

DOI: <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.232>

El cuerpo en movimiento: experiencias desde un programa sociocultural en niños y adolescentes de ciudad Juárez, México

The Body in Motion: Experiences from a Sociocultural Program in Children and Adolescents from Ciudad Juárez, Mexico

Ricardo Juárez Lozano

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
rjuarez@uacj.mx

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-1468-5384>
Ciudad Juárez, México

Luis M. Lara Rodríguez

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
Ciudad Juárez, México

Gabriel Medrano Donlucas

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
Ciudad Juárez, México


Jorge Balderas Domínguez

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
Ciudad Juárez, México

Daniela Mendoza López

Universidad Autónoma de Ciudad Juárez
Ciudad Juárez, México

Artículo recibido: día 23 de noviembre de 2022. Aceptado para publicación: 14 de enero de 2023.
Conflictos de Interés: Ninguno que declarar.

Todo el contenido de LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, publicados en este sitio está disponibles bajo Licencia Creative Commons . 

Como citar: Juárez Lozano, R., Lara Rodríguez, L. M., Medrano Donlucas, G., Balderas Domínguez, J., & Mendoza López, D. (2023). *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades* 4(1), 160–171. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.232>

Resumen

A partir del referente teórico de la Cultura Somática, la cual se define como la toma de conciencia del cuerpo humano en movimiento, asociado a un sistema de valores en una sociedad y la utilización del cuerpo en su totalidad. Se busca profundizar el concepto de cuerpo y comprender sus alcances más allá de la mirada estrictamente biológica. En función de ello, el programa sociocultural "MARACAS"¹, tiene como objetivo conocer las representaciones sociales individuales y colectivas de niños y jóvenes participantes de un campamento de verano educativo a través de un programa de actividad física y deporte basado en una perspectiva multidisciplinaria. Se realizó un estudio etnográfico educativo, adecuando registros de observación y recabando datos de 195 participantes con edades comprendidas entre los 6 y 16 años, los cuales fueron analizados en el paquete estadístico para las Ciencias Sociales SPSS (versión 25.0). Los resultados se presentan desde tres dimensiones: psicológica, educativa y nutricional. En cuanto a las inteligencias y atmósfera grupal, la más desarrollada fue la kinestésica con un 22.4%, mientras que la habilidad más identificada fue la físico-motora con un 35,5%. La atmósfera grupal, muestra que las categorías más expresadas fueron la cooperación 20% y apoyo 32%. El estado nutricional manifiesta que un 44% de la población tiene sobrepeso y obesidad de acuerdo al IMC.

Palabras clave: cuerpo, cultura somática, salud, niños y jóvenes, actividad física

¹ Programa Sociocultural para niños y jóvenes (Motivando la Adecuada Recreación Activa y la Correcta Alimentación Saludable) MARACAS.

Abstract

Based on the theoretical reference of Somatic Culture, which is defined as the awareness of the human body in movement, associated with a system of values in a society and the use of the body in its entirety. It seeks to deepen the concept of the body and understand its scope beyond the strictly biological gaze. Based on this, the sociocultural program "MARACAS" aims to know the individual and collective social representations of children and young people participating in an educational summer camp through a physical activity and sports program based on a multidisciplinary perspective. An educational ethnographic study was carried out, adapting observation records and collecting data from 195 participants between the ages of 6 and 16, who were analyzed in the statistical package for the Social Sciences SPSS (version 25.0). The results are presented from three dimensions: psychological, educational and nutritional. Regarding intelligence and group atmosphere, the most developed was kinesthetic with 22.4%, while the most identified ability was physical-motor with 35.5%. The group atmosphere shows that the most expressed categories were cooperation 20% and support 32%. The nutritional status shows that 44% of the population is overweight and obese according to the BMI

Keywords: body, somatic culture, health, children and youth, physical activity

INTRODUCCIÓN

Los estudios multidisciplinares cada vez más toman mayor relevancia, ya que su análisis desde distintas disciplinas permite conocer y comprender mejor el objeto de estudio. Es así, que la presente investigación se analiza a la luz de la Cultura Somática, la cual profundiza el concepto de cuerpo y comprende sus alcances más allá de la mirada estrictamente biológica. Como parte del análisis de las experiencias del cuerpo en movimiento, se aplicó el método MARACAS (Motivando la Adecuada Recreación Activa y la Correcta Alimentación Saludable)² en una experiencia veraniega durante el periodo vacacional de verano 2022 en instalaciones del Complejo Deportivo Universitario de la UACJ. Los campamentos de verano educativos, favorecen el desarrollo de habilidades para la vida desde el cuerpo en movimiento (Juárez, et al 2020)

