

1 **Original Article**

2 **PHYSICAL ACTIVITY AND ITS IMPACT ON SOCIAL BEHAVIOR**

3  
4 José René Tapia Martínez<sup>1\*</sup>, Brenda Rocío Rodríguez Vela<sup>2</sup>

5 1 Centro de Actualización del Magisterio, Durango, México

6 2 Facultad de Ciencias de la Cultura Física y Deportes. UJED, Durango, México

7 \* Correo: [rene.tapia@camdurango.com](mailto:rene.tapia@camdurango.com)

8  
9 **DOI: 10.16887/fiepbulletin.v94i1.6706**

10 **Abstract**

11 **Introduction:** Physical activity and sport provide psychosocial benefits, improve mood, ability to  
12 concentrate and favor the integration of communities, therefore it is important to assess whether  
13 sedentary behaviors and lack of physical activity are determined by sociodemographic factors  
14 Lavielle-Sotomayor , et al (2014). **Objective:** Implement the permanent practice of physical  
15 activity as a strategy to have an impact on the social fabric. **Methods:** Type of mixed,  
16 correlational and longitudinal research; Where 385 subjects from the Rio Dorado housing unit in  
17 Durango, México, participated, (154 men and 231 women) from 8 to 20 years of age, where the  
18 exclusion factors were not being an inhabitant of the housing unit or not attending more than  
19 80% to the activities (June to December 2021). Having as main. **Results:** According to the  
20 perception of the subjects, it was evidenced that they have experienced better self-esteem,  
21 decreased stress and physical discomfort, better social, neighbor and family relationships, a  
22 greater sense of belonging to their community and enjoyment of life, and that they have  
23 improved their practices of self care. **Conclusion:** the practice of physical activity on a  
24 permanent basis contributes to a better quality of life, as well as a greater sense of belonging  
25 and coexistence in the housing unit.

26 **Keywords:** Activity Tracker, Healthy Lifestyle, Sociality.

27 **Article original**

28 **L'ACTIVITE PHYSIQUE ET SON IMPACT SUR LE COMPORTEMENT SOCIAL**

29 **Abstrait**

30 **Introduction:** L'activité physique et le sport procurent des avantages psychosociaux,  
31 améliorent l'humeur, la capacité de concentration et favorisent l'intégration des communautés, il  
32 est donc important d'évaluer si les comportements sédentaires et le manque d'activité physique  
33 sont déterminés par des facteurs sociodémographiques Lavielle-Sotomayor , et al (2014).  
34 **Objectif:** Mettre en place la pratique permanente de l'activité physique comme stratégie pour  
35 avoir un impact sur le tissu social. **Méthodes:** Type de recherche mixte, corrélationnelle et

[Digite texto]

36 longitudinale ; Où ont participé 385 sujets de l'unité d'habitation Rio Dorado à Durango  
37 Mexique, (154 hommes et 231 femmes) âgés de 8 à 20 ans, où les facteurs d'exclusion étaient  
38 de ne pas être un habitant de l'unité d'habitation ou de ne pas fréquenter plus de 80% à les  
39 activités (juin à décembre 2021). **Résultats:** Selon la perception des sujets, il a été mis en  
40 évidence qu'ils ont connu une meilleure estime de soi, une diminution du stress et de l'inconfort  
41 physique, de meilleures relations sociales, de voisinage et familiales, un plus grand sentiment  
42 d'appartenance à leur communauté et de joie de vivre, et qu'ils ont amélioré leurs pratiques de  
43 soins personnels.  
44 **Conclusion:** Que la pratique d'une activité physique de façon permanente contribue à une  
45 meilleure qualité de vie, ainsi qu'à un plus grand sentiment d'appartenance et de cohabitation  
46 dans l'unité d'habitation.

47 **Mots-clés:** Style de vie sédentaire, Hábito Saudável, Comportement social.

