

Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar, Ciudad de México, México.  
ISSN 2707-2207 / ISSN 2707-2215 (en línea), enero-febrero 2026,  
Volumen 10, Número 1.

[https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v10i1](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1)

# **ACTITUDES HACIA EL EJERCICIO FÍSICO Y DEPORTES EN PROFESIONALES DE LA SALUD DE UNA INSTITUCIÓN EDUCATIVA PÚBLICA**

**ATTITUDES TOWARD PHYSICAL EXERCISE AND SPORT IN HEALTH  
PROFESSIONALS AT A PUBLIC EDUCATIONAL INSTITUCIÓN**

**Yadira Ramírez Morales**

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco - México

**María José Jiménez Zamudio**

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco - México

DOI: [https://doi.org/10.37811/cl\\_rcm.v10i1.22772](https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v10i1.22772)

## Actitudes hacia el Ejercicio Físico y Deportes en Profesionales de la Salud de una Institución Educativa Pública

Yadira Ramírez Morales <sup>1</sup>

[yadira.ydr.rm@gmail.com](mailto:yadira.ydr.rm@gmail.com)

<https://orcid.org/0009-0001-0470-4326>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco  
México

María José Jiménez Zamudio

[mariajose.jimenez@ujar.mx](mailto:mariajose.jimenez@ujar.mx)

<https://orcid.org/0000-0002-3574-4187>

Universidad Juárez Autónoma de Tabasco  
México

### RESUMEN

El estilo de vida humano ha cambiado notablemente, incorporando hábitos como el sedentarismo, que impacta negativamente en la salud y se aleja de su evolución natural. El presente estudio tuvo como objetivo evaluar las actitudes hacia el ejercicio físico y deportes en profesionales de la salud de una institución educativa pública. La investigación se desarrolló con enfoque cuantitativo, diseño descriptivo y corte transversal. Se utilizó el instrumento AHEFD-11, aplicado a una muestra de 46 docentes. Los resultados mostraron que el 58.3% de los participantes presentó una actitud positiva en general hacia el ejercicio físico, mientras que el 37.4 % manifestó una actitud negativa y el 4.3% una actitud neutra. En la dimensión de predisposición hacia la actividad física, el 74.2 % expresó respuestas favorables; sin embargo, varios docentes no practican ejercicio de manera constante, lo que evidencia una discrepancia entre actitud y la conducta. En la dimensión pasión por el deporte, predominó una tendencia negativa 61.9%, posiblemente relacionada con una baja identificación emocional con la práctica deportiva. Se concluye que es necesario fortalecer estrategias institucionales que promuevan hábitos activos en el personal docente, a fin de fomentar una cultura de salud y bienestar profesional.

**Palabras clave:** actitud, ejercicio, docentes, actividad, física

---

<sup>1</sup> Autor Principal

Correspondencia: [yadira.ydr.rm@gmail.com](mailto:yadira.ydr.rm@gmail.com)

## **Attitudes Toward Physical Exercise and Sport in Health Professionals at a Public Educational Institución**

### **ABSTRACT**

The human lifestyle has changed significantly incorporating habits such as sedentary behavior, which negatively impacts health and diverges from its natural evolutionary pattern. The objective of the present study was to evaluate attitudes toward physical exercise and sports among health professionals at a public educational institution. The research was conducted using a quantitative approach, with a descriptive, cross-sectional design. The AHEFD-11 instrument was applied to a sample of 46 faculty members. The results showed that 58.3% of participants exhibited an overall positive attitude toward physical exercise, while 37.4% demonstrated a negative attitude and 4.3% a neutral attitude. In the dimension of predisposition toward physical activity, 74.2% expressed favorable responses; however, several faculty members do not exercise, revealing a discrepancy between attitude and behavior. In the dimension of passion for sports, a negative trend predominated 61.9%, possibly related to a low emotional identification with sport practice. It is concluded that strengthening institutional strategies aimed at promoting active habits among teaching staff, is necessary in order to foster a culture of health and professional well-being.