El campamento de verano es un escenario de síntesis de códigos sociales, un espacio donde se entrelazan las dimensiones que integran al ser humano. El género, las clases sociales, el espacio geofísico, la confesión, el nivel educativo, la edad, los gustos, aficiones, median la relación con el cuerpo y como resultado, existe una característica sociocultural muy visible en los usos del cuerpo, es decir, una Cultura Somática (Cultura Somática, 2010). Las categorías asociadas al funcionamiento corporal que se trabajaron en la presente investigación fueron tres dimensiones: hábitos alimentarios y salud, asociadas a la necesidad estilos de vida saludable; deporte relacionada con el placer, la expresividad y el mantenimiento del cuerpo, y finalmente el movimiento, asociada a la categoría necesidad. Estas tres dimensiones, se manifiestan en el campamento de verano.

Son pocos los estudios relacionados a la dimensión deporte, movimiento y salud, uno de ellos es el estudio interdisciplinario del fenómeno del deporte de VolKa Rittner, el cual define a la Cultura Somática como el "sistema de valores y normas relacionadas entre sí, en una sociedad, el cual comprende la percepción y la utilización, o bien el uso del cuerpo en su totalidad" (Hanna T, 1980; Cultura Somática, 2010). Otro estudio es el de Vargas, O. C.; Volker, R. (2017) titulado Teoría Científica del Deporte. El Deporte como Objeto de Estudio y Sistema Social. Por ello, resulta de vital importancia seguir indagando esta importante línea de investigación desde una perspectiva multidisciplinaria como sistema social diferenciado y en interacción permanente con otros sistemas sociales.

Por otro lado, el sobrepeso y la obesidad es definido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) como una condición donde existe una acumulación anormal o excesiva de grasa en el cuerpo, ha alcanzado magnitudes alarmantes entre la población mexicana. El sobrepeso y la obesidad se consideran una enfermedad crónica y compleja donde intervienen una multiplicidad de causas (genéticas, medioambientales, políticas, económicas, entre otras), pero también donde la alimentación desempeña un papel fundamental en ellos. Datos sobre obesidad infantil, indican que ha habido un incremento dramático en la última década. En la población infantil de 5 a 11 años, la prevalencia combinada de sobrepeso y obesidad (exceso de peso) a nivel nacional se incrementa significativamente afectando en 2018 a 36 por ciento de esta población en edad escolar, lo que representa cerca de 4 millones de menores que tienen sobrepeso o son obesos (Kanter, 2021).

² Método MARACAS: La propuesta del método MARACAS (Motivando la Adecuada Recreación Activa y la Correcta Alimentación Saludable) para niños y adolescentes es una innovadora alternativa basada en el desarrollo de habilidades y competencias para la vida desde la perspectiva de las inteligencias múltiples (Gardner, 1987). Utiliza potentes motivadores como el deporte, la educación física y la educación nutricional como impulsores del conocimiento. La estrategia de educación integral MARACAS para niños y jóvenes favorece la transformación social, promueve estilos de vida saludable, el deporte y el movimiento de los seres humanos (Juárez, 2012).

Mercado (2018) señala que del 8 al 13% (riesgo atribuible) de las obesidades adultas podrían haber sido evitadas si se hubieran tratado en la infancia ya que la mayoría fueron obesidades de instauración en la edad adulta.

