

EL PAPEL DEL PROFESIONAL EGRESADO DE PROGRAMAS RELACIONADOS CON LA EDUCACIÓN FÍSICA, LAS CIENCIAS DEL DEPORTE Y LA CULTURA FÍSICA EN LA PROMOCIÓN DE HÁBITOS SALUDABLES Y LA EDUCACIÓN ALIMENTARIA

THE ROLE OF THE PROFESSIONAL GRADUATE OF PROGRAMS RELATED TO PHYSICAL EDUCATION, SPORTS SCIENCES AND PHYSICAL CULTURE IN THE PROMOTION OF HEALTHY HABITS AND FOOD EDUCATION

Anderson David Garzón-Sichaca¹; Johann Sebastián Rico-Ricaurte²; José Manuel Valderrama-Tolosa²; Andrés Guillermo García-Báez²; Daniel Felipe Gacharna-Triviño²

¹Corporación Universitaria Minuto de Dios, Bogotá D.C. - Colombia. anderson.garzón.si@uniminuto.edu.co

²Universidad Manuela Beltrán, Ciencias del Deporte. Bogotá D.C. - Colombia. rico.johann@gmail.com, josemanuel9922@hotmail.com, andres.garcia.baez.21@gmail.com, gacharnatdf@gmail.com

Cómo citar: Garzón-Sichaca, A.D.; Rico-Ricaurte, J.S.; Valderrama-Tolosa, J.M.; García-Báez, A.G.; Gacharna-Triviño, D.F. 2020. El papel del profesional egresado de programas relacionados con la educación física, las ciencias del deporte y la cultura física en la promoción de hábitos saludables y la educación alimentaria. Revista Digital: Actividad Física Y Deporte. 6(2):172-194. <https://doi.org/10.31910/rdaafd.v6.n2.2020.1575>

Artículo de acceso abierto publicado por: Revista Digital: Actividad Física y Deporte, bajo una licencia Creative Commons CC BY-NC 4.0.

Publicación oficial de la Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales U.D.C.A, Institución de Educación Superior Acreditada de Alta Calidad por el Ministerio de Educación Nacional.

Recibido: 15 de marzo de 2020. **Aceptado:** 10 de abril de 2020. **Editado por:** Álvaro José Gracia Díaz

RESUMEN

Introducción: El presente artículo de revisión bibliográfica. **Objetivo:** Identificar el rol que el profesional egresado de los programas de educación superior asociados al entrenamiento deportivo, las ciencias del deporte, la cultura física y las licenciaturas en educación física, deporte y recreación de Bogotá, Colombia, desarrolla dentro de la formación de hábitos saludables y la

educación alimentaria. **Metodología:** Se revisaron 13 perfiles profesionales de los programas universitarios ofertados en la ciudad, se analizaron las leyes que por normatividad del gobierno nacional fomentan la educación alimentaria en el país y se profundizó en la literatura que resalta la formación integral, como base fundamental de los procesos de educación formal, de acuerdo con el ministerio de educación nacional y en general de la educación de

Colombia. **Resultados:** Se concreta que no hay homogeneidad en los programas frente a la promoción de hábitos y la educación alimentaria, por lo que, se discute, sí, el currículo de estas carreras está comprometido con la formación integral de profesionales competentes en el desarrollo de la dimensión corporal. **Conclusión:** Por tal razón, se plantea, que hay, una educación alimentaria adecuada para fomentar hábitos saludables.

Palabras clave: perfil profesional, formación integral, educación alimentaria, formación de hábitos, dimensión corporal.

ABSTRACT

Introduction: This is bibliographic review article. **Objective:** To identify the role of the professional graduated from physical education, physical culture and sports sciences university programs in Bogotá, Colombia, in promoting healthy habits, food and nutrition education. **Methodology:** This paper analyzed 13 graduated professional profiles offered by these university programs in the city. It also takes into account colombian government normativity about food and nutrition education, besides literature related to integral formation as the base concept of all the national educational system. **Results:** That there is not a standard point among the university programs about the promotion of healthy habits, food and nutrition education. **Conclusions:** This leads to a discussion about whether the curriculum is committed with the integral formation of professionals capable of promoting healthy habits through the development of the corporeal dimension and nutrition education.

Keywords: professional profile, integral formation, food and nutrition education, healthy habits, corporeal dimension.

INTRODUCCIÓN

El concepto de perfil profesional en el contexto de la educación superior es determinante, para la elección de un programa en específico por parte de un aspirante, así como, también, es fundamental para identificar el alcance disciplinar y conceptual que el egresado de un programa tendrá al culminar su proceso de formación. Hawes (2005) afirma que: El perfil profesional es un conjunto de rasgos y capacidades que, certificadas apropiadamente por quien tiene la competencia jurídica para ello, permiten que un individuo sea reconocido por la sociedad como: "experto en un área específica del conocimiento, pudiendo encomendar tareas para las que se le ha capacitado y es competente".

En este sentido, el perfil profesional de un programa de educación superior es un punto de referencia para identificar las competencias que incorpora un estudiante por medio de un proceso de formación académica. La competencia es un concepto que se ha consolidado en la educación, a través del modelo curricular por competencias, que aparece alrededor de los años 70, como respuesta a la evolución económica y tecnológica de la sociedad se ha evidenciado la necesidad de capacitar estudiantes que respondan a las exigencias del sector productivo, en busca del incremento de la eficiencia y la rentabilidad (Santiváñez, 2012).

Consecuentemente, este modelo curricular conduce a la comprensión de la competencia en el ámbito educativo, entendido como: “procesos de actuación frente a actividades y problemas de un determinado contexto, integrando actitudes, conocimientos y capacidades, y teniendo como base, la excelencia en lo que se hace, con base en criterios de idoneidad” (Tobón, 2013), por lo tanto, las competencias evidenciadas en la descripción del perfil profesional de un programa de educación superior, refieren los saberes y las capacidades que el egresado pondrá al servicio de la sociedad, una vez culmine el proceso académico.

Es, entonces, en el ámbito curricular de las competencias donde la educación superior materializa las intenciones formativas, proyectando profesionales egresados con la capacidad de responder a las necesidades de la sociedad moderna. Por lo tanto, es determinante identificar y reflexionar en torno a las grandes metas de formación, así como, las competencias específicas, para el área de: Educación Física, La Recreación y Deporte, existen en Colombia y analizar el grado de responsabilidad, que representa para un profesional: Áreas del conocimiento y de la educación alimentaria.

Por esta razón, la presente revisión de los perfiles profesionales y de los planes de estudio de 13 universidades de Bogotá D.C., que actualmente desarrollan programas con

núcleo de formación en torno a: La Educación Física, El Entrenamiento Deportivo, Las Ciencias del Deporte y La Cultura Física, busca reconocer las competencias que, como campo de conocimiento general, identifican al licenciado o profesional de esta disciplina, y además, abrir un espacio de reflexión en torno a la educación alimentaria como contenido curricular determinante para el profesional egresado de los programas de educación superior mencionados.

Los Perfiles Profesionales

Inicialmente, se encuentra que las competencias evidentes en los perfiles profesionales de los programas de Bogotá D.C., se enfocan de manera general, en el ámbito pedagógico, el entrenamiento deportivo, la actividad física, los procesos de formación deportiva, la investigación y el liderazgo.

Ahora bien, en torno a las asignaturas con énfasis en la educación alimentaria de los planes de estudio, se presentan enfoques no homogéneos debido a que, únicamente, en 6 de 13 programas se evidencia una asignatura denominada nutrición (Tabla 1). En este sentido, el programa de: Cultura Física, Deporte y Recreación de la Universidad Santo Tomás, es el único que presenta un énfasis en el perfil profesional y propone un egresado consciente de mejorar los hábitos de vida saludable en las personas.

Tabla 1. Perfiles profesionales de programas en ejercicio, deporte y actividad física.

UNIVERSIDAD:	PROGRAMA ACADÉMICO:	PERFIL PROFESIONAL	ASIGNATURAS ORIENTADAS A LA NUTRICIÓN EN EL PLAN DE ESTUDIOS
Universidad Manuela Beltrán:	Profesional en Ciencias del Deporte.	<p>El profesional en ciencias del deporte de la Universidad Manuela Beltrán está en capacidad de liderar procesos del deporte para diferentes contextos. Así mismo, está en posibilidad de implementar planes de entrenamiento dirigidos a los diferentes niveles y organismos definidos por el Sistema Nacional del Deporte.</p> <p>Está en condiciones de orientar procesos de preparación de deportistas en diferentes modalidades deportivas y también de producir conocimiento pertinente mediante la realización de procesos investigativos propios de las ciencias del deporte.</p> <p>El profesional en ciencias del deporte responde con suficiencia a las necesidades, exigencias y requerimientos de las fases del proceso de promoción, formación y competencia deportiva propuestos por los planes y políticas del deporte (Universidad Manuela Beltrán, S.F.).</p>	Semestre= 5to. Asignatura = Nutrición y deporte.
Universidad Santo Tomás:	Cultura Física Deporte y Recreación.	El perfil del egresado en Cultura Física, Deporte y Recreación será el de un profesional con formación integral humanística, capacitado para diseñar, implementar, evaluar y administrar programas orientados a la prevención de la enfermedad y promoción de la salud en grupos poblacionales, a través de la actividad física, el deporte y la recreación, con el conocimiento de los beneficios derivados de la experiencia corporal consciente y de la acción motriz que contribuyan a la adquisición de hábitos de vida saludable (Universidad Santo Tomás, 2012).	Semestre= 3er. Asignatura = Nutrición.
Universidad Libre:	Licenciatura en educación física, recreación y deportes.	El egresado de la Universidad Libre como Licenciado en Educación Física, Recreación y Deportes obtiene una formación que le permite interpretar los hechos sociales, políticos, económicos y desde allí diseñar políticas, formular planes, programas y/o proyectos en el campo de la Educación Física, el Deporte y la Recreación ya sea a nivel internacional, nacional, regional o local; elaborar e implementar estrategias y acciones que demanden los campos disciplinares, destacándose como un docente competente en la Educación Física, la Recreación y los Deportes. Un docente investigador e innovador en el desarrollo de la profesión, orientador de programas escolares, recreativos y deportivos que atienden necesidades	Semestre= 4to. Asignatura = Nutrición.

		de la población en sus diferentes rangos de edad, fiel a los principios institucionales (Universidad Libre, S.F.).	
Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales:	Ciencias del deporte.	El egresado de Ciencias del Deporte es un profesional integral con capacidad de liderar procesos de entrenamiento y gestión en el campo del deporte, los cuales se pueden desarrollar en el sector público y privado con el fin de contribuir al mejoramiento de la calidad del Sistema Nacional del Deporte (Universidad de Ciencias Aplicadas y Ambientales, S.F.).	Semestre= 9no. Asignatura = Nutrición.
Universidad de Cundinamarca:	Ciencias del deporte y la educación física.	<p>Formar un profesional en Ciencias del Deporte y la Educación Física, con una sólida fundamentación científica disciplinar, una comprensión adecuada de la realidad social, en la cual, se enmarca el ejercicio de la profesión, una apropiada formación técnica para la acción eficiente y un compromiso ético con su entorno social y con el País.</p> <p>Formar profesionales con una apropiada actitud frente a los procesos investigativos propios de sus disciplinas y prácticas sociales, con el fin de contribuir a la identificación y solución de problemas de su entorno social y del País.</p> <p>Proyectar la acción de la Cultura Física en la zona de influencia del programa, como condición necesaria para contribuir al desarrollo de las comunidades y al mejoramiento de la calidad de vida.</p> <p>Contribuir en la construcción de una Cultura Física Nacional, necesaria para el fortalecimiento de nuestra identidad a partir de tradiciones y prácticas de la Sociedad Colombiana (Universidad de Cundinamarca. S. F.).</p>	Semestre= 5to. Asignatura = Nutrición y dietética.
Universidad Pedagógica de Colombia:	Licenciatura en educación física.	<p>El Proyecto Curricular Licenciatura en Educación Física se direcciona hacia la formación de un profesional de la Educación Física crítico, reflexivo, con pensamiento complejo, investigador, democrático, ético y autónomo. Las características señaladas anteriormente se entienden en el proceso de formación del profesional como la construcción de un sujeto que:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identifica problemas, necesidades y oportunidades y presenta alternativas para ser analizadas y concertadas en búsqueda de la solución, satisfacción y realización desde el ámbito educativo con conciencia y compromiso social. 	Semestre= 6to. Asignatura = Nutrición.

		<ul style="list-style-type: none"> - Aborda y resuelve situaciones problema de su cotidianidad y su campo profesional desde diferentes perspectivas. - Fundamenta sus decisiones en saberes científicos, disciplinares, pedagógicos, sociales y técnicos en aras de la redimensionalización del concepto de Educación Física, que mira y articula su mundo desde distintas perspectivas de conocimiento. - Crea conocimientos, productos y procesos referidos a la educación, la pedagogía y la didáctica y sus relaciones con la Educación Física. - Toma decisiones asumiendo con responsabilidad las consecuencias y sus implicaciones (Universidad Pedagógica de Colombia. S.F.). 	
	<p>Licenciatura en recreación.</p>	<p>El Licenciado en Recreación debe estar en condiciones de:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Indagar sobre las prácticas educativas, actualizando continuamente su saber pedagógico recreativo. -Interpretar los hechos sociales, políticos, económicos, educativos, administrativos, legislativos para diseñar políticas, formular planes, programas o proyectos en el campo de la recreación, ya sea a nivel nacional, regional o local. -Participar en los procesos educativos que posibiliten el conocimiento, cuestionamiento y reflexión de saberes recreativos. -Elaborar e implementar estrategias y acciones que demande el campo de la recreación en el sector público o privado. -Crear, asesorar o promover organizaciones sociales mediante las cuales se pueda llevar a cabo el proyecto cultural de la recreación. -Proponer y generar empresas o unidades productivas de carácter asociativo y cooperativo en el ámbito de la recreación (Universidad Pedagógica de Colombia, S.F.). 	<p>Semestre= 7mo. Asignatura = Nutrición.</p>

