..] (289:289) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

por ejemplo que a una niña le guste el que juega futbol, ese que juega futbol siempre va a tener niñas que al igual que el tienen un buen cuerpo o son muy bonitas entonces la que no tiene buen cuerpo se siente insegura o igual al cambiarse eso pasa cuando nos cambiamos para educación

física unas comienzan que tienen las piernas muy blancas otras que tienen las piernas muy flacas entonces por eso no se cambian

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:198 [Cada uno debe tener una autoes..] (291:291) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

Cada uno debe tener una autoestima, cuando se mira al espejo

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:93 [A mí me parece que sí, pues yo..] (164:164) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

A mí me parece que sí, pues yo me arreglo arto, en el salón siempre que el cepillito me arreglo voy al baño me peino, me gusta arto como verme bien cuidarme

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:86 [yo no es que sea severa fitness..] (106:106) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

yo no es que sea severa fitness pero si va en los gustos como les digo, sí por ejemplo a mí no me gustaría ser un palito andante si no que a mí me parece que una mujer se va más linda con carnecita, se ve más linda se ve mejor que ahí un palillo, ahí que ni puede andar entonces, por eso también depende de los gustos

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:100 [Pues a mí me gusta cómo me veo..] (126:126) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

Pues a mí me gusta cómo me veo

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:141 [Huy si mucho, bueno pero a vec..] (172:172) (Super)

Códigos:[Imagen corporal vs seguridad]

No memos

Huy si mucho, bueno pero a veces uno que el gordito pero normal la ropa lo tapa.

Código: Imagen corporal y aceptación {19-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:14 [eso también es como sicología ..] (43:43) (Super)

Códigos:[Acciones para mejorar la imagen corporal] [Imagen corporal y aceptación]

No memos

eso también es como sicología porque entonces al tener un buen cuerpo se empieza a sentir como aceptado

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:15 [si eso, se sube la autoestima] (45:45) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

si eso, se sube la autoestima

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:16 [si obtiene resultados] (47:47) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

si obtiene resultados

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:136 [si claro, las palabras que le ..] (214:214) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

si claro, las palabras que le lanza la gente a uno pues así, gordita, y una palabra lastima más que cualquier cosa , entonces lo que la gente hace es apartarse de la misma gente

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:137 [pues depende no tanto de las g..] (215:215) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

pues depende no tanto de las gorditas sino que también hay unas niñas muy flaquitas y también las molestan mucho

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:138 [pues yo creo que la sociedad l..] (216:216) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

pues yo creo que la sociedad lo puede maltratar a uno y bajar la autoestima

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:80 [en mi opinión pues como me veo..] (161:161) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

en mi opinión pues como me veo, me veo bien me gusta mi figura jaja, pero lo que te digo el cuerpo idea sería sin ninguna clase de enfermedad.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:125 [para mí eso no tiene sentido p..] (273:273) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

para mí eso no tiene sentido porque uno tiene que aceptar a las personas como son, no tiene uno que dejarse llevar de lo que ve como muchas personas por ejemplo yo acepto a todas como son todas para mí son iguales, excepto pues mi mamá jaja y pues mi novia también, los hombres si todos somos iguales y pues en el sentido de iguales así como uno lo ve y como uno lo pueda aceptar.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:126 [Y también hacia las mujeres en..] (275:275) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Y también hacia las mujeres en general, para mi yo los veo a todos iguales ya sea acuerpado ya sea gordo sea bajito sea alto.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:94 [Yo lo hago es por eso como que..] (166:166) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Yo lo hago es por eso como que algunas niñas le echan piropos a uno y a uno le gusta eso, uno no lo hace exactamente para ellos sino para uno pero es bueno que ellas también se den cuenta de eso y algunos amigos también le dicen huy se ve bien y eso también le sube la autoestimase siente ayuda, pero igual eso no es lo más importante

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:97 [A él le gusta, como que no se ..] (172:172) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

A él le gusta, como que no se siente mal por ser gordo sino que más le gusta como que se siente grande él es muy recochero le gusta molestar siempre, como siempre jugar y molestar con nosotros

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:132 [Si me gustaría estar así con a..] (238:238) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Si me gustaría estar así con artos músculos pero yo digo pues todavía tengo quince años y pues me voy a meter al gimnasio y cuando tenga dieciséis pues ya voy a estar bien, ahorita no me importa mucho como me vea me preocupa más estar bien de salud

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:128 [mí no me gustan los musculosos..] (137:137) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

mí no me gustan los musculosos me gustan así flaquitos raquícos ahí literal a mí no me gustan musculosos, flaquito gordito no importa

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:97 [Si, es más que todo por la soc..] (122:122) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Si, es más que todo por la sociedad no es que digamos yo me sienta mal si no que la sociedad por lo menos como le quiere hacer ver a uno así y casi siempre lo hace, hace que la persona se acompleje porque no tiene mucho autoestima

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:194 [Yo sé que algunas mujeres se a..] (246:246) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Yo sé que algunas mujeres se acomplejan por su peso c

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:128 [Pues yo creo que eso es cuesti..] (183:183) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Pues yo creo que eso es cuestión de personalidad uno tiene lo que tiene y ya

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:129 [Pues eso depende de si usted s..] (185:185) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Pues eso depende de si usted se quiere o no, usted no tiene por qué ponerle atención a lo que dicen los demás pues el que lo quiere a uno lo quiera así como es y si no es así pues esa persona vale muy poco.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:132 [Pues sí que sea linda pero me ..] (189:189) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

Pues sí que sea linda pero me preocupa más que sea una persona chévere que tenga una buena

personalidad.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:127 [: Hay personas que son muy fla..] (269:269) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y aceptación]

No memos

: Hay personas que son muy flacas entonces le dicen palillos u otras que son muy gordas entonces no encuentran su cuerpo perfecto

Código: Imagen corporal y bullying {11-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:84 [era mucho más gorda y me hacía..] (105:105) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Era mucho más gorda y me hacían mucho bullying,

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:87 [y lo del bullying pues si eso a..] (106:106) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Y lo del bullying pues si eso afecta, pero ya va en cada uno, por ejemplo a mí también cuando era chiquita siempre me molestaban por gordita pero no le veía importancia porque es mi cuerpo y yo veré que hago no me importa lo que digan los demás, desde que mi familia por decirlo así me apoyen no me importan los demás.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:179 [Por lo menos yo pienso que sí ..] (183:183) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Por lo menos yo pienso que si porque digamos que uno no va a tener que ser la burla de nadie

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:184 [Pues a mí me molestan porque y..] (234:234) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Pues a mí me molestan porque yo soy gordito y han llegado hasta mis propios compañeros montármela.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:185 [Si me han hecho sentir muy mal..] (236:236) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Si me han hecho sentir muy mal y por eso llegue a cierto punto de meterme al gimnasio y más porque en mi familia no tengo una buena relación con mi papá.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:188 [a mi hubo mucho tiempo que me ..] (241:241) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

A mi hubo mucho tiempo que me hicieron bullying por delgada, entonces ya me estaban suponiendo que yo era anoréxica cuando realmente nunca fui

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:189 [que te estén recalando tantas..] (241:241) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Que te estén recalcando tantas veces que estas muy flaca te vas a morir de anorexia ahí si uno.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:210 [Por ejemplo en una novela van ..] (267:267) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Por ejemplo en una novela van a buscar siempre a la persona gruesita gordita para hacerle bullying para que la traten mal

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:101 [No se hay unas que dicen que y..] (219:219) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

No se hay unas que dicen que yo tengo piernas feas que tengo pelitos que estoy muy blanca.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:106 [si ella tiene buen cuerpo sino..] (229:229) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Si ella tiene buen cuerpo sino que decía que era muy blanca, ara como blancas, blancas las piernas y la cara estaba quemada y no decía que se le iban a burlar por eso.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:126 [Hay personas que son muy flaca..] (269:269) (Super)

Códigos:[Imagen corporal y bullying]