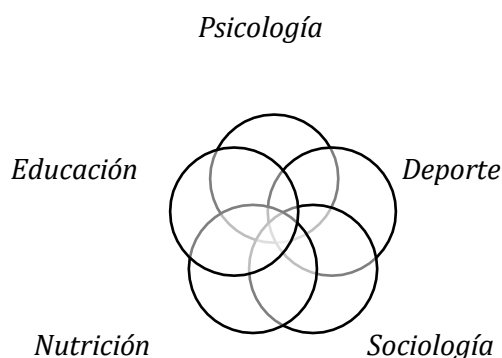
Tradicionalmente el deporte, ha sido asociado a la competencia, el rendimiento, reglamentos, afán de triunfo, entrenamiento deportivo, entre otros, lo cual de cuenta de ciertas disciplinas y clasificaciones ya establecidas. La Cultura Somática hace un esfuerzo por profundizar el concepto de cuerpo y comprende sus alcances más allá de lo meramente biológico, es decir, otra mirada del cuerpo vivido y en constante movimiento.

La actividad física y el deporte, han dejado de ser eventos aislados con fines meramente biológicos, exentos de significado y significancia y se han convertido en una manifestación compleja, portadora de sentido y de alto valor sociocultural (Hanna T., 1988; Cultura Somática, 2010).

La implementación en un contexto vacacional de verano, proporciona habilidades para la vida en los participantes, los cuales desarrollan mecanismos necesarios para coadyuvar de manera exitosa en la formación integral del ser humano desde un enfoque multidisciplinario (Figura 1).

Figura 1

Enfoque multidisciplinario MARACAS



Las cinco dimensiones del método MARACAS, (educación, psicología, deporte, sociología y nutrición) permiten vincular el conocimiento de las disciplinas desde su perspectiva y campo de conocimiento, consiguiendo resultados objetivos que permitan modelar la formación integral de los participantes.

Objetivo

Describir las experiencias y representaciones sociales individuales y colectivas de niños y jóvenes participantes en el 14vo campamento de verano educativo UACJ en ciudad Juárez, Chih, México.

Pregunta de investigación

¿El escenario de un campamento de verano para niños y jóvenes resulta ser un espacio ideal para recuperar experiencias del cuerpo en movimiento, asociadas a la Cultura Somática?

MÉTODO

Se realizó un estudio etnográfico educativo, ya que permite el estudio directo de las personas o grupos durante un periodo de tiempo determinado, utilizando la observación, entrevistas, grupos focales o historias de vida, a fin de conocer su comportamiento social en un contexto específico. Los diseños etnográficos pretenden describir y analizar ideas, creencias significados, conocimientos y prácticas de grupos, culturas y comunidades (Patton 2002; Hernández, Fernández y Baptista, 2008; Álvarez, 2007).

Se adecuaron registros de observación y recabaron datos de 195 participantes con edades comprendidas entre los 6 y 16 años de edad, los cuales el 67% fueron del sexo masculino, mientras que el 33% fueron del sexo femenino. Los datos fueron analizados en el paquete estadístico para las Ciencias Sociales SPSS (versión 25.0). Para el análisis se utilizó solo aquellos datos que no tuvieron ningún dato perdido en el sistema, definiendo por dato perdido los casos en que hubo cierta omisión de información.

Criterios de inclusión: niñas, niños y adolescentes inscritos en la edición número 14 del Campamento de Verano educativo UACJ, cuyas edades fueron entre los 6 y 16 años de edad
Criterios de exclusión: niñas, niños y adolescentes que no fueron inscritos en la edición número 14 del Campamento de Verano educativo UACJ, y cuyos rango de edad estuvieron fuera de los 6 y 16 años de edad.

También permite describir y analizar lo que las personas de un contexto determinado hacen usualmente y entender el significado que le otorgan a dichos comportamientos o asociaciones con lo simbólico, en nuestro caso, el programa Sociocultural MARACAS en su edición no 14. El procedimiento se dividió en las siguientes fases:

Fase 1: Diagnóstico

- Investigación bibliográfica y hemerográfica
- Selección del lugar: programa sociocultural MARACAS, edición número 14 desarrollado durante el periodo vacacional de verano en las instalaciones del Complejo Deportivo Universitario de la UACJ.
- Detección de participantes: niñas, niños y adolescentes de 6 a 16 años de edad, que se inscribieron al 14avo Campamento de Verano educativo UACJ.