**Keywords:** attitude, exercise, teachers, activity, physical

*Artículo recibido 10 diciembre 2025  
Aceptado para publicación: 10 enero 2026*



## INTRODUCCIÓN

La inactividad es uno de los principales problemas de salud pública a nivel mundial, debido a su relación con enfermedades crónicas como Diabetes Mellitus (DM) tipo 2, ciertos tipos de cáncer y afecciones cardiovasculares, afectando negativamente el bienestar general (OMS, 2024).

La insuficiente actividad física favorece el desarrollo del sobrepeso y la obesidad, fenómenos asociados a cambios en los estilos de vida contemporáneos caracterizados por el sedentarismo, el uso excesivo de tecnología y la reducción de la movilidad cotidiana (Guthold, y otros, 2020).

De acuerdo con la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el año 2024, el sedentarismo se ha convertido en el cuarto factor de riesgo de mortalidad global, asociado a más del 6% de las muertes a nivel mundial.

A pesar de los beneficios ampliamente documentados de la práctica regular de ejercicio, una parte considerable de la población adulta no cumple con las recomendaciones establecidas por organismos institucionales. En México, la situación refleja una tendencia preocupante solo el 39.8% de la población urbana adulta realiza actividad física de forma regular, cifra que ha disminuido en los últimos años. (Zepeda, 2024)

A lo largo de millones de años, el estilo de vida humano ha cambiado notablemente, incorporando hábitos como el sedentarismo, que impacta negativamente la salud y se aleja de su evolución natural (Márquez, 1995).

Esta problemática afecta incluso a los profesionales de la salud, quienes como promotores de estilos de vida saludable. Aunque se espera que estos profesionales sirvan de modelo para la adopción de hábitos sanos, diversos estudios revelan que muchos de ellos no cumplen con las recomendaciones de actividad física, lo que podría recurrir en su bienestar y la calidad de servicio que brindan. (Álvarado, 2020) y (Sánchez, y otros, 2016)

El presente estudio tuvo como objetivo evaluar las actitudes hacia el ejercicio físico y deportes en profesionales de la salud de una institución educativa pública.

Los profesionales de la salud constituyen un grupo estratégico para la promoción de la actividad física, debido a su función formativa y a la influencia social que ejerce dentro y fuera del ámbito institucional (Álvarado, 2020).



La investigación se justifica por la necesidad de identificar barreras actitudinales que influyen en la práctica del ejercicio físico en docentes del área de la salud, con el fin de diseñar estrategias de promoción más eficaces (Ajzen, 1991).

Asimismo, el estudio busca aportar evidencia local, ya que en el estado de Tabasco no se han identificado investigaciones previas que analicen las actitudes hacia el ejercicio físico en profesionales de la salud desde un enfoque psicológico (Sánchez, y otros, 2016).

Para evaluar dichas actitudes se aplicó el instrumento AHEFD-11, el cual permite analizar de manera sistemática las actitudes hacia el ejercicio físico y el deporte en contextos educativos y profesionales. (Dasil Díaz, 2002).

En este sentido, el presente estudio pretende contribuir al fortalecimiento de la promoción del ejercicio físico en profesionales de la salud, desde una perspectiva educativa, preventiva y contextualizada (OMS, 2024).

## **METODOLOGÍA**

Estudio de tipo cuantitativo, descriptivo, de corte transversal, que evalúa las Actitudes hacia el Ejercicio Físico y el Deporte en Profesionales de la Salud. La población en estudio estuvo conformada por 120 profesores del área de Salud. La muestra se calculó con base en la fórmula de poblaciones finitas con nivel de confianza del 90% y un margen de error del 10%.

### **Técnicas y procedimientos**

La recolección de datos se llevó a cabo mediante la aplicación de cuestionarios estructurados dirigidos a profesores que imparten cátedra en licenciaturas del área de la salud. Una vez obtenida, se proporcionó QR de la encuesta y enlaces para mayor accesibilidad enviados por redes internas de la institución como WhatsApp y correo electrónico.

Al conocer la información de la investigación y aceptar ser parte de nuestro estudio en la encuesta de Google Forms plataforma que permite la creación de formularios para facilitar el acceso y recolección y para su llenado.