No memos

Hay personas que son muy flacas entonces le dicen palillos u otras que son muy gordas entonces no encuentran su cuerpo perfecto y entonces la gente las molesta que palillos y un poco de cosas

Código: Influencia de los padres en las prácticas físicas {30-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:53 [mi papa es jugador de basquetb..] (115:115) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

mi papa es jugador de basquetbol, pues entrena, entonces pues él está haciendo un equipo de niñas y ahí estamos entrenando con otra niña del salón entonces los lunes y los viernes estamos habiendo eso,

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:148 [pues a mí poco me importa lo q..] (224:224) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Pues a mí poco me importa lo que digan la sociedad pues uno siempre va a tener el apoyo de la familia uno intenta hacer ejercicio y la gente le dice que no haga pero la familia le dice a uno que lo están viendo más acuerpado entonces eso le sube la autoestima a uno y no al verse cambios se motiva más y sube la autoestima

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:117 [Si ella también iba a gimnasio..] (250:250) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si ella también iba a gimnasio conmigo.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:118 [Si, nosotros íbamos toda la fa..] (252:252) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si, nosotros íbamos toda la familia, íbamos mi hermano, mi padrastro, mi mamá y yo, todos los cuatro íbamos.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:120 [Si a ella le gusta mucho pero ..] (254:254) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si a ella le gusta mucho pero es que ella sufre del colon y ella tuvo en el 2011 casi un paro cardiaco entonces ella no puede hacer casi eso, ósea lo puede hacer pero hasta cierto punto, ósea si se excede puede que se enferme, entonces no lo hace, es por eso pero a ella le gusta y a mi padrastro también le gusta pero no le queda tiempo porque todo el día trabaja en Mosquera después irse para Soacha y pues no hay tiempo y mi hermano está estudiando y yo también

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:18 [A mí porque me gusta, siempre ..] (29:29) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

A mí porque me gusta, siempre me ha gustado mi papa me inculco que debo hacer ejercicio

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:19 [Mi papa es conductor de rutas ..] (31:31) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Mi papa es conductor de rutas pero también le gusta arto el futbol y el antes jugaba arto

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:41 [Como salidas familiares podría..] (65:65) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Como salidas familiares podría decirse porque aun que si también es voluntario a uno le da pereza,

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:44 [Pues eso sí sería cuestiones d..] (68:68) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Pues eso sí sería cuestiones de como este organizada la familia cómo sería la toma de decisiones, incentivarlos para que vayamos los fines de semana por lo menos los domingos y los festivos se puede ir a ciclovía

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:151 [Si, pues mi familia paterna co..] (184:184) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si, pues mi familia paterna con mis primos siempre jugamos micro ellos fueron los que me enseñaron y pues siempre estuvo como esa actividad de que íbamos al parque, hacer ejercicio y eso pues ellos lo veían más como un juego pero yo, siempre lo vi como más importante

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:152 [tenía patio en mi casa entonce..] (184:184) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Tenía patio en mi casa entonces allá también jugábamos a veces patio, nos trepábamos a los árboles, entonces uno desde pequeño tiene como esos hábitos de estar haciendo ejercicio.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:154 [por parte de mi mama es decir...] (186:186) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Por parte de mi mama es decir familia materna también me apoyan mucho en lo del futbol mi tío también me inculco mucho el futbol porque pues el jugo en millonarios también en guardameta, entonces él me estuvo enseñando

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:45 [yo soy una persona que me gust..] (66:66) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Yo soy una persona que me gusta hacer deporte pues porque mis papas tienen un gimnasio entonces yo llego me conecto pero me digo no tengo que ir a entrenar

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:104 [En mi conjunto vamos con mi ma..] (145:145) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

En mi conjunto vamos con mi mama al gimnasio

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:118 [los sábados y domingos que est..] (155:155) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Los sábados y domingos que estoy con mi familia unas cuatro horas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:120 [n mi caso si porque yo salgo c..] (160:160) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

En mi caso si porque yo salgo con mi familia y me divierto más y me motivo más porque estoy con ellos y no me siento una pendeja porque no se jugar futbol.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:121 [En mi caso no, en mi casa no m..] (161:161) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

En mi caso no, en mi casa no me motivan a nada, yo con mi familia soy muy reservado

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:122 [a mí los únicos que me mot12 s..] (161:161) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

A mí los únicos que me mot12 son mis amigos y el internet.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:123 [ella me dice que vaya que haga..] (162:162) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Ella me dice que vaya que haga patinaje, aunque a mí me da miedo ir por la mañana porque ese piso mojado me da miedo que me caiga, y ello se dicen que no que vaya me apoyan.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:124 [Algunos días a veces cuando sa..] (164:164) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Algunos días a veces cuando salgo a entrenar van con migo y también se ponen a jugar futbol con mi hermano menor.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:125 [A mí no me motivan, más bien m..] (165:165) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

A mí no me motivan, más bien me dicen póngase a estudiar deje de hacer esas vainas y pues eso es lo que me gusta y lo sigo haciendo

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:126 [Mi mama me motiva pero por lo ..] (166:166) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Mi mama me motiva pero por lo menos yo lo hago es con mis amigos, mi mama no le queda tiempo por el trabajo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:127 [El tiempo no la deja hacer act..] (168:168) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

El tiempo no la deja hacer actividad física. Me motivan mis amigos y el internet.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:128 [La familia cumple un papel muy..] (170:170) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

La familia cumple un papel muy importante, mi familia me apoya, porque uno necesita de alguien que le diga oiga mira ya está gordita vaya al gimnasio, corra a mi mis papas si me apoyan muchísimo para que haga gimnasia, a mí me da mucha pereza pero ello como que me dicen a quemar el pan del refrigerio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:129 [vivo con mi tía y ella me dice..] (171:171) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Vivo con mi tía y ella me dice que si no hago ejercicio las piernas se le ven muy feas, la cola, cuando este vieja se le va a ver la cola en las rodillas, mira haga ejercicio para que todo lo tengas puesto y uno como que sí.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:130 [Mi mama va al gimnasio y nos e..] (172:172) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Mi mama va al gimnasio y nos estresa mucho con ese tema porque mi papa antes era gordito hizo gimnasio y ya estaba bien y todo y se engordo de nuevo un poquito.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:51 [Si es como el único apoyo que ..] (66:66) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si es como el único apoyo que usted tiene, pues ellos le dicen haga esto usted va a estar bien de salud, parece que ese sería un buen apoyo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:52 [Cuando uno crece y se aleja de..] (68:68) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Cuando uno crece y se aleja de la familia y dicen usted haga eso yo hago lo mío, si yo voy a hacer ejercicio es cosa mía.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:53 [Si en mi familia hemos sido co..] (70:70) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Si en mi familia hemos sido como muy unidos y si cuando nos vemos que es muy seguido vamos a hacer actividad física me gusta mucho, mi familia es una motivación para hacer ejercicio.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:54 [Yo salgo con mi familia a hace..] (71:71) (Super)

Códigos:[Influencia de los padres en las prácticas físicas]

No memos

Yo salgo con mi familia a hacer baloncesto, a mí no me gusta pero por estar en familia si me gusta.