## 48 **Artículo original**

### 49 **LA ACTIVIDAD FÍSICA Y SU IMPACTO EN LA CONDUCTA SOCIAL**

#### 50 **Resumen**

51 **Introducción:** La actividad física y el deporte aporta beneficios psicosociales, mejora el estado  
52 de ánimo, la capacidad de concentración y favorece la integración de las comunidades, por ello  
53 la importancia de evaluar si las conductas sedentarias así como la falta de actividad física  
54 están determinadas por factores socio demográficos Lavielle-Sotomayor, et al (2014). **Objetivo:**  
55 Implementar la práctica permanente de actividad física como estrategia para tener un impacto  
56 en el tejido social. **Métodos:** Tipo de investigación mixta, correlacional y longitudinal; Donde  
57 participaron 385 sujeto de la Unidad habitacional rio dorado en Durango, México (154 varones  
58 y 231 mujeres) de 8 a 20 años de edad, donde los factores de exclusión fueron él no ser  
59 habitante de la unidad habitacional o no asistir a más del 80 % a las actividades (junio a  
60 diciembre 2021). Teniendo como principales **Resultados:** según la percepción de los sujetos,  
61 se evidenció que han experimentado sentir mejor autoestima, disminución de estrés y  
62 molestias físicas, mejores relaciones sociales, vecinales y familiares, mayor sentido de  
63 pertenencia hacia su comunidad y disfrute de la vida y que han mejorado sus prácticas de  
64 autocuidado. **Conclusión:** la práctica de la actividad física de manera permanente contribuye a  
65 una mejor calidad de vida, así como a un mayor sentido de pertinencia y convivencia en la  
66 unidad habitacional.

67 **Palabras clave:** Sedentarismo, estilo de vida saludable, Conductas Sociales.

## 70 **Artigo Original**

### 71 **ATIVIDADE FÍSICA E SEU IMPACTO NO COMPORTAMENTO SOCIAL**

#### 72 **Resumo**

73 **Introdução:** A atividade física e o esporte proporcionam benefícios psicossociais, melhoram o  
74 humor, a capacidade de concentração e favorecem a integração das comunidades, por isso é  
75 importante avaliar se os comportamentos sedentários e a falta de atividade física são  
76 determinados por fatores sociodemográficos Lavielle-Sotomayor , et al (2014). **Objetivo:**  
77 Implementar a prática permanente de atividade física como estratégia de impacto no tecido  
78 social. **Métodos:** Tipo de pesquisa mista, correlacional e longitudinal; Onde participaram 385  
79 sujeitos da unidade habitacional Rio Dorado em Durango, Mexico, (154 homens e 231  
80 mulheres) de 8 a 20 anos de idade, onde os fatores de exclusão foram ele não ser  
81 habitante da unidade habitacional ou não comparecer a mais de 80% das atividades (junho a  
82 dezembro 2021). Tendo como principais **Resultados:** segundo a percepção dos sujeitos,  
83 evidenciou-se que eles experimentaram sentir melhor autoestima, diminuição de estresse e  
84 desconfortos físicos, melhores relações sociais, vizinhança e familiares, maior sentido de  
85 pertencimento à sua comunidade e aproveitamento da vida e que eles melhoraram suas práticas  
86 de autocuidado. **Conclusão:** a prática da atividade física de maneira permanente contribui para  
87 uma melhor qualidade de vida, assim como para um maior sentido de pertinência e convivência na  
88 unidade habitacional.

83 mulheres) de 8 a 20 anos de idade, onde os fatores de exclusão foram não ser morador da  
84 unidade habitacional ou não frequentar mais de 80% para as atividades (junho a dezembro de  
85 2021). Tendo como principal. **Resultados:** De acordo com a percepção dos sujeitos, ficou  
86 evidenciado que eles experimentaram melhor autoestima, diminuição do estresse e  
87 desconforto físico, melhores relações sociais, de vizinhança e familiares, maior sentimento de  
88 pertencimento à sua comunidade e alegria de viver, e que melhoraram suas práticas de  
89 autocuidado. **Conclusão:** que a prática de atividade física de forma permanente contribui para  
90 uma melhor qualidade de vida, bem como para um maior sentimento de pertencimento e  
91 convivência na unidade habitacional.

