

**EFFECTOS DE UN PROGRAMA DE ACTIVIDAD FÍSICA EN EL
COMPORTAMIENTO AGRESIVO DE ESCOLARES
ADOLESCENTES**

Agosto,2018

Nombre de los estudiantes

VÍCTOR MANUEL RIVERO OCHOA
ESMELIS ANTONIO CONTRERAS BANQUEZ
LORAYNE OROZCO JIMENEZ

Trabajo de Investigación o Tesis Doctoral como requisito para optar el título de Magister
en Actividad Física y Salud

Tutores

**YANETH HERAZO BELTRÁN.
YOLIMA ALARCÓN VÁSQUEZ.**

RESUMEN

Antecedentes: La violencia y agresividad se han considerado un problema de salud pública. La actividad física acompañada de la educación en valores disminuye la agresividad y contribuye al mejoramiento de la salud física, mental y social. En la actualidad la sociedad se encuentra inmersa en cambios culturales, sociodemográficos y tecnológicos, que aceleran o llevan al adolescente a tener un estilo de vida no saludable, que además de llevarlos a hábitos inadecuados donde la actividad física (AF) y la recreación son reemplazadas por acciones de poco gasto energético, con frecuencia adoptan comportamientos agresivos que no aportan beneficios a su salud biopsicosocial.

Objetivo: Determinar el efecto de un programa de actividad físico deportivo en el comportamiento agresivo de adolescentes escolares.

Materiales y Métodos: Investigación experimental bajo el diseño de un estudio de campo en 92 adolescentes de dos instituciones educativas de la zona bananera del Magdalena. Se aplicó un programa de actividades físico-deportivas durante 36 sesiones en 12 semanas. Previo y post intervención se aplicó el Cuestionario de Buss y Perry y el Cuestionario PAQ-C.

Resultados: El estudio evidenció que el sexo masculino presenta mayor agresividad total, en relación al sexo femenino. Siendo la escala de agresividad física la de mayor predominio en el sexo masculino. Se observó una notable disminución en la agresividad total en el grupo experimental (pre= $3,9 \pm 0,5$; post= $2,1 \pm 0,3$). Todas las escalas tuvieron cambios significativos, pero en la escala de agresividad física el sexo masculino fue el que denotó mayores cambios.

Conclusiones: Los resultados sugieren una asociación significativa entre los efectos del programa y la agresividad en los adolescentes de la escuela intervenida, demostrando disminución de las escalas de agresividad, apropiación de los estudiantes en valores

éticos para resolución de conflictos, mejorías en las relaciones interpersonales y el auto concepto.

Palabras clave: Actividad física, Agresión, adolescentes

ABSTRACT

Background: Violence and aggression have been considered a public health problem. Physical activity accompanied by value education diminishes aggression and contributes to the improvement of physical, mental and social health. Today society is immersed in cultural, sociodemographic and technological changes, which accelerate or lead the adolescent to have an unhealthy lifestyle, which in addition to leading them to inappropriate habits where physical activity (AF) and recreation are replaced by actions of little energy expense, often adopt aggressive behaviors that do not bring their health benefits.

Objective: To determine the effect of a sports physical activity program on the aggressive behavior of school adolescents.

Materials and Methods: Experimental research under the design of a field study in 92 adolescents from two educational institutions in the Magdalena banana zone. A physical-sports activity program was applied during 36 sessions in 12 weeks. Before and after the intervention, the Buss and Perry Questionnaire and the PAQ-C Questionnaire were applied.

Results: The study showed that the male sex is more aggressive, in relation to the female sex. Being the scale of physical aggression the one of greater predominance in the masculine sex. There was a notable decrease in total aggressiveness in the experimental group (pre = 3.9 ± 0.5 , post = 2.1 ± 0.3). All the scales had significant changes, but in the scale of physical aggression the masculine sex was the one that denoted major changes.

Conclusions: The results suggest a significant association between the effects of the program and aggressiveness in the adolescents of the intervened school, demonstrating

a decrease in aggressiveness scales, students' appropriation in ethical values for conflict resolution, improvements in interpersonal relationships and self-concept.