Código: Jóvenes vs dieta familiar {13-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:175 [yo no puedo, pues yo si quiero..] (260:260) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Yo no puedo, pues yo si quiero pero cuando llego a la casa mi mama me tiene ese motón de arroz, harina, grasas, pan lo que quiera

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:176 [no es que uno sea hambriento p..] (261:261) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

No es que uno sea hambriento pero es que uno mantiene con hambre veinticuatro siete es como que uno llega a la casa y está cansado y tiene hambre y la mama con ese platado de frijoles

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:177 [en mi casa no es así como una ..] (262:262) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

En mi casa no es así como una dieta sino que mi mama controla el azúcar y todo eso, es que hay personas que se pasan con el consumo de esto

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:178 [pues en mi casa mi mama hace d..] (265:265) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Pues en mi casa mi mama hace dietas yo un día comencé con ella pero la comida que preparaba era horrible desabrida.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:180 [yo soy con el tema de la comida..] (268:268) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Yo soy con el tema de la comida, mi mama es como ordenada ella hace ensaladas, fruta o es como bien, en las mañanas tomamos jugo de naranja o leche o así

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:181 [pues mi mama no es que me cuid..] (269:269) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Pues mi mama no es que me cuide mucho en mi vida cotidiana mi papa si tarta de cuidarme porque él me regala la proteína y trata d cuando yo llego no coma grasa sino que me sirve un batido de Herbalife y eso me sirve para cuidar el cuerpo

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:183 [por mi abuela más que todo en ..] (270:270) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Por mi abuela más que todo en los desayunos no comemos huevo ni nada de eso sino que comemos frutas pues ella tiene esa dieta todos los desayunos frutas y jugos naturales

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:144 [muchas veces uno no tiene el d..] (146:146) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Muchas veces uno no tiene el dinero y los recursos para hacer una dieta o algo saludable que el arroz integral pero entonces digamos en mi casa las porciones de comida ahora son más pequeñas, porque no es necesario tener una dieta o algo pegado a la cocina que diga no, sino es concientizarse de que tienes que bajarle a la comida y después de que uno le baje a la comida ya el cuerpo empieza a regularse y a cambiar.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:120 [la vez pasada nos mandó papa y..] (144:144) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

La vez pasada nos mandó papa y plátano y yo le dije mami no acuérdesse que no nos puede mandar papa y plátano pues yo solo me como la papa porque el plátano pues me gustaba pero bueno pues ya no como porque se me brota la cara.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:225 [Mi papá consumía muchísima gas..] (289:289) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Mi papá consumía muchísima gaseosa y mi para era delgado y después se engordo y pues yo no voy a hacer lo mismo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:235 [En mi casa se toma mucha gaseo..] (303:303) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

En mi casa se toma mucha gaseosa y solo tomamos coca cola en la casa comemos fritos empanadas y costillas ahumadas y carne frita yo no tengo una digestión muy fuerte lo que yo más comía era yuca que me ayudaba a tener fibra.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:236 [Siempre que acabamos de comer ..] (304:304) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

Siempre que acabamos de comer mi papa es como vaya y compre galletas y los fines de semana siempre almorzamos es arroz chino.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:237 [En mi casa cuando compran galg..] (305:305) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta familiar]

No memos

En mi casa cuando compran galguerías yo me las puedo comer hasta en un día y no dejo nada.

Código: Jóvenes vs dieta saludable {18-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:184 [yo si tomo agua pero lo raro e..] (271:271) (Super)**

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Yo si tomo agua pero lo raro es que yo no lo hago por salud sino porque a mí me dijeron que eso servia para limpiar la cara, a mi mama dijeron que eso era necesario como ocho litros diarios

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:93 [Pues enserio en serio la hambu..] (187:187) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Pues enserio en serio la hamburguesa jaja.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:119 [Si, por ejemplo en el desayuno..] (146:146) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Si, por ejemplo en el desayuno huevito ya en el almuerzo no si no de pronto en la comida o hasta el otro día, pues porque tampoco comer huevo todo el día porque todo en exceso es malo entonces no.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:65 [estamos acostumbrados a la com..] (96:96) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Estamos acostumbrados a la comida chatarra y como ya es de fácil acceso de llamar y eso ese es el pecado que tenemos.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:223 [Yo era de las que jamás nunca ..] (286:286) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Yo era de las que jamás nunca tomaba agua tomaba jugo y nada más porque no me gustaba el agua, pero cuando comencé a entrenar me tomo una botella de agua.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:224 [Yo por ejemplo no comía ningun..] (287:287) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Yo por ejemplo no comía ninguna fruta ahora que estoy en el gimnasio ahora sí.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:229 [Pues yo como de todo a mí me p..] (293:293) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Pues yo como de todo a mí me puede dar cualquier cosa y me lo como de una.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:230 [Comer mucha galgeria, mi papa ..] (298:298) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Comer mucha galgeria, mi papa ayer me dio plata y ya no tengo ni la décima parte compro paquetes, con mi prima en diciembre no se dé sonde sacaba plata y me compraba esos paquetes de dulces y chocolates y coma y ella se puso pálida de tanto dulce.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:231 [Alcohol.] (299:299) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Alcohol.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:232 [Yo como mucho chocolate a mí m..] (300:300) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Yo como mucho chocolate a mí me dan plata y de una me voy para la tienda a comprar un gansito o una jet.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:233 [Pues tomo mucha gaseosa, mucha..] (301:301) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Pues tomo mucha gaseosa, mucha azúcar y mucha galguería.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:234 [A mí lo que ha dado mucho duro..] (302:302) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

A mí lo que ha dado mucho duro dejar es el pan y pues he tratado y no he podido me gusta me encanta el pan y los fines de semana como una fruta y meda mucha hambre y llego de entrenar y me como hasta tres panes.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:139 [Nunca me ha preocupado aprende..] (198:198) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Nunca me ha preocupado aprender a comer bien

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:140 [Pues cuando yo iba al pediatra..] (199:199) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

Pues cuando yo iba al pediatra y me daban ahí una lista de qué coma como veinte veces al día

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:129 [también en las comidas, les gu..] (271:271) (Super)

Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]

No memos

También en las comidas, les gusta comer mucho en la calle y uno no sabe si ese aceite es fresco o si esas comidas son limpias y también comer verduras muchas verduras

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:130 [Lo que pasa es uno come con so..] (273:273) (Super)
Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]
No memos

Lo que pasa es uno come con solo fritos, papa frita, carne frita, plátano frito y arroz entonces uno se alimenta muy mal, a veces por el afán se Salí nos o de trabajar pero si me preocupa por que uno sabe que la salud de uno es la perjudicada

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:132 [Pues si por ejemplo yo tengo m..] (275:275) (Super)
Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]
No memos

Pues si por ejemplo yo tengo mi novio y él come de todo ese come comidas rápidas a él no me importa, pero entonces él come bastante y no se engorda tal vez por el deporte que practica

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:140 [Pues sí, pero me da mucha hamb..] (289:289) (Super)
Códigos:[Jóvenes vs dieta saludable]
No memos

Pues sí, pero me da mucha hambre en la mañana me como lo que no comí en la noche

Código: La clase en otros colegios {5-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:71 [Si yo en la tierrita de dónde ..] (145:145) (Super)
Códigos:[La clase en otros colegios]
No memos

Si yo en la tierrita de donde yo soy porque yo soy de puerto Nare Antioquía allá casi no habían recursos, había por decirlo como tres baloncitos cinco sillas y no había de lo que yo te decía ahorita que trampolín y eso...no había de eso allá y pues era correr y jugar futbol y baloncesto y ya.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:72 [Siempre era como que lo mismo ..] (147:147) (Super)
Códigos:[La clase en otros colegios]
No memos

Siempre era como que lo mismo todo el año entonces acá uno como que renueva como que tiene un periodo volibol y que otro que baloncesto y otro que micro, otro que trampolín entonces uno se divierte entonces.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:68 [Son dos horas un bloque que du..] (123:123) (Super)
Códigos:[La clase en otros colegios]
No memos

Son dos horas un bloque que duraba noventa minutos, cada hora de cuarenta y cinco minutos,

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:73 [Uno pasaba más porque allá no ..] (131:131) (Super)
Códigos:[La clase en otros colegios]
No memos

Uno pasaba más porque allá no son tan estrictos con lo de la llegada tarde porque yo me tire el

primer periodo en educación física fue por la llegar tarde pero no por mi desempeño en la clase

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:74 [Allá siempre pasaba, era de un..] (133:133) (Super)

Códigos:[La clase en otros colegios]

No memos

Allá siempre pasaba, era de uno a cien yo obtenía alto puntaje pero allá era a la tercera hora y no tenía problema con la llegada tarde a mi gustaba las dos últimas para la clase de educación física ya sale uno sudar y se va para la casa dormir