92

93 **Palavras-chave:** Monitores de Aptidão Física, Estilo de Vida Saudável, Comportamento Social .

94

## 95 **Introducción**

96 La vida urbana, la escuela y la familia no siempre completan todas las necesidades  
97 afectivo-sociales de los niños(as) y jóvenes. Por otra parte la actividad Física y el deporte son  
98 el complemento ideal para cubrir estas necesidades ya que se vive como una experiencia o  
99 aventura en un entorno determinado y controlado, tanto natural como cultural, siendo un  
100 complemento del medio habitual, ayudando a fortalecer el tejido social y en convivencia  
101 Lavielle-Sotomayor, et al (2014). Por ello el deporte permite a los niños (as) ó adolescente  
102 liberarse del control familiar y social ya que las experiencias de vida cooperativa son a menudo  
103 muy necesarias para que ellos mismos se puedan ir convirtiendo en los conquistadores de sus  
104 propios valores, ayudados a mejorar en la convivencia con los demás.

105 Fomentar y generar el hábito del ejercicio en la población es fundamental para su salud  
106 tanto física como mental e incluso puede convertirse en una actividad para disfrutar en familia y  
107 acercarse más ó simplemente para tener un tiempo de ocio con sus amigos. En el adulto mayor  
108 la actividad física también ayuda a combatir la ansiedad, prevenir y reducir el estrés, evitar la  
109 depresión y mejorar la motivación y el autocontrol. Es decir, ayuda a aumentar la confianza en  
110 uno mismo y brinda satisfacción y un bienestar general.

111 Esta investigación tiene como fin acercar la cultura del ejercicio tanto a niños como a  
112 adolescentes, así como fomentar hábitos positivos para unir a las familias y recordarnos la  
113 alegría que representa hacer ejercicio, impactando a más de 1318 habitantes de la unidad  
114 habitacional río Dorado, Durango, México.

### 115 *Objetivo General*

116 Implementar la práctica permanente de actividad física como estrategia para tener un  
117 impacto en la conducta social

### 118 *Objetivos Específicos*

- 119 • Conocer los contextos familiares de la Unidad habitacional
- 120 Identificar las actividades físicas que se practican de manera permanente
- 121 Implementar clubes de actividad física para toda la población.
- 122 Analizar el impacto de la actividad física en el estado de ánimo y la convivencia

123

### 124 *Problemática*

125 Los conjuntos habitacionales, si bien nacieron como una respuesta institucional a la  
126 acelerada demanda de vivienda en las ciudades durante la década de los 60's y proliferaron  
127 durante los 70's, estos han evolucionado al paso del tiempo debido al uso del espacio y a la  
128 convivencia generada entre sus habitantes. Desde entonces la zona urbana transformó sus  
129 esquemas formales y los conjuntos habitacionales ya que se fueron integrando como pequeños  
130 núcleos aislados dentro de la mancha urbana. En sus inicios, el proyecto de la vivienda  
131 agrupada en unidades habitacionales, estuvo orientado a compensar una demanda de

132 alojamiento por parte de un sector de la población adscrito como trabajador en alguna  
133 dependencia particular o gubernamental, bajo ciertas condicionantes socio- económicas.

134 Por otra parte, los espacios abiertos o exteriores a la vivienda se convirtieron en  
135 espacios integradores del conjunto habitacional, transformándose en propiedades comunitarias  
136 con la peculiaridad de atención y mantenimiento que el conjunto habitacional en sí mismo les  
137 atribuye; debiendo ser entendidos por el habitante como zonas de intercambio, de convivencia,  
138 de recreo y de juego; sin embargo, quedan estrechamente ligados a las posibilidades  
139 individuales y a las sutiles formas de apropiación y entendimiento que cada individuo efectúa  
140 en beneficio de su peculiar interés.