- Aplicación de los formatos de inscripción: datos del participante, datos de los padres o tutores, historial deportivo, historia nutricional, desarrollo educativo, desarrollo físico, antecedentes del participante, información médica, información adicional, reglamento MARACAS, recomendaciones generales.
- Evaluación del estado nutricional: se evaluaron a 217 participantes de 6 a 16 años de edad, participantes en el 14vo Campamento de Verano MARACAS 2022. Se determinó peso y talla por estudiantes de la licenciatura en nutrición (previa capacitación). Se utilizó una báscula escala digital "Tanita" para el peso. Mientras que para la altura se utilizó un estadímetro de pared marca "seca". Se definió el estado nutricional del participante utilizando como criterio de valor el Índice de Masa Corporal (IMC).

Fase 2. Inmersión en el campo

- Selección y asignación de grupos. Los participantes fueron registrados de acuerdo a su edad y asignados en un grupo, formándose 16 grupos.
- Recopilación de información abierta: se formó un grupo de 32 alumnos practicantes de las licenciaturas en educación y psicología de la Universidad Autónoma de Ciudad Juárez, los cuales fueron los encargados de recolectar los datos (previa capacitación) a través de los registros de observación, cuadernos de campo y entrevistas semiestructuradas.
- Conversaciones (relaciones cotidianas con padres de familia y entrevistas formales e informales).

Fase 3. Recopilación de datos específicos

- Observación participante sobre el comportamiento cotidiano de los participantes en las diferentes actividades: natación, danza aérea, artes marciales, multideporte (voleibol, handbol, basquetbol), tochito banderas, fútbol, tenis y recreación.
- Recopilación selectiva de habilidades para la vida en participantes: cognitivas, sociales, personales y fisico-motoras.

Fase 4. Análisis de datos

- Descripción de habilidades para la vida, inteligencias múltiples y atmósfera de grupo. Los datos fueron capturados inicialmente en Excel y trasladados para su posterior procesamiento en el Paquete Estadístico para las Ciencias Sociales, versión 25.0 (SPSS).
- Evaluación del estado nutricional: se definió el estado nutricional del participante utilizando como criterio el valor del Índice de Masa Corporal (IMC). Se consideró como puntos de corte los valores correspondientes a los percentiles menores a 5 que indica bajo peso, percentil 5 hasta por debajo del percentil 94 (peso normal), percentil 85 hasta por debajo del percentil 95 (sobrepeso) e igual o mayor al percentil 95 (obesidad), específicos por edad y sexo, acorde a las tablas de crecimiento de la (CDCP, 2022).

Fase 5. Elaboración del informe final

- Descripciones e interpretaciones finales (habilidades para la vida, estado nutricional y atmósfera grupal)
- Descripción de experiencias desde un programa sociocultural en niños y adolescentes de ciudad Juárez, México
- Salida del campo

RESULTADOS

A continuación, se describen los resultados del estudio desde tres perspectivas: psicológica, educativa y nutricional, las cuales convergen desde un enfoque multidisciplinario.

Variables sociodemográficas de interés

El 67 % fueron de sexo masculino, mientras que el 33 % del sexo femenino. Lo cual evidencia la existencia de una disparidad de género a favor de los varones en cuanto a la preferencia de las actividades deportivas. Ello pudiera tenerse en cuenta en próximas ediciones en función de dar promoción intencionado aspectos de género en función de despertar el interés de este segmento poblacional.

Otro análisis de interés es el hecho de que la mayoría de los padres de los participantes provienen de familia donde no es habitual la práctica deportiva. Ello se constata al observar que solo el 28 % de las madres y el 30 % de los padres de los participantes ha practicado actividades físicas o deportivas.

A su vez se logró identificar que un porcentaje relativamente alto de los participantes 51

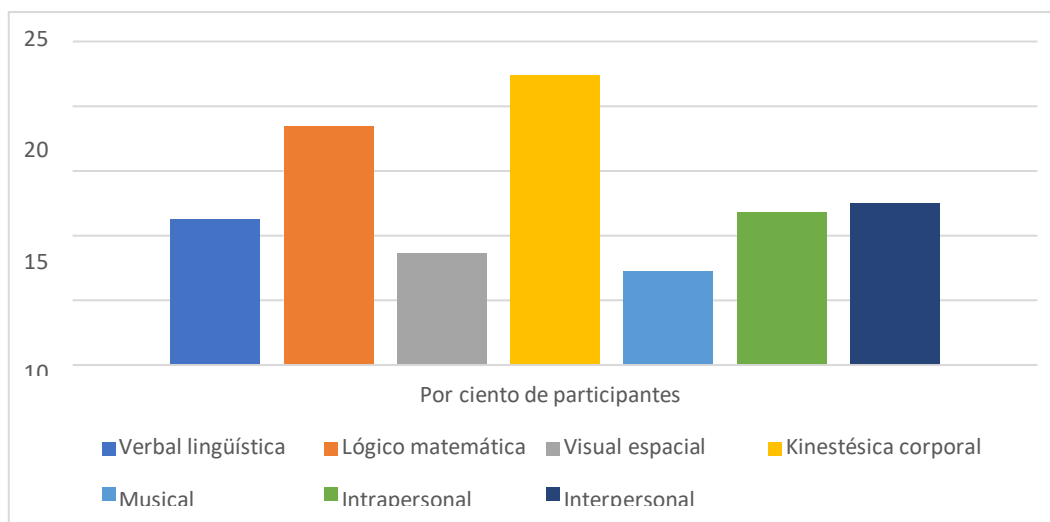
% ha participado en alguna liga, club o escuela deportiva. Ello habla de un tipo de sujeto que predominantemente está interesado en actividad física o deporte, el que acude a MARACAS y sería de sumo interés para futuras ediciones, identificar cuantos participantes deciden incorporarse regularmente a la actividad deportiva luego de haber participado en la experiencia de MARACAS.

Inteligencias Múltiples y Habilidades para la Vida

La inteligencia más frecuente en esta muestra fue la kinestésica corporal (22,4 %) (Gráfica 1). Mientras que la habilidad más identificada fue la físico motora (35,5%), seguida de la habilidad con un (15%), la habilidad social con un (10%) y la habilidad intrapersonal con un (13%).

Figura 2

Inteligencias múltiples más desarrolladas entre los participantes



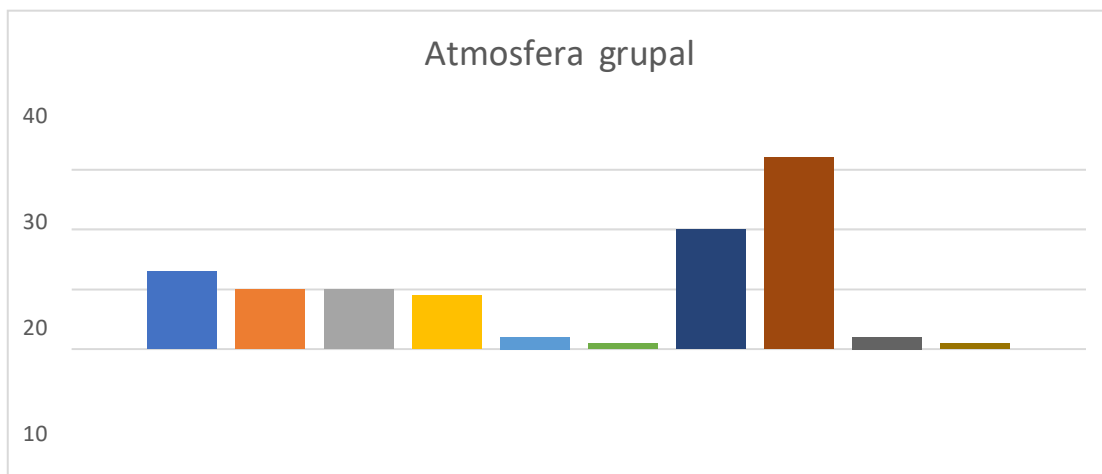
Ello es de esperar teniendo en cuenta que los sujetos suelen elegir la participación en aquellas actividades para las que se sienten más hábiles. Resultó interesante que al elaborar tablas de contingencia no se encontró asociación de dependencia entre el tiempo semanal dedicado al deporte y la frecuencia con las habilidades e inteligencia identificadas como más frecuentes.

Atmósfera de grupo

En cuanto a la atmósfera grupal, las categorías más frecuentes expresadas por los participantes fueron Cooperación (20 %) y Apoyo (32 %), ello da cuenta del excelente clima socio-psicológico generado en el campamento y de los lazos afectivos y de amistad que se crearon en el mismo, propiciando un escenario ideal para el desarrollo de habilidades sociales (Figura 3).

Figura 3

Atmósfera Grupal

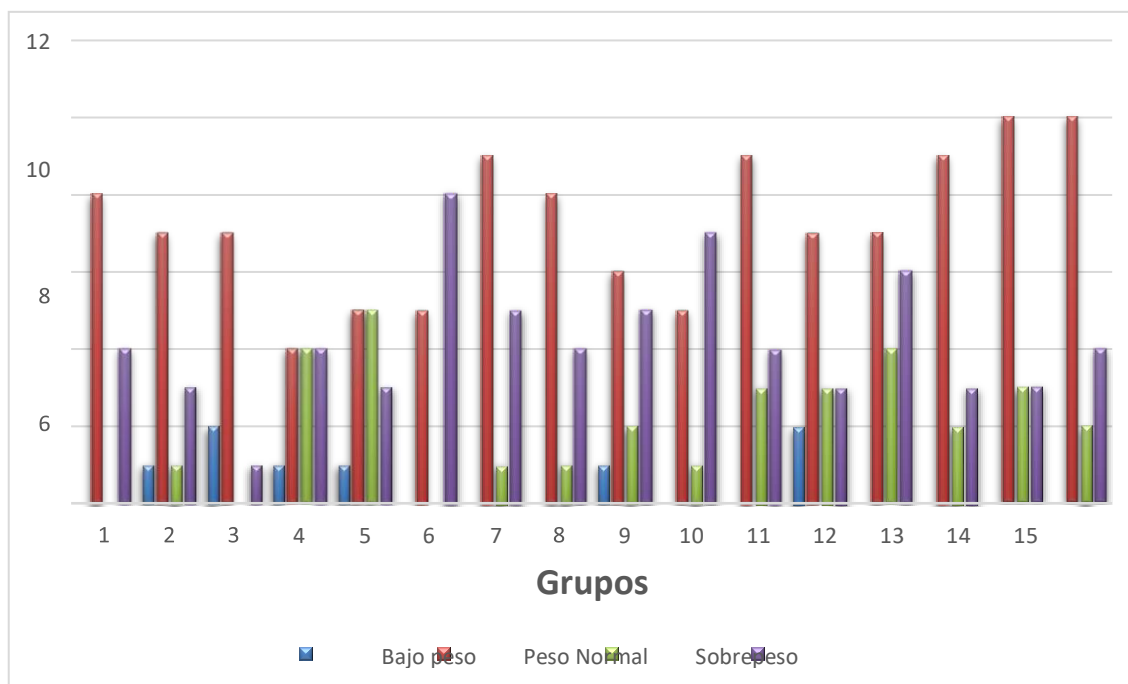


Evaluación del Estado Nutricio

A continuación, se muestra el análisis de los 16 grupo de niños y adolescentes participantes del Campamento de Verano MARACAS 2022, cuyas edades comprendieron desde los 6 a los 16 años de edad. Se observó que los grupo 6, 10 y 13 existe una prevalencia de obesidad (Figura 4).

Figura 4

Clasificación del estado nutricio por grupo

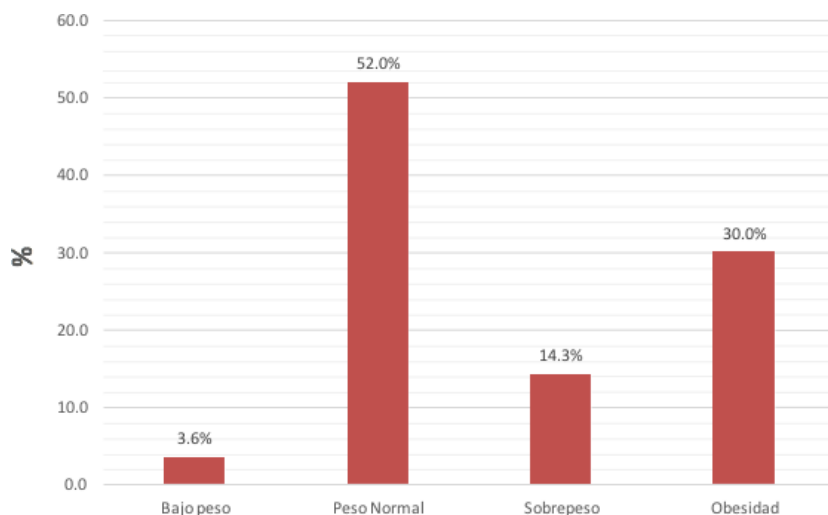


La Figura 5, muestra el porcentaje según la clasificación de índice de masa corporal y se observan que 52% de la población infantil del campamento presenta peso normal ubicados dentro del percentil 50 teniendo un peso y talla adecuados para su edad y sexo, el 14.3% de sobrepeso y 30 % de obesidad estos encontrándose por arriba del percentil 75 y 95 con riesgo a presentar algunas de las complicaciones de la obesidad como lo son enfermedades

cardiovasculares, dislipidemias y enfermedades crónico degenerativas como diabetes e hipertensión.

Figura 5

Porcentaje según la clasificación de IMC



Los resultados presentados en la Figura 5 son alarmantes, ya que el 44.3% de la población estudiada (niños, niñas y adolescentes de 6 a 16 años de edad) presentan problemas de sobrepeso u obesidad. Si estos indicadores continúan en la vida de los participantes, muy probablemente se volverán adultos con sobrepeso y obesidad. La obesidad actualmente es conocida como la gran epidemia del siglo XXI, afecta indistintamente a mujeres y hombres, adultos, adolescentes y niños (ENSANUT, 2018).

La prevalencia de sobrepeso y obesidad en el campamento de verano UACJ, permite hacer un diagnóstico de los participantes, a fin de implementar acciones de concientización e intervención con los infantes, adolescentes y padres de familia. La incorporación de estilos de vida saludable, es una de las funciones del método MARACAS.

COMENTARIOS

La Cultura Somática permite analizar el cuerpo humano como unidad integral, es decir, las múltiples habilidades que puede descubrir y desarrollar a partir de escenarios que permitan la espontaneidad, el movimiento y su interacción con el entorno desde su dimensión de hábitos saludables y salud, deporte y movimiento. La propuesta que aquí se expone, se ha integrado a partir de 14 ediciones de campamentos de verano multidisciplinarios, donde convergen cinco disciplinas: educación física, educación, psicología, sociología y nutrición cada una aportando desde su espacio al tema estudiado, el cual se ha concretado en la metodología MARACAS, la cual busca estimular y desarrollar todas las habilidades de los niños, niñas y adolescentes participantes en algunas de sus intervenciones sociales con eje deportivo, en esta ocasión los campamentos de verano UACJ.

La dimensión de hábitos alimentarios y salud, asociadas a la necesidad estilos de vida saludable han permitido al equipo de nutrición, identificar el estado nutricional de los participantes del Campamento de Verano UACJ, haciendo conciencia de la importancia de los estilos de vida saludable para preservar la salud.

La obesidad se ha convertido en los últimos años en una pandemia mundial que afecta a la población de todos los grupos de edad (ENSANUT, 2018; INEGI, 2018). Este problema en la infancia y adolescencia se vuelve muy importante porque las prácticas de alimentación y actividad física en esta edad repercuten en el estado de salud del niño y, posteriormente, en la salud del adulto y en la economía del país.

Es necesario buscar estrategias que ayuden a prevenir y disminuir el problema y evitar las consecuencias en la salud para el individuo, familia, comunidad y país, una de las estrategias sería el promocionar la correcta alimentación en campamentos de verano donde poco a poco se enseñe a los infantes a adoptar hábitos saludables así como invitar a practicar actividad física y deporte con la finalidad de reducir el tiempo en pantallas, como celulares, televisor, videojuegos y otras actividades que promueven el sedentarismo a fin de mejorar el estado de salud y nutrición de los niños, niñas, jóvenes, padres de familia y docentes.

Otra de las dimensiones es el deporte, la cual esta relacionada con el placer, la expresividad y el mantenimiento del cuerpo. Aquí hemos utilizado al deporte como mediación pedagógica, tratando de estimular las inteligencias múltiples y las habilidades para la vida. A través de la historia, se ha observado que el deporte promueve no solo aprendizajes para la vida social, sino también facilita el desarrollo cognitivo, intrapersonal y

físico-motor, favoreciendo al cuerpo como unidad integral, uno de los principios de la Cultura Somática. Asimismo, el escenario del campamento de verano educativo, es propicio para potenciar las inteligencias múltiples de los niños, niñas y jóvenes de una manera divertida, motivadora y estimulante desde lo multidisciplinar. Es decir, el juego se convierte en un elemento mediador del aprendizaje (Juárez, 2012).