Código: La familia y construcción de hábitos {13-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:90 [I principio como que uno se de..] (181:181) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Al principio como que uno se deja llevar por la emoción de salir y no come entonces le da como la pálida y mi mamá me dice que tengo que comer, dice usted se va todo el día por allá y no come nada y la cantalética ahí, pero si una buena alimentación es buena

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:121 [1: Si mi papa siempre me deja ..] (216:216) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

1: Si mi papa siempre me deja desayuno pero yo no desayuno a veces me da pereza, desayuno o llego temprano

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:122 [Casi siempre hacen ensaladas y..] (218:218) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Casi siempre hacen ensaladas y quedan ricas pero hacen también artos fritos pero no es tantos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:170 [yo fui un día al gimnasio fui ..] (171:171) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Yo fui un día al gimnasio fui y termine así molida y me fui con mi mamá a tragar pollo, no comí fui a tragar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:189 [por lo menos mi mami es de las..] (193:193) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Por lo menos mi mami es de las que siempre hace almuerzos ricos o sea como papas a la francesa o salchipapas pero entonces yo le digo como que no mami, ella como que me hace mi porción de ensalada ya como que me estoy acostumbrando a tener que cambiar esas cosas

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:190 [yo pienso que en la comida mi ..] (194:194) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Yo pienso que en la comida mi mami hace todo para todos y el que no quiera que no coma y ya lo que hay si

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:117 [ahora mi mama a si pues le hac..] (144:144) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Ahora mi mama a si pues le hace un tipo de dieta en el almuerzo proteínas, ensalada, arroz y el jugo pues depende de lo que mande de almuerzo entonces la vez pasada nos mandó papa y plátano y yo le dije mami no acuérdesse que no nos puede mandar papa y plátano pues yo solo me como la papa porque el plátano pues me gustaba pero bueno pues ya no como porque se me brota la cara.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:66 [Digamos en mi casa mis dos her..] (97:97) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Digamos en mi casa mis dos hermanos el mayor tiene esa costumbre de estar en el celular o así, la familia las activa soy yo, a mí me gusta salir a caminar, como dice 2 yo prefiero es salir a caminar a traer la comida.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:179 [a familia las mamas tiene eso ..] (229:229) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

A familia las mamas tiene eso que desde muy jóvenes deben ser flacas y les están diciendo, yo conozco el caso de una niña que la mama le quito mucho las sopas, no se están alimentando bien y lo que está haciendo es quitarle defensas.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:143 [Si algunas, porque mi mami me ..] (204:204) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Si algunas, porque mi mami me ayudaba y me obligaba a hacer algunas cosas

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:148 [Mi mama hizo una dieta mi mama..] (213:213) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos] [Tendencias actuales de dietas]

No memos

Mi mama hizo una dieta mi mama no comía harinas y tomaba unos batidos

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:154 [Pues mi mama se colocó unas pe..] (218:218) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos]

No memos

Pues mi mama se colocó unas pepitas que se ponen aquí en la oreja que para que no le diera hambre y todo eso entonces para bajar de peso

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:153 [A mí mama le mandaron comer mu..] (219:219) (Super)

Códigos:[Dietas saludables] [La familia y construcción de hábitos]

No memos

A mí mama le mandaron comer mucha fruta y más que una dieta de dejar de comer era cambiar la manera, es decir comer mucha fruta

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:147 [pues a mí poco me importa lo q..] (224:224) (Super)

Códigos:[La familia y el concepto de cuerpo]

No memos

Pues a mí poco me importa lo que digan la sociedad pues uno siempre va a tener el apoyo de la familia uno intenta hacer ejercicio y la gente le dice que no haga pero la familia le dice a uno que lo están viendo más acuerpado entonces eso le sube la autoestima a uno y no al verse cambios se motiva más y sube la autoestima.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:153 [a finales del año pasado antes..] (186:186) (Super)

Códigos:[La familia y el concepto de cuerpo]

No memos

A finales del año pasado antes de estar en la escuela hay si hay no que esta gordita cierto que tiene el bananito cuídese que porque después se engorda, ya después en la escuela yo volví pero que no que bien que estás haciendo ejercicio

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:178 [En algunos casos la sociedad y..] (229:229) (Super)

Códigos:[La familia y el concepto de cuerpo]

No memos

En algunos casos la sociedad y la familia las mamás tiene eso que desde muy jóvenes deben ser flacas y les están diciendo, yo conozco el caso de una niña que la mamá le quito mucho las sopas, no se están alimentando bien y lo que está haciendo es quitarle defensas.

Código: Los amigos y la imagen corporal {3-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:158 [pues yo creo que también eso d..] (238:238) (Super)**

Códigos:[Los amigos y la imagen corporal]

No memos

pues yo creo que también eso depende de los amigos que uno tenga , digamos que si unos amigos me dicen vamos a entrenar y eso y uno entonces se motiva a hacerlo, si hay muchas personas que alrededor de uno que hagan eso pues uno también se va a motivar a hacer eso para verse tan bien como ellos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:135 [Pues voy a veces me siento com..] (242:242) (Super)

Códigos:[Los amigos y la imagen corporal]

No memos

Pues voy a veces me siento como chiquito, yo soy más alto que todas las compañeras de mi curso pero más bajito que artos de mis amigos, me gustaría ser más alto

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:155 [las amistades también si a uno..] (186:186) (Super)

Códigos:[Los amigos y la imagen corporal]

No memos

Las amistades también si a uno le dicen hay esta gorda entonces a uno le afecta más los comentarios de amigos que los de la propia familia.

Código: Monotonía de la clase de educación física {5-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:100 [Pues en este año me han pareci..] (179:179) (Super)

Códigos:[Monotonía de la clase de educación física]

No memos

Pues en este año me han parecido más interesantes, pero por lo menos el año pasado se me hacían muy, muy monótonas las clases de educación física era primero calentar luego el ejercicio de clase y lo que quedaba libre y ya, sería chévere que hubieran competencias y así cosas chéveres.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:103 [veces se vuelve aburridor y pu..] (180:180) (Super)

Códigos:[Monotonía de la clase de educación física]

No memos

A veces se vuelve aburridor y pues siempre se hace los mismo los mismos cinco años. Eso se vuelve fastidioso.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:114 [lo que yo le decía es la misma..] (188:188) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte] [Monotonía de la clase de educación física]

No memos

Lo que yo le decía es la misma rutina de cada año por periodos deportes siempre al principio es el rendimiento que uno tiene y no meten actividades chéveres

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:105 [como que no hay cosas nuevas e..] (131:131) (Super)

Códigos:[Monotonía de la clase de educación física]

No memos

Como que no hay cosas nuevas e interesantes, siempre es como hagan estos ejercicios y corran y punto ya libre y eso fue la clase

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:107 [Si pues yo pienso que todas la..] (134:134) (Super)

Códigos:[Monotonía de la clase de educación física]

No memos

Si pues yo pienso que todas las semanas es como siempre lo mismo salir al patio hacer el ejercicio y el tiempo libre, es bueno de todas formas joder un rato y ejercitarse un poco pero podríamos tener más resultados

Código: Nivel de aceptación de las dietas {3-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:109 [yo un día que no coma yo me mu..] (230:230) (Super)**

Códigos:[Nivel de aceptación de las dietas]

No memos

Yo un día que no coma yo me muero.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:111 [Pues sí, pero no, igual uno co..] (234:234) (Super)

Códigos:[Nivel de aceptación de las dietas]

No memos

Pues sí, pero no, igual uno con hambre a toda hora.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:107 [las proteínas que toman no me ..] (130:130) (Super)

Códigos:[Nivel de aceptación de las dietas]

No memos

Las proteínas que toman no me parecen buenas porque por ejemplo digamos si usted las deja de tomar té debilitas o engordas también depende de la persona y los músculos también se debilitan así tu tomes eso y hagas ejercicio pero si dejas de hacer ya no puedes dejar de tomar las proteínas porque después los músculos no van a hacer igual.

