



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TÍTULO DE ARTÍCULO

**INCIDENCIA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA MEJORA
DEL VO2 MAX EN LOS SERVIDORES POLICIALES**

AUTOR

Herrera Candelario Wilmer Guillermo

TRABAJO DE TITULACIÓN
Previo a la obtención del grado académico en
MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO

TUTOR

MSc. Adrián Fabricio Aguilar Morocho.

Santa Elena, Ecuador

Año 2025



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TRIBUNAL DE GRADO

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

**Lic. Daniela Manrique Muñoz, Mgtr.
COORDINADORA DEL
PROGRAMA**

**Mgtr. Adrián Fabricio Aguilar
Morocho
TUTOR**

**Ph.D. Maritza Gisella Paula Chica.
ESPECIALISTA 1**

**MSc. Diana Gómez García
ESPECIALISTA 2**

**Abg. María Rivera González, Mgtr.
SECRETARIA GENERAL
UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

CERTIFICACIÓN:

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por **WILMER GUILLERMO HERRERA CANDELARIO**, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Mgr. Adrián Fabricio Aguilar Morocho
C.I. 0704860485
TUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, WILMER GUILLERMO HERRERA CANDELARIO

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, **INCIDENCIA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA MEJORA DEL VO2 MAX EN LOS SERVIDORES POLICIALES** previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 17 días del mes de FEBRERO de año 2025

Lcdo. Wilmer Guillermo Herrera Candelario
C.I. 0929139806
AUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

AUTORIZACIÓN

Yo, WILMER GUILLERMO HERRERA CANDELARIO

DERECHOS DE AUTOR

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de **INCIDENCIA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA MEJORA DEL VO2 MAX EN LOS SERVIDORES POLICIALES** con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 17 días del mes de FEBRERO de año 2025

Lcdo. Wilmer Guillermo Herrera Candelario
C.I. 0929139806
AUTOR



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO
TEMA**

**INCIDENCIA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA MEJORA DEL VO2
MAX EN LOS SERVIDORES POLICIALES**

Autor: LCDO. WILMER GUILLERMO HERRERA CANDELARIO

Tutor: MGTR. ADRIÁN FABRICIO AGUILAR MOROCHO

RESUMEN

El objetivo de este estudio fue evaluar la incidencia del acondicionamiento físico en la mejora del VO2 Max de los servidores policiales en el Distrito Libertad Salinas, Ecuador. Se utilizó un diseño cuasi-experimental Pretest-Posttest sin grupo de control, aplicando el test de Cooper antes y después de un acondicionamiento físico de tres meses. La muestra estuvo conformada por 5 policías seleccionados mediante muestreo no probabilístico. Los resultados mostraron mejoras significativas en la media del VO2 Max, con una significación estadística de 0.041 en una prueba p de dos factores, siendo menor a 0.05 lo que indica que hay una diferencia significativa entre el VO2 Max en el pretest y el posttest, esto nos permitió rechazar la hipótesis nula y concluir que el programa de acondicionamiento físico mejoró significativamente el VO2 Max de los servidores policiales, lo que sugiere que un programa estructurado de entrenamiento físico puede optimizar la capacidad aeróbica y mejorar el rendimiento operativo. Basado en los resultados del estudio, se concluye que la implementación de un acondicionamiento físico, tuvo un impacto positivo en el rendimiento físico del personal policial.

Palabras claves: VO2 Max, policías, acondicionamiento físico, rendimiento operativo, capacidad aeróbica.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**IMPACT OF PHYSICAL CONDITIONING ON THE IMPROVEMENT OF VO₂ MAX IN
POLICE SERVANTS**

Autor: LCDO. WILMER GUILLERMO HERRERA CANDELARIO

Tutor: MGTR. ADRIÁN FABRICIO AGUILAR MOROCHO

ABSTRACT

The objective of this study was to evaluate the impact of physical conditioning on the improvement of VO₂ Max in police officers in the Libertad Salinas District, Ecuador. A quasi-experimental pretest-posttest design without a control group was used, applying the Cooper test before and after a three-month physical conditioning program. The sample consisted of 5 police officers selected through non-probability sampling. The results showed significant improvements in the mean VO₂ Max, with a statistical significance of 0.041 in a two-tailed p-test, being less than 0.05, which indicates a significant difference between the pretest and posttest VO₂ Max. This allowed us to reject the null hypothesis and conclude that the physical conditioning program significantly improved the VO₂ Max of the police officers, suggesting that a structured physical training program can optimize aerobic capacity and improve operational performance. Based on the study's results, it is concluded that the implementation of physical conditioning programs had a positive impact on the physical performance of police personnel.

Keywords: VO₂ Max, police officers, physical conditioning, operational performance, aerobic capacity.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**INCIDENCIA DEL ACONDICIONAMIENTO FÍSICO EN LA MEJORA DEL VO2
MAX EN LOS SERVIDORES POLICIALES**

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN

Revista Científica



CIENCIA Y EDUCACIÓN

ISSN: 2797-3378

LISSN: 2790-6402

**CONSEJO EDITORIAL REVISTA
CIENCIA Y EDUCACIÓN**

Asunto: Certificado de
aceptación para revisión y
publicación de artículo científico

Oficio N° Cienc-educ2025-03196-C
Ecuador, 2 de Febrero del 2025

El Consejo Editorial Revista Ciencia y Educación (CERCE) y la
Comisión de Publicaciones de Ecuatesis (CPE)

CERTIFICAN:

Que el artículo científico denominado: "Incidencia del acondicionamiento físico en la mejora del vo2 max en los servidores policiales". Serie:

*Autores: Lic. Wilmer Guillermo Herrera Candelaria
Mgtr. Adrián Patricia Aguilar Moracho.*

Fue:

Enviado: 30 de Diciembre del 2024

Comienzo de revisión: 1 de Enero del 2025

Fue presentado, para su revisión, aprobación y publicación por el autor principal ante el Consejo Editorial de la Revista Ciencia y Educación en la correspondiente fecha *Edición Especial de la UPSE del 2025*. Lo cual consta dentro del sitio web de la revista *Ciencia y Educación*.

Es todo cuanto podemos certificar en honor a la verdad, invitando a los interesados hacer uso del presente documento.

Atentamente

Duanys Miguel Peña Lopez

Director General

Nombre de la revista

Revista Ciencia y Educación

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal>