



Enfoque interdisciplinar en las actividades físico-recreativas para el fortalecimiento de las relaciones familiares con adolescentes en Milagro, Ecuador

An interdisciplinary approach to physical and recreational activities to strengthen family relationships with adolescents in Milagro, Ecuador

Autores

Iván Leonardo Pincay Aguilar¹
Luis Arturo Rosero Constante¹
Luis Armando Cisaguano Chisaguano¹
Gustavo Eleodoro Valverde Peralta¹
Janeth Rosario Medina Benavidez¹

¹ Universidad Estatal de Milagro (Ecuador)

Autor de correspondencia:
Iván Pincay-Aguilar
ipincaya@unemi.edu.ec

How to cite in APA

Pincay Aguilar, I. L., Rosero Constante, L. A., Chisaguano Chisaguano, L. A., Valverde Peralta, G. E., & Medina Benavides, J. R. (2025). Enfoque interdisciplinar en las actividades físico-recreativas para el fortalecimiento de las relaciones familiares con adolescentes en Milagro, Ecuador. *Retos*, 69, 1262-1271. <https://doi.org/10.47197/retos.v69.115183>

Resumen

Introducción: Las relaciones familiares suelen ser complejas en entornos como Milagro, repercutiendo en la vida de los adolescentes, requiriendo intervenciones para su fortalecimiento.

Objetivo: Fortalecer las relaciones familiares con adolescentes, desde un enfoque interdisciplinar en las actividades físico-recreativas.

Metodología: Diseño descriptivo, tipo cuasiexperimental con un planteamiento de pre y post test, empleando la Escala de Entorno Familiar con 47 adolescentes.

Resultados: En el pre test se identifican relaciones complejas en los entornos familiares de los adolescentes, mientras que en el post test existe una mejoría en las subescalas presentando una condición favorable en el entorno familiar con mejoras significativas en conflicto pasando de 3 a 8, orientación cultural de 4 a 7 y recreación de 3 a 8.

Discusión: Los hallazgos concuerdan con investigaciones en las que se identifican relaciones familiares con problemas de comunicación, apoyo, bajo involucramiento de los padres en las actividades de sus hijos, etc., por lo que se destaca la necesidad de trabajar en la cohesión familiar, considerando los intereses de los jóvenes y la realidad de la familia actual, incorporando actividades físico-recreativas, como una forma de expresión y conexión social-familiar.

Conclusiones: Para fortalecer las relaciones familiares con los adolescentes en Milagro mediante actividades físico-recreativas se implementó una intervención, integrando enfoques psicológicos, estrategias comunicativas y diseño gráfico para crear espacios de socialización, logrando que los padres reconocieran la importancia del juego y la actividad física en el desarrollo adolescente.

Palabras clave

Actividad Física; cohesión; estructura familiar; entorno familiar; familia.

Abstract

Introduction: Family relationships are often complex in settings like Milagro, impacting adolescents' lives and requiring interventions to strengthen them.

Objective: To strengthen family relationships with adolescents through an interdisciplinary approach to physical and recreational activities.

Methodology: Descriptive, quasi-experimental design with a pre- and post-test approach, using the Family Environment Scale with 47 adolescents.

Results: The pre-test identified complex relationships in the adolescents' family environments, while the post-test showed an improvement in the subscales, presenting a favorable condition in the family environment with significant improvements in conflict, going from 3 to 8, cultural orientation from 4 to 7, and recreation from 3 to 8.

Discussion: The findings are consistent with research that identifies family relationships with problems of communication, support, low parental involvement in their children's activities, etc., which highlights the need to work on family cohesion, considering the interests of young people and the reality of today's families, incorporating physical and recreational activities as a form of expression and social and family connection.

Conclusions: To strengthen family relationships with adolescents in Milagro through physical and recreational activities, an intervention was implemented, integrating psychological approaches, communication strategies and graphic design to create spaces for socialization, allowing parents to recognize the importance of play and physical activity in adolescent development.

Keywords

Physical activity; cohesion; family structure; family environment; family.

Introducción

La falta de actividad física y deportiva en niños y jóvenes es un problema creciente con serias implicaciones a nivel físico y mental, este fenómeno, impulsado por la llamada sociedad del conocimiento ha impactado negativamente en la estructura familiar, llevando a un aumento de disfuncionalidades y estilos de vida sedentarios (Anchapanta-Coro, 2024). En contraposición, se destaca la importancia de la actividad física y la práctica deportiva para mejorar la salud general y calidad de vida, tanto en la prevención de enfermedades en niños y jóvenes como en el manejo de enfermedades crónicas (Paredes-Echeverría, 2024).

En esta misma línea de planteamientos, Rodríguez-Torres et al. (2024) también manifiestan la necesidad de promover las actividades físicas con la intervención activa de las familias y entidades educativas, a través de planes y acciones enfocadas en el bienestar, ya que es fundamental para inculcar hábitos saludables, además la evaluación continua de tales planteamientos es esencial para asegurar su eficacia y adaptarlas a las necesidades de los adolescentes. También identificaron que el impacto positivo del apoyo social, tanto familiar como docente, en la actividad física de los adolescentes es fundamental para motivar y mantener su participación activa, de esta forma se reconoce la relevancia de la colaboración entre la familia en la promoción de comportamientos saludables. Incluso encontraron una asociación significativa, aunque moderada, entre la actividad física y factores sociodemográficos como el sexo y el nivel educativo, lo que sugiere la necesidad de considerar estas variables al diseñar intervenciones para que sean más efectivas y adaptadas a las necesidades específicas de diferentes grupos.

Incluso, Flores-Paredes et al. (2024) encontraron que en entornos familiares desfavorables, existirá una menor práctica de actividad física y un incremento del índice de masa corporal en los niños de edad escolar. También observaron que las mujeres tienden a ser más sedentarias y presentan mayores tasas de sobrepeso y obesidad respecto a los hombres. Frente a dichos hallazgos, los investigadores destacan la importancia del papel de la familia en la creación de entornos que fomenten hábitos saludables, en los cuales se puedan practicar actividades físicas en forma regular, pero también agregan la necesidad de procesos comunicativos efectivos y empáticos con las familias para influir positivamente en el desarrollo de experiencias sanas.

Handrianto et al. (2024) refuerzan el planteamiento anterior acerca de la participación activa de los padres para el éxito académico y deportivo de sus hijos en tanto en su investigación identificaron que ésta tiene un impacto significativo en su crecimiento y desarrollo de niños y adolescentes, además se reconoce la necesidad de sistemas de apoyo que abarquen tanto el ámbito educativo como el deportivo, para el fomento de su progreso integral. Concluyen que la integración de enfoques parentales basados en las fortalezas potencia aún más los resultados positivos en los niños.

Por su parte, Suárez-Ortega & Moreno-Carmona (2022) explican que en la elección de las actividades físico-deportivas de los adolescentes existen diferentes motivaciones como la influencia de las comunicaciones, la familia y amigos. Subrayan además la necesidad de un enfoque equilibrado que maximice los beneficios del deporte sin comprometer el bienestar emocional de los jóvenes en tanto su práctica les permite potenciar las habilidades psicológicas cruciales como la motivación, autoestima y autorregulación, al tiempo que los alejan de conductas de riesgo como las adicciones. Por otra parte, también se ha visto importante la influencia de los padres en otros hábitos de actividad física como el transporte activo al centro educativo (Ruiz-Ariza et al., 2017)

Precisamente por lo expuesto, se reconoce el rol crucial de las relaciones familiares en el desarrollo integral de las personas, abarcando su bienestar emocional, social y psicológico, y es que de acuerdo con Meza-Rueda & Páez-Martínez (2016) la familia se constituye en sistema interdependiente en el que los sujetos que la conforman se relacionan entre sí y ejercen influencia unos en otros, compartiendo valores y herramientas para afrontar la vida, además para la creación de un ambiente seguro para el crecimiento individual y colectivo. No obstante, las dinámicas familiares no siempre son positivas, especialmente en comunidades con circunstancias socioeconómicas desfavorables, donde los problemas pueden intensificarse, la comunicación se obstaculiza y la unión familiar se debilita (Martínez-Benítez et al., 2017).

Es así, que en la ciudad de Milagro, en la provincia del Guayas, en Ecuador, se han podido identificar una falta de involucramiento de los padres respecto a la vida de sus hijos a través de la indagación de Palacio-González et al. (2023) confirmándose que el afecto y las relaciones construidas en el seno familiar son



fundamentales para el desarrollo seguro y confiable de los niños, permitiéndoles alcanzar la independencia. Los investigadores resaltan la necesidad de otorgar una base familiar segura a los niños en tanto esta les otorga herramientas de pensamiento esenciales e influye positivamente en su aprendizaje y desarrollo saludables.

Zambrano-Villalba & Almeida-Monge (2017) por su parte identificaron que el clima familiar en Milagro se caracteriza por dinámicas relacionales negativas que se evidencian en un 38% de hogares influyendo considerablemente en las conductas violentas de hasta el 70% de niños y adolescentes. Además, encontraron que el 49% de los niños y adolescentes expuestos a relaciones parentales conflictivas en el hogar experimentaron efectos negativos en un 70% en su conducta violenta, tanto manifiesta, es decir que repercutió en la forma en la que confrontan directamente a los demás con el fin de causarles daño físico o verbal; como relacional que corresponde a la manera en la que afectan las relaciones sociales por medio de manipulaciones con los demás para afectar al otro.

A esto se puede adicionar que en diferentes estudios se ha identificado que los factores relacionados con los problemas que se manifiestan en los contextos familiares corresponden precisamente por las interacciones conflictivas y la ausencia de una comunicación efectiva (Valverde-Peralda, 2029; Baus et al., 2022). Frente a ello, Lemish (2022) destaca el relevante rol de los medios de comunicación en la niñez y adolescencia al identificar que estos tienen implicaciones en su desarrollo cognitivo, emocional, social y conductual. Precisamente por estas consideraciones que se ha propuesto como objetivo de estudio el fortalecer las relaciones familiares con adolescentes, desde un enfoque interdisciplinar en las actividades físico-recreativas.

Método

El estudio se caracteriza por un diseño descriptivo al procurar establecer determinadas características relevantes de un grupo de interés o sobre un fenómeno (Guevara-Albán et al., 2020). También se plantea un tipo de investigación cuasiexperimental a través de un planteamiento de pre y post test en el que se mide a un grupo antes y después de una intervención sin que se trabaje con un conjunto de comparación (Ramos-Galarza, 2021).

Participantes

La población de estudio corresponde a 64 adolescentes, hombres y mujeres entre 12 a 17 años pertenecientes a la parroquia rural 5 de Junio en la ciudad de Milagro, mientras que la muestra se realizó con criterio no probabilístico por conveniencia por lo que tuvo acceso a 47 adolescentes cuyos padres o representantes autorizaron su participación en la investigación, que además completaron el pre y post test y que asistieron al programa de intervención de relaciones familiares.

Instrumento

El instrumento empleado en la investigación corresponde a la Escala de Entorno Familiar (FES) disponible en el siguiente enlace: <https://soysame.com/wp-content/uploads/2016/07/fes.png>; el cual evalúa y describe las relaciones interpersonales en un grupo familiar, además de factores determinantes en el desarrollo y estructura fundamental (Moos, 1974). Este instrumento posee una confiabilidad de .838 mediante Alfa de Cronbach demostrado una apropiada consistencia interna. La escala se conforma por 90 ítems que se distribuyen en 10 subescalas por Fernández-Ballesteros & Sierra-Díez (1984):

- Cohesión: El nivel de apoyo y ayuda mutua entre los miembros de la familia.
- Expresividad: El grado de libertad para expresar sentimientos dentro de la familia.
- Conflicto: La intensidad con la que se manifiestan la ira, la irritación y las disputas entre la familia.
- Independencia: La seguridad en sí mismos y la capacidad de tomar decisiones propias.
- Orientación a metas: El enfoque de las actividades familiares hacia la competencia.
- Orientación cultural e intelectual: Interés en aspectos socio-políticos, de carácter intelectual y cultural.



- Recreación: El nivel de participación en actividades de ocio.
- Religiosidad: La relevancia dada a las prácticas y valores éticos y religiosos en la familia.
- Organización: El valor otorgado a la estructura y planeación de actividades y responsabilidades.
- Control: El grado en que la vida familiar se rige por reglas y procedimientos determinados.

La Escala de Entorno Familiar se valora a través de respuestas de verdadero o falso otorgándose una puntuación de 0 o 1 según corresponda, posterior a ello se realiza una sumatoria de los puntos de acuerdo con cada dimensión y se estandariza de acuerdo al baremo (Moos, 1974) que se presenta en la tabla 1.

Tabla 1. Baremos test escala FES

Baremos por Sub Escalas												PD	Categoría
PD	CO	EX	CT	AU	AC	IC	SR	MR	OR	CN			
9	60	67	77	67	67	70	73	75	64	73	9	Excelente	
8	56	66	72	61	62	65	68	70	60	70	8	Buena	
7	51	56	68	56	57	50	63	65	56	64	7	Tiende a Buena	
6	48	52	83	50	51	55	59	60	51	59	6	Promedio	
5	44	48	59	45	45	50	54	55	46	55	5	Promedio	
4	40	43	55	39	41	46	48	50	41	51	4	Mala	
3	38	36	50	35	37	41	43	45	36	46	3	Deficitaria	
2	32	32	46	30	32	37	38	40	31	41	2	Deficitaria	
1	29	29	41	25	27	32	33	35	26	36	1	Deficitaria	
0	25	23	37	21	22	28	29	30	21	33	0	Deficitaria	

Nota: Tomado de Moos (1974).

Procedimiento

El estudio se efectuó en la parroquia rural 5 de Junio en la ciudad de Milagro con adolescentes hombres y mujeres entre 12 a 17 años con previa autorización de sus padres o representantes a través de un consentimiento informado y considerando la Ley Orgánica de Protección de Datos Personales (2021) para la protección de la información personal, además se consideraron los principios establecidos en la Declaración de Helsinki (Asociación Médica Mundial, 2013).

La convocatoria se realizó en el mes de enero de 2024 y se comenzó la investigación en febrero con el pre test, posterior a ello se realizó el programa de intervención con los adolescentes y las familias hasta el mes de diciembre dado que el trabajo incorporó acciones psicoeducativas, producción de contenidos audiovisuales y diseño de materiales gráficos, y en el mes de diciembre se realizó el post test.

Los jóvenes de la parroquia 5 de Junio de la ciudad de Milagro asistieron a 12 talleres que abordaron temáticas familiares y se incorporaron actividades físico-recreativas, a cargo de profesionales del área de Psicología, además con el soporte de comunicadores sociales y diseñadores para la elaboración de los materiales audiovisuales. Estos talleres se efectuaron entre los meses de febrero a diciembre de 2024, para posterior al cierre del programa realizar el post test.

La estructura de los talleres se diseñó considerando que cada uno tuviese una duración entre 2 a 3 horas, iniciando con una bienvenida por medio de una actividad lúdica que permitiera la generación de un ambiente relajado y de confianza. Posterior a ello se realizó la exploración de los temas con una breve presentación y dinámicas sobre el tema del taller, para ello se acudió a los recursos visuales y exposición de planteamientos desde la perspectiva psicológica. Luego se realizaron las actividades centrales o principales integrando actividades físicas y recreativas e involucrando a la familia, finalizada esta fase se realizaron reflexiones a través de espacios para el diálogo y para compartir experiencias, aprendizajes y conclusiones. Finalmente se procedió al cierre del taller con un breve resumen y la propuesta de una actividad sencilla para ponerla en práctica en casa durante la semana en el entorno familiar. Las temáticas de los talleres fueron las siguientes:

- Comunicación activa y efectiva.
- Empatía familiar.
- Comunicación entre generaciones.



- Identificando las emociones en familia.
- Jugando y divirtiéndose en familia
- Resolución de conflictos familiares en forma constructiva.
- Estableciendo límites con amor.
- Negociación y convenios en familia.
- Trabajo en familia: tareas y responsabilidades.
- Roles familiares sanos.
- Proyecto en familia.
- Adaptación al cambio en el entorno familiar.

Es importante mencionar que el abordaje psicológico se centró en aspectos emocionales, desarrollo adolescente, comunicación afectiva, resolución de conflictos, construcción de la identidad y relaciones familiares. Mientras que desde el apoyo de la Comunicación se trabajó el fomento de la escucha activa, expresión clara de los sentimientos y necesidades, mensajes no violentos, además del empleo de distintos canales comunicativos y la optimización de medios como WhatsApp y redes sociales para mejorar los procesos de comunicación en el entorno familiar. La contribución de los expertos en diseño por su parte, permitió el desarrollo de materiales motivacionales para adolescentes y familia que incentivaron a la participación en los talleres pero que además se constituyeron en herramientas visuales, creativas que facilitaron la expresión de actividades positivas como el desarrollo de juegos, dinámicas, deportes, recreación para crear ambientes positivos en los contextos familiares.

Análisis de datos

Los datos obtenidos a través del test se registraron en una base de datos en SPSS V25 previo a la revisión de cada ficha para verificar que cada ítem este completo. La información ingresada fue codificada y luego analizada iniciando con la prueba de normalidad de la muestra a través de Shapiro-Wilk con un resultado de .000 en pre y post test que indica que los datos no tienen una distribución normal. A partir de ello se considera la aplicación de pruebas no paramétricas para los análisis como la prueba de Wilcoxon para comparar la diferencia de los resultados entre el pre y post test, además del Coeficiente de Spearman para identificar las correlaciones entre variables.

Resultados

Pre test escala FES

A continuación se presentan los resultados del pre test aplicado al inicio del proceso de trabajo con la parroquia 5 de Junio, identificándose un promedio de edad en hombres de 13.16 (± 0.389) y mujeres de 14.82 (± 1.484). Respecto a las subescalas de entorno familiar, se reconoce en relación a la cohesión la valoración es promedio en hombres y mujeres indicando un regular apoyo percibido entre los miembros de la familia. Mientras que, la expresividad es valorada como promedio en hombres y mala por las mujeres, lo que indica limitaciones en cuanto a la libertad en la expresión de los sentimientos dentro del entorno familiar. El conflicto en cambio, es percibido por ambos como deficitario, este se refiere a la manifestación de la ira, irritación y problemas familiares. Por otra parte, la independencia se percibió como promedio, es decir que la seguridad en sí mismos y la capacidad para la toma de decisiones no es adecuada. En cuanto a la orientación a metas, también fue valorada con promedio (tabla 2).

Tabla 2. Resultados del pre test escala FES

Subescala	Hombres		Mujeres		Spearman	
	Promedio	Desviación estándar	Promedio	Desviación estándar	Sexo	Edad
Cohesión	6	2.392	6	2.425	-.053	.069
Expresividad	5	1.765	4	2.035	.059	-.157
Conflicto	3	1.165	3	2.201	.069	-.153
Independencia	5	1.832	5	1.840	-.016	-.109



Orientación a metas	5	1.422	5	1.711	-.016	-.105
Orientación cultural	4	2.137	4	2.180	.097	-.219
Recreación	4	1.782	3	1.725	.317	-.329
Religiosidad	5	1.545	5	1.487	.002	-.383
Organización	6	2.250	5	2.511	.074	-.058
Control	5	1.954	5	1.574	-.042	-.006

La valoración de la orientación cultural correspondió a mala, lo que sugiere desinterés en aspectos socio-políticos, intelectuales y culturales. Además, en lo que respecta a la recreación los hombres la perciben como mala y las mujeres como deficitaria, lo que afecta en los niveles de participación en actividades de ocio. La religiosidad por su parte es percibida con una relevancia promedio, esta hace referencia a las preferencias y prácticas éticas y religiosas familiares. La organización en cambio se percibió con un nivel promedio refiriéndose al valor que se le designa a la planificación de actividades y la designación de responsabilidades en la familia. En cuanto al control, también registró un valor promedio indicando que su vida en familia medianamente está regida por reglas (tabla 1).

Ahora bien, en la agrupación de las subescalas, se obtuvo una valoración mala tanto en hombres como mujeres respecto a la subescala relación lo que indica que la calidad de las relaciones interpersonales en la familia no es adecuada. Así mismo, la valoración fue mala para la subescala desarrollo lo que denota un limitado crecimiento personal priorizado en la familia. En el caso de la subescala estabilidad, esta también se percibió como mala denotando una ausencia en la estructura organizativa básica y falta de estabilidad en la unidad familiar.

También es importante mencionar que se identificaron relaciones positivas muy bajas entre expresividad, conflicto, orientación cultural, religiosidad y organización con la variable sexo, mientras que entre las variables recreación y sexo la correlación fue positiva baja. No se identificaron relaciones significativas con la variable edad (tabla 1).

Post test escala FES

En la tabla 3 se pueden observar los resultados del post test, identificándose que los adolescentes valoran las subdimensiones de la escala FES con una mejor percepción, así se evidencia que respecto a la cohesión se registra una tendencia a buena indicando una mejoría en el apoyo y ayuda que se brindan entre los miembros de la familia. La expresividad también fue tendiente a buena indicando una mayor libertad dentro de la familia para poder expresar los sentimientos. En cuanto al conflicto, se reconoce una mejoría en el manejo de la ira o problemas entre la familia ya que se valora con un nivel de bueno. En lo que respecta a la independencia, esta es percibida como buena, indicando que los jóvenes poseen seguridad en sí mismos para tomar sus propias decisiones. Igualmente en la orientación a metas, es percibida como buena lo que demuestra un mayor enfoque al logro (tabla 3).

Tabla 3. Resultados del post test escala FES

Subescala	Hombres		Mujeres		Spearman	
	Promedio	Desviación estándar	Promedio	Desviación estándar	Sexo	Edad
Cohesión	7	0.996	7	2.237	.041	-.265
Expresividad	7	1.730	7	1.816	.046	-.153
Conflicto	8	1.954	8	1.795	.049	.099
Independencia	8	1.557	8	1.495	-.108	-.157
Orientación a metas	8	1.314	8	1.454	-.111	-.165
Orientación cultural	7	1.946	7	2.499	.042	-.318
Recreación	8	1.782	8	2.256	.080	-.271
Religiosidad	7	1.883	7	1.659	.079	-.314
Organización	8	1.658	8	2.227	-.108	-.006
Control	8	1.758	8	1.646	-.101	-.092

La orientación cultural indica una tendencia a bueno lo que sugiere un mayor interés por aspectos sociales, políticos, intelectuales y culturales en el entorno familiar, además se identifica que entorno a la recreación, esta es considerada como buena, lo que sugiere un mayor nivel de participación en actividades de ocio por parte de la familia. También la religiosidad fue tendiente a buena indicando una mayor atención a las prácticas religiosas por parte de los adolescentes y sus familias. Mientras que la

organización fue percibida como buena, denotando mayor planificación en las actividades y responsabilidades dentro del entorno familiar del adolescente que además va de la mano con un buen control que indica un mejor establecimiento de reglas en la familia y sus miembros (tabla 2).

Por agrupación en subescalas se encontró que en la subescala relación, los adolescentes obtuvieron una valoración tendiente a buena, demostrando una mejora en las relaciones interpersonales con la familia. En la subescala desarrollo su percepción fue buena indicando un apropiado desarrollo personal enfocado en la familia como soporte, además en el caso de la estabilidad, esta fue evaluada como buena, lo que demuestra que los adolescentes encuentran una apropiada estructura organizativa y estabilidad en el entorno familiar.

En cuanto a las correlaciones, estas fueron positivas muy bajas entre las subescalas cohesión, expresividad, conflicto, orientación cultural, recreación y religiosidad con la variable sexo, además no se presentaron asociaciones significativas con la variable edad (tabla 2).

Análisis pre y post test escala FES

A través de la prueba de Wilcoxon se ha podido identificar si existieron cambios importantes entre los resultados del pre y post test, considerando que entre ambos momentos de evaluación se presentó una valiosa intervención. En la tabla 4 se observa que si existieron diferencias estadísticamente significativas entre el pre y post test en todas las subescalas, lo que demuestra el impacto de las actividades efectuadas en el taller de intervención interdisciplinar para el fortalecimiento de las relaciones familiares en el cual se emplearon actividades físico-recreativas como parte de las acciones estratégicas para el abordaje de la familia y su distintos aspectos entorno a los adolescentes con quienes se inició el trabajo en la parroquia rural 5 de Junio en la ciudad de Milagro.

Tabla 4. Comparativo entre pre y post test Escala FES

Subescala	Pre test		Post test		Wilcoxon	
	Promedio	Desviación estándar	Promedio	Desviación	Z	Significación (bilateral)
Cohesión	6	2.393	7	2.004	-2.036	.042
Expresividad	5	1.953	7	1.781	-.868	.035
Conflicto	3	1.976	8	1.818	-.410	.026
Independencia	5	1.819	8	1.501	-.986	.024
Orientación a metas	5	1.627	8	1.419	-1.836	.016
Orientación cultural	4	2.155	7	2.352	-2.211	.027
Recreación	3	1.800	8	2.129	-2.076	.038
Religiosidad	5	1.485	7	1.703	-.359	.020
Organización	6	2.431	8	2.080	-2.476	.013
Control	5	1.658	8	1.664	-.531	.045

Discusión

Los principales resultados de la investigación muestran una mejora en las relaciones de los entornos familiares en Milagro a través de la intervención llevada la cual se centra en mejorar la comunicación familiar, enseñando a los jóvenes a escuchar de forma activa, expresar sus emociones claramente y comprender los puntos de vista de otros familiares. Esto sienta las bases para relaciones más positivas y constructivas. En general, esta iniciativa demuestra cómo una estrategia completa y participativa, que une el desarrollo de habilidades emocionales y de comunicación con juegos y el fomento de responsabilidades claras, puede tener un efecto duradero y beneficioso en el fortalecimiento familiar.

Estos hallazgos concuerdan con la literatura previa, como la investigación de Flores-Paredes et al. (2024), quienes también identificaron que un porcentaje significativo de infantes (42.65%) percibían un ambiente familiar regular. Además, estos autores demostraron que un entorno familiar desfavorable se asocia directamente con una menor práctica de actividad física. En este sentido, el actual estudio reafirma la importancia de un entorno familiar positivo, caracterizado por una comunicación apropiada, apoyo y una estructuración favorable, lo cual no solo repercute en el desarrollo del proyecto de vida de niños y adolescentes y mejora su autoconcepto, sino que también estimula sus habilidades de aprendizaje, rendimiento académico y desarrollo integral. Por lo tanto, la incorporación del deporte y las actividades físico-recreativas en el contexto familiar de Milagro se constituye en una base sólida para el desarrollo físico, académico y emocional de los jóvenes.



Asimismo, la relevancia de la participación parental activa en las prácticas deportivas de los hijos, un pilar fundamental del trabajo realizado en esta investigación, es reforzada por Handrianto et al. (2024). Su estudio evidencia que el involucramiento de los padres incrementa significativamente la probabilidad de que los hijos elijan practicar algún deporte (66% frente al 45.5% en aquellos sin participación parental). Esto subraya la importancia de un entorno familiar basado en fortalezas y con participación activa de los padres en las actividades de sus hijos, un principio que guio la intervención en la parroquia 5 de Junio de Milagro para implementar estrategias de crianza integradas que impacten positivamente en el crecimiento y desarrollo adolescente.

Finalmente, es crucial reflexionar sobre la necesidad de replantear los modelos tradicionales de familia, como lo señalan Meza-Rueda & Páez-Martínez (2016) y Márquez-Rojas (2022) quienes abogan por la afirmación y el potenciamiento de la diversidad en las formas de vida familiar y las particularidades de cada entorno social. La realidad de Milagro, con sus diversas estructuras familiares (extendidas, monoparentales, reconstituidas, etc.), exige que cualquier análisis y, por ende, cualquier intervención, tome en cuenta estas transformaciones. Los adolescentes en Milagro se desarrollan en un contexto donde los ideales familiares convencionales pueden entrar en tensión con nuevas realidades, generando desafíos. Por ello, el diseño de las intervenciones y programas debe incluir temáticas que aborden las problemáticas modernas, con actividades acordes a los intereses y al alcance de la comunidad, como las prácticas físico-recreativas, para fortalecer las relaciones familiares de manera pertinente y efectiva.

Conclusiones

Lograr el fortalecimiento de las relaciones familiares para beneficio de los adolescentes en Milagro a través de la incorporación de actividades físico-recreativas requiere un enfoque multifacético que involucre a las familias, las instituciones educativas, la comunidad y las políticas locales. Es así que en la actual investigación se llevó a cabo una intervención a través de talleres desarrollados con los adolescentes y sus familias incorporando actividades físico-recreativas, enfoques psicológicos, abordajes comunicativos e incluso estrategias de diseño gráfico para el desarrollo de elementos visuales, todo ello para lograr espacios de socialización y de trabajo en el que la familia encuentre estrategias para su fortalecimiento y bienestar. Los talleres permitieron a los padres identificar la importancia del juego y la actividad física en el desarrollo de los adolescentes, además de reconocer cómo participar activamente con sus hijos.

La implementación de estas estrategias de manera coordinada, permitió la creación de un entorno capaz de valorar y facilitar la participación de las familias en actividades físico-recreativas, lo que a su vez contribuyó significativamente en el fortalecimiento de las relaciones familiares, que a su vez repercutió en el desarrollo integral y saludable de los adolescentes. La clave está en la colaboración, la creatividad y la adaptación a las necesidades y recursos específicos que se pudieron identificar en parroquia rural 5 de Junio de la ciudad de Milagro y el grupo de trabajo.

Por lo que al finalizar la intervención se pudo observar una percepción significativamente positiva del ambiente familiar por parte de los adolescentes, en contraste con valoraciones previas que señalaban áreas problemáticas. La transformación positiva se identificó en la dinámica familiar, caracterizada por una mayor cohesión, comunicación abierta, manejo constructivo de conflictos, fomento de la autonomía y el logro, interés cultural, actividades recreativas compartidas, relevancia de la religiosidad y una estructura familiar clara. Estos hallazgos implican un entorno familiar más saludable y de apoyo para el desarrollo integral de los adolescentes, lo cual es un factor protector importante para su bienestar emocional, social y académico.

Limitaciones del estudio y proyecciones

La investigación sobresale por su enfoque multidisciplinario, que combina psicología, comunicación y diseño gráfico para abordar el fortalecimiento familiar de forma integral y lograr así resultados más efectivos. No obstante, el estudio tiene limitaciones importantes: la muestra es pequeña y específica de la parroquia 5 de Junio en Milagro, lo que dificulta aplicar los hallazgos a otras poblaciones. Además, el análisis no profundiza en cómo factores socioeconómicos específicos de Milagro, como los ingresos o el



nivel educativo de los padres, afectan las dinámicas familiares. Por ello, se sugiere que futuras investigaciones repliquen este estudio con un grupo de control y amplíen la muestra para incluir a adolescentes de diversas realidades socioeconómicas y geográficas en Milagro. También se propone investigar a fondo la influencia de estos factores socioeconómicos para crear programas más adaptados a las necesidades locales.

Referencias

- Anchapanta-Coro, E. (2024). Motivación hacia la práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes. *Revista Chone, Ciencia y Tecnología*, 2(2), 1-15. <https://doi.org/10.56124/cct.v2i2.011>
- Asociación Médica Mundial. (2013). Declaración de Helsinki de la AMM. Principios éticos para las investigaciones médicas con participantes humanos. Fortaleza: 64^a Asamblea General Asociación Médica Mundial. https://www.wma.net/wp-content/uploads/2024/10/DOH-Oct-2013_S.pdf
- Baus, E., Carrasco-Tenezaca, M., Frey, M., & Medina-Maldonado, V. (2022). Factores de riesgo para la salud mental de adolescentes desde la perspectiva parental: Foto-Voz en comunidades rurales del Ecuador. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 1-13. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032205>
- Fernández-Ballesteros, R., & Sierra-Díez, B. (1984). Escalas de clima social. Madrid: TEA.
- Flores-Paredes, A., Coila-Pancca, D., Inca-Huacasi, H., & Lavalle-González, Á. (2024). Ambiente familiar, actividad física y el índice de masa corporal en infantes de 6 a 12 años de la ciudad de Juliaca. *Retos*, 57, 1-7. <https://doi.org/10.47197/retos.v57.104777>
- Guevara-Albán, G., Verdesoto-Arguello, A., & Castro-Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Recimundo. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 4(3), 163-173. [https://doi.org/10.26820/recimundo/4.\(3\).julio.2020.163-173](https://doi.org/10.26820/recimundo/4.(3).julio.2020.163-173)
- Handrianto, C., Putri, L., Sunarti, V., Solfema, S., Ismaniar, I., Marta, I., & Rasool, S. (2024). La influencia de la participación de los padres en el rendimiento académico y deportivo: un estudio de estudiantes Indonesios en Sumatra Occidental. *Retos*, 60, 764-773. <https://doi.org/10.47197/retos.v60.108294>
- Lemish, D. (2022). *The Routledge International Handbook of Children, Adolescents, and Media*. New York: Taylor & Francis Group.
- Ley Orgánica de Protección de Datos Personales. (2021). Quito: Asamblea Nacional. <https://www.telecomunicaciones.gob.ec/wp-content/uploads/2021/06/Ley-Organica-de-Datos-Personales.pdf>
- Márquez-Rojas, N. (2022). Las transformaciones de la familia: una reflexión teórica desde el campo de las Ciencias Sociales y el Psicoanálisis. Medellín: [Repositorio de la Universidad Pontificia Bolivariana, Tesis doctoral]. <https://repositorio.upb.edu.co/bitstream/handle/20.500.11912/11689/Las%20transformaciones%20de%20la%20familia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez-Benítez, J., Mendoza-Yépez, M., Ortíz-Bravo, N., Mónica, A.-L., Darío, A.-B., David, B.-N., & Jefferson, C.-J. (2017). Influencia del ambiente familiar y escolar en la práctica de la actividad física-deportiva en niños de 9 a 12 años. *EmásF Revista Digital de Educación Física*, 8(47), 76-88. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6038087>
- Meza-Rueda, J., & Páez-Martínez, R. (2016). Familia, escuela y desarrollo humano. Rutas de investigación educativa. Bogotá: Universidad de La Salle; Centro Latinoamericano de Ciencias Sociales.
- Moos, R. (1974). *Combined preliminary manual: Family work and group environment scales manual*. California: Consulting Psychologist Press.
- Palacio-González, D., O'Reilly-Sotolongo, A., Machado-Pérez, L., & Palacio-González, J. (2023). La inclusión social desde la práctica de la actividad físico-deportiva recreativa. *GADE. Revista Científica*, 3(5), 222-233. <https://revista.redgade.com/index.php/Gade/article/view/319>
- Paredes-Echeverría, C. (2024). Revisión sistemática sedentarismo: Un desafío para la salud física. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5), 8577-8599. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.14262
- Ramos-Galarza, C. (2021). Diseño de investigación experimental. *Revista CienciAmérica*, 10(1), 1-7. <https://10.33210/ca.v10i1.356>



- Rodríguez-Torres, Á., Marín-Marín, J., López-Belmonte, J., & Pozo-Sánchez, S. (2024). Análisis de la actividad física y la alimentación en estudiantes de Ecuador y la influencia del apoyo familiar e institucional. *Retos*, 54, 279–288. <https://doi.org/10.47197/retos.v54.103479>
- Ruiz-Ariza, A., De la Torre-Cruz, M., Suárez-Manzano, S., & Martínez-López, E. (2017). El desplazamiento activo al Centro educativo influye en el rendimiento académico de las adolescentes. *Retos*(32), 39-43. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.51614>
- Suárez-Ortega, C., & Moreno-Carmona, N. (2022). Incidencia de las actividades extraescolares deportivas en los procesos escolares y en aspectos sociofamiliares y psicológicos de niños, niñas y adolescentes. *Retos*(46), 987-995. <https://doi.org/10.47197/retos.v46.90471>
- Valverde-Peralta, G. (2019). Hogares disfuncionales y su incidencia en el desarrollo socio-afectivo de los escolares. *Revista Psicología UNEMI*, 3(4), 8-23. <https://doi.org/10.29076/issn.2602-8379vol2iss4.2019pp8-23p>
- Zambrano-Villalba, C., & Almeida-Monge, E. (2017). Clima social familiar y su influencia en la conducta violenta en los escolares. *Revista Ciencia Unemi*, 10(25), 97-102. <https://www.redalyc.org/journal/5826/582661258010/html/>

Datos de los/as autores/as y traductor/a:

Iván Leonardo Pincay Aguilar	ipincaya@unemi.edu.ec	Autor/a
Luis Arturo Rosero Constante	lroseroc@unemi.edu.ec	Autor/a
Luis Armando Chisaguano	Lchisaguano0681@unemi.edu.ec	Autor/a
Gustavo Eleodoro Valver Peralta	gvalverdep@unemi.edu.ec	Autor/a
Janeth Rosario Madina Benavides	Jmedinab4@unemi.edu.ec	Autor/a