Keywords: Physical activity, aggression, teenagers

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Informe mundial sobre la violencia y la salud. Washington D.C; 2002.
2. Reigal GR, Videra GA, Parra FJ, Juárez RR. Actividad físico deportiva, auto concepto físico y bienestar psicológico en la adolescencia. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. 2012; 22-23.
3. Pelegrin MA, Garcés DE. Análisis de las variables que influyen en la adaptación y socialización: El comportamiento agresivo en la adolescencia. Ansiedad y Estrés 2009; 15(2-3): 131-150.
4. Ossa GE, Arango VE, Velásquez RC, Muñoz CA, Restrepo A, Bedoya BG, Patiño VF, Agudelo OG. Calidad de Vida Relacionada con la Salud en Un Grupo de Adolescentes de Medellín (Colombia): Asociación con Aspectos Sociodemográficos, Exceso de Peso u Obesidad y Actividad Física. Revista Colombiana de Psicología. 2015; 23(255-267)
5. Zamora CG. Servicios clínicos disponibles para niñas, niños y jóvenes con trastornos mentales en México. Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud 2013; 11(1): 163-170.
6. Hitchman HD, Machado AI, Panol QM. La formación de valores de la juventud de nuestros días. Revista Cubana de Higiene y Epidemiología. 2012; 50 (3): 427-437.
7. Cecchini EJ, Losa JF, González C, Arruza JA. Repercusiones del Programa Delfos de educación en valores a través del deporte en jóvenes escolares. Revista de Educación. 2008; 346: 167-186
8. Buss A, Durkee A. An inventory for assessing different kinds of hostility. Journal of Consulting Psychology. 1957; 21: 343-348.

9. Herazo BA, Domínguez AR. Confiabilidad del cuestionario de actividad física en niños colombianos. *Rev. Salud pública*. 2012; 14 (5): 802-809.
10. Estévez LE, Jiménez GT. Conducta agresiva y ajuste personal y escolar en una muestra de estudiantes adolescentes españoles. *Universitas Psychologica* 2014; 14(1): 111-124.
11. Gallego HA. La agresividad infantil: una propuesta de intervención y prevención pedagógica desde la escuela. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte* 2011; 33: 295 -314.
12. Organización Panamericana de la Salud OPS/OMS (2006). Marco conceptual de la prevención de la violencia en el contexto colombiano. Bogotá; 2006.
13. Chahín PN, Briñez, BL. Actividad física en adolescentes y su relación con agresividad, impulsividad, Internet y videojuegos. *Psychologia. Avances de la Disciplina*. 2011; 5(1): 9-23.
14. Redondo PJ, Luzardo BM, Larrotta CR, Rangel NK. Diferencias en comportamientos agresivos entre adolescentes colombianos. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*. 2015; 44(5-14)
15. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar. Maltrato infantil, 2012. Bogotá; 2012.
16. Ferrel OF, Ortiz G A, Forero OL, Herrera OM, Peña SY. Estilos de vida y factores sociodemográficos asociados en adolescentes escolarizados del distrito de Santa Marta, Colombia. *Duazary: Revista Internacional de Ciencias de la Salud*. 2014; 11(2): 105-114.
17. Sandoval MM. Convivencia y clima escolar: claves de la gestión del conocimiento. Última década. 2014; 22(41): 153-178.
18. Vásquez BA. Representaciones sociales, inclusión de género y sexo en los juegos recreativos tradicionales de la calle de Caldas-Antioquia, Colombia. *Estudios pedagógicos (Valdivia)*. 2012; 38(Especial): 371-391.