141 De tal manera que los espacios pertenecen a la sociedad que se integra en el conjunto  
142 habitacional, pero quedan alejados de la vivienda y del paso cotidiano, por lo que en ocasiones  
143 pierden relevancia y más aún cuando son espacios abiertos próximos a la vivienda, a los  
144 accesos al conjunto habitacional o a los servicios, se entienden como extensiones del espacio  
145 privado interno y se asumen actitudes de valoración, respeto y cuidados de las zonas que lo  
146 integran. Mahecha (2019).

## 147 **Métodos**

148 El presente trabajo de investigación tiene un sustento científico cuyo enfoque es  
149 cuantitativo, ya que como afirma Sampieri (2018). Será un proceso que recolecta, analiza y  
150 vincula datos cuantitativos, es decir, por un lado, reconocerá a los sujetos de estudio como  
151 individuos que se desarrollan en un contexto determinado, pero al mismo tiempo ofrecerá datos  
152 cuantitativos que permiten darle validez a la investigación, por ejemplo, permitirá conocer datos  
153 importantes sobre el estado de ánimo y la convivencia y la percepción de salud.

154 Esta investigación es de tipo descriptiva ya que como menciona Sampieri (2018), tiene  
155 como objetivo reunir información cuantificable y medir la presencia, características y distribución  
156 de la conducta dentro de la población de estudio en un contexto en particular que permita tener  
157 información sobre las diferentes conductas.

158 El diseño de la investigación es de tipo Longitudinal, Sampieri (2018), debido a que será  
159 aplicada durante dos períodos concreto permitiendo ver la evolución de las características y  
160 variables observadas realizando un análisis en un grupo aleatorio de sujetos.

### 161 **Población y muestra**

162 Población: 1318 sujetos                      Muestra: 385 sujetos

163 Tipo de muestreo: intencionada o conveniencia

164 Factores de exclusión no ser habitante de la unidad habitacional o no asistir a más del 80 % a  
165 las actividades (junio a diciembre 2021).

166 Variable Independiente: Actividad física

167 Variables Dependientes: Edad, Costumbres, Entorno, Familia, Estado de animo

### 168 **Técnicas e instrumentos**

169 Para el enfoque cualitativo, al igual que para el cuantitativo, la recolección de datos  
170 resulta fundamental, solamente que su propósito no es medir variables para llevar a cabo  
171 inferencias y análisis estadístico. Lo que se busca en un estudio cualitativo es obtener datos  
172 que se convertirán en información de personas, seres vivos, comunidades, situaciones o  
173 procesos en profundidad.

174 La recaudación de datos ocurre en los entornos naturales y cotidianos de los  
175 participantes o unidades de análisis. En el caso de los seres humanos, es en su vida diaria:  
176 por ejemplo cómo hablan, en qué creen, qué sienten, cómo piensan, cómo interactúan,  
177 etcétera.

178 Para esta investigación se utilizaron los instrumentos KIDSCREEN mencionados por  
179 Ravens-Sieberer et al., (2005). Los cuales evalúan la salud y el bienestar subjetivo de niños y  
180 adolescentes. Fueron desarrollados como medidas de salud auto percibida aplicable para niños  
181 y adolescentes sanos y con enfermedades crónicas comprendidos entre edades de 8 a 18

[Digite texto]

182 años. Como resultado de su desarrollo simultáneo en 13 países europeos, los instrumentos  
183 KIDSCREEN son instrumentos realmente transculturales que miden la calidad de vida  
184 relacionada con la salud (CVRS). Molina et al., (2014).  
185

