

## **Procesos comunitarios gamificados. Una estrategia para promover estilos de vida saludables**

### **Gamified community processes. A strategy for promoting healthy lifestyles**

### **Processos comunitários gamificados. Uma estratégia para promover estilos de vida saudáveis**

Viviana Sierra Delgadillo<sup>1</sup>

✉ [vivianasierra@usta.edu.co](mailto:vivianasierra@usta.edu.co)

Leidy Viviana Acosta Fajardo<sup>1</sup>

✉ [leydy.acosta@usantotomas.edu.co](mailto:leydy.acosta@usantotomas.edu.co)

Lady Johanna Ruiz González<sup>1</sup>

✉ [ladyruizg@usta.edu.co](mailto:ladyruizg@usta.edu.co)

Cindy Joulieth Castro Ramírez<sup>1</sup>

✉ [cindycastro@usta.edu.co](mailto:cindycastro@usta.edu.co)

Juan Pablo Romero Correa<sup>1</sup>

✉ [decanodivisionderecho@ustatunja.edu.co](mailto:decanodivisionderecho@ustatunja.edu.co)

<sup>1</sup> Universidad Santo Tomás, Colombia.

## **Resumen**

Desde 2019, la Universidad Santo Tomás ha venido desarrollando proyectos en las localidades de Suba y Ciudad Bolívar, en Bogotá, con los que se busca crear capacidad instalada para responder a las necesidades de formación de los actores comunitarios y garantizar los derechos a la recreación y a la salud. Entre las acciones pedagógicas que ha implementado la universidad, la gamificación se ha convertido en una estrategia

fundamental para fomentar la recreación y los estilos de vida saludables entre los más de 400 niños, jóvenes, madres comunitarias y mujeres cuidadoras de los Centros de Proyección Social de la institución afectados por los proyectos. En parte, esto ha sido posible gracias al enfoque de la investigación-acción participativa, ya que tiene en cuenta los intereses y necesidades de estos segmentos de la población. Uno de los resultados es la creación de un kit de herramientas sobre cultura física, deporte y recreación que, con un lenguaje práctico dirigido a la comunidad, facilita el acercamiento a los territorios y rompe la barrera de la comunicación. Estos procesos formativos son un espacio en el que los estudiantes del programa en cultura física, deporte y recreación de la universidad realizan sus prácticas académicas, y al mismo tiempo garantizan la innovación y promoción de una vida saludable a través de la recreación.

**Palabras clave:** educación física, estilos de vida saludables, gamificación, innovación educativa, proyectos comunitarios, recreación.

## Abstract

Since 2019, the Universidad Santo Tomás has been developing projects in two marginalized areas of Bogotá, with the aim of creating an installed capacity to respond to the training needs of community actors and guarantee the rights to recreation and health. Among the pedagogical actions implemented by the university, gamification has become a fundamental strategy to promote recreation and healthy lifestyles among the more than 400 children, adolescents, community mothers and caregivers of the institution's Social Projection Centers affected by the projects. This was made possible in part by the participatory action research approach, which takes into account the interests and needs of these populations. One of the results is the creation of a toolbox on physical culture, sport and recreation, which, with a practical language aimed at the community, facilitates the approach to the territories and breaks the communication barrier. Formative processes such as these are a space where students from the university's faculties of sport and recreation carry out their academic internships, while at the same time guaranteeing innovation and the promotion of healthy living through recreation.

**Keywords:** physical education, healthy lifestyles, gamification, educational innovation, community projects, recreation.

## Resumo

Desde 2019, a Universidad Santo Tomás vem desenvolvendo projetos em duas áreas marginais de Bogotá, com os quais busca criar capacidade instalada para atender às necessidades de treinamento dos atores comunitários e garantir os direitos à recreação e à saúde. Entre as ações pedagógicas implementadas pela universidade, a gamificação se tornou uma estratégia fundamental para promover a recreação e estilos de vida saudáveis entre as mais de 400 crianças, jovens, mães comunitárias e cuidadores dos Centros de Projeção Social da instituição afetados pelos projetos. Em parte, isso foi possível graças à abordagem de pesquisa de ação participativa, que considera os interesses e as necessidades desses segmentos da população. Um dos resultados é a criação de um kit de ferramentas sobre cultura física, esporte e lazer, que facilita a aproximação com os territórios e rompe a barreira da comunicação por meio de uma linguagem prática voltada para a comunidade. Esses processos formativos são espaços nos quais os alunos dos cursos de esporte e recreação da universidade realizam seus estágios acadêmicos e, ao mesmo tempo, promovem a inovação e a saúde por meio da recreação.