	<p>Licenciatura en deportes.</p>	<p>Al finalizar el proceso de formación académica y personal, se contará con un profesional:</p> <p>Con capacidad de autocrítica, de afrontar lo diferente con sentido de civilidad y ética frente al conocimiento.</p> <p>Competente para estudiar y transformar los sentidos con que los sujetos dotan al acto educativo y a las prácticas deportivas para instaurar un proyecto cultural que humanice las relaciones, y además potencie la libertad y la convivencia.</p> <p>Con compromiso en la formación permanente de su hacer profesional. Copartícipe del proceso de formación y reconocedor de la necesidad de conjugar esfuerzos, responsabilidades individuales y colectivas, por consiguiente, un profesional implicado en compartir decisiones, logros y dificultades.</p> <p>Con capacidad de sistematizar, evaluar, proponer experiencias, proyectos y modelos de intervención social; de coparticipar en la formulación, el diseño, la ejecución y la evaluación de planes, proyectos y programas de deporte en los ámbitos regional y nacional.</p> <p>Con alto sentido de civilidad y ética frente al conocimiento, corresponsable y comprometido en potenciar el ejercicio pleno de los bienes sociales, de la educación y del deporte.</p> <p>Con espíritu investigativo y acervo teórico-conceptual, técnico y procedimental amplio para abordar la realidad y transformarla (Universidad Pedagógica de Colombia, S.F.).</p>	<p>Semestre= 9no. Asignatura = Nutrición y salud.</p>
<p>Universidad INCCA de Colombia:</p>	<p>Cultura física y deporte.</p>	<p>El egresado del Programa Profesional de Cultura Física y Deporte de la Universidad INCCA de Colombia debe caracterizarse por la independencia y la creatividad; capaz de resolver los problemas de la cultura física en un país en vías de desarrollo, para lo cual requiere la adquisición de sólidos conocimientos. Su modo de adquisición es condicionante para el desarrollo de las correspondientes habilidades.</p> <p>El Programa permite la formación de Profesionales con énfasis en las diferentes áreas de la Cultura Física. Estos profesionales están en capacidad de asumir funciones dentro de las diferentes áreas mencionadas. El programa se sustenta sobre bases</p>	<p>Semestre= 8vo. Asignatura = Nutrición.</p>

		fisiológicas y pedagógicas que garantizan que los profesionales tienen las habilidades y los conocimientos necesarios para actuar con personas de diferentes grupos poblacionales. (Universidad INNCA de Colombia, S.F.).	
Fundación universitaria del Área Andina:	Entrenamiento deportivo.	El profesional en entrenamiento deportivo de Área Andina cuenta con las competencias necesarias para el desarrollo y adquisición de capacidades deportivas y acondicionamiento físico, así como, la fundamentación científica, técnica y de gestión propia del ejercicio profesional que le permiten construir procesos de actividad atlética de calidad (Fundación Universitaria Del Área Andina. S.F.).	Semestre= 6to. Asignatura = Nutrición.
Universidad Minuto de Dios:	Licenciatura en educación física.	<p>Los Licenciados en Educación Física se forman como excelentes seres humanos, profesionales competentes, éticamente orientados y comprometidos con la transformación social y el desarrollo sostenible.</p> <p>Al culminar el proceso de formación en: UNIMINUTO, y en el marco del modelo educativo, el graduado del programa de Licenciatura en Educación Física estará en capacidad de:</p> <p>Desarrollo Humano:</p> <p>Comprender su condición como ser integral en un proyecto personal de vida concordante con su identidad como Licenciado de la Educación Física, que consciente de sus relaciones con los demás, la naturaleza, el respeto a la diferencia y la pluralidad, potencie el desarrollo de las comunidades desde la noción del sujeto - cuerpo en movimiento.</p> <p>Competencias profesionales:</p> <p>Generar procesos educativos y de formación integral, fundamentados en los postulados de las pedagogías y apoyados en la reflexión y evaluación permanente, con el fin de implementar estrategias didácticas pertinentes para favorecer los aprendizajes. Conocer y comprender los referentes conceptuales que explican los contextos, desarrollos y pedagogías de la educación física para asumir una postura crítica frente al papel del pedagogo en la formación integral de sus educandos. Desarrollar procesos de investigación e innovación desde la Praxeología y otros enfoques investigativos pertinentes, con la intención de responder a las necesidades de las comunidades socio educativas,</p>	Semestre= 6to. Asignatura = Nutrición.

		<p>a través de un desempeño ético y responsable como Licenciado en Educación Física. Utilizar distintas didácticas generales y específicas apoyadas en el uso de las tecnologías y diversos lenguajes para promover de manera creativa y colaborativa, el desarrollo motor, físico y corporal en los contextos socio educativos.</p> <p>Responsabilidad social:</p> <p>Cuestionar la realidad, ser críticos y argumentativos frente a las realidades sociales de su contexto global y local para aportar a la transformación de dichas realidades desde su experiencia humana y profesional en el ámbito de la educación física. Identificar alternativas de acción ciudadana e involucrarse en la gestión de proyectos socio educativo, de emprendimiento e innovador, contribuyendo así al desarrollo humano y social de las comunidades con las que interactúa, convirtiéndose en líderes e innovadores sociales, y promoviendo que éstas sean auténticas comunidades aprendientes (Universidad Minuto de Dios, S.F.).</p>	
<p>Universidad Sergio Arboleda:</p>	<p>Gestión deportiva.</p>	<p>El programa académico de Gestión Deportiva es relevante porque forma a los estudiantes en competencias necesarias para lograr un óptimo rendimiento y desempeño laboral. La formación humanística en La Sergio aporta instrumentos generadores de competencia y motivadores de un conjunto desarrollo y crecimiento personal y profesional. Con la integración e implementación de estos factores se logra el mejoramiento de la calidad en la educación, con miras a proponer un cambio en el entorno deportivo cada vez más exigente (Universidad Sergio arboleda, S.F.).</p>	<p>Semestre= 5to. Asignatura = Nutrición.</p>
<p>Corporación Universitaria CENDA:</p>	<p>Licenciatura en Educación Física, Recreación y Deportes.</p>	<p>El egresado estará en la capacidad de liderar procesos de transformación social y cultural a partir de la reflexión y acción pedagógica con carácter interdisciplinario, promoviendo la participación ciudadana y de liderazgo, caracterizado por tener una actitud investigativa de carácter pedagógico, idóneo para organizar y gestar proyectos educativos, investigativos, sociales y/o culturales para contextos cambiantes y diversos, con un alto compromiso con la transformación de la concepción epistemológica, filosófica, pedagógica e investigativa de la educación física, la recreación y el deporte en el ámbito escolar, comunitario y empresarial (Corporación Universitaria CENDA, S.F.).</p>	<p>Semestre= 7mo. Asignatura = Nutrición.</p>

De acuerdo con la descripción de la tabla 1, que presentan los perfiles profesionales de las diferentes instituciones de educación superior analizadas, se evidencia una intermitencia en los currículos de los programas analizados, en torno a la incorporación de una asignatura de nutrición que fomente la educación alimentaria, y que responda al artículo 52, de la constitución política de Colombia, que expresa que el deporte, en todas sus manifestaciones, tiene el papel de formar personas íntegras y preservar y desarrollar una mejor salud (Estado de Colombia, 2011). Entendiendo por supuesto, que el concepto de salud está relacionado con el bienestar físico, social y mental de todas las personas.

Con lo anterior, surge la siguiente pregunta: ¿Cuál es el papel del profesional egresado de programas de Bogotá D.C. asociados con la Educación física, las Ciencias del deporte y la Cultura física, así como en la Educación nutricional y la formación de hábitos alimentarios saludables, como parte de la formación integral?

Para dar respuesta a estos cuestionamientos, se hace necesario contextualizar inquietudes adicionales como: ¿En qué consiste la formación integral?, ¿Cuáles son las dimensiones que la componen?, ¿De qué trata la dimensión corporal y la competencia axiológica-corporal?, ¿Cuál es la relación que tiene la educación alimentaria con la formación integral?, ¿Por qué los profesionales relacionados con la Educación física, las Ciencias del deporte y la Cultura física deben tenerla en cuenta en sus procesos de formación? y ¿Cómo esta dimensión se relaciona con la formación de hábitos alimentarios?. Además: ¿Qué son los hábitos y cómo se forman?