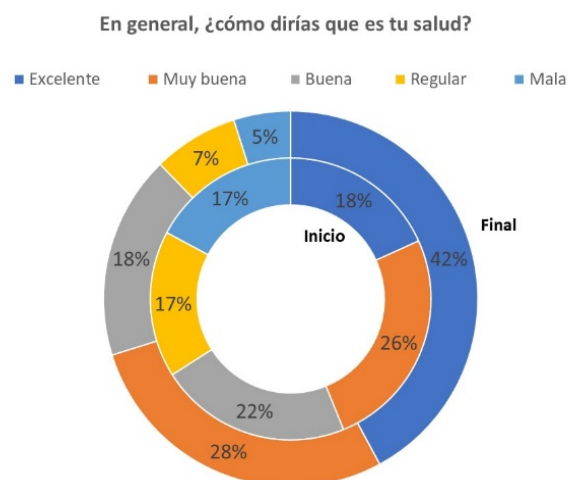
186 En la Tabla 1 se describen las etapas así como las actividades que se relizaron:

187 Tabla 1. - Etapas de aplicación del programa

Etapas	Actividades	Observaciones
Etapa I	Pretest	Se aplicaron los instrumentos: <ul style="list-style-type: none"><li>• KIDSCREEN evalúan la salud y el bienestar subjetivo de niños y adolescentes</li><li>• KIDSCREEN mide la calidad de vida relacionada con la salud (CVRS).</li></ul>
Etapa II	Ejecución de las diferentes actividades	Se aplicaron sesiones de 50 min, 3 veces por semana con los sujetos durante seis meses priorizando las actividades aeróbicas y de fuerza muscular. Utilizando las propuestas del programa activate en cinco. Rodríguez et al., (2020).  Se registraron las conductas durante las actividades registrandose en una guía de observación
Etapa III	Postest	Se volvió a aplicar los instrumentos para ser comparados con los de la primera medición

## 188 Resultados:

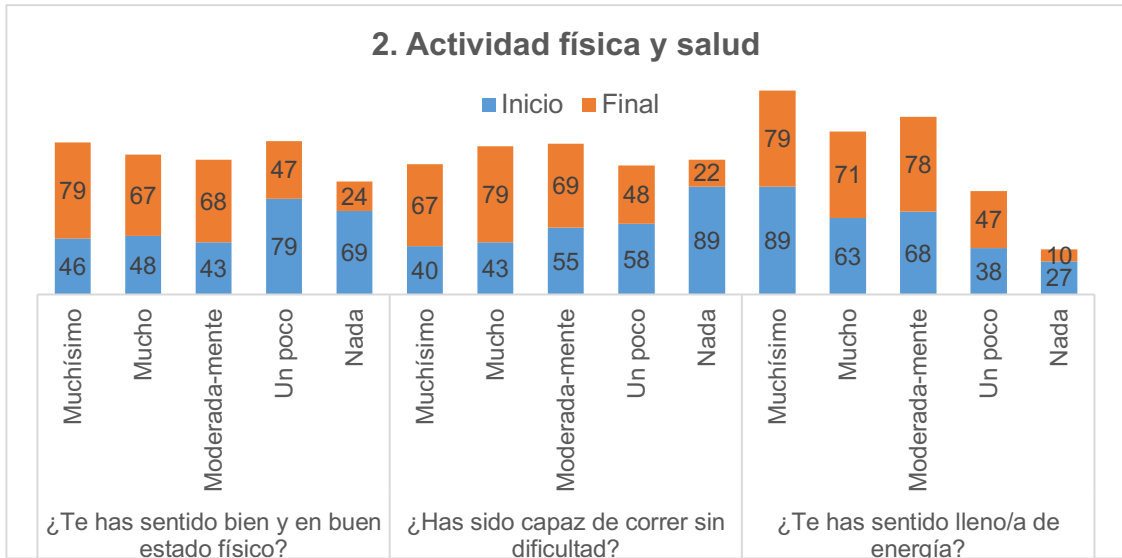
189 A continuación, se presentan los resultados obtenidos de las encuestas aplicadas a los  
190 participantes. Para llevar a cabo un análisis de forma más clara se creó un archivo y se analizó  
191 en el programa SPSS v25, en donde se realizó el vaciado de todos los datos obtenidos para  
192 posteriormente ser analizados en tablas y gráficas con el programa Microsoft Excel.  
193 En la figura 1 podemos observar el incremento significativo con respecto a la valoración de la  
194 salud, en la población considerando que antes de la intervención los espacios donde se  
195 practicaba actividad física no existían.