Finalmente, el movimiento, asociada a la categoría necesidad es otra de las dimensiones de la Cultura Somática la cual se manifiesta en las ocho actividades desarrolladas en el campamento de verano: natación, danza aérea, artes marciales, multideporte (voleibol, basquetbol, balonmano), tochito banderas, fútbol, tenis y recreación. Es decir, el deporte se convierte en movimiento corporal en su máxima expresión. Estas tres dimensiones trabajadas en el presente estudio, se manifiestan en el campamento de verano educativo de la UACJ, el cual puede ser extrapolado a otros contextos de la educación formal y no formal.

Por ello, resulta indispensable continuar investigando la Cultura Somática desde el punto de vista teórico y práctico, a fin de encontrar mayor evidencia que atestigüe de los múltiples impactos que genera el deporte, la recreación, los campamentos de verano educativos con enfoque multidisciplinario, los estilos de vida saludable y el movimiento mismo, como una necesidad latente del ser humano.

REFERENCIAS

- Álvarez, J. (2007). *Cómo hacer investigación cualitativa: Fundamentos y Metodología*. México: Paidós.
- Centers for Disease Control and Prevention (2022). Growth charts. Disponible en: <https://www.cdc.gov/>
- Cultura Somática, G. de investigación. (2010). Introducción. *Educación Física Y Deporte*, 19(1), 11–20. Disponible en: <https://revistas.udea.edu.co/index.php/educacionfisicaydeporte/article/view/4551>
- ENSANUT, (2018). Encuesta Nacional de Salud y Nutrición 2018. Presentación de resultados: Disponible en: https://ensanut.insp.mx/encuestas/ensanut2018/doctos/informes/ensanut_2018_presentacion_resultados.pdf
- Gardner, H. (1987). *Estructuras de la mente. La teoría de las inteligencias múltiples*. México: Fondo de cultura económica
- Hanna, Thomas L. (1980). *El cuerpo de la vida: creando nuevos caminos para la conciencia sensorial y el movimiento fluido*. Knopf.
- Hanna, Thomas L. (1988). *Somáticos: despertar el control mental del movimiento, la flexibilidad y la salud*. Prensa Da Capo
- Hernández, S.; Fernández, C.; Baptista, P. (2008). *Metodología de la investigación*. México: McGraw-Hill.
- INEGI (2018). Instituto Nacional de Estadística y Geografía. Indicadores de mortalidad. Disponible en: <https://www.inegi.org.mx/temas/mortalidad/>
- Juárez Lozano, R., Lara Rodríguez, L. M., & Medrano Donlucas, G. (2020). La corporeidad como estrategia para el desarrollo de habilidades y preservación de la salud en escolares en la nueva normalidad. *RECIE. Revista Electrónica Científica De Investigación Educativa*, 5(1), 227-236. Disponible en: <https://doi.org/10.33010/recie.v5i1.1053>
- Juárez, R. (2012). *El proyecto MARACAS: Una estrategia de educación integral para niños y jóvenes que transforma la realidad social a través de la actividad física*. [Tesis Doctoral]. Facultad de Ciencias de la Educación. Universidad de Lleida: España. Disponible en: <https://www.tesisred.net/handle/10803/80751>
- Kanter, C. I. (2017). Magnitud del sobrepeso y obesidad en México: Un cambio de estrategia para su erradicación. Disponible en: [ML_197.pdf \(senado.gob.mx\)](#)
- Mercado, P, y Vilchis, G. (2013). La obesidad infantil en México. *Alternativas en Psicología*, 17(28), 49-57. Disponible en: http://pepsic.bvsalud.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1405-339X2013000100005&lng=pt&tlng=es.
- Patton, M.Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods*. Newbury Park: Sage
- Vargas, O. C.; Volker, R. (2017). *Teoría Científica del Deporte. El Deporte como Objeto de Estudio y Sistema Social*, Múnich, GRIN Verlag, <https://www.grin.com/document/418756>