19. Zurita OF, Vilches AJ, Cachon ZJ, Padial RR, Martínez MA, Castro SM. Violencia escolar en adolescentes: un análisis en función de la Actividad Física y Lugar de Residencia Habitual. *Universitas Psychologica*. 2015; 14(2), 743-753.
20. Herrera GE, Brocal PD, Sánchez MD, Rodríguez DJ. Relación entre actividad física, depresión y ansiedad en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte* 2012; 12(2): 31-38.
21. Ministerio de Salud y Protección Social. Salud-Actividad física. 2017.
<https://www.minsalud.gov.co/salud/Paginas/Actividad-F%C3%ADsica.aspx>
22. Arán FV, Richaud DMM. Efectos de un programa de intervención para aumentar la reflexividad y la planificación en un ámbito escolar de alto riesgo por pobreza. *Universitas Psychologica*. 2011; 10(2): 341–354.
23. Jiménez CR, Moreno NB, Leyton RM, Claver RF. Motivación y estadios de cambio para el ejercicio físico en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología*. 2015; 47(3): 196–204.
24. Cook C, Williams K, Guerra N, Kim T, Sadek S. Predictors of bullying and victimization in childhood and adolescence: A meta-analytic investigation. *School Psychology Quarterly*. 2010; 25(2): 65–83.
25. Alonso FJ, Carranza MD, Rueda JD, Naranjo J. Composición corporal en escolares de primaria y su relación con el hábito nutricional y la práctica reglada de actividad deportiva. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*. (2014); 7(4): 137-142.
26. Muros MJ, Cofre BC, Pérez S, Castro SM, Valdivia MP, Pérez CA. Relación entre nivel de actividad física y composición corporal en escolares de Santiago (Chile). *Journal of Sport and Health Research*. 2016; 8(1): 65-74.
27. Chacón CR, Martínez MA, Castro SM, Espejo GT, Valdivia PA, Zurita OF. Relación entre bullying, género y actividad física: estudio en escolares de la provincia de Granada. *Trances*. 2015; 7(6): 791-809.

28. Fogel V, Miltenberger RG, Gaves, Koehler S. The effects of exergaming on physical activity among inactive children in a physical education classroom. *Journal of Applied Behaviour Analysis*. 2010; 43, 591-600.
29. Carlsohn A, Rohn S, Mayer F, Schweigert FJ. Physical activity, antioxidant status, and protein modification in adolescent athletes. *Medicine and Science in Sports and Exercise*. 2010; 42(6): 1131-1139.
30. Hillman CH, Erickson KI, Kramer AF. Be smart, exercise your heart: Exercise effects on brain and cognition. *Nature Reviews Neuroscience*. 2008; 9(1): 58-65.
31. Chaddock, L, Hillman CH, Pontifex MB, Johnson CR, Raine LB, Kramer AF. Childhood aerobic fitness predicts cognitive performance one year later. *Journal of Sports Sciences*. 2012; 30(5): 421-430.
32. Samper P, Aparici G, Mestre V. La agresividad auto y heteroevaluada: variables implicadas. *Acción psicológica*. 2006; 4(2):155-168.
33. Matalinares CM, Yaringaño LJ, Uceda EJ, Fernández AE, Huari TY, Campos GA, Villavicencio CN. Estudio Psicométrico De La Versión Española Del Cuestionario De Agresión De Buss Y Perry. *Revista de investigación de Psicología*. 2012; 15(1): 147 – 161.
34. Trianes TM, Sánchez SA, Muñoz SA. Educar la convivencia como prevención de violencia interpersonal: perspectivas de los profesores. *Revista Interuniversitaria de Formación del Profesorado*. 2001; 41: 73-93.
35. Chapi MJ. Una revisión Psicológica a las teorías de la agresividad. *Revista Electrónica De Psicología Iztacala*. 2012; 15(1).
36. Renfrew, J. *La Agresión y sus causas*. México: Trillas; 2001.
37. Massanet RB. La agresión: explicaciones desde la psicología. *Revista Interamericana de Psicología Ocupacional* 2001; 30(2): 212-227.
38. Latorre LA, Rocabert BE. *Psicología Escolar: Ámbitos de Intervención*. Ediciones Valencia: Promolibro; 1997.

39. Latorre A, Muñoz E. Educación para la tolerancia. Programa de prevención de conductas agresivas y violentas en el aula. Bilbao: Desclée De Brouwer; 2001.
40. Spielberger CD. Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory. Odessa, F.L: Psychological Assessment Resources; 1988.
41. Husman B F, Silva JM. Aggression in sport: Definitional and theoretical considerations. En J. M. Silva y R. S. Weinberg (Eds.), Psychological foundations of sport. Champaign, IL: Human Kinetics; 1984. p. 246-260.
42. Chóliz MM. Motivos secundarios II (conducta de ayuda y agresión). En Palmero F, Fernández-Abascal E, Martínez F, Chóliz MM (Coors.). Psicología de la Motivación y la Emoción. Madrid: McGraw-Hill; 2002
43. Dodge KA. The structure and function of reactive and proactive aggression. En D. Pepler y K. H. Rubin (Eds.), The development and treatment of childhood aggression. Hillsdale, NJ: Erlbaum; 1991. P. 201-218.
44. (Dodge KA, Coie J D, Pettit GS, Price JM. Peer status and aggression in boys groups: Developmental and contextual analyses. Child Development. 1990; 61: 1289 - 1309.
45. García FE. Psicología General: Motivación y Emoción. Madrid: Centro de Estudios Ramón Areces; 1997.
46. Smith TW. Concepts and methods in the study of anger, hostility, and health. En AW. Siegman T W. (Eds.). Anger, hostility and heart. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates; 1994. p. 23-42.
47. Sanmartín J. Violencia: factores biológicos y ambientales, con especial referencia al cine y la televisión. En Sanmartín J, Grisolia TJ, Grisolia S (Eds.), Violencia, televisión y cine. Barcelona: Ariel; 1998. P. 11-29
48. Petrus RA. Cultura de la violencia y educación secundaria. Revista Española de Educación Comparada. 2001; 7: 23-50.
49. Wettstein A. El sistema de observación Basys para el análisis del comportamiento agresivo en el contexto escolar. Psicotherma 2012; 24(3), 364-370.

- 50.OMS Organización Panamericana de la Salud OPS/OMS (2006). Marco conceptual de la prevención de la violencia en el contexto colombiano. Bogotá; 2006.
- 51.UNICEF. Estado mundial de la infancia. La adolescencia una época de oportunidades. 2011.
- 52.Organización Mundial de la Salud. Desarrollo en la adolescencia. 2016.
- 53.Departamento Nacional de Planeación. Ley 1098 de 2006 de Infancia y adolescencia. Bogotá; 2006.
- 54.Verónica G. Desarrollo psicosocial del adolescente Revista Chilena de Pediatría. 2015; 86: 436-443.
- 55.López-HL. Agresión entre iguales. Teorías sobre su origen y soluciones en los centros educativos Opción. 2015; 31(2): 677-699.
- 56.Herazo BY, Crissien QE, Vidarte CJ, Pinillos PY, Suárez PD. Factores Asociados a la Actividad Física en personas de 18 69 en el distrito de Barranquilla. Ediciones Universidad Simón Bolívar; 2013.
- 57.Cerezo F. Conductas agresivas en la edad escolar. Aproximación teoría y metodológica. Propuestas de intervención. Ediciones Pirámide. 1999.
- 58.Tur-Porcar A, Mestre V, Samper P, Malonda E. Crianza y agresividad de los menores: ¿es diferente la influencia del padre y de la madre? Psicothema. 2012; 24(2): 284-288.
- 59.Arias G W. Agresión y violencia en la adolescencia: la importancia de la familia. Revista avances en psicología. 2013; 21 (1).
- 60.WHO World Health Organization. Global strategy on diet. In: Physical activity and health. Geneva; 2004.
- 61.Organización Panamericana de la Salud. Estrategia mundial OMS sobre régimen alimentario, actividad física y salud. Plan de ejecución en América latina y el Caribe 2006-2007. México; 2005.

62. Irwin, J.D. Prevalence of university students' sufficient physical activity: A systematic review. *Perceptual and Motor Skills*. 2004; 98(3): 927-943.
63. American College of Sports Medicine Guidelines for exercises. Testing and prescription. 5th ed. Philadelphia: Lea & Febiger; 1995.
64. Gutiérrez PJ, Sarmiento J, Flórez A. Asociación de Medicina del Deporte de Colombia. Manifiesto de Actividad Física para Colombia. 2002.
65. Lagardera F. Diccionario Paidotribo de la actividad Física y el deporte. Ediciones Díaz de Santos. España: Paidotribo; 2008.
66. http://www.who.int/dietphysicalactivity/factsheet_young_people/es/
67. Barbosa N, Sánchez CE, Vera JA, Pérez W, Thalabard JC, Rieu M. A physical activity questionnaire: Reproducibility and validity. *Journal of Sports Science and Medicine*. 2007; 6: 505-518.
68. Janz KF, Lutuchy EM, Wenthe P, Levy SM. Measuring Activity in Children and Adolescents Using Self-Report: PAQ-C and PAQ-A. *Med. Sci. Sports Exerc*. 2008; 40 (4): 767-772.
69. Miller Y. Physical activity measurement in children by parental self report. NSW Department of Health. Centre for Physical Activity and Health. Report No. CPAH 04-0001. Sidney; 2004.
70. <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/adolescents-health-risks-and-solutions>
71. <http://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
72. Chahín PN, Lorenzo SU, Vigil CA, Características psicométricas de la adaptación colombiana del Cuestionario de Agresividad de Buss y Perry en una muestra de preadolescentes y adolescentes de Bucaramanga. *Universitas Psychologica*. 2012; 11(3): 979-988.
73. Gómez FJ, Salazar C M, Detección de violencia escolar en adolescentes en la clase de educación física. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte* 2015; 10(1): 41-47.

74. García MA, Sánchez QI, Gómez VI. efecto diferencial del estilo educativo paterno y materno en la agresividad durante la adolescencia. *Psicología Conductual* 2016; 24(3): 497-511
75. Redondo PJ, Luzardo BM, Rangel NK. Conducta agresiva en una muestra de estudiantes de tres colegios de la ciudad de Bucaramanga, Colombia. *Encuentros*. 2016; 14 (1): 31-40.
76. Martínez J, Tovar CJ, Rojas AC, Duque FA. Agresividad en los escolares y su relación con las normas familiares. *Revista Colombiana de Psiquiatría*. 2008; 37(3): 365-377.
77. Organización de las Naciones unidas para la Educación la ciencia y la Cultura – UNESCO- Kaluf FC. Diversidad cultural. Materiales para la formación docente y el trabajo de aula. Santiago; 2005.
78. Organización mundial de la Salud. Guía de intervención mhGAP para los trastornos mentales, neurológicos y por uso de sustancias en el nivel de atención de la salud no especializada. Ginebra, 2010.
79. Estévez E, Jiménez T, Moreno D. Cuando las víctimas de violencia escolar se convierten en agresores: “¿Quién va a defenderme?”. *European Journal of Education and Psychology* 2010; 3(2): 177-186)
80. Cid HP, Díaz MA, Pérez M, Torruella PM, Valderrama A. Agresión y violencia en la escuela como factor de riesgo del aprendizaje escolar. *Ciencia y Enfermería*. 2008; 14(2): 21-30.
81. Torre M, Cruz GM, Villa CM, Casanova P. Relaciones entre violencia escolar y auto concepto multidimensional en adolescentes de Educación Secundaria Obligatoria. *European Journal of Education and Psychology*. 2008; 1(2): 57-70.
82. Chaux E. Múltiples Perspectivas Sobre un Problema Complejo: Comentarios Sobre Cinco Investigaciones en Violencia Escolar. *Psykhé* 2011; 20(2): 79-86
83. Oliva Herberth. Manual Para el abordaje y seguimientos a casos de violencia escolar. San Salvador: UFG-Editores; 2015.

84. González GK., Rincón CD. & León R F. Incidencia de los medios de comunicación y las percepciones de violencia escolar. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*. 2015; 46, 71-88.
85. Franco A E, Coterón LJ, Gómez V, Brito J, Martínez H. Influencia de la motivación y del flow disposicional sobre la intención de realizar actividad físico-deportiva en adolescentes de cuatro países. *Retos*. 2017; 31, 46-51.
86. Oviedo G, Sánchez J, Castro R, Calvo M, Sevilla J, Iglesias A, Guerra M. Niveles de actividad física en población adolescente. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 2013; 43-47
87. Piñeros M, Pardo C. Actividad física en adolescentes de cinco ciudades colombianas: resultados de la Encuesta Mundial de Salud a Escolares. 2010; 12(6): 903-914
88. Torre LG, Beltrán J, Calahorro F, López FI, Nikolaidis P. Análisis de la distribución de la práctica de actividad física en alumnos de educación infantil. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 2015;16(1): 261-268
89. Martínez BA, Palma Ch, Martín MM, Pérez LI, Castillo R, Zapatera B, et al. Motivos de práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio AVENA. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 2012; 12(1): 45-54.
90. Esteban CI, Tejero GC, Sallis J, Veiga O. Physical activity and cognition in adolescents: A systematic review. *Journal of science and medicine in sport*. 2015; 18(5):534-9.
91. Higuera GF, Cardona AJ. Validación de una escala de bullying en adolescentes de instituciones educativas de Medellín, Colombia. *Educación y Educadores*. 2016; 20(1), 9-23.
92. Portolés AA, González HJ. Actividad física y niveles de burnout en alumnos de la E.S.O. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*. 2016; 29: 95-99.

93. Rodríguez VL, Ramírez VR, Correa BJ. Estado nutricional y etapas de cambio comportamental frente a la actividad física en niños y adolescentes de Bogotá, Colombia: estudio FUPRECOL. *Nutrición Hospitalaria*. 2016; 33(5):1066-1073
94. Sánchez AB, Gómez MA, Valero VA, De la Cruz SE, Díaz SA. El Modelo De Responsabilidad Personal Y Social a Través del Deporte como Propuesta Metodológica para la Educación en Valores. *Revista digital del Centro del Profesorado Cuevas*. 2016; 9(18).
95. Carranza GM, Mora J. Educación Física y Valores: Educando en un Mundo Complejo 31 propuestas. Barcelona: Grao; 2003.
96. Cecchini EJ, Montero J, Peña JV. Repercusiones del Programa de Intervención para Desarrollar la Responsabilidad Personal y Social de Hellinson sobre los comportamientos de fair play y el autocontrol. *Psicothema*. 2003; 15: 631-637.
97. Escartí CA, Gutiérrez SM, Pascual C, Marín SD, Martínez TC, Chacón FY. Enseñando responsabilidad personal y social a un grupo de adolescentes de riesgo. *Revista de Educación*. 2005; 373-396.
98. Sánchez MB, Gómez MA, Valero VA, De la Cruz SE. Aplicación de un programa para la mejora de la responsabilidad personal y social en las clases de educación física Motricidad. *European Journal of Human Movement*, 2013; 30:121-129.
99. Cecchini EJ, Montero J, Alonso A, Izquierdo M, Contreras O. Effects of an intervention program for development of personal and social responsibility on fair play in sports and self-control in school-aged youths. *Jouernal of Science*. 2017; 203-211.
100. Cecchini EJ, Losa LJ, González C, Arruza JA. Los procesos de transferencia en el programa delfos. *Revista Española de Educación Física y Deporte*. 2008; 8.
101. Cecchini EJ, González GC, González AC, Barreal SJ, Fernández GC, García VM, Llana LR, Pedro Nuño IP. Repercusiones del Programa Delfos sobre los niveles de agresividad en el deporte y otros contextos de la vida diaria. *Apunts. Educacion Física y deporte*. 2009; 2: 96. 160

102. Cecchini Ch, Cecchini EJ, Fernández LJ, González C. Repercusiones del Programa Delfos sobre los niveles de agresividad en las clases de educación física: actividades colaborativas versus competitivas. *Revista de Formación del Profesorado e Investigación Educativa*. 2011; 24: 11-21.
103. Sánchez AB, López G, Valero VA, Gómez MA. Los programas de educación en valores a través de la educación física y el deporte. *Actividad Física y Deporte: Ciencia y Profesión*. 2016; 25: 45-58.
104. Congreso de Colombia. Ley 732 de 2002. Bogotá D.C. 2002.
105. López RL, Romero E, Villar P. Relaciones entre estilos educativos parentales y rasgos psicopáticos en la infancia. *Revista internacional de Psicología clínica y de la salud*. 2012; 20(3): 603-623.
106. Zuñeda A, Llamazares A, Marañón D, Vázquez G. Características individuales y familiares de los adolescentes inmersos en violencia filio-parental: La agresividad física, la cohesión familiar y el conflicto interparental como variables explicativas. *Revista De Psicopatología y Psicología Clínica*. 2016; 21(1): 21-33.
107. Goebertus J. Palma de aceite y desplazamiento forzado en zona bananera: "trayectorias" entre recursos naturales y conflicto. *Colombia Internacional*. 2008; (67), 152-175.
108. Hewitt RN, Gantiva DA, Vera MA, Cuervo RM, Hernández ON, Juárez F, Parada BA. Afectaciones psicológicas de niños y adolescentes expuestos al conflicto armado en una zona rural de Colombia. *Acta colombiana de psicología*. 2014; 17(1): 79-89.
109. Organización Mundial de la Salud. Recomendaciones mundiales sobre la actividad física para la salud. Ginebra; 2010.
110. Campo TL, Herazo BY, García PF, Suarez VM, Méndez O, Vásquez DF. Estilos de vida saludables de niños, niñas y adolescentes. *Salud Uninorte*. 2017; 33 (3): 419-428.