196  
197 **Figura 1.-** Pre y post percepción estado de salud  
198

[Digite texto]

199 Con respecto a la salud y la actividad física en primer lugar, los participantes refirieron  
200 sentirse más cómodos con su imagen corporal y con confianza en sí mismos, atribuido a un  
201 sentido de mejor autoestima. En este caso, se observa que atribuyen la pérdida de peso a la  
202 realización de actividad física tal como lo muestra la figura 2. Sumado a esto, se comparaba la  
203 actividad del baile con una terapia donde se perdían inhibiciones lo que provocaba una mayor  
204 confianza en sí mismos durante la clase y al salir de ella.  
205 Además, se observa una mejor capacidad atlética adquirida gracias a la práctica de actividad  
206 física, al asistir regularmente mejorando la resistencia, la capacidad para realizar diferentes  
207 movimientos de baile que algún momento les fueron imposibles de realizar y también ser  
208 capaces de retomar ciertas actividades que habían dejado de hacer.  
209



210 **Figura 2.-** Actividad física y salud  
211  
212

213 Con respecto al estado de ánimo los participantes consideran que asistir a prácticas  
214 actividad física les da energía para realizar sus actividades del día y en algunos casos esta  
215 energía se mantiene por algunos días después de realizado el ejercicio. Disminuyendo la  
216 sensación de enojo ò molestia que sienten algunos de manera permanente en un 8 % y los  
217 sentimientos de tristeza, apatía o angustia en un 10%



218 **Figura 3.-** Estado de ánimo  
219  
220

221 Dentro de los hallazgos sobre el uso del tiempo libre se puede como la práctica de  
222 actividad física ayudo en un 50 % más a la convivencia entre iguales tal como lo muestra la

[Digite texto]

223 figura 4, debido a que fueron actividades grupales donde se permite la socialización entre  
 224 personas de edades similares o al menos condiciones a las que se pueden identificar. Esta  
 225 felicidad se puede relacionar a percepciones de disminución de estrés y de sentimientos  
 226 negativos que varias veces fueron el tema de conversación. Los participantes ven el grupo de  
 227 actividad física como un escape de su rutina donde, por algunos minutos, dejan de lado  
 228 sentimientos de estrés, ansiedad, depresión, tristeza, entre otros.



229  
 230 **Figura 4.-** Tiempo libre

231 Al analizar sobre si los participantes percibían que sus relaciones familiares habían  
 232 mejorado con el proyecto, la mayoría respondió que no solo ellos se benefician con el proyecto  
 233 sino también sus familias.

234 Es importante remarcar que los chicos reciben mayor apoyo paternal para la práctica de  
 235 actividad física, también hay que destacar dentro de los principales resultados se obtuvieron  
 236 que aquellos progenitores que poseen hábitos de actividad física pueden ser más influyentes  
 237 para animar a sus hijos a ser activos. Tal como lo muestra la tabla 2.  
 238