Antes de la aplicación del cuestionario, se presentó a los participantes un consentimiento informado, explicando los objetivos del estudio, el carácter voluntario de su participación y la confidencialidad de los datos recolectados.



El formulario de Google Forms estuvo disponible por 7 días hábiles, terminando el tiempo, se procedió a descargar toda la información recopilada de la encuesta realizada. Una vez obtenido se llevó a cabo un análisis del resultado en Microsoft Excel. Al obtener los resultados de los análisis de datos, se creó los gráficos en Excel, tomando en cuenta los objetivos específicos a lograr.

### **Análisis de la información**

Para el presente estudio descriptivo, los datos recopilados mediante encuestas de Google Forms, fueron tabulados y a sistematizados en una base de datos de Microsoft Excel. Conforme a la operacionalización de las variables y el diseño del estudio, se analizó la variable principal, actitud hacia el ejercicio físico y deporte, a través del cuestionario AHEFD-11 aplicado a docentes del área de la salud.

Se obtuvo una puntuación total por participante y, con base en los puntajes, se clasificaron las actitudes en dos categorías: positiva y negativa, de posteriormente, se calculó frecuencia absoluta y porcentajes para describir la distribución de dichas actitudes en la población estudiada.

### **Consideraciones éticas**

El estudio se apegó al reglamento de la Ley General de Salud en materia de Investigación para la salud, título segundo, de los Aspectos Éticos de la investigación en Seres Humanos, del Capítulo 1 (C.D, 2014).

Artículo 13 establece que en toda investigación en la que el ser humano sea sujeto de estudio, deberán prevalecer el criterio del respecto a su dignidad y la protección de sus derechos y bienestar. Toda la información proporcionada por el participante se utilizó en forma general para fines del estudio, quedando su identidad en el anonimato. (C.D, 2014).

El artículo 14 establece que la investigación en seres humanos, se realice con las siguientes bases: ajustarse a los principios científicos y éticos que la justifique, contar con el consentimiento informado y por escrito del sujeto de investigación o su representante legal, ser realizada por profesionales de la salud, con conocimiento y experiencia para cuidar la integridad del ser humano, bajo la responsabilidad de una institución de atención a la salud que actúe bajo la supervisión de las autoridades sanitarias competentes y que cuenten con los recursos humanos y materiales necesarios, que garanticen el bienestar del sujeto de investigación. (C.D, 2014)

El artículo 16 señala en las investigaciones en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo sujeto de investigación en seres humanos se protegerá la privacidad del individuo sujeto de investigación, identificación solo cuando los resultados lo requieran y este lo autorice. (C.D, 2014)

Esta investigación se considera sin riesgo, el sujeto participante no sufre ningún daño como consecuencia inmediata o tardía del estudio, basándose en el artículo 17.

Artículo 20 se entiende por consentimiento informado el acuerdo por escrito, mediante el cual el sujeto de investigación o, en su caso, su representante legal autoriza su participación en la investigación, con pleno conocimiento de la naturaleza de los procedimientos y riesgos a los que se someterá, con la capacidad de libre elección y sin coacción alguna. Artículo 21 para que el consentimiento informado se considere existente, el sujeto de investigación o en su caso, su representante legal deberá recibir una explicación clara y completa, de tal forma que pueda comprenderla. (C.D, 2014)

- NOM-012-SSA3-2012, Establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos (Diario Oficial de la Federación, 2026).
- Código de Ética para las Enfermeras y enfermeros en México (Comision Internacional de Enfermeria, 2001).
- Declaración de Helsinki (Asociación Medica Mundial, 2026).

## **RESULTADOS Y DISCUSIÓN**

La falta de actividad física es un factor clave de morbilidad global y está en aumento en varios países. Según las (OMS., 2024), uno de cada cuatro adultos no realiza los 150 minutos de actividad física sugeridos. A nivel mundial, las mujeres son menos activas (32%) que los hombres (23%) y la actividad se reduce a mayores.