Consecuentemente, el artículo 52 de la constitución política de Colombia, declara que: “el ejercicio del deporte, sus manifestaciones recreativas, competitivas y autóctonas tienen como función la formación integral de las personas” (Estado de Colombia, 2011), en este sentido, el concepto de integralidad en la formación adquiere una relevancia profunda en torno a los propósitos educativos del deporte.

En concordancia, la Universidad de Antofagasta (S.F) y la Universidad Católica de Córdoba (2008) definen la formación integral: “como un proceso continuo, permanente y participativo que busca desarrollar armónica, y coherentemente, todas y cada una de las dimensiones del ser humano” con el fin de favorecer su inclusión y realización en la sociedad, favoreciendo los aprendizajes y previniendo conductas que signifiquen un riesgo. Similarmente, Martínez (2009) establece que la formación integral es un proceso continuo y permanente, a través del cual, se logra que los seres humanos desarrollen todas sus dimensiones y potencialidades, con el fin de aportar al mejoramiento de la calidad de su propia vida, así como, a la de los demás.

En esta perspectiva axiológica, se evidencia que la persona está compuesta por un conjunto de dimensiones, que deben desarrollarse para alcanzar un ser humano íntegro capaz de convivir en la sociedad en paz, consigo mismo y con los otros, pero: ¿Cuáles son estas dimensiones?

La Formación Integral

De un lado Martínez (2009), Universidad Católica de Córdoba (2008) y ACODESI (2003) afirman que el ser humano se compone de 8

dimensiones: 1.- Ética, 2.- Espiritual, 3.- Cognitiva, 4.- Afectiva, 5.- Comunicativa, 6.- Estética, 7.- Corporal y 8.- Socio-política. De otro la Universidad de Antofagasta (S.F) afirma que existen solo 6 dimensiones: 1.- Cognitiva, 2.- Emocional o Afectiva, 3.- Estética, 4.- Socio-política, 5.- Corporal y Ética y 6.- Moral. Galeano *et al.* (2015) ubican solo tres dimensiones: 1.- Socio-afectiva, 2.- Físico Creativa y 3.- Cognitiva, y Hernández (2015) afirma que hay solo cuatro: 1.- Cuerpo, 2.- Mente, 3.-Espíritu y Comunidad.

Teniendo en cuenta, que a pesar de la diversidad en las clasificaciones de las dimensiones de la formación integral, el punto en común donde convergen los autores, en que estas no se desarrollan aisladamente dentro del proceso formativo, por el contrario, es que en las dinámicas de la educación, es donde se presentan y manifiestan todas las dimensiones, debido a que, son rasgos y características de todos los seres humanos, y que, al estar enmarcadas en los procesos educativos, se les debe *dar forma*, a través del currículo y la pedagogía.

Por esta razón, y teniendo en cuenta, los fundamentos epistemológicos de la motricidad y la educación del movimiento humano, se hace necesario profundizar en la dimensión corporal, la que de acuerdo con Martínez (2009), se entiende como la posibilidad del ser humano, para reconocer y ser reconocido por el otro y la de manifestarse, a través de su cuerpo, permitiéndole realizar actividades y expresar sus pensamientos y emociones.

Así, esta dimensión promueve en una persona la concientización de su existencia y la necesidad de cumplir un papel importante con ella; para esto, es relevante que aprenda a valorar, respetar y cuidar su cuerpo.

Martínez (2009) enuncia que cuando se desarrolla la dimensión corporal, la persona adquiere sensaciones de tranquilidad y seguridad. Así mismo ACODESI (2003), Universidad Católica de Córdoba (2008) y Universidad de Antofagasta (S.F.) entienden esta dimensión como una condición del ser humano, que le permite existir, manifestarse y ser partícipe de procesos de formación y de desarrollo motriz.

Además de esto, la Universidad de Antofagasta (S.F.), agrega que la dimensión corporal es una posibilidad que le permite: "adquirir un sentido de responsabilidad con su cuerpo evitando conductas de riesgo y velando continuamente por la salud física y mental". Lo cual, es determinante para la comprensión del bienestar individual y la calidad de vida a partir de los elementos que configura el concepto de saludable.

De esta manera, la dimensión corporal constituye uno de los elementos fundamentales, en el rol del profesional de las áreas de conocimiento abordadas, toda vez que a partir de ella y en conjunto con el desarrollo de las demás dimensiones, es que se proponen las estrategias didácticas específicas, para la formación integral.

En este punto, los enfoques de enseñanza del profesional o licenciado deben estar alineados con las competencias que el Ministerio de Educación Nacional de Colombia dispuso en el documento 15 denominado: Orientaciones pedagógicas para la: Educación física, Recreación y Deporte, que es un referente esencial en el desarrollo de las competencias específicas, que son el deber ser de la práctica docente de los profesionales o licenciados en la: Educación física, Deporte y Cultura física.

Las Competencias Específicas y la Dimensión Corporal

El MEN plantea tres competencias específicas fundamentadas en los postulados de autores como: José María Cagigal, Pierre Parlebas, Kurt Meinel, entre otros, quienes desde la perspectiva antropológica reflexionan en torno al cuerpo, el juego y el movimiento como una forma de: ser, estar y actuar en el mundo. Por esta razón, definen la competencia motriz, la expresivo corporal y la axiológica corporal, como aquellas competencias que le dan el enfoque integral al ser humano y lo desarrollan a partir de un conocimiento vivencial, que conecta la concientización del cuerpo, a través del movimiento.

En relación con la competencia axiológica corporal, el Ministerio de Educación Nacional (S.F) establece que esta competencia se refiere al reconocimiento y valoración del cuerpo en su manifestación personal y relacional, por lo tanto, esta competencia está compuesta por los componentes cuidados del sí, y la interacción social. Por esto, a continuación, se profundizará en estos dos componentes.

- 1. Cuidado del sí:** Foucault (1982) define el cuidado del sí desde tres perspectivas. Primero, como una actitud, un modo determinado de comportarse, relacionarse con otros y enfrentarse al mundo. Por ende, lo que define Foucault: "es una actitud, en relación con uno mismo, con los otros y con el mundo"; segundo, como un manera entender, de mirar o reflexionar. El autor explica que cuidarse a sí mismo, implica preocuparse por uno mismo, esto quiere decir, que se requiere un comportamiento de reflexión constante, sobre lo que se hace y se piensa; tercero, cuidar de sí mismo, como dice Lanz (2012) sobre Foucault, significa un conjunto de acciones que se ejercen sobre sí, con el fin de hacerse cargo de sí mismo, modificarse o transformarse. Lanz (2012) afirma que aquel que es capaz de cuidarse a sí mismo, es capaz de cuidar a otros. Por consecuencia, "el individuo que cuida de sí mismo, es aquel que se gobierna a sí mismo, y que es capaz de gobernar a los demás, como individuo libre" (Lanz, 2012). Ahora bien, en terminos de la salud Dorothea Orem en Muñoz (2009) lo define como el conjunto de actividades que realizan las personas o grupos sociales específicos, con el fin de promover: La salud, prevenir la enfermedad y limitarla cuando esta existe. Adicional a esto Muñoz (2009) agrega "es una conducta humana, un comportamiento aprendido" que tiene como finalidad regular, la integridad estructural, el desarrollo y el funcionamiento.
- 2. Interacción social:** Maisonneuve (1968) citado en Marc & Picard (1992) establece que, la interacción es cuando una unidad de acción provocada por un sujeto actúa como estímulo de una unidad de respuesta de otro y viceversa. Esto quiere decir, que la respuesta producida en el segundo se convierte en un estímulo para el primero. Es importante aclarar, que la interacción implica acontecimientos que tienen lugar en una presencia conjunta o como diría Goffman (1974) "co-presencia" o "frente a frente". Es esta última característica, la que diferencia la interacción de conceptos como: Relación, vínculo o influencia. Sin embargo, la interacción, generalmente, implica relación.

