

Las actividades físicas en las habilidades sociales de los estudiantes de la facultad de ciencias de la salud de la Universidad Nacional de Tumbes

Physical activities in the social skills of students of the faculty of health sciences of the National University of Tumbes.

Oscar La Rosa F.*; Segundo Alburqueque S.

Resumen

Las actividades físicas están siendo implementadas en los diseños curriculares de diferentes escuelas profesionales de la Universidad Nacional de Tumbes, esto es muy importante pues al conocer que las Habilidades Sociales son comportamientos que presenta el hombre en su vida cotidiana y que contribuye para alcanzar buenos resultados en nuestras relaciones interpersonales, se ha planteado este trabajo que tiene como objetivo de determinar la "Influencia de las Actividades Físicas en las Habilidades Sociales de los Estudiantes del I Ciclo en la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes", se contó con 20 estudiantes del I Ciclo de la Escuela de Obstetricia de la Facultad de Ciencias de la Salud de la Universidad Nacional de Tumbes, el estudio fue descriptivo con un diseño correlacional; en las estrategias de recogida de datos se utilizó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ) y el test de empatía y proactividad, para el análisis de resultados obtenidos se logró comprobar que la práctica constante de actividades físicas influye significativamente en el desarrollo de las habilidades sociales; por lo que recomendamos que estas se deban implementar en los planes de estudios de todas las escuelas de las universidades.

Palabras claves: influencia; actividades físicas; habilidades sociales.

Abstract

Physical activities are being implemented in the curricular designs of different professional schools of the National University of Tumbes, this is very important because knowing that Social Skills are behaviors that man presents in his daily life and that contributes to achieve good results in our interpersonal relations, this work has been proposed that aims to determine the "Influence of Physical Activities on the Social Skills of the Students of the I Cycle in the Faculty of Health Sciences of the National University of Tumbes", was counted with 20 students of the I Cycle of the School of Obstetrics of the Faculty of Health Sciences of the National University of Tumbes, the study was descriptive with a correlational design; In the data collection strategies, the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) and the empathy and proactivity test were used. For the analysis of the results obtained, it was possible to verify that the constant practice of physical activities significantly influences the development of the skills social; so we recommend that these should be implemented in the curricula of all the schools of the universities.

Keywords: influence; physical activities; social skills.

Universidad Nacional de Tumbes, Facultad de Ciencias Sociales. Escuela de educación Tumbes, Perú.

*Autor correspondiente: olafe_10@hotmail.com (O. La Rosa).

Introducción

En los últimos años, la globalización ha afectado a nuestra sociedad y demanda un determinado tipo de hombre, capaz de tomar decisiones, trabajar en equipo, resolver conflictos, adecuarse a los cambios, controlar sus emociones, saber comunicar sus necesidades.

El desarrollo de las habilidades sociales es importantes y necesarias para poder ampliar nuestra posibilidad de convivencia y relación con otros (Michelson *et al.*, 1987). Esto nos permitirá identificar y establecer distinciones entre estados de ánimo, temperamentos, motivaciones e intenciones de las personas que se encuentran alrededor, así podremos evaluar adecuadamente las emociones intenciones y capacidades de los demás, comprometerlos y actuar correctamente. Después de haber hecho un análisis de la realidad en nuestro contexto universitario, para realizar el estudio, los autores del presente trabajo de investigación hemos creído conveniente tratar este tema ya que la mayoría de escuelas no contemplan en sus planes de estudio la asignatura de actividades físicas, ni menos las integran de manera transversal, pues, no toman en cuenta la importancia que se obtiene al practicarlas para el desarrollo integral de la persona.

Así también la realización regular y sistemática de una actividad física ha demostrado ser una práctica sumamente beneficiosa en la prevención, desarrollo y rehabilitación de la salud (Lexander, 2010), así como un medio para forjar el carácter, proactividad, la disciplina, asertividad, trabajo en equipo, la toma de

decisiones y el cumplimiento de las reglas, beneficiando así el desenvolvimiento del practicante en todos los ámbitos de la vida cotidiana, asimismo estimula la perseverancia hacia el logro de fines.

Según González (1992), los beneficios psicológicos derivados de la actividad física, mejoran: el rendimiento académico, la personalidad, la confianza, la estabilidad emocional, la memoria, la independencia, la percepción, la imagen positiva del propio cuerpo, la satisfacción sexual, el bienestar, la eficiencia en el trabajo, la popularidad; y disminuye el ausentismo laboral, la confusión, la cólera, la depresión, la cefalalgia, las fobias, la conducta psicótica, la tensión emocional y los errores laborales.

En diversas universidades del mundo, se ejecutan programas donde el estudiante desarrolla sus aprendizajes y habilidades sociales que formen un profesional útil para la sociedad, en las últimas décadas se han ido consolidando los programas de formación en habilidades sociales en contextos terapéuticos y educativos (Fernández y Moreno, 2001), así mismo la Universidad Nacional de Tumbes, está realizando cambios en sus planes de estudio en las diferentes escuelas académicas profesionales, y ha creído conveniente incluir la asignatura de actividades físicas deportivas en el caso específico de la Escuela Académico Profesional de Obstetricia, por lo tanto se creyó conveniente hacer el estudio de la influencia de las actividades físicas en el desarrollo de habilidades sociales de los futuros obstetras.

Materiales y Métodos

Población y muestra

La población muestral fue de cuarenta (40) estudiantes (12 varones y 28 mujeres), los mismos que son del I Ciclo de la Facultad de Ciencias de la Salud: Escuela de Obstetricia (20 estudiantes: 5 varones y 15 mujeres) y Enfermería (20 estudiantes: 7 varones y 13 mujeres); en

su mayoría provienen de instituciones educativas de las zonas urbano marginales de esta Región.

Técnicas e Instrumentos de recolección de datos

Para la obtención de los resultados se aplicaron un cuestionario y dos test, los

mismo que fueron realizados a dos grupos en dos fases, un pre test y un post test, los grupos estuvieron compuestos por estudiantes de las escuelas de Obstetricia (Grupo Experimental) y estudiantes de Enfermería (grupo Control). El grupo experimental desarrollo una secuencia de actividades físicas durante 03 meses los cuales consistían en ejercicios físicos, práctica de deportes juegos recreativos y ejercicios de relajación, el cuestionario aplicado fue el IPAQ de Craig (2003).

Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ)

Instrumento utilizado en diversos estudios internacionales y se ha evaluado su validez y confiabilidad sugiriéndose su uso en diferentes países e idiomas, además de ser propuesto por la OMS como un instrumento a utilizarse para vigilancia epidemiológica a nivel poblacional, dado que se ha puesto a prueba en 24 países y actualmente se emplea en varias redes regionales de Chile. Este instrumento aporta información sobre gasto energético estimado en 24 horas, en las distintas áreas de la vida diaria; tiene la ventaja de ser aplicable a grandes muestras de distintos niveles socio-económicos dada su simplicidad tanto en la administración como en la obtención de los puntajes.

El IPAQ mide el nivel de actividad física a través de preguntas en cuatro dominios: laboral, doméstico, de transporte y del tiempo libre. El indicador de actividad física se expresa tanto de manera continua, en MET-minutos/semana, como de manera categórica, clasificando el nivel de actividad física en bajo, moderado o alto.

Test de empatía

Instrumento de investigación aplicado, se utiliza de acuerdo a la recomendación de Juan Víctor Concepción (2009) del Programa Graduado de Educación en Neurociencia Educativa de la Universidad Interamericana de Puerto Rico para medir el nivel de empatía de los estudiantes universitarios. A este instrumento se le denomina Test de Empatía, se utilizó una escala con

puntuaciones globales para analizar los participantes y su nivel de empatía emocional. Los valores de la escala fluctuaron entre 10 y 40 puntos. En el estudio, de tipo exploratorio descriptivo, se comprobó lo expresado en la literatura donde se destaca que los niveles de empatía en los resultados de la prueba T de Student reflejan que estas diferencias son estadísticamente significativas ($p = 0,0008$).

Test de proactividad

Se seleccionó teniendo en cuenta a Víktor (1993), psiquiatra que recomienda la aplicación del mismo para medir el nivel de Proactividad. Se aplicó a los estudiantes con el propósito de obtener información específica sobre su comportamiento frente a una situación del ámbito personal y contextual. También permite recoger información sobre comportamientos individuales y/o de grupo.

Métodos de análisis de datos

Se utilizó la estadística descriptiva, la cual tiene por objeto fundamental describir y analizar las características de un conjunto de datos, obteniéndose de esa manera conclusiones sobre las características de dicho conjunto y sobre las relaciones existentes con otras poblaciones, a fin de compararlas. En relación a la estadística descriptiva, Rivas (2000) dice; "Para el estudio de estas muestras, la estadística descriptiva nos provee de todos sus medidas; medidas que cuando quieran ser aplicadas al universo total, no tendrán la misma exactitud que tienen para la muestra, es decir al estimarse para el universo vendrá dada con cierto margen de error; esto significa que el valor de la medida calculada para la muestra, en el oscilará dentro de cierto límite de confianza, que casi siempre es de un 95 a 99% de los casos. Para la comprobación de la hipótesis se utilizó la Prueba Chi Cuadrado, asimismo las tablas de doble entrada para establecer la relación entre las variables.

Validación de los instrumentos

En el estudio se utilizó Alfa de Cron Bach para la validación del instrumento

(Bojórquez, 2013). Para este caso se utilizó una prueba piloto aplicada a los estudiantes de la Facultad de Ciencias Agrarias, Escuela de Ingeniería Forestal y del Medio Ambiente, a una muestra de veinte (20) estudiantes del I Ciclo del semestre académico. En esta prueba se obtuvo un grado de confiabilidad de 0,75.

También se utilizó el juicio de experto, donde se les otorgó los instrumentos a dos psicólogos de la Universidad Nacional de Tumbes, para que dieran su opinión profesional sobre la confiabilidad de los instrumentos como fue el test de empatía y Proactividad.

Resultados y discusión

Las actividades físicas son los movimientos corporales voluntarios de contracción muscular, con gasto energético mayor al de reposo; entendida como un comportamiento humano complejo, voluntario y autónomo, con componentes y determinantes de orden biológico y psico-socio cultural, que produce un conjunto de beneficios en la salud (González, 2003). En ese sentido, comprende ejercicios que contribuyen al desarrollo de las capacidades físicas, (Guimaraes, 2002), (fuerza, velocidad, resistencia, agilidad, coordinación y flexibilidad), así como los deportes (futsal, voleibol, y basquetbol). El estudio

no comprendió el desarrollo de las actividades físicas, sino medir, en un determinado período de tiempo, el tiempo que dedica el estudiante a realizar actividades físicas y cómo ésta lo predispone para desarrollar las habilidades sociales; en tal sentido se usó el Cuestionario Internacional de Actividad Física (IPAQ). Asimismo, las habilidades sociales son aquellas que la persona puede desarrollar para una mejor interrelación con los miembros de su grupo. En consecuencia, las habilidades sociales propuestas en la investigación son la empatía y la Proactividad.

Tabla 1. Pre test de actividades físicas, Escuela de obstetricia

Pre Test	Fuerza	Velocidad	Resistencia	Vóley	Basquetbol	Futsal	Horas totales de trabajo
	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas
Moderado	0	0	0	4	2	2	8
Moderado	0	0	0	4	4	3	11
Moderado	1	2	0	3	2	2	10
Moderado	1	2	1	2	2	2	10
Moderado	1	3	2	2	4	1	13
Moderado	2	3	3	2	2	1	13
Baja	0	0	0	1	2	1	4
Moderado	1	2	3	3	2	2	13
Moderado	3	3	2	2	2	0	12
Baja	1	1	0	0	2	2	6
Moderado	2	3	2	2	4	4	17
Baja	1	1	1	0	0	0	3
Moderado	2	2	2	2	2	0	10
Moderado	2	2	2	4	3	2	15
Baja	1	1	1	0	0	0	3
Baja	0	0	0	2	1	0	3
Moderado	3	3	3	3	2	2	16
Baja	0	0	1	2	2	0	5
Baja	0	1	1	2	2	0	6
Baja	0	1	1	2	2	0	6