Por lo que haciendo referencial el siguiente aspecto trata de las actitudes hacia el ejercicio físico y los deportes en los profesionales de la salud de una institución educativa pública. En cuanto a las características sociodemográficas se observó una distribución equitativa por género 50% femenino y 50% masculino. Este hallazgo difiere de lo reportado por, (Lincoqueo, y otros, 2019), donde predominó el género masculino con un 65%, y de (Sánchez, y otros, 2016), quienes encontraron un predominio del género femenino con un 72.73%. De igual forma, difiere de (Gutiérrez & Hugo, 2007), quien contó con 41 participantes hombres. Estas variaciones pueden atribuirse a las diferencias en los contextos de



estudio: mientras esta investigación se realizó en una institución educativa con profesionales de la salud, el estudio de (Lincoqueo, y otros, 2019) se enfocó en estudiantes, el de (Sánchez, y otros, 2016) en una institución prestadoras de servicios de salud (IPS), y el de (Gutiérrez & Hugo, 2007) en estudiantes de preparatoria.

Respecto a la edad, en esta investigación predominó el grupo de 35 a 44 años, lo cual guarda similitud con (Sánchez, y otros, 2016), quienes reportaron una edad de 36.06 años. Así mismo, en cuanto a la antigüedad laboral, se encontró que el 46% de los participantes tenía más de 10 años de experiencia., dato también similar al de (Sánchez, y otros, 2016), donde la mayoría contaba con más de una década de experiencia profesional. El área de formación académica se encontró distribuido de la siguiente forma, el cual el más alto siendo 33% medicina representando 15 participantes, 22% siendo de otra área, 20% enfermería, 15% Rehabilitación Física, 6% eran de atención prehospitalaria, el cual siendo más bajo 4% de psicología.

En relación con la actitud hacia el ejercicio físico y los deportes, se obtuvo 58.3% de actitud positiva general. Esto concuerda con los hallazgos de (Lincoqueo, y otros, 2019), quienes reportaron actitudes favorables hacia la educación física, así como con (Sánchez, y otros, 2016), quienes también identificaron una actitud positiva hacia el ejercicio físico en profesionales de la salud. (Gutiérrez & Hugo, 2007) encontró resultados similares en estudiantes de preparatoria, mientras que (García, Sánchez, Alcaráz, Asencio, & Hellín, 2020) destacó el papel del docente como elemento clave para fomentar una actitud positiva hacia la educación física.

En la dimensión 1 de actitud hacia el ejercicio físico se obtuvo un puntaje de 72.1% en la categoría positiva lo que paradójicamente refleja que, a pesar de ciertas barreras a falta de práctica, los participantes mantienen una predisposición favorable. Esto se asemeja a lo reportado por (Sánchez, y otros, 2016), donde la mayoría manifestó una buena actitud hacia el ejercicio físico y el 42.4% cumplía con las recomendaciones de actividad física de la OMS. Asimismo, los participantes en este estudio consideraban importantes los hábitos saludables y recomendaban el ejercicio físico para la prevención y el manejo de enfermedades. De manera similar, (Gutiérrez & Hugo, 2007) encontró que los estudiantes valoraban más de los beneficios de la práctica física que la experiencia como espectadores.



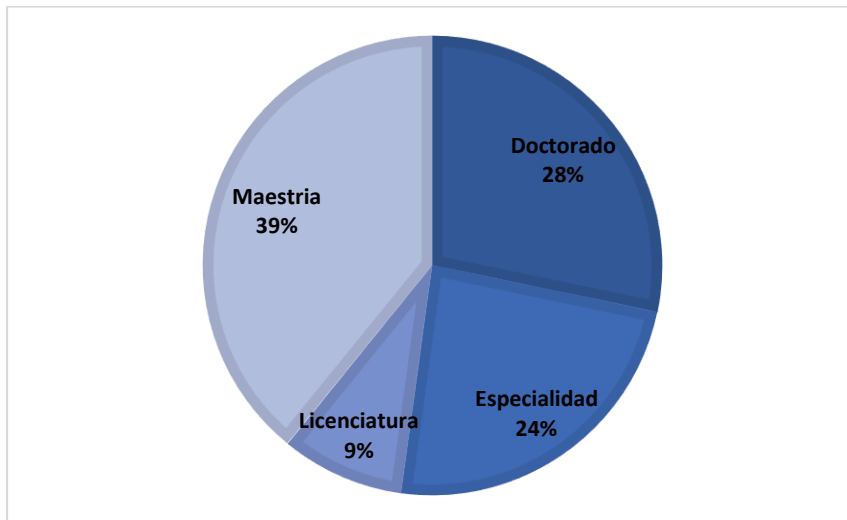
En cuanto a la dimensión 2 pasión por el deporte esta investigación reveló una actitud mayormente negativa de 61.9%. Esto podría deberse a la falta de identificación emocional con el deporte o a una experiencia previa limitada. (Gutiérrez & Hugo, 2007) argumenta que la participación directa es un factor determinante en el desarrollo de una actitud positiva hacia la actividad física y el deporte.