111. Burns DR, Brusseau AT, Fu Y, Zhang P. (2018). Development of Step-Count Cut Points for School-Day Vigorous Physical Activity. *BioMed Research International*. 2018.
112. Fernández RJ, Cecchini, J, Méndez GA, Méndez AD. Adolescents' competence metaperceptions and self-perceptions, motivation, intention to be physically active and physical activity. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*. 2018. 18(1): 75-80
113. Zimmo L, Farooq A., Almudahka F, Izzeldin I, Graith M. School-time physical activity among Arab elementary school children in Qatar. *BMC Pediatr*. 2017; 17: 76.
114. Sáenz IA., Gimeno MF, Gutiérrez PH, Garay IB. Prevención de la agresividad y la violencia en el deporte en edad escolar: Un estudio de revisión. *Cuadernos De Psicología Del Deporte*. 2012; 12(2): 57-72.
115. Reynaga EP, Arévalo VE, Verdesoto GÁ, Jiménez OI, De Lourdes PM, Morales AJ. Beneficios psicológicos de la actividad física en el trabajo de un centro educativo. *Retos: Nuevas Perspectivas De Educación Física, Deporte Y Recreación*. 2016; 30: 203-206.
116. Pinto PS, Li L, Power Ch. Lifetime risk factors for leisure-time physical inactivity in mid-adulthood. *Preventive Medicine Reports*. 2018; 11: 23-30
117. Ramírez W, Vinaccia S, Suárez G. El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. *Revista De Estudios Sociales*. 2004; 18: 67-75.
118. Jain V, Jain K, Sharma S, Chaitanya S, Prajna S. Yoga-Preksha-Dhyan Practice As A Cost-Effective Preventive Strategy Against Aggressiveness In Primary School Children. *International Journal of Yoga and Allied Sciences*. 2017; 6(2): 106-113.
119. Masrifatin Y, Barid NM. Optimization Of Game Character Education Based On Traditional Physical Education Of Children With Behaviour And Emotional Problems through Learning Model Quantum Learning Neuro Psychology Learning And Learning. *ADRI International Journal of Psychology*. 2017; 1(1).

120. Park JW, Park SH, Koo ChM, Eun D, Kim KH, Lee ChB, et al. Regular physical education class enhances sociality and physical fitness while reducing psychological problems in children of multicultural families. *Journal of Exercise Rehabilitation*. 2017; 13(2):168-178.
121. Flores MR, Zamora SJ. La educación física y el deporte como medios para adquirir y desarrollar valores en el nivel de primaria. *Revista educación*. 2009; 33(1): 133-143.
122. Santoyo CD, Frías S. Acoso escolar en México: Actores involucrados y sus características. *Revista Latinoamericana De Estudios Educativos*. 2014; 44(4):13-41.
123. Postigo ZS, González BR, Mateu MC, Ferrero BJ, Martorell PC. Diferencias conductuales según género en convivencia escolar. *Psicothema*. 2009; 21(3): 453-458
124. Rodríguez LD, Garzón MN. Comparación de las intervenciones en actividad física en Brasil y Colombia, desde la promoción de la salud. *Revista De La Facultad De Medicina*. 2013; 61(4): 449-458.