Con esto en mente, la competencia axiológica corporal es una construcción del ser humano en el mundo, que se hace a través del juego y la actividad física. Esto con la intención de formar personas competentes para el desarrollo propio a partir del auto cuidado y la construcción de valores, que permitan entenderse como ser corpóreo y abrir posibilidades para relacionarse consigo mismo y con los otros, para entenderse a sí mismo, y a los otros, y para gobernarse a sí mismo y a los otros. Todo esto, siendo posible, conformando comprensivamente hábitos que apunten al respeto del cuerpo y vayan siendo incorporados en el proyecto de vida, con el fin de hacerse competente para vivir humanamente y construir el buen vivir evitando la autodestrucción (Ministerio de educación nacional, S.F.).

De manera resumida, se establece que el ser humano está compuesto por ocho dimensiones: Ética, espiritual, cognitiva, afectiva, comunicativa, estética, corporal y sociopolítica de acuerdo con ACODESSI (2003). Como se ha observado, cada dimensión varía en características e incluso nombramiento dependiendo del autor revisado. Sin embargo, sintetizando la información recogida, se puede afirmar que la dimensión corporal es la capacidad que tiene el ser humano para adquirir consciencia sobre su existencia y, a partir de ella, abrir paso a la posibilidad de reconocer y ser reconocido por el otro, para manifestar o expresar a través del cuerpo, para participar en procesos de formación y desarrollo motriz y para buscar soluciones críticas y creativas a problemas cotidianos.

Para ello, es relevante adquirir un sentido de responsabilidad sobre el cuerpo propio. Por esto, esta dimensión está íntimamente relacionada a lo que el MEN (S.F.) denomina

competencia axiológica-corporal, que consiste en el reconocimiento y valoración del cuerpo.

Reconociendo los propósitos de formación de los profesionales de las áreas del conocimiento de: Educación física, el entrenamiento deportivo, la cultura física y el deporte, a partir de la formación integral y las competencias específicas, definidas por el Ministerio de Educación Nacional, las inquietudes se orientan entonces, en la formación de hábitos alimentarios como parte esencial del cuidado del sí, el estilo de vida saludable y la calidad de vida del estudiante en formación.

Por esta razón, se considera necesario comprender cómo este profesional, desde la salud y desde la educación, aporta a la construcción de las dimensiones del ser humano en el contexto en la educación nutricional. Para esto, se debe iniciar con la premisa, en que una alimentación adecuada, es un factor que influye en el cuidado del sí, y respeto del cuerpo, porque, hace parte de esas acciones y/o comportamientos que tiene el ser humano para regular la integridad estructural, el desarrollo y el funcionamiento y, por consecuencia, para gobernarse a sí mismo. Por ende, va a afectar positivamente el desarrollo cognitivo de las personas y cómo estas llevan a cabo sus vidas construyendo un buen vivir. Recuérdese a Capra (2003) citado por Hernández (2015) que afirma que, el cuerpo y la mente son un componente del ser humano que trabajan como: unidad y favorecen el vivir humano.

En relación con lo anterior, es importante que el ser humano se reconozca como un ser corpóreo permitiéndose: Expresarse, resolver problemas y crear relaciones consigo mismo y con su entorno. Por esta razón, es

determinante conceptualizar y contextualizar los conceptos, educación alimentaria y formación de hábitos alimentarios, toda vez que son fundamentales para la comprensión de la dimensión corporal y el desarrollo de la competencia axiológica – corporal.

Inicialmente, se identifica desde lo legislativo, los planes de acción que proponen mejorar la cultura alimenticia de los colombianos, e implícitamente, corroborar la importancia de la buena alimentación para el cuidado del sí, es decir, para el buen vivir. En segundo lugar, se reconocen los conceptos educación alimentaria y formación de hábitos, debido que ello, permite reafirmar la problemática expuesta, y evidenciar, que el profesional relacionado con la actividad física y el deporte, posee un rol sustantivo frente a la educación alimentaria, no solo por el sistema educativo en el que se desenvuelve, sino por las políticas que promueve el gobierno colombiano.

La Educación Alimentaria

Píscopo (2008) entiende la educación alimentaria como aquellas: “estrategias educativas utilizadas para fomentar la adopción de opciones alimentarias y patrones de alimentación más saludables y sostenibles”. Es decir, son aquellas estrategias desarrolladas, de manera individual, colectiva y política, con el fin de crear ambientes y decisiones saludables.

De manera similar, la Organización de Naciones Unidas para Alimentación y la Agricultura FAO, (2012) define la educación nutricional como: “Actividades de aprendizaje cuyo objeto es facilitar la adopción voluntaria de comportamientos alimentarios, y de otro tipo, relacionados con la nutrición que fomentan salud y bienestar”. Esto es

secundado por Barrial (2011) quien brinda una finalidad a la educación nutricional explicando que ésta no solo se limita a realizar acciones educativas y brindar información, para elevar el conocimiento en cuanto a nutrición y alimentación, sino que debe tener, como finalidad el mejoramiento de la conducta alimentaria, la adquisición de conocimientos y la adopción de actitudes positivas, lo cual se relaciona con la competencia axiológica corporal.

Desde el ámbito político, a nivel internacional, la educación alimentaria está comprendida por: El Programa de Ampliado de Educación Alimentaria y Nutricional que según Yerxa (2018) tiene como propósito mejorar la calidad de vida. Además, se involucra en el estudio de Hiershenee *et al.* (2018) que tienen como objetivo la defensa de la alimentación saludable por distintas instituciones en la enmarcación de un currículo. Y, a nivel nacional, la educación alimentaria ha sido reconocida en la Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, el Plan Decenal de Salud Pública, el Plan Decenal de Lactancia Materna y el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional, así como, en la Ley 1355 del 2009. Añádase a esto, Colombia es uno de los países participes en la FAO, un organismo de la ONU encargado de dirigir las actividades dispuestas a eliminar el hambre.

A pesar de esto, en Colombia, al igual que en varios países de Latinoamérica, la educación nutricional, según Latham (2002) ha estado centrada en la transmisión de conocimientos, la promoción o prohibición de alimentos, mediante el temor, limitando el placer de comer, pasando por alto, factores psicosociales, culturales y económicos de las personas, y empleando, la mayoría de las veces, técnicas y metodologías educativas

tradicionales como: Las conferencias, talleres y/o charlas.