Respecto a la dimensión 3 predisposición para realizar actividad física, con un puntaje alto de 74.2% lo cual muestra una institución positiva hacia la práctica. Esto refleja una discrepancia también mencionada por (García, Sánchez, Alcaráz, Asencio, & Hellín, 2020), quien señalan que la percepción de la actividad física no siempre se traduce en acción (Zahida, Bibi, Iffat, & Shagufta Javed, 2022) encontraron diferencias de género en la motivación para hacer ejercicio los hombres la asocian con la social, mientras que las mujeres lo hacían por salud y acondicionamiento físico. En general, puede decirse que, si bien existe una predisposición positiva hacia el ejercicio, no siempre se acompaña de una práctica regular ni de una verdadera pasión por el deporte.

Investigaciones como la de (Mejía & Rebeca, 2020), que realizó una revisión exhaustiva de la literatura desde 2010, destacó que la relación específica entre actitud positiva y actividad física es un poco abordada. Además, muchos estudios consideran variables adicionales como salud psicológica, bienestar mental, programas de coaching, autoconcepto físico, estrés y niveles de actividad física. Sin embargo, en conjunto, la evidencia señala que, si existe una relación positiva entre la actividad física y el bienestar mental, lo cual refuerza la importancia de promover actitudes favorables hacia el ejercicio físico desde una perspectiva integral.



**Figura 1.** Nivel académico



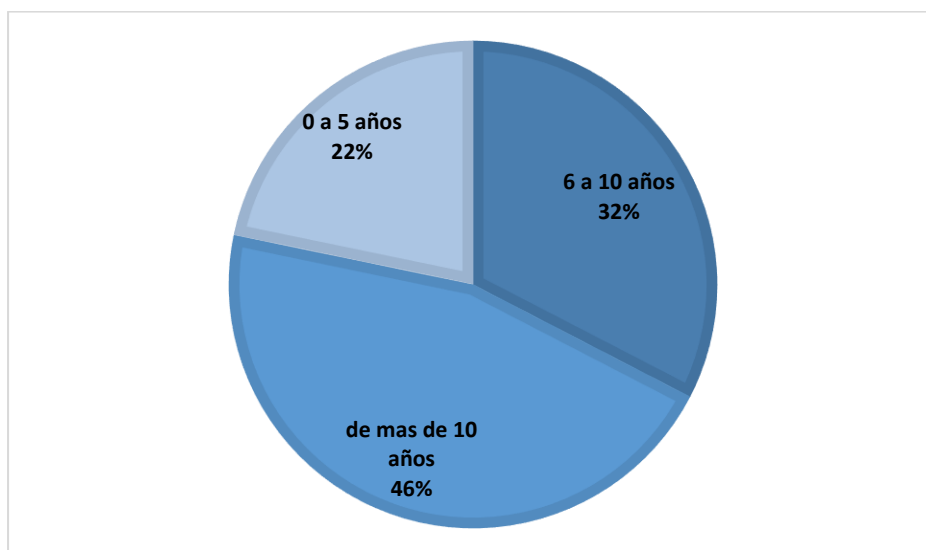
Nota: En la gráfica se muestra los porcentajes del nivel académico Maestría, Doctorado, Licenciatura y Especialidad.

**Figura 2.** Tipo de contratación



Nota: En el gráfico se muestra el tipo de contratación que mayor predominio fue el de profesor investigador de asignatura con un 72 % que corresponde a 33 participantes.

**Figura 4.** Antigüedad como profesor



Nota: En la siguiente figura de La antigüedad como profesor de la institución con mayor porcentaje fue la de más de 10 años con un 46% que corresponde al mayor porcentaje que corresponde a 21 participantes.

La tabla 3. Muestra la distribución de actitudes negativas, neutras y positivas hacia el ejercicio físico y el deporte por cada ítem del cuestionario aplicado a profesionales de la salud. En los ítems 1,3,9,10 se observa un predominio de actitudes favorables positivas, con porcentajes superiores al 75%, lo que indica una valoración favorable del ejercicio físico en aspecto específico.

No obstante, en los ítems 4,6 y 7 predomino las actitudes desfavorables relacionados con determinadas dimensiones del ejercicio físico y del deporte. Estos resultados reflejan una actitud heterogénea, con coexistencia de valores positivas y negativas según el contenido del ítem evaluado.

**Tabla 3.** Las actitudes hacia el ejercicio físico y los Deportes en Profesionales de la Salud

Pregunta	Negativa(N/%)	Neutra(N/%)	Positiva (N/%)
1	11 (23.9%)	0 (0%)	35 (76.1)
2	10 (21.8%)	8 (17.4%)	28 (60.8%)
3	9 (19.5%)	0 (0 %)	37 (80.5%)
4	29 (63.0%)	0 (0%)	17 (36.9%)
5	18 (65.2%)	0 (0%)	28 (60.8%)
6	30 (65.2%)	0 (0%)	16 (34.8%)

<b>7</b>	33 (71.8%)	0 (0%)	13(27.9%)
<b>8</b>	26 (56.5%)	0 (0%)	20 (43.5%)
<b>9</b>	5 (10.9%)	0 (0%)	41 (89.1%)
<b>10</b>	11 (23.9%)	0 (0%)	35 (76.1%)
<b>11</b>	7 (15.2%)	0 (0%)	39 (84%)
<b>Total</b>	<b>189</b>	<b>8</b>	<b>309</b>

Nota: Los valores representan el número de participantes (N) y el porcentaje (%) que respondieron con actitudes negativas (totalmente en desacuerdo y En desacuerdo), neutra (indeciso) y positiva (De acuerdo y totalmente de acuerdo) por cada pregunta del cuestionario.

cuestionario.

**Tabla 4.** Las actitudes hacia el ejercicio físico y los Deportes en Profesionales de la Salud

<b>Actitud</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Negativa</b>	189	37.4%
<b>Neutra</b>	22	4.3%
<b>Positiva</b>	290	58.3%
<b>Total</b>	<b>506</b>	<b>100%</b>

Nota: En el siguiente cuadro se muestra los valores del número total de respuestas (N) y el porcentaje (%) correspondiente a cada categoría, (N=46) participantes, 11 preguntas total de respuestas contabilizadas =506.

En la dimensión de actitud hacia el ejercicio físico, se obtuvo puntaje de 376 en la categoría “de acuerdo” por lo que la mayoría de los participantes presenta una predisposición favorable y una actitud positiva hacia la práctica del ejercicio físico.

**Tabla 5.** Dimensión 1. Actitudes hacia el ejercicio físico

<b>Tipo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
<b>Negativa</b>	140	27.9 %
<b>Positiva</b>	376	72.1 %
<b>Total</b>	<b>516</b>	<b>100%</b>

Nota: en la tabla se observan los valores corresponden a frecuencia absoluta de respuesta obtenidas en los ítems que integran esta dimensión del cuestionario. El predominio se determina por la mayor cantidad de respuestas registrada en cada categoría.

**Tabla 6.** Dimensión 2. Pasión por el deporte

<b>Tipo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
<b>Negativa</b>	122	61.9 %
<b>Positiva</b>	75	38.1%
<b>Total</b>	197	100%

Nota: Los datos se expresan en frecuencia absolutas derivadas de los ítems correspondientes a esta dimensión indica la categoría con mayor número de respuestas observadas.

**Tabla 7.** Dimensión 3. Predisposición para realizar actividad física

<b>Tipo</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Porcentaje %</b>
<b>Negativa</b>	282	25.8 %
<b>Positiva</b>	812	74.2 %
<b>Total</b>	1094	100 %

Notas: Los resultados corresponden frecuencias absolutas y no a porcentajes. El predominio se establece a partir de la comparación entre respuestas positivas y negativas registradas en la dimensión.