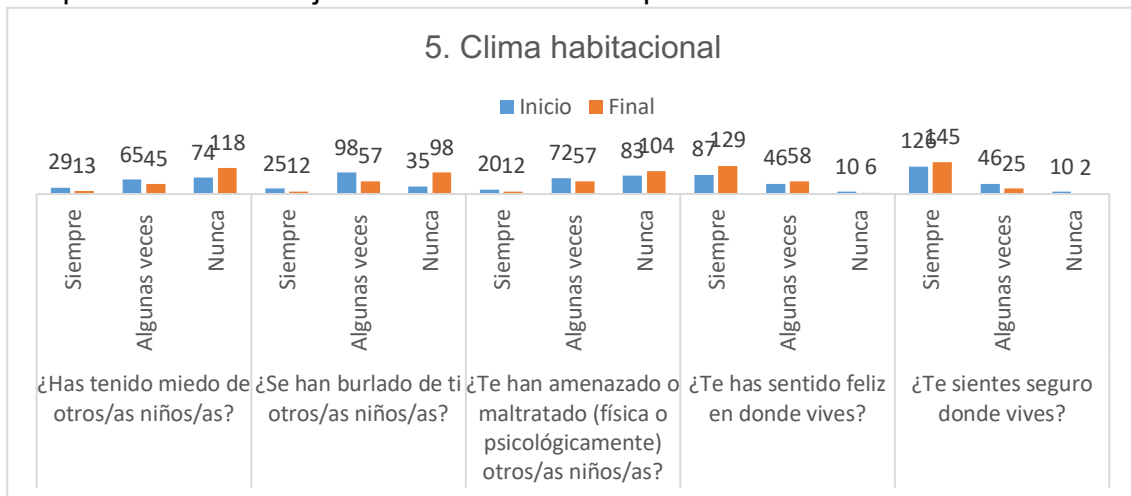
239 **Tabla 2.-** Vida familiar

	1. Tu vida familiar									
	Inicio					Final				
	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca	Siempre	Casi siempre	Algunas veces	Casi nunca	Nunca
¿Te han entendido tus padres?	40	37	60	69	79	89	67	68	37	24
¿Te has sentido querido/a por tus padres?	35	44	59	58	89	84	60	65	42	34
¿Te has sentido feliz en casa?	85	64	69	39	28	87	69	68	38	23
¿Tus padres han tenido suficiente	43	37	53	83	69	84	55	63	58	25

tiempo para ti?										
¿Tus padres te han tratado de forma justa?	45	38	55	58	89	67	85	58	45	30
¿Has podido hablar con tus padres cuando lo has querido?	85	68	59	35	38	85	69	75	37	19

240

241 Se observó dentro del conjunto habitacional se poseen diferentes niveles de  
 242 organización y que algunas de ellas son más unidas a raíz de su involucramiento con la  
 243 actividad física que otras, la mayoría de los asistentes indican que se conocían desde antes y  
 244 que consideran que la comunidad es más unida tal como lo muestra la figura 5, así mismo se  
 245 observó que existen otras comunidades “menos unidas” debido probablemente a que no hay  
 246 suficientes espacios de integración social, por inseguridad ò bien porque la dinámica social. De  
 247 tal manera que existe una mejora en un 35% con respecto al clima habitacional.



248  
249

Figura 5.- Clima Habitacional

250 **Discusión**

251 Para Devís, et al. (2018). La participación en actividades físicas, ya sea en equipo o  
 252 individualmente, menciona que fomenta la conexión entre las personas al compartir intereses  
 253 comunes o trabajar juntos para alcanzar metas y disfrutar de actividades recreativas, estas  
 254 actividades permiten fortalecer los lazos sociales creando un sentido de comunidad. De tal  
 255 manera que contribuye a la promoción de la inclusión, de tal manera que la actividad física  
 256 puede ser una excelente herramienta para promover la inclusión social. De esta manera,  
 257 durante la investigación se ofrecieron oportunidades para que personas de diferentes edades,  
 258 géneros y orígenes étnicos pudieran participar en actividades deportivas o recreativas, con la  
 259 finalidad de fomentar la integración y romper las barreras sociales.

260 Por otra parte, la reducción de la violencia y delincuencia se observa en personas que  
 261 participan en actividades físicas favoreciendo en la reducción de la violencia y delincuencia, tal



262 como lo mencionan, Cascales & Prieto (2019). Al proporcionar alternativas saludables y  
263 constructivas, la actividad física puede ayudar a desviar la atención de comportamientos  
264 negativos y canalizar la energía en actividades positivas. Así como la transmisión de valores y  
265 habilidades durante la participación en actividades físicas. Estos valores y habilidades pueden  
266 tener un impacto positivo en la vida de las personas y se pueden extender más allá de la  
267 actividad física, influyendo en su comportamiento en otros ámbitos de la sociedad. Murcia  
268 (2010).

