



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

**TRABAJO DE TITULACIÓN MODALIDAD DE
ARTÍCULO PROFESIONAL DE ALTO NIVEL**

TÍTULO DE ARTÍCULO

**“ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO EN ASPIRANTES A
LA POLICÍA NACIONAL”**

AUTORA

Usuño Paula Angela Marivel

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

TUTORA

Maritza Gisella Paula Chica, PhD.

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.

William Eliecer González Panchacana, Ph.D.
**COORDINADOR DEL PROGRAMA DE
MAESTRÍA**

Maritza Gisella Paula Chica, Ph.D.
TUTORA

Geoconda Xiomara Herdoiza Morán Mgtr.
ESPECIALISTA 1

Marco Campaña Bonilla, Ph.D
ESPECIALISTA 2

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 Angela Marivel Usuña Paula, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

Maritza Gisella Paula Chica, Ph.D.
C.I. 0910610682
TUTORA



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

DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, ANGELA MARIVEL USUÑO PAULA

DECLARO QUE:

El trabajo de Titulación, “ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO EN ASPIRANTES A LA POLICÍA NACIONAL” 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 11 días del mes de octubre de año 2025

ANGELA MARIVEL USUÑO PAULA
C.I. 1722877493
AUTORA



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

AUTORIZACIÓN

Yo, ANGELA MARIVEL USUÑO PAULA

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 **ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO EN ASPIRANTES A LA POLICÍA NACIONAL** 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 11 días del mes de octubre de año 2025

ANGELA MARIVEL USUÑO PAULA
C.I. 1722877493
AUTORA



UPSE

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

TEMA

**ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO EN ASPIRANTES A LA
POLICÍA NACIONAL.**

Autora: Abg. Angela Marivel Usuña Paula

Tutora: Maritza Gisella Paula Chica, Ph.D.

RESUMEN

Este artículo presenta un análisis y evaluación del rendimiento físico en aspirantes femeninas a la Policía Nacional de Ecuador. El objetivo principal fue determinar el impacto de un mes de entrenamiento intensivo sobre las condiciones físicas de estas postulantes. El estudio empleó un diseño cuantitativo, descriptivo, comparativo y longitudinal. La muestra estuvo conformada por las 141 mujeres que ingresaron a las Escuelas de Formación de Policía en el proceso Nivel Técnico Operativo Julio 2024. Se recolectaron datos en dos momentos: una evaluación preentrenamiento y una evaluación postentrenamiento. Las pruebas físicas incluyeron abdominales (repeticiones), suspensión (fuerza), velocidad (tiempo), milla (tiempo) y natación (distancia recorrida en tiempo fijo). La información fue analizada mediante estadística descriptiva. Los resultados revelaron una tendencia general hacia la involución o estancamiento en el rendimiento físico de las participantes. Se observó una disminución del 6.77% en las repeticiones de abdominales, un 40.66% en la fuerza de suspensión, un 12.41% en la distancia de natación y un empeoramiento del 14.94% en los tiempos de la milla. La prueba de velocidad no mostró cambios notables. En conclusión, el entrenamiento intensivo de un mes no generó mejoras en las capacidades físicas de las aspirantes, sugiriendo que el régimen de entrenamiento o las condiciones de recuperación pudieron haber sido insuficientes o inadecuadas para promover adaptaciones positivas en esta población.

Palabras claves: Rendimiento físico, Policía Nacional, Entrenamiento intensivo, Evaluación física, Sobreentrenamiento, Ecuador



UPSE

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

TEMA

**ANALYSIS AND EVALUATION OF PHYSICAL PERFORMANCE IN
APPLICANTS FOR THE NATIONAL POLICE**

Autor: Abg. Angela Marivel Usuña Paula

Tutora: Maritza Gisella Paula Chica, Ph.D.

ABSTRACT

This article presents an analysis and evaluation of the physical performance of female candidates for the Ecuadorian National Police. The main objective was to determine the impact of a month of intensive training on these candidates' physical condition. The study employed a quantitative, descriptive, comparative, and longitudinal design. The sample consisted of 141 women who entered the Police Training Schools in the Technical Operational Level process July 2024. Data were collected at two time points: a pre-training evaluation and a post-training evaluation. Physical tests included sit-ups (repetitions), hang (strength), speed (time), mile (time), and swimming (distance traveled in a fixed time). The data was analyzed using descriptive statistics. The results revealed a general trend toward regression or stagnation in the participants' physical performance. A 6.77% decrease in sit-up repetitions, a 40.66% decrease in suspension strength, a 12.41% decrease in swimming distance, and a 14.94% decrease in mile times were observed. The speed test showed no notable changes. In conclusion, the one-month intensive training did not result in improvements in the physical abilities of the participants, suggesting that the training regimen or recovery conditions may have been insufficient or inadequate to promote positive adaptations in this population.

Keywords: Physical performance, National Police, Intensive training, Physical evaluation, Overtraining, Ecuador

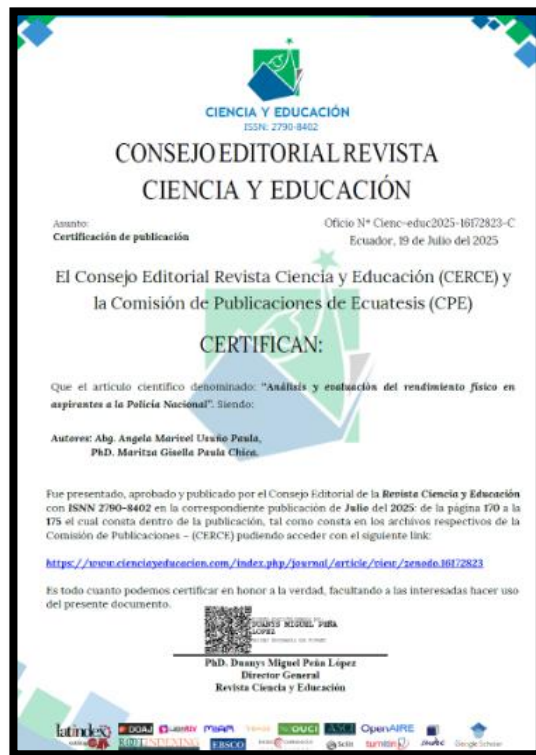


**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA
DE SANTA ELENA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS
INSTITUTO DE POSTGRADO**

TEMA

**ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL RENDIMIENTO FÍSICO EN ASPIRANTES A LA
POLICÍA NACIONAL**

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN



Nombre de la revista

Ciencia y Educación

<https://www.cienciayeducacion.com/index.php/journal/article/view/zenodo.16172823>