## **CONCLUSIONES**

Para finalizar esta investigación, es posible constatar la importancia de evaluar las actitudes hacia el ejercicio físico y los deportes en profesionales de la salud mayormente positiva. Este hallazgo es relevante, considerando que una actitud favorable puede influir en la promoción y recomendación del ejercicio a los pacientes. (Sánchez, y otros, 2016)

Asimismo, identifiqué que la mayoría de los participantes una predisposición favorable hacia la práctica de actividad física, lo cual coincide con estudios previos que señalan la existencia de una intención positiva entre los profesionales de la salud (García, Sánchez, Alcaráz, Asencio, & Hellín, 2020).

Sin embargo, también se evidenció que no todos llevan esta actitud a la práctica, lo que sugiere la presencia de barreras personales, laborales o instituciones que limitan la adopción de hábitos activos.

Un aspecto para destacar es que, en la dimensión pasión por el deporte, se obtuvo una actitud mayormente negativa. Esto puede estar relacionado con la falta de identificación emocional con la práctica deportiva con la percepción del deporte como una actividad competitiva y no recreativa, lo que podría explicar la baja motivación en esta área. (Gutiérrez & Hugo, 2007)

En cuanto a los objetivos planteados al inicio del estudio, se puede afirmar que fueron alcanzados satisfactoriamente. Se lograron describir las características sociodemográficas de la población estudiada, evaluar sus actitudes hacia el ejercicio físico y los deportes, e identificar la dimensión con mayor predominio siendo esta la actitud hacia el ejercicio físico mientras que el menor predominio fue pasión por el deporte.

Estos hallazgos son valiosos porque reflejan que, si bien los profesionales de la salud conocen los beneficios de la actividad física, no siempre tienen la práctica o el interés suficiente en el deporte, lo cual representan una contradicción preocupante.

Según la (OMS, 2024), la inactividad física es uno de los principales factores de riesgo de enfermedades no transmisibles, por lo que resulta contradictorio de quienes están encargados de promover estilos de vida saludable no siempre adopten dichos hábitos en su vida cotidiana.

Finalmente, esta investigación abre nuevos escenarios de estudio. Sería pertinente profundizar en las razones por las cuales los profesionales de la salud, aun con una actitud positiva, no practican ejercicio de manera regular.

Se podría explorar aspectos como la carga laboral, el estrés, la falta de tiempo o de ausencia de programas institucionales que fomentan el autocuidado.

Promover una cultura activa el entorno profesional sanitarios no solo beneficiaría a la salud de estos trabajadores, sino que también aumentaría la credibilidad en su rol como promotores de la salud (Mejía & Rebeca, 2020). Por ello, se hace imprescindible continuar investigando este fenómeno y diseñar estrategias para fomentar la actividad física desde el ámbito profesiones y académico.

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

Ajzen. (1991). *The theory of planned behavior. Organizational Behavior and Human Decision Processes* (Vol. 2). (ResearchGate, Ed.) doi:[https://doi.org/10.1016/0749-5978\(91\)90020-T](https://doi.org/10.1016/0749-5978(91)90020-T)

Álvarado, E. A. (2020). La Salud Física de Nuestros Sanitarios. ¿son cosecuentes con sus Propias Recomendaciones? Recuperado el 04 de julio de 2024, de <https://uvadoc.uva.es/bitstream/handle/10324/41327/TFG-M-M1702.pdf?sequence=1&isAllowed=y>