Esto quiere decir, que la familia y el entorno, en particular los profesionales y licenciados del área de la educación y la cultura física, así como, los de Ciencias del deporte, asumen el rol de relacionar a la persona con su cultura nutricional, impactando en los hábitos alimentarios, y llegando a ser, determinante en cuanto a los patrones de ingesta nutricional de un individuo. Teniendo en cuenta lo anterior, han existido intentos por hacer un cambio en la educación nutricional en Colombia y se evidencian en la Ley 1355 de 2009, Ministerio de Salud y Protección Social que tiene como función establecer los mecanismos para evitar el exceso o deficiencia en los contenidos, cantidades y frecuencias de consumo de aquellos nutrientes tales como: Ácidos grasos, carbohidratos, vitaminas, hierro y sodio, entre otros, que consumidos en forma desbalanceada, puedan presentar un riesgo para la salud.

Es necesario resaltar, que estos estándares han sido creados con base en la adopción de una educación nutricional basada en las estadísticas dictadas, donde se explica el mal nivel nutricional en Colombia. Estos estudios fueron asignados y realizados por ENSIN, Encuesta Nacional de la Situación Nutricional, que fue realizada en 2015, junto al Ministerio de Salud y Protección Social, el Instituto Nacional de Salud, el ICBF y la Universidad Nacional de Colombia con la colaboración del DANE, entre otros. Algunos de los resultados son los siguientes:

En la primera infancia: 0 a 4 años se dictaron los siguientes resultados: desnutrición crónica de 10,8%, desnutrición global 3,7%, sobre peso de 6,3%.

Adolescentes: 17, 9% sobrepeso y uno de cada diez adolescentes presentan desnutrición aguda. Adultos: 37,7% sobrepeso y 18,7% es obeso, estadística realizada con un tamaño muestral de 151.343 personas.

De acuerdo con estos resultados, se encuentra que la política de la educación alimentaria se enmarca en el Plan Nacional de Desarrollo y se refuerza por los compromisos adquiridos en la Cumbre Mundial sobre la Alimentación: cinco años después (junio de 2002), se ratifica los compromisos para el cumplimiento de los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM). Que enuncia: Seguridad alimentaria y nutricional, que es la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad, por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa (Cumbre Mundial de la Alimentación, 2002).

Análogamente, el Plan Decenal de Salud Pública responde a la ley 1438, que tiene como fin el desarrollo humano del país, formulando el objetivo: "Contar con una adecuada oferta del grupo de alimentos prioritarios establecidos en el Plan de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Garantizar el acceso al grupo de alimentos prioritarios." (Plan decenal de salud pública, 2012). En efecto es un plan metodológico para las mejoras de salud a nivel nacional, en donde uno de los temas precursores es la educación nutricional.

Por otro lado, el congreso de la república declara en la ley 1355 del 2009: "Por medio de la actual, se define la obesidad y las enfermedades crónicas no transmisibles,

asociadas a esta como una prioridad de salud pública y se adoptan medidas para su: Control, atención y prevención". Por lo tanto, la ley tiene un ámbito de aplicación dirigido a promover los ambientes sanos: La actividad física, la educación, la producción y la distribución de alimentos y una promoción generalizada. El Estado a través de los Ministerios de la: Protección Social, Cultura, Educación, Transporte, Ambiente y Vivienda y Desarrollo Territorial y Agricultura y Desarrollo Rural y de las Entidades Nacionales Públicas de orden nacional Coldeportes, el ICBF y Departamento Nacional de Planeación, promoverá políticas de Seguridad Alimentaria y Nutricional, así como de: Actividad Física dirigidas a favorecer ambientes saludables y seguros para el desarrollo de estas, a través de la Ley 1355 (2009).

Estas políticas serán complementadas por distintas instituciones con estrategias de comunicación, educación e información con el fin de entender las direcciones de la educación nutricional y sus dictámenes hacia la adopción de buenos hábitos alimentarios.

El MEN complementará las políticas dichas, participando en la educación alimentaria y adopción de hábitos alimentarios comprometiéndose con el desarrollo de las: leyes 115 de 1994 y 934 de 2004 con la promoción del "incremento y calidad de las clases de educación física con personal idóneo, y adecuadamente, formado en los niveles de educación: Inicial, básica y media vocacional". Por lo tanto, a partir de esta intención del Ministerio de Educación por la educación alimentaria, a través de la educación física y el deporte, se evidencia la necesidad que responsabiliza a los programas universitarios y a los profesionales en formación para adquirir los

saberes propios para la alimentación saludable y la formación de hábitos en pro de una buena calidad de vida.

Por consiguiente, se hace necesario reiterar que las políticas nacionales de la educación alimentaria, tal como lo demuestra, el Ministerio de Salud y Protección Social en la encuesta ENSIN, muestran como resultado un porcentaje de: 54,2% en inseguridad alimentaria para el 2010. Y en este orden de ideas, es deber de la educación basada en el desarrollo integral, fomentar el consumo saludable, que promueva la seguridad alimentaria y nutricional en la sociedad colombiana.

La política nacional de seguridad alimentaria y nutricional (PSAN) en el documento Conpes (2007) define la: Seguridad alimentaria y nutricional como la disponibilidad suficiente y estable de: Alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad, por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa.

No obstante, los perfiles profesionales y los currículos de los programas universitarios descritos anteriormente, no reflejan el abordaje de la educación nutricional en los procesos de formación disciplinar de los profesionales de las áreas del conocimiento relacionadas a la educación física y afines, lo que permite cuestionar, la falta de homogeneidad en las competencias que se desarrollan en estos profesionales de acuerdo con los compromisos y necesidades para con la sociedad de nuestro país.

Por esta razón, este artículo invita a reflexionar en torno a la formación de hábitos

alimentarios como: Eje de desarrollo de la dimensión corporal dentro de la formación integral en Colombia. De esta manera, es importante identificar la definición del hábito y ¿Cómo se forman los hábitos?

En este sentido Domjam (2010) afirma que los hábitos son comportamientos, que se dan y/o se aplican de manera automática, de la misma manera, ocurren y se repiten siempre y sin pensarlo. Se considera que los hábitos componen un 45% del comportamiento humano (Domjam, 2010). Domjam (2010) cita a Wood & Neal (2007) para explicar que un hábito surge, cuando una actitud y/o acción se da de manera continua y se utiliza de manera repetida: Un medio conductual específico y un estímulo en determinados contextos, con el fin de alcanzar una meta.

Fernández (2012) fortalece la idea anterior, cuando afirma que el hábito es una tendencia adquirida o innata, que permite, expresar determinados tipos de comportamientos, cada vez que se presentan de una situación determinada (un estímulo) Fernández (2012), cita a Peirce, quien manifiesta la existencia de una tendencia a la repetición de reacciones, que se han dado en circunstancias similares, es decir, una tendencia a la formación de hábitos o en otros términos un: "hábito de adquirir hábitos".

Del mismo modo, UNICEF (S.F.) define los hábitos como: Una serie de costumbres, acciones y/o comportamientos, que tiene una persona en diferentes situaciones y las realiza de forma regular. Los hábitos consolidan aprendizajes y conductas, que se mantienen en el tiempo con: Implicaciones, beneficiosas o de riesgo, para la salud y el bienestar.

Ahora bien, para abordar la formación del hábito es importante reconocer, el concepto

de la habituación. Éste, es un proceso donde se repite varias veces un estímulo y provoca una disminución progresiva en la respuesta (Domjam, 2010). Lo que quiere decir: que cuando se repete un estímulo, la respuesta se extingue; a partir de esto, se hace necesario aplicar estímulos externos diferentes, para que la respuesta se mantenga. Sin embargo, desde las teorías cognitivo-conductuales se establece que un hábito se adquiere con repeticiones y se mantiene solo cuando la persona es consciente y comprende, la importancia de seguir aplicando lo habituado, mas no con acciones repetitivas producidas por estímulos externos.