## 269 **Conclusiones**

270 La actividad física posee atributos que la convierten en un factor para promover el  
271 desarrollo y la paz. Sin embargo, la actividad física por sí sola no puede resolver los problemas  
272 sociales asociados con la convivencia diaria. Por ello, estas deben ser afinadamente  
273 seleccionadas e incorporadas dentro de las intervenciones.

274 La práctica de la actividad física de manera permanente contribuye a una mejor calidad  
275 de vida, así como a un mayor sentido de pertinencia y convivencia en la unidad habitacional,  
276 ayudando a fomentar valores que se consideran positivos y dignos de su fomento, tanto para  
277 niños y jóvenes, como para cualquier persona adulta.

278 Las actividades que se desarrollan, deberán de favorecer no solo el desarrollo motor del  
279 individuo, sino que, además, deberán de tener una riqueza en cuando a la mejora en el ámbito  
280 actitudinal y conceptual.

281 Por otra parte, para la construcción de una convivencia pacífica necesitamos la  
282 implementación de una cultura de paz que permita que los habitantes logren competencias,  
283 cognitivas, emocionales y comunicativas, para saber vivir con los demás y sobre todo, para  
284 actuar de manera constructiva en la sociedad.  
285

### 286 *Declaración de conflicto de interés*

287 No existe ningún conflicto de interés en este estudio.

### 288 *Declaración de financiamiento*

289 Personal.

## 290 **Referencias**

291 Cascales, J. Á. M., & Prieto, M. J. R. (2019). Incidencia de la práctica de actividad física y  
292 deportiva como reguladora de la violencia escolar. Retos: nuevas tendencias en  
293 educación física, deporte y recreación, (35), 54-60.

294 Devís Devís, J., Pérez Samaniego, V., & i Esportiva, D. D. E. F. (2018). La actividad física y el  
295 deporte en personas trans: la participación, los motivos y los factores socioecológicos.

296 Lavielle-Sotomayor, P., Pineda-Aquino, V., Jáuregui-Jiménez, O., & Castillo-Trejo, M. (2014).  
297 Actividad física y sedentarismo: Determinantes sociodemográficos, familiares y su  
298 impacto en la salud del adolescente. Revista de salud pública, 16, 161-172..

299 Mahecha Loaiza, M. A. (2019). Contribuciones de encuentro recreativos a la reconstrucción de  
300 tejido social y participación de la niñez víctima del conflicto armado del municipio de  
301 sibaté (Doctoral dissertation).

[Digite texto]

- 302 Molina, T., Montaña, R., González, E., Sepúlveda, R., Hidalgo-Rasmussen, C., Martínez, V., ...  
303 & George, M. (2014). Propiedades psicométricas del cuestionario de calidad de vida  
304 relacionada con la salud KIDSCREEN-27 en adolescentes chilenos. *Revista médica de*  
305 *Chile*, 142(11), 1415-1421.
- 306 Murcia, E. I. T. (2010). El sentido del tejido social en la construcción de comunidad. *Polisemia*,  
307 6(10), 9-23.
- 308 Ravens-Sieberer, U., Gosch, A., Rajmil, L., Erhart, M., Bruil, J., Duer, W., & KIDSCREEN  
309 Group, E. (2005). KIDSCREEN-52 quality-of-life measure for children and adolescents.  
310 *Expert review of pharmacoeconomics & outcomes research*, 5(3), 353-364.
- 311 Rodríguez Vela, B. R., Tapia Martínez J.R., Rodríguez Vela, M.A. (2020). *Actívate en Cinco*.  
312 Editorial Académica Española.
- 313 Sampieri, R. H. (2018). *Metodología de la investigación: las rutas cuantitativa, cualitativa y*  
314 *mixta*. McGraw Hill.