- Asociación Medica Mundial. (2026). Obtenido de <https://www.paho.org/es/documentos/declaracion-helsinki-amm-principios-eticos-para-investigaciones-medicas-seres-humanos>
- C.D. (2014). *Reglamento de la ley Genaral de Salud en Material de Investigación para la Salud*. Obtenido de Honorable Congreso de la Unión de la Camara de Diputados, Gobierno de México: [https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg\\_LGS\\_MIS.pdf](https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/regley/Reg_LGS_MIS.pdf)
- Comision Internacional de Enfermeria. (2001). *Código de Ética para las enfermeras y enfermeros de México*. Obtenido de [http://www.cpe.salud.gob.mx/site3/publicaciones/docs/codigo\\_etica.pdf](http://www.cpe.salud.gob.mx/site3/publicaciones/docs/codigo_etica.pdf)
- Diario Oficial de la Federación. (2026). *Que establece los criterios para la ejecución de proyectos de investigación para la salud en seres humanos*. Obtenido de <https://dof.gob.mx/normasOficiales.php?codp=5014&view=si#gsc.tab=0>
- Dosil Díaz, J. (2002). Escalas de Actitudes hacia la actividad física y el deporte (E.A.F.D). *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 2(2). Recuperado el 1 de julio de 2024, de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/112241/106531>
- García, C., Sánchez, B. J., Alcaráz, B., Asencio, M. A., & Hellín, M. M. (2020). Actitud de los estudiantes hacia la Educación Física en función de su nivel de actividad física. *Trances: Transmisión del conocimiento educativo y de la salud*, 12(4), 512-529. Obtenido de <https://portalinvestigacion.um.es/documentos/63c5f9627f5a617e754def66>
- Guthold, R., Stevens, A. G., Riley, M. L., & Bull, F. C. (2020). ). Global trends in insufficient physical activity among adults: A pooled analysis of 358 population-based surveys. 8(8 ), e1077-e1086. Obtenido de The Lancet Global Health,,: [https://doi.org/10.1016/S2214-109X\(20\)30357-7](https://doi.org/10.1016/S2214-109X(20)30357-7)
- Gutiérrez, M., & Hugo, E. (2007). Actitud hacia la Actividad física y el Deporte en Estudiantes de Primer Semestre de Preparatoria No.1 de la Universidad Autoonoma del estado de Hidalgo. Obtenido de <http://dgsa.uaeh.edu.mx:8080/jspui/bitstream/231104/235/1/Actitud%20hacia%20la%20actividad%20fisica%20y%20el%20deporte.pdf>
- Lincoqueo, H., Barbara, Carrasco-Alarcón, Vanessa, Delgado-Floody, Pedro, . . . Cárcamo, J. (2 de octubre de 2019). *Actitudes de los escolares hacia las clases de educación física y la relación*



- con sus niveles de actividad física*. Recuperado el 27 de julio de 2024, de Revista Horizonte: <https://revistahorizontecaf.ulagos.cl/index.php/revhorizonte/article/view/158>
- Márquez, S. (1995). Beneficios psicológicos de la actividad física. *Psicología General y Aplicada*, 1(2), 185-205. Recuperado el 03 de julio de 2024
- Mejía, C., & Rebeca, A. (2020). Actitud positiva ante la realización de actividad física: revisión bibliográfica. *Anuario De Investigación UM*, 224-234. Recuperado el 03 de julio de 2024, de <http://anuarioinvestigacion.um.edu.mx/index.php/anuarioium/article/view/94>
- OMS. (2024). *World Health Organization*. Obtenido de Physical activity: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- OMS. (07 de septiembre de 2024). *Obesidad y Sobrepeso*. Obtenido de <https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/obesity-and-overweight>
- Sánchez, Delgado, Carlos, J., Escolar, Pinzón, S. G., Vega, C. J., . . . Angarita Fonseca, A. (03 de septiembre de 2016). Actitudes hacia el ejercicio físico y Práctica de actividad física en Profesionales de La salud: Estudio de Corte transversal, 2015. Obtenido de <https://revistasum.umanizales.edu.co/ojs/index.php/archivosmedicina/article/view/1295/2025>
- Zahida, Bibi, Iffat, B., & Shagufta Javed, K. (2022). Assessment of Colleges' Students' Attitude towards. *Global Regional Review*, VII(IV), 21-38. doi:[https://doi.org/10.31703/grr.2022\(VII-IV\).03](https://doi.org/10.31703/grr.2022(VII-IV).03)
- Zepeda, C. (26 de enero de 2024). *La jornada*. Obtenido de <https://www.jornada.com.mx/2024/01/26/deportes/a12n1dep>