De manera equivalente, UNICEF (S.F) diseña tres pasos para formar un hábito: 1.- Consiste en decidir: ¿Cuál va a ser el hábito que se quiere enseñar o aprender?, al igual que: ¿Cómo?, ¿cuándo? y ¿dónde se va a ejecutar el hábito?; 2.- Trata de establecer una serie de pasos: Que garanticen el desarrollo del hábito de manera constante; y, 3.- Dar una explicación a los niños acerca de la importancia, que trae adoptar este nuevo hábito.

Adicional a esto, UNICEF (S.F) entra en detalle explicando: ¿Cómo se forma un hábito saludable de acuerdo con los tres pasos ya explicados? 1.- Se debe hacer un estudio acerca de lo que consume la persona en su casa y cuáles son las costumbres que tiene con su familia a la hora de consumir alimentos. 2.- Se fortalece o se garantiza que el trabajo que se va a realizar va a dar los resultados esperados, es decir, que es aquí, donde se emplean todas aquellas estrategias que ayuden a que la persona entienda, la importancia de adoptar ese hábito. 3.- Se establecen rutas de diálogo o articulación directa entre las personas y centros especializados en salud y nutrición, con el fin

de fortalecer el trabajo que se ha realizado mediante: Campañas, integración, reuniones, entre otros.

CONCLUSIONES

De acuerdo con el análisis de los perfiles profesionales, se evidencia que no hay homogeneidad en los programas, que se relacionan con el deporte, la educación física y áreas del conocimiento afines, frente a la educación alimentaria. Además, se genera una incertidumbre frente a la materia de nutrición, porque, solo en 6 universidades los estudiantes disponen de una asignatura llamada nutrición; lo que lleva a cuestionarse sí, ¿todas las instituciones educativas superiores están comprometidas con la formación integral de profesionales competentes en el desarrollo de la dimensión corporal, y, por ende, de una educación alimentaria adecuada para fomentar hábitos saludables?

En este sentido, se concluye que los perfiles profesionales de los programas con núcleo formativo basado en: Las Ciencias del Deporte, La Educación Física y La Cultura Física, evidencian carencias en torno a los elementos componentes de la formación integral, toda vez que no se evidencia, una relación de sus futuros profesionales con la educación alimentaria y, por lo tanto, se pone en tela de juicio la orientación hacia el desarrollo de la dimensión corporal, porque, como ya se mencionó, la alimentación adecuada permite el cuidado del sí, aspecto que pertenece a la competencia axiológica corporal.

Así mismo, se infiere que el profesional relacionado con la actividad física, la educación y la cultura física, además de los profesionales en el área de las ciencias del deporte, deben ser competentes en la formación de hábitos alimentarios con la intención, que el estudiante o deportista que participa del proceso de formación, adquiera consciencia sobre el cuidado y la salud del cuerpo. Todo esto, con el fin que, como ser humano, posea habilidades para reconocer y ser reconocido por los demás; para expresarse y hacer del cuerpo, un lenguaje permitiéndole relacionarse con su entorno social y natural; para que resuelva problemas de manera autónoma, con criterio propio y creatividad; para encontrarse en estado permanente de tranquilidad y seguridad; en general, para mantener un buen vivir, una calidad de vida adecuada enfocada en el cuidado del sí, y basándose, en la alimentación saludable y la actividad física.

Finalmente, se propone que para lograr cambios estructurales en nuestra sociedad colombiana, se inicie por la educación como: Eje fundamental de la evolución como seres humanos y en este sentido, la formación de las competencias en los profesionales y licenciados de áreas de conocimiento en torno a la: Educación física, el Entrenamiento deportivo, la Cultura física y las Ciencias del deporte, enfocadas en la Educación alimentaria y en la Formación de hábitos que confluyan en estilos de vida saludables, basados en la actividad física y la alimentación balanceada, permitirá realmente conseguir el objetivo de formación integral de los ciudadanos de nuestro país.

REFERENCIAS

1. ABELLANEDA, M. 2019. Estrategías para la promoción de hábitos saludables en Educación infantil. Publicaciones Didácticas, 677-681.
2. ACODESSI. 2003. La formación integral y sus dimensiones. Kimpres Ltda. Bogotá, D.C.
3. ANDINA, F. S.F. Profesional en entrenamiento deportivo. Disponible desde Internet en: <https://www.areandina.edu.co/es/content/profesional-en-entrenamiento-deportivo-bogota>.
4. ARISMENDI, L.; CARMONA, I.; RODRÍGUEZ, L.; ALZATE, T. 2015. Validación del juego reglado "chefcitos", para promover hábitos de vida saludables y el consumo de frutas y verduras en escolares mayores de siete años. Colombia, 2014. Escuela de nutrición y dietética, Universidad de Antioquia, 67-76.
5. AULD, G.; BAKER, S.; HERNÁNDEZ-GARBANZO, Y.; INFANTE, N.; INGLIS-WIDRICK, R.; PROCTER, S.; YERXA, K. 2018. The expanded food and nutrition education program's impact on graduate quality of life. *J Nutr Educ Behav.* 51(2):217-223.
<https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.07.021>
6. BARRÍAL, A.; BARRIAL, A. 2012. La educación alimentaria y nutricional desde una dimensión sociocultural como contribución a la seguridad alimentaria y nutricional. Universidad de Málaga. Málaga.
7. CAÑÓN S.; CASTAÑO, J.; DUQUE, D.; LLANO, V.; MARTÍNEZ, I.; MÉNDEZ, L.; ORTIZ, M.; OSORIO, J.; RAMÍREZ, W. 2014. Estudio multifactorial del estado nutricional y comparación tablas OMS/colombianas en niños de primero de primaria de 6 instituciones educativas de la ciudad de Manizales 2012-2014. *Archivos de Medicina.* Manizales, Caldas. 14(2):236-248.
<https://doi.org/10.30554/archmed.14.2.290.2014>
8. COMISIÓN INTERSECTORIAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL, 2017. Lineamiento Nacional de educación alimentaria.
9. CONGRESO DE COLOMBIA. 1994. Ley general de educación.
10. CONGRESO DE COLOMBIA. 1995. Ley 181. Bogotá.
11. CONGRESO DE COLOMBIA. 2004. Ley 934. Bogotá.
12. CONGRESO DE COLOMBIA. 2009. Ley 1355. Bogotá.
13. CORPORACIÓN UNIVERSITARIA CENDA. S.F. Licenciatura en educación física, recreación y deportes. Descripción del programa. Disponible desde Internet en: <http://www.cenda.edu.co/licenciatura-en.educacion-fisica/>

14. CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS, S.F. Perfil profesional licenciatura en educación física, recreación y deportes. Disponible desde Internet en:
<http://www.uniminuto.edu/web/programasacademicos/universitarios>
15. DEL CAMPO, M.; MARTINICH, É.; NAVARRO, A.; ALZATE, T. 2017. El nutricionista educador: Concepciones de estudiantes de la licenciatura en nutrición de la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina. *Universidad Y Salud*, 19(2):215-225.
<https://doi.org/10.22267/rus.171902.84>
16. DOMJAM, M. 2010. Principios de aprendizaje y conducta. Cengage Learning Editores. México D.F.
17. ESTADO DE COLOMBIA. 2011. Constitución Política de Colombia 1991. ATENEA LTDA. Bogotá.
18. FAO, ORGANIZACIÓN DE NACIONES UNIDAS PARA ALIMENTACIÓN Y LA AGRICULTURA, 2018. La importancia de la educación nutricional. Grupo de educación nutricional y comunicación de la FAO.
19. FERNÁNDEZ, E. 2012. Hábito y generalización. Linda Hall Library of science and technology. Disponible desde Internet en:
https://www.lindahall.org/media/papers/fernandez/habit_and_generalization_esp.pdf
20. FOUCAULT, M. 1982. Hermenéutica del sujeto. Ediciones de la Piqueta. Madrid.
21. GALEANO, A.; SÁENZ, D.; SÁNCHEZ, E. 2015. Organización curricular por ciclos: Ruta para la consolidación de planes de estudio, en el marco del currículo para la excelencia académica y la formación integral. Jornada completa. Alcaldía Mayor de Bogotá (Secretaría de educación). Bogotá.
22. HAWES, G. 2005. Construcción de un perfil profesional. Universidad de Talca, proyecto Mecsup TAL. Santiago de Chile. 46p.
23. HERNÁNDEZ, D. 2015. Educación: Una visión desde las dimensiones del ser humano y la vida. *Acta académica*. 57:79-92.
24. HIERSHENEE, L.; CONTENTO, I. 2018. Context considerations for developing the in defense of food nutrition education curriculum. *J Nutr Educ Behav*. 51(3):370-378.
<https://doi.org/10.1016/j.jneb.2018.10.010>
25. LANZ, C. 2012. El cuidado del sí y del otro en lo educativo. *Utopía y praxis latino-americana*, 17(56):39-46.
26. LÓPEZ, J.; POZO, S.; FUENTES, A.; VICENTE, M. 2019. Los juegos populares como recurso didáctico para la mejora de hábitos de vida saludables en la era digital. *Retos*, 36:266-272.

27. MANTILLA, B.; OVIEDO, M.; HERNÁNDEZ, A.; HAKSPIEL, M. 2015. Intervención educativa con docentes: Fortalecimiento de habilidades psicosociales para la vida y hábitos saludables con escolares en Bogotá. *Rev Fac Nac. Salud Pública*, 33(3):406-413.
<http://dx.doi.org/10.17533/udea.rfnsp.v33n3a10>
28. MARC, E.; PICARD, D. 1992. *La interacción social. Cultura, instituciones y comunicación.* Ediciones Paidós Ibérica. Barcelona.
29. MARTÍNEZ, F. 2009. Formación integral: Compromiso de todo proceso educativo. *Docencia Universitaria*. 10(1):123-135.
30. MINISTERIO DE EDUCACIÓN NACIONAL. S. F. 2016. Documento de orientaciones para la enseñanza de la educación. MEN. Bogotá.
31. MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. 2017. Encuesta Nacional de Situación Nutricional en Colombia: ENSIN. Minsalud
32. MUÑOZ, N. 2009. Reflexiones sobre el cuidado del sí, como categoría de análisis en salud. *Salud colectiva*. 5(3):391-401.
33. NIEMBRO, C.; SOSA, N. 2013. Juego y comida dan salud a tu vida. Evaluación de un programa escolar para la formación de hábitos alimentarios saludables. *Revista Latinoamericana de estudios educativos (RLEE)*. 43(3):133-152.
34. PÉREZ, I.; RIVERA, E.; DELGADO, M. 2017. Mejora de hábitos de vida saludables en alumnos universitarios mediante una propuesta de ramificación. *Nutrición hospitalaria*. 34(4):942-951.
35. PISCOPO, S. 2018. *Nutrition Education.* University of Malta. Malta.
36. POLÍTICA DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL, 2007. Documento Conpes Social (PSAN). República de Colombia.
37. SANTIVÁNEZ, V. 2012. *Diseño curricular a partir de competencias.* Bogotá: Ediciones de la U.
38. SUMALLO, S.; ELIO, I.; DOMÍNGUEZ, I.; CALDERÓN, R.; GARCÍA, Á.; FERNÁNDEZ, F.; GRACIA, S.; DZUL, L.; BATTINO, M.; SOLANO, H. 2013. Valoración del perfil e ingesta de nutrientes de un grupo de estudiantes iberoamericanos de postgrados en nutrición. *Nutr. Hosp.* 28(2):532-540.
<http://dx.doi.org/10.3305/nh.2013.28.2.6242>
39. TOBÓN, S. 2013. *Formación integral y competencias: Pensamiento complejo, currículo, didáctica y evaluación.* Ecoe ediciones. Bogotá.

40. UNICEF, S.F. Formación de hábitos alimentarios y estilos de vida saludables. Ministerio de educación y deportes, Ministerio de Salud y Desarrollo Social e Instituto Nacional de Nutrición. Caracas, Venezuela.
41. UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CÓRDOBA. 2008. ¿Qué entendemos por formación integral? Universidad Católica de Córdoba. Córdoba.
42. UNIVERSIDAD DE ANTOFAGASTA. S. F. Formación integral. Universidad de Antofagasta. Antofagasta.
43. UNIVERSIDAD DE CIENCIAS APLICADAS Y AMBIENTALES. S.F. Información del programa. Disponible desde Internet en:
<https://www.udca.edu.co/ciencias-del-deporte/>
44. UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA. S.F. Profesional en Ciencias del Deporte y Educación Física. Disponible desde Internet en:
<https://www.ucundinamarca.edu.co/index.php/programas/pregrado/facultad-de-ciencias-del-deporte-y-la-educacion-fisica/ciencias-del-deporte-y-la-educacion-fisica>
45. UNIVERSIDAD INCCA DE COLOMBIA. S. F. Perfil del aspirante. Disponible desde Internet en:
https://www.unincca.edu.co/index.php?option=com_content&view=article&id=165&Itemid=297
46. UNIVERSIDAD LIBRE. 2016. Perfil del egresado-educación física. Disponible desde Internet en: <http://www.unilibre.edu.co/bogota/ul/noticias/noticias-universitarias/2390-perfil-del-egresado-educacion-fisica>
47. UNIVERSIDAD MANUELA BELTRÁN, UMB. 2019. Conoce el programa de Profesional en Ciencias del deporte. Disponible desde Internet en:
<https://www.umb.edu.co/14-pregrados/29-licenciatura-en-ciencias-del-deporte.html>
48. UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE COLOMBIA. 2016. Perfil del aspirante y del egresado. Disponible desde Internet en:
<http://edufisica.pedagogica.edu.co/vercontenido.php?idp=512&idh=515&idn=7997>
49. UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA DE COLOMBIA. S.F. Perfil del aspirante y del egresado. Disponible desde Internet en:
<http://edufisica.pedagogica.edu.co/vercontenido.php?idp=512&idh=513&idn=10219>
50. UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL. S.F. Perfil del aspirante y el egresado. Disponible desde Internet en:
<http://edufisica.pedagogica.edu.co/vercontenido.php?idp=512&idh=514&idn=8078>
51. UNIVERSIDAD SANTO TOMÁS. S.F. Presentación/información del programa. Disponible desde Internet en:

<https://facultadcultura fisica.usta.edu.co/index.php/presentacion-del-programa-pregrado1>

52. UNIVERSIDAD SERGIO ARBOLEDA. S.F. Gestión deportiva perfil ocupacional. Disponible desde Internet en:

<https://www.usergioarboleda.edu.co/carreras-universitarias/gestion-deportiva/>