**Palavras-chave:** educação física, estilos de vida saudáveis, gamificação, inovação educacional, projetos comunitários, recreação.

## Referencias

1. Acosta Fajardo, L. V., Piratova López, D. A., y Ruiz González, L. J. (2022). *Caracterización de la gamificación, las dimensiones sociales y emocionales de la salud y sus factores de riesgo en niños, niñas y adolescentes* [Tesis de maestría, Universidad Santo Tomás]. (Inédita).
2. Acuerdo Local 004 de 2020. [Junta Administradora Local de Suba]. Por el cual se adopta el plan de desarrollo económico, social, ambiental y de obras públicas

para la localidad de Suba 2021-2024: “Un nuevo contrato social y ambiental para la Bogotá del siglo XXI”. Un nuevo contrato social y ambiental para Suba. 15 de octubre de 2020.

[http://suba.gov.co/sites/suba.gov.co/files/planeacion/plan\\_local\\_suba.pdf](http://suba.gov.co/sites/suba.gov.co/files/planeacion/plan_local_suba.pdf)

3. Fernández Tijero, M. C. (2016). El origen de la mujer cuidadora: apuntes para el análisis hermenéutico de los primeros testimonios. *Índex de Enfermería*, 25(1-2), 93-97. [https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1132-12962016000100021](https://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962016000100021)
4. Franco-Giraldo, Á. (2022). La salud pública en Colombia (1991-2021). Promoción de la salud y prevención: una revisión. *Revista de Salud Pública*, 24(1), 1-10. <https://doi.org/10.15446/rsap.v24n1.103378>
5. Gallardo Vázquez, P., y Camacho Herrera, J. M. (2016). *La investigación participativa y su aplicación en el campo social y educativo*. Wanceulen Editorial.
6. Hernández-Sampieri, R., Fernández-Collado, C., y Baptista-Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. McGraw Hill.
7. Herrera, F. (2017). *Revista L de Lengua 02. Gamificar el aula de español. Formacionele*. <https://formacionele.com/almacen/ebook02-formacionele-gamificacion.pdf>
8. Llopis, M. A., y Balaguer, P. (2016). El uso del juego en la educación. Gamificación. En O. Chiva Bartoll, y M. Martí Puig (Coords.), *Métodos pedagógicos activos y globalizadores. Conceptualización y propuestas de aplicación* (pp. 85-102).
9. Ostos Ortiz, O. L., y Cortés Gallego, M. A. (2019). Los campos de acción en la Universidad Santo Tomás. Resultados del estudio 2012-2018. *Revista Interamericana de Investigación Educación y Pedagogía RIIEP*, 12(1), 15-40. <https://doi.org/10.15332/s1657-107X.2019.0001.01>
10. Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo. (s. f.). *Los ODS en acción*. <https://www1.undp.org/content/undp/es/home/sustainable-development-goals.html>

11. Proyecto de Acuerdo Local 073 de 2020. [Junta Administradora Local de Suba].  
Por medio del cual se adopta el plan de desarrollo económico, social, ambiental y de obras públicas para la localidad de Ciudad Bolívar 2021-2024: “Un nuevo contrato social y ambiental para la Bogotá del siglo XXI”. 4 de octubre de 2020.  
[http://www.ciudadbolivar.gov.co/sites/ciudadbolivar.gov.co/files/planeacion/pdf\\_l\\_ciudad\\_bolivar\\_compressed-comprimido.pdf](http://www.ciudadbolivar.gov.co/sites/ciudadbolivar.gov.co/files/planeacion/pdf_l_ciudad_bolivar_compressed-comprimido.pdf)