Tabla 2. Pos test de actividades físicas, Escuela de obstetricia

Post Test	Fuerza	Velocidad	Vóley	Basquetbol	Futsal	Horas totales de trabajo
	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	03	03	16	08	08	40
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	03	03	16	08	08	40
Alta	03	03	15	08	08	40
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	03	03	16	08	08	40
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	04	03	16	08	08	43
Alta	03	03	12	06	06	33

Tabla 3. Pre test de actividades físicas, Escuela de enfermería

Actividades Físicas.							
Pre Test	Fuerza	Velocidad	Resistencia	Vóley	Basquetbol	Futsal	Horas totales de trabajo
	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas.	Horas
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	00	00	00	08	00	00	11
Baja	00	00	00	08	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	00	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Media	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00

Tabla 4. Pos test de actividades físicas, escuela de enfermería

Post Test	Fuerza	Velocidad	Resistencia	Vóley	Basquetbol	Futsal	Horas totales de trabajo
	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas	Horas
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	00	00	00	08	00	00	11
Baja	00	00	00	08	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	00	00	00	11
Moderado	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Moderado	01	01	01	08	00	00	11
Baja	00	00	00	00	00	00	00
Baja	00	00	00	00	00	00	00

En la Tabla 5 se evaluó la empatía de los estudiantes de obstetricia. Los resultados evidenciaron en el pre test que el 75% son poco empáticos; hecho que cambió en el post test, poco empáticos fueron 30% y muy empáticos el 40%. Esta habilidad empleada con acierto, nos facilitará el progreso de las relaciones entre dos o más personas, convirtiéndose en algo así como nuestra conciencia social, ya que situarse en el lugar de la otra persona, nos ayudará a comprender lo que está sintiendo en ese momento.

Tabla 5. Empatía según el pre y post test. escuela de obstetricia

Resultado	Pre Test		Pos Test	
	N	%	N	%
Muy Empático	0	0%	8	40%
Empático	4	20%	6	30%
Poco Empático	15	75%	6	30%
No Empático	1	5%	0	0%
Total	20	100%	20	100%

Por otro lado, de un total de veinte (20) estudiantes del I Ciclo de la Escuela Académico profesional de Enfermería, el cual se constituyó en el grupo control de la investigación, se obtuvo en el pre test que el 80% era poco empático; el 20%, empático y, no hubo estudiantes muy empáticos (Tabla 6). Este cambio, al aplicárseles el post test después de concluido el semestre académico se evidenció que 75% es poco empático; el 15% continúa siendo empático y se encontraron estudiantes muy empáticos, el 10%.

Tabla 6. Empatía según el pre tes. Escuela de enfermería

Resultado	Pre Test		Post Test	
	N	%	N	%
Muy Empático	0	0%	2	10%
Empático	4	20%	3	15%
Poco Empático	16	80%	15	75%
No Empático	0	0%	0	0%
Total	20	100%	20	100%

Tabla 7. Consolidado del Pre y Post Test de Empatía, Escuelas de Obstetricia y Enfermería

Empatía según el Pre y Post Test. Escuela de Obstetricia								
Resultado	Obstetricia		Enfermería		Enfermería		Obstetricia	
	Pre Test		Pre Test		Post Test		Post Test	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Muy Empático	0	0%	0	0%	2	10%	8	40%
Empático	4	20%	3	15%	3	15%	6	30%
Poco Empático	15	75%	17	80%	15	75%	6	30%
No Empático	1	5%	0	0%	0	0%	0	0%
Total	20	100%	20	100%	20	100%	20	100%

En el consolidado de ambas escuelas (Tabla 7), en cuanto a la empatía se observa que en el pre test son poco empáticos, en Obstetricia el 75% y en Enfermería, el 80%; en cambio cuando se aplicó el Programa en la Escuela de Obstetricia, este bajó en un 45%, la poca empatía, solo disminuyó en un 5%, en Enfermería y subió significativamente, en un 40% a muy empáticos en Obstetricia.

En la tabla 8 se observa que, 20 estudiantes de la escuela de Obstetricia, califican en el pre test, 75% como poco proactivos y 55%, muy proactivos en el pos test.

En la tabla 9 se observa que, 20 estudiantes 6 son muy proactivos en el pre test que equivale al 30% y en el post test 7 son muy proactivos que equivale al 35%.

Tabla 8. Consolidado del pre y pos tes de Proactividad escuela de obstetricia

Resultado	Nivel de Respuestas	Pre Test		Pos Test	
		N	%	N	%
Muy Proactivo	Igual o Mayor a 8 Respuestas Positivas	5	25%	11	55%
Poco Proactivo	Igual o Menor a 7 Respuestas Negativas	15	75%	9	45%
Total		20	100%	20	100%

Tabla 9. Proactividad según el pre y pos test. escuela enfermería

Resultado	Nivel de respuestas	Pre Test		Post Test	
		N	%	N	%
Muy Proactivo	Igual o mayor a 8 respuestas positivas	6	30%	7	35%
Poco Proactivo	Igual o menor a 7 respuestas negativas	14	70%	13	65%
Total		20	100%	20	100%

Tabla 10. Consolidado del Pre y Post Test de Proactividad, Escuelas de Obstetricia y Enfermería

Proactividad Según El Pre Y Post Test.								
Resultado	Pre Test				Post Test			
	Obstetricia		Enfermería		Enfermería		Obstetricia	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Muy Proactivo	5	25%	6	30%	7	35%	11	55%
Poco Proactivo	15	75%	14	70%	13	65%	9	45%
Total	20	100%	20	100%	20	100%	20	100%

En la Proactividad en el pre test, en la Escuela de Obstetricia los resultados arrojaron que el 75% es poco proactivo y el 70%, también lo es en la Escuela de Enfermería (Tabla 10). En el post test, en Enfermería disminuye un 5% en lo poco

proactivo y 25% en la Escuela de Obstetricia; en cambio sube el 25% en la Escuela de Obstetricia en Muy Proactivo y solo un 5% en Enfermería.

La condición física se define como la "capacidad de realizar trabajo diario con

vigor y efectividad (es decir, con máximo eficiencia y mínimo gesto energético), retardando la aparición de la fatiga y previniendo la aparición de lesiones" (Clarke, 1967).

En la condición física se ha logrado establecer los parámetros que debe de cumplir un varón o una mujer, según su edad cronológica. En este caso, se tiene que los estudiantes de las escuelas de Enfermería y Obstetricia oscilan entre los 17 a 20 años de edad. En la Tabla 1 y 3, en el pre test se observa que en las escuelas de Obstetricia y Enfermería la condición física es baja y moderada de acuerdo a la cantidad de horas destinadas a la actividad física. En la Tabla 2, en la escuela de Obstetricia en el pos test se puede notar mejora en la condición física con el incremento de horas de actividad física llegándose a condición buena. En la tabla N° 04, se observa que en la escuela de enfermería se mantiene los resultados del pre test notándose la diferencia de los resultados en lo que respecta a la actividad física entre las dos escuelas.

Habilidades Sociales

La empatía: Aquella capacidad que comprenda tanto los factores afectivos como los cognitivos. Esto quiere decir que, la empatía implicaría no solamente "ponerse en el lugar del otro" a nivel sentimental, si no también comprender lo, llegando en algunas ocasiones a saberlo que piensa y siente el otro (Fernández, 2009). La empatía nos permite interaccionar eficazmente con el mundo social. Se aplicó un pre y pos test a los estudiantes de la escuela de Obstetricia, a un total de 20 estudiantes del I Ciclo de estudios. En la Tabla 4, se evaluó la empatía de los estudiantes. Los resultados evidenciaron en el pre test que el 75% son poco empáticos; hecho que cambió en el post test, poco empáticos fueron 30% y muy empáticos el 40%. Esta habilidad empleada con acierto, nos facilitará el progreso de las relaciones entre dos o más personas, convirtiéndose en algo así como nuestra conciencia social, ya que situarse en el lugar de la otra persona, nos ayudará a comprender lo que está sintiendo en ese momento. En la Tabla N° 05, se evaluó la

empatía en los estudiantes de enfermería. De un total de veinte estudiantes del I Ciclo, el cual se constituyó en el grupo control de la investigación. Se obtuvo en el pre test que el 80% era poco empático; el 20%, empático y, no hubo estudiantes muy empáticos. Este cambio, al aplicárseles el post test después de concluido el semestre académico se evidenció que 75% es poco empático; el 15% continúa siendo empático y hubo estudiantes muy empáticos, el 10%, y 0% no empáticos. En la Tabla 6, Consolidado del Pre y pos Test de Empatía, Escuelas de Obstetricia y Enfermería; en el consolidado de ambas escuelas, en cuanto a la empatía se observa que en el pre test son poco empáticos, en Obstetricia el 75% y en Enfermería, el 80%; en cambio cuando se aplicó el Programa en la Escuela de Obstetricia, este bajó en un 45%, la poca empatía, solo disminuyó en un 5%, en Enfermería y subió significativamente, en un 40% a muy empáticos en Obstetricia. En ese sentido se puede decir que las personas empáticas están mejor adaptadas emocionalmente, tienen un mayor manejo de sus emociones, son mucho más populares, más sensibles, más sociables, se relacionan mejor sentimentalmente, son más comprensivas, más generosas y mejores negociadoras; esto quiere decir que las emociones de los demás "resuenan" en nosotros, o sea, que podemos llegar a entender lo que sienten y por eso ellos perciben en nosotros un aliado, un apoyo, alguien que les comprende sin juzgarlos y es capaz de ver las cosas desde su punto de vista. Incluso podemos experimentar las emociones de los demás como si fueran propias.

Proactividad: Es la actitud en la que el sujeto asume el pleno control de su conducta vital de modo activo, lo que implica la toma de iniciativa en el desarrollo de acciones creativas y audaces para generar mejoras. Se aplicó un pre y post test en las escuelas de Enfermería y Obstetricia a los estudiantes del I Ciclo, matriculados en la asignatura de Actividades Deportivas y Recreativas. En la Tabla 7 se evalúa la proactividad a los estudiantes de

obstetricia, se observa que el 75% es poco proactivo y en el pos test sube a muy proactivo a un 55%, en la Tabla 8 se evalúa a los estudiantes de enfermería, se observa que el 30% son muy proactivos en el pre test y en el pos test sube a 35% a muy proactivos; en la tabla 9 del consolidado del Pre y Pos test de proactividad de las estudiantes de las escuelas de obstetricia y enfermería en el pre test, se observa que el 75% es poco proactivo en la Escuela de Obstetricia y el 70% es poco proactivo en enfermería. En el pos test en la escuela de enfermería se obtiene 65% en poco proactivo disminuyendo 5% con respecto al pre test, en la escuela de obstetricia en el pos test se obtiene que el 55% se encuentra en muy proactivos observándose que hay un aumento de 20% referente al pre test. Esto se debe a que este hábito de efectividad representa la posibilidad de asumir nuevos desafíos en un ambiente de libertad individual y responsabilidad social de la persona humana. Este es el hábito de la conciencia y conducta de responsabilidad, el que resulta determinante en cada persona para comprender sus realizaciones y frustraciones, sus retos y sus respuestas, sus ambiciones y sus logros; hecho que se logra o estimula a través de un Programa de Actividades Físicas.

Es muy importante entender que, entre los estímulos, procedentes del ambiente

externo e interno, y las respuestas, manifestadas en conductas observables o no, existe la libertad interior de decidir. Esta es evidentemente una postura no determinista, tal como el propio Frankl (1946) la señalara al considerarla la última de las libertades humanas. Al hombre se le puede despojar de todo salvo la de elegir sus valores de actitud frente a las circunstancias de su propia vida. Una lección magistral de libertad interior de elegir la dio el propio Frankl a raíz de su dolorosa experiencia durante sus años de confinamiento (1942 - 1945) en cuatro campos de concentración nazi. Su extraordinario libro: Un psicólogo en un campo de concentración, (2013) publicado después con el título de: El hombre en busca de sentido, siempre perdurará como uno de los más valiosos legados de valor y esperanza humanas en las condiciones más difíciles de soportar para un ser humano.

El estudio concuerda con el Restrepo (2008), Que afirma que la Educación Física, guarda una estrecha relación con el fortalecimiento de las habilidades sociales en la formación de los estudiantes, porque es a partir de estas que ellos adquieren normas, hábitos y rutinas indispensables en su proceso de construcción de nuevos aprendizajes; los cuales de una u otra forma les brindan las bases y herramientas fundamentales para su total y pleno desarrollo.

Conclusiones

El nivel de desarrollo de las habilidades sociales de empatía en los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Ciencias de la Salud, en el pre test, 75% es poco empático en la Escuela de Obstetricia y el 80% de Enfermería. En cambio, en el pos test, en la Escuela de Enfermería fue del 75%, poco empático y el 40%, Muy Empático en la Escuela de Obstetricia.

El nivel de desarrollo de las habilidades sociales de proactividad en los estudiantes del I ciclo de la Facultad de Ciencias de la Salud, en el pre test, 75% es poco proactivo en la Escuela de Obstetricia y el 70%, de Enfermería. En

cambio, en el pos test, en la Escuela de Enfermería fue del 65%, poco proactivo y el 55%, muy proactivo en la Escuela de Obstetricia.

La actividad física del estudiante de obstetricia influye en las habilidades sociales (Proactividad), pues a través de la Prueba Chi Cuadrado se tiene un valor de $\text{sig}=0,0415$ y es menor que $\alpha=0,05$.

Las actividades físicas de los estudiantes de la escuela profesional de obstetricia influyen en las habilidades sociales (Empatía), como el valor de $\text{sig}=0,0415$ y es menor que $\alpha=0,05$, entonces se rechaza H_0 y se Acepta H_1 .

Referencias bibliográficas

- Bojórquez, J. 2013. Utilización del alfa de Cronbach para validar la confiabilidad de un instrumento de medición de satisfacción del estudiante en el uso del software Minitab. Universidad Tecnológica del Sur de Sonora, Cd. Obregón, Sonora, México.
- Craig, C. 2003. International physical activity questionnaire: 12 country reliability and validity. *Medicine of Science of Sports and Exercise*.
- Clarke, H. 1967. Cuido mi condición física. *Edusport* 1-17.
- Concepción, J. 2009. La relación entre el género de los estudiantes universitarios y su nivel de empatía emocional. Universidad Interamericana de Puerto Rico. Puerto Rico.
- Guimaraes, T. 2002. *En entrenamiento Deportivo: Capacidades Físicas*. San José: EUNED
- González, J. 1992. *Psicología y Deporte*. Madrid: Biblioteca Nueva.
- González J.M. 2003. *Actividad Física, Deporte y Vida. Beneficios, perjuicios de la actividad física y del deporte*. España.
- Lexander, M. 2010. Sistema de actividades físicas para aminorar el efecto del estrés postraumático en la violencia doméstica de las mujeres de la Zona 71 del Consejo Popular Centro del Pueblo, en Ciego de Ávila. Universidad de las Ciencias de la Cultura Física y el Deporte. Manuel Fajardo. La Habana. Cuba.
- Michelson, L.; Sugai, D.; Wood, R.; Kazdin, A.E. 1987. *Las habilidades sociales en la infancia*. Edit. Barcelona.
- Restrepo, O. 2008. La educación física en el fortalecimiento de las habilidades sociales de los estudiantes del grado primero de la Institución Educativa Eduardo Santos, Sede Pedro J. Gómez. Universidad de Antioquia. Medellín. Colombia.
- Rivas, E. 2000. *Estadística General*. Ediciones de la Universidad Central de Venezuela. Caracas Venezuela. Ediciones. Undécima edición.
- Fernández, A.; Moreno, M. 2001. Entrenamiento de habilidades sociales en el ámbito escolar: inclusión de un procedimiento de autorregulación verbal, *Revista de Psicología General y Aplicada*.
- Fernández, M. 2009. La empatía desde dos miradas: la evolución y la educación. *Educación y regulaciones estatales*. Universidad Nacional de Córdoba. Escuela de Filosofía y CIFYH.
- Frankl, V. 1946. *El hombre en busca de sentido*. Editorial Heider.