



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

TÍTULO DE ARTÍCULO

**IMPACTO DE LA ACTIVIDAD FÍSICA EN EL IMC DE
ESTUDIANTES DE SEGUNDO DE BACHILLERATO: ESTUDIO
TRANSVERSAL**

AUTOR

Fernández Benítez Santiago Miguel

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

TUTOR

Ph.D. Joseph Taro

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**

**Ph.D. Joseph Taro
TUTOR**

**MSc. Diana Mendoza Avilés
ESPECIALISTA 1**

**MSc. Juan Fernando Enderica
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 Santiago Miguel Fernández Benítez, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Ph.D. Joseph Taro
C.I. 0965336993
TUTOR



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, **Santiago Miguel Fernández Benítez**

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, **Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal** 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 12 días del mes de febrero de año 2025

Santiago Miguel Fernández Benítez
C.I. 0916257025
AUTOR



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

AUTORIZACIÓN

Yo, **Santiago Miguel Fernández Benítez**

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 **Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal** 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 12 días del mes de febrero de año 2025

Santiago Miguel Fernández Benítez
C.I. 0916257025
AUTOR



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

TEMA

Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal

Autor: Santiago Miguel Fernández Benítez

Tutor: Joseph Taro

RESUMEN

Este estudio tuvo como objetivo determinar la correlación existente entre la actividad física y el Índice de Masa Corporal (IMC) en estudiantes adolescentes de segundo año de Bachillerato en una institución educativa de Salinas, Ecuador. La investigación se desarrolló con un enfoque cuantitativo y un diseño transversal. Se utilizó un muestreo no probabilístico por conveniencia de 36 estudiantes (20 hombres y 16 mujeres). Para la recolección de datos se aplicaron encuestas autoadministradas sobre la frecuencia y duración de la actividad física, así como mediciones físicas de peso y altura para calcular el IMC. Los resultados mostraron que un porcentaje de los estudiantes presenta sobrepeso u obesidad, evidenciándose una asociación entre niveles bajos de actividad física y un mayor IMC. Se encontró que los estudiantes con IMC normal son más propensos a participar en actividades físicas, mientras que aquellos con sobrepeso u obesidad tienden a estar menos involucrados en tales actividades. En conclusión, los hallazgos resaltan la necesidad de implementar estrategias en el currículo de Educación Física que fomenten la actividad física regular como medida de prevención de la obesidad y otras enfermedades crónicas en adolescentes.

Palabras claves: Actividad física, Índice de masa corporal, Sobrepeso, Obesidad.



UPSE

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

TEMA

Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal

Autor: Santiago Miguel Fernández Benítez

Tutor: Joseph Taro

ABSTRACT

This study aimed to determine the correlation between physical activity and Body Mass Index (BMI) in adolescent students from the second year of high school at an educational institution in Salinas, Ecuador. The research was conducted using a quantitative approach and a cross-sectional design. A convenience non-probabilistic sampling method was employed, involving 36 students (20 males and 16 females). Data collection included self-administered surveys on the frequency and duration of physical activity, as well as physical measurements of weight and height to calculate BMI. The results showed that a percentage of students are overweight or obese, with an observed association between low levels of physical activity and higher BMI. It was found that students with a normal BMI are more likely to participate in physical activities, while those who are overweight or obese tend to be less involved in such activities. In conclusion, the findings highlight the need to implement strategies in the Physical Education curriculum that promote regular physical activity as a measure to prevent obesity and other chronic diseases in adolescents.

Keywords: Physical activity, Body mass index, Overweight, Obesity.



UPSE

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

TEMA

Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN

MENTOR
Revista de Investigación Educativa y Deportiva

MENTOR
Carta de Aceptación

Quien suscribe, Ph.D. Richar Posso Pacheco, Director de MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva, mediante este documento hace constar que el artículo Impacto de la actividad física en el IMC de estudiantes de segundo de bachillerato: estudio transversal, cuya autoría pertenece a Santiago Miguel Fernández Ramírez y Dr. Joseph Taro de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, ha sido evaluado y aceptado para su publicación el 15 de mayo en el Volumen 4 Número 11 del Año 2025.

Se destaca que MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva con registro Electrónico ISSN: 2806-5867 se encuentra disponible en <https://revistamentor.ec/> y está indexada por: EuroPub Data Base, Research Bib Academic, Resource Index, Red Latinoamericana de Revistas Académicas en Ciencias Sociales y Humanidades (Latindex), Revistas de Libre Acceso (LARA), Directory of Open Access Resources (ROAD), Google Scholar, Crossref, Electronic Journals Library (EZB), World Cat, AURA, DORA, Haw Hamburg, Open Alex, Red de Editores y Revistas Científicas Ecuatorianas (RERCIE), Scilit, Sudoc, Zeitschriften Datenbank (ZBD), Mirabel, AMELICA, Dialnet y Latindex Catálogo 2.0

Expedido en la ciudad de Quito, a los veintiocho días del mes de enero del año dos mil veinticinco.

Ph.D. Richar Posso Pacheco
DIRECTOR

Revista Indexada en:

Latindex Crossref AMELICA RERCIE LatinREV Dialnet

Nombre de la revista	Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista, ejemplo: Mentor, revista de investigación Educativa y Deportiva https://revistamentor.ec/index.php/mentor
----------------------	--