Código: Nuevas tendencias de clase {13-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:119 [Pues yo soy nueva aquí y el añ..] (194:194) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Pues yo soy nueva aquí y el año pasado en el colegio la profesora nos hacía ejercicios de concentración seguíamos unos patrones y era pues muy diferente porque uno como que ya tenía la concentración de hacer bien los ejercicios sería muy chévere.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:120 [Pues serian cosas como natación..] (195:195) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Pues serian cosas como natación como en otros colegios o en otros sitios.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:123 [pues no sé, como patinaje.] (198:198) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Pues no sé, como patinaje.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:68 [Si claro, diferente, imagínate..] (139:139) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Si claro, diferente, imagínate uno ahí con una rampla acá en el patio o por lo menos no se una salida de campo, que digamos vamos todos a Atahualpa a practicar BMX, si salimos así chévere.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:88 [Si el, pero no me gustaría que..] (155:155) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Si el, pero no me gustaría que la clase fuera tan aburrida, que fuera más extrema que nos enseñaran a dar botes y todo eso

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:107 [Zumba serían bueno las clases ..] (120:120) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Zumba serían bueno las clases de zumba

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:108 [a mí me gustaría que fuera com..] (121:121) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

a mí me gustaría que fuera como clases de baile pero no solamente digamos bailes así no se, sino también como bailes típicos de cada región o sea que uno a través de eso conozcamos de otras

regiones

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:109 [yo tengo una amiga que hace zu..] (123:123) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

yo tengo una amiga que hace zumba y en los parques en cosas libres y entonces me gustaría que vinieran también aquí una persona o la profe.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:112 [pues me gusta la idea de que b..] (126:126) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

pues me gusta la idea de que bueno la zumba pero a mí siempre me ha atraído mucho eso de las porristas y pues enfocarse en porristas y que por lo menos yo soy una persona muy competitiva en los deportes y pues si hiciéramos eso serian competencias con otros colegios y podríamos ganar torneos y esas cosas y pueden traer personas aquí y pueden hacer que los muchachos se quieran quedar acá, porque es algo que les gusta, y también pues lo de los equipos y eso digamos que sea un equipo ya de todo el colegio y que vallan a torneos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:115 [lo que si sería chévere seria ..] (127:127) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Lo que si sería chévere seria lo de las porristas que así ir a apoyar el equipo entonces si por ejemplo si el equipo del colegio va a ir al costa rica entonces también las porrista van y los apoyamos y eso.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:116 [ues no solo es cuestión de apo..] (128:128) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Pues no solo es cuestión de apoyar sino también de competir porque hay competencia de porristas, podíamos ganar, podríamos ganar trofeos podemos ganar plata viajes

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:138 [Al año pasado o antepasado hab..] (182:182) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

Al año pasado o antepasado había un muchacho que manejaba el jiu-jitsu y fui a verlo y de todo y me dio hasta miedo.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:115 [A mí me gustaría que implement..] (152:152) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de clase]

No memos

A mí me gustaría que implementaran eso de los juegos que llaman tradicionales como el yermis y eso le sirve a uno para hacer actividad física y divertirse y entonces eso hace que la clase sea más dinámica

Código: Nuevas tendencias de la actividad física {12-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:9 [practicar BMX, pues para mí es..] (5:5) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

Practicar BMX, pues para mí es un deporte muy divertido que en serio disfruto mucho haciéndolo he tenido muchas lesiones demasiadas diría yo, una cada mes, una por semana e inclusive ahorita estoy lesionado del tobillo derecho y mi lesión más grande ha sido que tuve un trauma craneoencefálico leve.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:12 [: Por ejemplo, el año pasado t..] (25:25) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

: Por ejemplo, el año pasado tuve un concurso en el cual gane, quede de primer lugar, porque fue mucha... ósea gane como un título de altura, me tire de como dos casi tres metros de vacío y tuve mucha adrenalina en serio llore de felicidad

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:85 [gusta más hacer rumba aeróbico..] (112:112) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

me gusta más hacer rumba aeróbicos zumba

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:82 [A mí lo que me gusta en el eje..] (113:113) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

A mí lo que me gusta en el ejercicio es la calistenia, eso me gusta eso tiene que ver como con cosas naturales, en cambio en el gimnasio se ven muchas personas que se inyectan y eso no es natural.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:84 [Hacer Body combat, es como un ..] (115:115) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

Hacer body combat, es como un entrenamiento militar es ya muy avanzado al cardio normal que yo hago, es muy chévere porque la actividad es brincar saltar es muy muy chévere.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:86 [Es que yo tengo unas páginas e..] (117:117) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física] [Recolección información sobre hábitos]
No memos

Es que yo tengo unas páginas en Facebook y me llegan por ahí de estados unidos me gusta mucho.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:87 [La que a mí más me gusta es la..] (118:118) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

La que a mí más me gusta es la calistenia, que uno trabaja sobre el peso de uno.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:89 [Yo entreno y voy a un grupo de..] (123:123) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

Yo entreno y voy a un grupo de coreografía y como que esas dos cosas son las que me llenan.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:95 [y ciclovía me gustaría hacerlo..] (129:129) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]
No memos

y ciclovía me gustaría hacerlo más seguido como de rutina.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:96 [A mí me gusta más es como la p..] (130:130) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

A mí me gusta más es como la parte del boxeo, el King boxing y pues yo hago mucho boxeo no en escuela sino urbano, yo tengo un grupo con el cual nos ponemos de acuerdo y nos avisan en algún lado hay boxeo a las tres, y pues uno llega y todos están reunidos y uno se pone a boxear

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:42 [con unos muchachos del barrio ..] (59:59) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

Con unos muchachos del barrio yo salgo y corro y hacemos cosas en barras.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:52 [Abdomen, sentadillas y boxeo.] (110:110) (Super)

Códigos:[Formas de incrementar la actividad física] [Nuevas tendencias de la actividad física]

No memos

Abdomen, sentadillas y boxeo.

Código: Objetivos de las dietas {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:153 [eso tiene que ver de ambas un ..] (233:233) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

eso tiene que ver de ambas un poquito si a veces uno lo hace por uno mismo para sentirse bien o también lo hacen (no me juzguen) es que me gusta esa niña y que tales pes uno lo hace por uno mismo pero también por la sociedad.

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:154 [yo creo que hay gente que lo h..] (234:234) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Yo creo que hay gente que lo hace como para estar a la moda y como para lograr la figura perfecta para que nosotras los veamos

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:125 [Mi mama y mi tía se metieron a..] (226:226) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Mi mama y mi tía se metieron a un gimnasio y les dieron una dieta pero duraron poquito haciéndola y si les funciono, ellas no eran obesas pero si tenían sus gorditos, pero se volvieron a engordar un poquito pero ya no están como antes

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:147 [En mi caso yo lo hago es como ..] (148:148) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

En mi caso yo lo hago es como por sentirme bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:150 [digamos que yo no necesito baj..] (150:150) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Digamos que yo no necesito bajar de peso pero quiero tener bien mi cuerpo, porque por lo menos ahorita lo estoy haciendo también porque digamos que tengo una fiesta. Pues yo pienso que es por sentirse bien

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:151 [Uno al principio lo hace por v..] (153:153) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Uno al principio lo hace por verse bien pero después de que ya uno se acostumbra a la dieta uno empieza a sentirse mejor

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:138 [Pues algunas personas necesita..] (194:194) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Pues algunas personas necesitan tener una dieta pero por no dejar de comer prefieren no hacer nada

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:144 [Pues no, realmente no, pues es..] (206:206) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Pues no, realmente no, pues eso lo realizamos algunos días luego eso ya se olvido

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:149 [Ella lo hizo como por dos mese..] (217:217) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

Ella lo hizo como por dos meses y fue cuando se casó y ya se le olvido la dieta

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:151 [ella dejo de hacer la dieta po..] (218:218) (Super)

Códigos:[Objetivos de las dietas]

No memos

ella dejo de hacer la dieta por que comenzó a sentirse y mal y si obvio dejo de hacer la dieta eso se aburrió por que no se podía comer ni un dulce no nada de lo que le gustaba

Código: Obstáculos para realizar Actividad física {11-0}~**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:6 [Pues eso empieza a ser como un..] (33:33) (Super)**

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Pues eso empieza a ser como una forma de vida, hay personas que podían estar metidas en cosas malas, pues gracias al ejercicio estas actividades le ayudan a salir de eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:10 [de vicios, de malas personas s..] (35:35) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

de vicios, de malas personas son cosas que no le sirven a uno para la vida

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:69 [pues no hay impedimento y si n..] (139:139) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Pues no hay impedimento y si no hay espacio en la casa puede hacer

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:75 [No tengo un parque cerca] (146:146) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

No tengo un parque cerca

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:76 [aquí si hay parques pero no ha..] (147:147) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

aquí si hay parques pero no hay parques de esos que tienen maquinaria o cosas de hacer fuerza así, en otros lugares si hay que quedan muy lejos a uno , solo columpios para que le sirve a uno eso

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:77 [pues yo pienso que la gente a ..] (148:148) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Pues yo pienso que la gente a veces no es consiente y daña las máquinas y pues eso es gran impedimento para que uno valla a los parques

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:31 [Si, por ejemplo yo llego y mi ..] (57:57) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Si, por ejemplo yo llego y mi papá se va por ahí a las cinco y media de la tarde entonces él me dice que me quedo solo y que lave la losa, que saque al perro, que organice su alcoba, que asee el baño y todo eso pues casi siempre me manda a hacer tareas diferentes entonces pues a uno no le queda tiempo

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:39 [Eso ya va en cada uno de nosot..] (71:71) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Eso ya va en cada uno de nosotros, por qua veces a uno le dan ganas de ir a jugar pero uno piensa que hay que quitarse el pantalón alistarme, a mí se me hace tarde, que tal ya no haya nadie y como que uno se crea esas impedimentos para no hacer deporte

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:29 [De pronto el qué dirán porque ..] (53:53) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

De pronto el qué dirán porque pensarán que solo lo hacen por vanidad no se la mentalidad siempre la mentalidad

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:69 [No yo no tengo nada cerca] (84:84) (Super)

Códigos:[Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

No yo no tengo nada cerca

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:72 [Pues hay unos parques ahí cerc..] (87:87) (Super)

Códigos:[Espacios para realizar actividad física] [Obstáculos para realizar Actividad física]

No memos

Pues hay unos parques ahí cerca, pero a mí casi no me gustan

Código: Opinión de la clase {11-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:60 [Que pues lo que llevo en el co..] (114:114) (Super)**

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

Qué pues lo que llevo en el colegio con el profesor Jorge y la profesora Lorena mi opinión para ellos es excelente ósea me gusta mucho como llevan a cabo sus trabajos, cada uno tiene como para resaltarle algo y pues eso es muy bueno, me gusta mucho y opinión hacia la clase buena muy buena.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:71 [Es buena, la profesora es muy ..] (129:129) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

Es buena, la profesora es muy buena ella no es así y amargada tratando de rajar a todo el mundo sino que ella siempre colabora, si uno le pone empeño a la clase ella lo lleva en la buena a uno

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:37 [Eso sí sería una buena opción..] (59:59) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

Eso sí sería una buena opción pero no se puede porque las directivas del colegio no dejan, por accidentes que han pasado que los estudiantes le pegan a los profesores, rompen vidrios y entonces no se puede hacer eso en los recesos, que si por ejemplo yo salgo de una clase ahorita y me voy a jugar voleibol puedo llegar tarde a la otra y eso me puede afectar académicamente

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:75 [la profesora es muy ósea nos p..] (103:103) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

La profesora es muy ósea nos pone a hacer bien los ejercicios

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:77 [la profesora si me parece que ..] (103:103) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

La profesora si me parece que nos pone a correr bien, los tiempos de calentamientos nos los pone a hacer bien y pues hay si uno dice sigan quince segunditos para calentamiento mientras me parece muy buena clase con la profe

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:97 [Es buena pues a mí me gusta] (120:120) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]

No memos

Es buena pues a mí me gusta

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:98 [Es chévere] (121:121) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]
No memos

Es chévere

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:101 [pues si la dinámica es buena] (126:126) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]
No memos

Pues si la dinámica es buena

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:103 [Si me gusta] (128:128) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]
No memos

Si me gusta

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:109 [Pues digamos que a veces, en o..] (137:137) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]
No memos

Pues digamos que a veces, en ocasiones hay que hacer esfuerzo me parece que es equilibrada.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:109 [Si me gusta mucho porque en ul..] (235:235) (Super)

Códigos:[Opinión de la clase]
No memos

Si me gusta mucho porque en últimas la clase de educación física libera mucho stress

Código: Prácticas físicas feminidad y machismo {3-0}

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:137 [pues soy muy femenina a pesar ..] (168:168) (Super)

Códigos:[Prácticas físicas feminidad y machismo]
No memos

Pues soy muy femenina a pesar de que juego futbol, que a veces piensan que uno por jugar futbol no es femenino pero sí

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:120 [Pero es que yo creo que las po..] (158:158) (Super)

Códigos:[Prácticas físicas feminidad y machismo]
No memos

Pero es que yo creo que las porras solo la trabajan las mujeres entonces nosotros no podríamos practicar eso

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:93 [No es que hay niñas que ya son..] (203:203) (Super)

Códigos:[Prácticas físicas feminidad y machismo]
No memos

No es que hay niñas que ya son como hombres y no como si uno fuera otro niño.

Código: Pues a mí no me gusta hacer ej.. {1-0}

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:10 [Pues a mí no me gusta hacer ej..] (22:22) (Super)

Códigos:[Pues a mí no me gusta hacer ej.]
No memos

Pues a mí no me gusta hacer ejercicio, me parece muy aburrido, me parece muy feo me fastidia.

Código: Recolección información sobre hábitos {10-0}

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:185 [En Facebook, en internet y de ..] (273:273) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

En Facebook, en internet y de mi instructor y de mi papa

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:186 [os profesores a veces le dicen..] (274:274) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

Os profesores a veces le dicen a uno como que tomen arta agua

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:187 [si el de química] (275:275) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

Si el de química

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:188 [el profesor de química nos dic..] (276:276) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

El profesor de química nos dice que consumamos agua, que por que no consumir chicle

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:108 [La profesora siempre nos da co..] (194:194) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

La profesora siempre nos da concejos de tener buenos hábitos y en la escuela de futbol en donde yo estaba siempre nos decían que trajéramos hidratación pero yo nunca gaste en bebidas oscuras solo agua o jugos naturales

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:109 [Una vez busque como hacer bebi..] (196:196) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

Una vez busque como hacer bebidas que me dan más energía pero naturales lo de licuados y todo eso pero no los hice porque no tenía los ingredientes no sabía a donde conseguirlos y también eran muy caros

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:86 [Es que yo tengo unas páginas e..] (117:117) (Super)

Códigos:[Nuevas tendencias de la actividad física] [Recolección información sobre hábitos]
No memos

Es que yo tengo unas páginas en Facebook y me llegan por ahí de estados unidos me gusta mucho.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:88 [Yo creo que todo el soporte lo..] (121:121) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]
No memos

Yo creo que todo el soporte lo tengo ahí al alcance de mi mano, lo que me impide no es el internet

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:195 [y además depende de cómo uno s..] (246:246) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]

No memos

y además depende de cómo uno se alimente de chiquito lo que importa es lo que pesen los huesos eso me dijo una vez que las personas se hacen bajas de peso cuando los huesos nos son fuertes que se hacen más pesados cuando son fuertes.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:200 [Depende de la dieta que tome l..] (252:252) (Super)

Códigos:[Recolección información sobre hábitos]

No memos

Depende de la dieta que tome la persona si es de internet comer esto y eso y eso porque en algún momento la persona se va a cansar y va a comer

Código: Reconocimiento del área {6-0}

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:157 [Pues yo sé que no lo hacen por..] (207:207) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

Pues yo sé que no lo hacen porque los profesores fomentan las materias importantes como matemáticas

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:159 [Pero no siempre esas son las m..] (208:208) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

Pero no siempre esas son las más importantes no deben enfocarse solo en las de matemáticas, sociales, español. Algunos se enfocan por ejemplo en ser la mejor de la clase de educación física.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:160 [Pero aquí en el colegio es así..] (209:209) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

Pero aquí en el colegio es así se enfocan en las cuatro materias fundamentales.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:164 [Yo creo que si le preguntaran ..] (213:213) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

Yo creo que si le preguntaran a todos los estudiantes de acá la clase más importante sería la educación física y no trigonometría.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:77 [la clase de educación física s..] (94:94) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

La clase de educación física sirve para cambiar de ambiente salir del salón estar afuera y despejarnos

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:78 [Yo creo que la clase sirve com..] (95:95) (Super)

Códigos:[Reconocimiento del área]

No memos

Yo creo que la clase sirve como para unir más al salón.

Código: Respeto por el cuerpo {2-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:87 [que se vean bien pues igual yo ..] (173:173) (Super)**

Códigos:[Respeto por el cuerpo]

No memos

Que se vean bien pues igual yo respeto todas los tipos de cuerpos.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:122 [Yo digo pues que las chicas qu..] (150:150) (Super)

Códigos:[Respeto por el cuerpo]

No memos

Yo digo pues que las chicas que hacen ejercicio son más que todo para mostrar que la cola

Código: Sentimientos que genera la clase {14-0}**P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:57 [Alegría, compañerismo, amistad..] (102:102) (Super)**

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Alegría, compañerismo, amistad, diversión, me alegra.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:81 [La superación, la incentivació..] (104:104) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

La superación, la incentivación

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:80 [Si, yo también pienso que la s..] (105:105) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Sí, yo también pienso que la superación y dejar de acomplejarse uno porque digamos nosotros tenemos un compañero que come y el siempre que hace ejercicio que hace algo y todos o sea como que lo apoyamos le decimos si usted puede y el como que se siente animado

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:93 [La profe porque ella como que ..] (111:111) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

La profe porque ella como que lo entiende más a uno, también lo ayuda en el ámbito personal

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:99 [La profe lo apoya a uno no sol..] (114:114) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

La profe lo apoya a uno no solamente hace el papel de profesora sino también de amiga

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:68 [Pues yo me alegro jaja eso de ..] (97:97) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Pues yo me alegro jaja eso de que ¡huy educación física! Jaja me gusta salir a veces porque los otros son como ¡hay no que pereza educación física! Y yo ¡huy sí que chévere!

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:70 [Pues me da alegría y como adre..] (99:99) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Pues me da alegría y como adrenalina porque es como ese sentimiento de, si ejercicios nuevos

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:73 [Como a veces aburrimiento] (101:101) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Como a veces aburrimiento

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:74 [pena les da pena hacer un ejer..] (101:101) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Pena les da pena hacer un ejercicio porque no se a veces como que uno se tiene que agachar o para los abdominales digamos ay no que se me ve la cola, uno pues está el niño que me gusta y hay no se me ve la cola, me va a ver haciendo este ejercicio entonces les da pena y eso pues a la mayoría les da pena.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:90 [Si es que como que en grupo se..] (199:199) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Si es que como que en grupo se lesionan y lo empujan y le pegan a uno y lo atacan y yo soy muy sensible.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:94 [Alegría] (205:205) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Alegría

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:96 [Como una amargura porque lo ha..] (211:211) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Como una amargura porque lo hago sin ganas

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:99 [Como que aburrición por los ab..] (217:217) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Como que aburrición por los abdominales y hay veces la profesora nos hace quitar el pantalón entonces hay niñas que no les gusta.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:108 [Si me gusta mucho porque en ul..] (235:235) (Super)

Códigos:[Sentimientos que genera la clase]

No memos

Si me gusta mucho porque en ultimas la clase de educación física libera mucho stress cuando uno trota la profesora lo deja escuchar música y uno se relaja uno se concentra porque está solo y con la música y ya.

Código: Significado de educación física {9-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:49 [es lo que vemos siempre en nue..] (87:87) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

es lo que vemos siempre en nuestras clases de educación física por decirlo, lo que te comentaba ahorita de cardio, hay una prueba que son quince minutos trotando sin parar entonces ahí me destaque que pues tengo muy buen cardio lo que es flexiones, abdominales también me destaque porque pues también tengo como la fuerza y eso para resistir y pues los trabajos teóricos, porque también nos dejan trabajos teóricos para investigar historias de algunos deportes, de cómo surgió entonces uno va llenándose como de conocimiento poco a poco.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:50 [Pues nos enseñan como gimnasia..] (89:89) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Pues nos enseñan como gimnasia, nos ponen a saltar en el trampolín y eso me parece muy divertido

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:56 [Es como... las bases para tener ..] (82:82) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Es como... las bases para tener como un físico aceptable digamos la agilidad, la resistencia, la velocidad

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:57 [como para no quedar uno como t..] (82:82) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Como para no quedar uno como tú dices en lo sedentario de no hacer nada porque los músculos también se desgastan así uno sea joven entonces toca estar semanalmente haciendo un ejercicio

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:131 [Reforzar nuestro físico en lo ..] (176:176) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Reforzar nuestro físico en lo cardio y ver el desempeño que tiene los estudiantes para correr y todo eso pues es lo que creo yo.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:135 [Yo creo que los profesores lo ..] (178:178) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Yo creo que los profesores lo hacen por la salud de nosotros, saben que estamos muy sedentarios al internet y que por lo menos una hora a la semana ayuda.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:136 [Es también como medir la capac..] (179:179) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Es también como medir la capacidad física y eso cuando nos ponen a jugar y uno ve que como que se ahogan y es como para llevar a un nivel a cada quien de acuerdo a cada persona.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:79 [la clase sirve como para unir ..] (95:95) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

La clase sirve como para unir más al salón

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:63 [Como el ejercicio que uno haga..] (141:141) (Super)

Códigos:[Significado de educación física]

No memos

Como el ejercicio que uno haga

Código: Tendencias actuales de dietas {9-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:152 [eso no se trata de poco o much..] (229:229) (Super)**

Códigos:[Dietas saludables] [Tendencias actuales de dietas]

No memos

Eso no se trata de poco o mucho sino se trata de la cantidad de harina, proteína y así en eso se basa la dieta, mi papa trabaja en Herbalife y a mi papa le sirvió

P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:182 [: pues mi mama no es que me cu..] (269:269) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

: Pues mi mama no es que me cuide mucho en mi vida cotidiana mi papa si tarta de cuidarme porque el me regala la proteína y trata d cuando yo llego no coma grasa sino que me sirve un batido de Herbalife y eso me sirve para cuidar el cuerpo

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:112 [le dio más resultados sabe que..] (236:236) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Le dio más resultados sabe que a mi mamá, yendo a Herbalife.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:113 [Si una muy buena dieta si la r..] (240:240) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Si una muy buena dieta si la recomiendo jaja, si es muy buena porque yo fui y pues yo no tenía que hacer dieta pero pues me daban era proteína y pues yo veía que como que tenía un poquito más de masa muscular y pues si mi mamá tomaba era para rebajar.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:114 [Si rebajo diecinueve kilos.] (242:242) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Si rebajo diecinueve kilos.

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:115 [Pues hasta el momento no los h..] (246:246) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Pues hasta el momento no los ha vuelto a recuperar

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:116 [todavía está yendo a Herbalife ..] (248:248) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Todavía está yendo a Herbalife y dice que eso es muy bueno

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:148 [Mi mama hizo una dieta mi mama..] (213:213) (Super)

Códigos:[La familia y construcción de hábitos] [Tendencias actuales de dietas]

No memos

Mi mama hizo una dieta mi mama no comía harinas y tomaba unos batidos

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:150 [Pues mi mama se colocó unas pe..] (218:218) (Super)

Códigos:[Tendencias actuales de dietas]

No memos

Pues mi mama se colocó unas pepitas que se ponen aquí en la oreja que para que no le diera hambre y todo eso entonces para bajar de peso, ella se ponía y comía repoquito y de todas maneras seguía igual

Código: Tiempos de la clase {23-0}**P 2: Transcripción entrevista grupal 1.docx - 2:98 [es chévere pero lo malo es que..] (176:176) (Super)**

Códigos:[Educación física y su nota] [Tiempos de la clase]

No memos

Es chévere pero lo malo es que solo nos dan una hora por semana, entonces no nos alcanza el tiempo y como somos muchos cuando hay actividades nos divide en grupos y muchos quedan sin hacer la actividad, y como nos preocupamos más por la nota y no nos alcanza la clase pensamos que la podemos perder.

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:65 [y como para la clase solo tien..] (117:117) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

y como para la clase solo tienen una hora a la semana me disgusta que no pueda aprovecharla bien

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:66 [Una hora está bien en un día, ..] (119:119) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Una hora está bien en un día, el problema es que es solo un día

P 4: Transcripción entrevista individual 2..docx - 4:67 [Por ahí tres horas a la semana..] (121:121) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Por ahí tres horas a la semana

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:66 [Que debería ser dos horas es m..] (92:92) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Que debería ser dos horas es muy cortico el tiempo

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:67 [Es que como el tiempo es tan c..] (94:94) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Es que como el tiempo es tan corto la profesora da como unos pasos, algo para que nosotros lo hagamos

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:106 [si pero que todos hagan algo y..] (118:118) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

si pero que todos hagan algo y que se dé un tiempo más largo pues la clase y ya.

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:64 [Pues a mí me parece muy poquit..] (91:91) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Pues a mí me parece muy poquito porque a mí me gusta hacer arto ejercicio

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:78 [Pues si fueran más días a la s..] (105:105) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Pues si fueran más días a la semana para los que no hacen nada digamos en el colegio sería bueno tenerlo más días

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:79 [sería bueno tener más horas pu..] (105:105) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Sería bueno tener más horas pues dos horas a la semana para las personas que no hacen ejercicio. Si, por lo menos toca esperar la llamada de lista, tú te diste cuenta que muchos llegan tarde entonces así se va a perder el tiempo de la clase, entonces también a veces que no que izada de bandera, que algo entonces se pierde la clase pero eso es más que todo a la primera

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:153 [A mí me molesta que no haya má..] (200:200) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

A mí me molesta que no haya más horas porque algunas personas son muy sedentarias.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:154 [Si y además es solo una hora a..] (202:202) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Si y además es solo una hora a la semana y como tú dices si esa semana no hubo clase se pierde la hora de hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:155 [al menos dos horas para hacer ..] (204:204) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

al menos dos horas para hacer ejercicio.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:156 [Yo por ejemplo ya llevo diez a..] (206:206) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Yo por ejemplo ya llevo diez años y dicen que no colocan dos horas de educación física.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:161 [Los de la tarde que dicen tien..] (210:210) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Los de la tarde que dicen tienen más porque tienen dos de educación física más la de danzas, entonces a nosotros también nos podrían dar danzas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:162 [Yo pienso que al igual que en ..] (211:211) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Yo pienso que al igual que en algunos colegios de la localidad de Fontibón el Carlos Federich el costa rica todos ellos tienen dos horas de educación física o una de educación física y una de danzas.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:163 [Si aquí solo es una y eso a ve..] (212:212) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Si aquí solo es una y eso a veces no viene la profesora a veces hay una formación.

P 7: Transcripción entrevista grupal 3.docx - 7:165 [Pues en cuestión de horarios e..] (215:215) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Pues en cuestión de horarios el año pasado teníamos muy pocas clases de educación física en nuestro caso era la primera hora, o festivo o formación, mínimo al mes solo teníamos una clase o dos.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:94 [A mí no me parece por que diga..] (115:115) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

A mí no me parece por que digamos uno que puede hacer una vez a la semana y a veces no hay clase por ejemplo los festivos y además también formaciones, yo creo que lo hacemos más por la nota y ya, yo creo que no lo hacemos por aprender

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:115 [Me gustaría que fuera un poqui..] (247:247) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Me gustaría que fuera un poquito más larga

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:116 [Si al menos dos veces a la sem..] (249:249) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Si al menos dos veces a la semana, Si porque solo tenemos un día a la semana

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:117 [Si lo que la profesora se demo..] (251:251) (Super)

Códigos:[Tiempos de la clase]

No memos

Si lo que la profesora se demora explicando el tema y que no hacen silencio.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:119 [me gustaría el boxeo, me gusta..] (255:255) (Super)

Códigos:[Actividades preferidas para clase] [Tiempos de la clase]

No memos

Me gustaría el boxeo, me gustaría bailar, tener una clase de aeróbicos, que al iniciar la clase calentáramos con aeróbicos, sería muy bueno

Código: Tiempos libres en clase {4-0}

P 3: Transcripción entrevista individual 1.docx - 3:76 [después nos da un tiempo libre..] (155:155) (Super)

Códigos:[Tiempos libres en clase]

No memos

Después nos da un tiempo libre para nosotros hacer lo que queramos ósea saltar lazo o jugar baloncesto o micro, volibol entonces ahí tomamos decisión general del curso que queremos jugar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:65 [en educación física termina un..] (90:90) (Super)

Códigos:[Educación física como deporte] [Tiempos libres en clase]

No memos

En educación física termina uno de hacer ejercicio y después le dejan un tiempo libre para jugar y hacer lo que quiera pero también como un deporte.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:113 [Es que la profesora nos deja a..] (241:241) (Super)

Códigos:[Tiempos libres en clase]

No memos

Es que la profesora nos deja ahí quince minutos entonces ahí uno no aprovecha nada.

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:114 [hay veces porque uno no hace l..] (243:243) (Super)

Códigos:[Tiempos libres en clase]

No memos

Hay veces porque uno no hace las cosas rápido, ella es muy chévere igual cuando no está brava nos deja tiempo libre, pero pues a mí me gusta hacer mucho ejercicio.

Código: Transporte activo {7-0}

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:48 [El problema es que por ejemplo..] (70:70) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

El problema es que por ejemplo yo vivo lejos y pues a mí me gusta venirme caminado pero me cogió la tarde

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:49 [A mí me parece chévere de pron..] (72:72) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

A mí me parece chévere de pronto hay muchas personas que se levantan temprano pero que este lloviendo, que el agua fría, entonces pues caminar da como mucha pereza en ese sentido, pero si es como una opción.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:50 [Yo creo que no es necesario ca..] (73:73) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

Yo creo que no es necesario caminar porque nosotros tenemos una compañera y ella se viene en bicicleta y ella vive súper lejos yo creo que eso también cuenta como ejercicio y no necesariamente es caminar.

P 5: Transcripción entrevista grupal 2..docx - 5:191 [pero digamos que en el transcu..] (194:194) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

Pero digamos que en el transcurso del día uno hace ejercicio y uno no se da cuenta por ejemplo lo que yo hago es la caminata desde el colegio hasta mi casa donde uno por ejemplo por la mañana sale y voy caminado rápido, pues uno ahí está haciendo un ejercicio sin darse cuenta igual cuando uno va de para allá uno tiene que llegar rápido porque la novela va a empezar y no la alcanzo a ver, me voy caminando rápido

P 6: Transcripción Entrevista individual 3.docx - 6:51 [camino todos los días media ho..] (72:72) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

Camino todos los días media hora de mi casa a acá y de acá a mi casa.

P 8: Transcripción entrevista grupal 4.docx - 8:56 [Yo vivo muy lejos vivo en la a..] (73:73) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

Yo vivo muy lejos vivo en la alameda y me demoro por ahí una hora

P 9: Transcripción entrevista individual 4.docx - 9:4 [saliendo de la casa al colegio..] (10:10) (Super)

Códigos:[Transporte activo]

No memos

Saliendo de la casa al colegio o a otro lugar.
