

UNIVERSIDAD DE CONCEPCIÓN
FACULTAD DE EDUCACIÓN
PEDAGOGÍA EN EDUCACIÓN FÍSICA



ESTUDIO SOBRE PRÁCTICA PREVIA Y NECESIDAD DE
ACTIVIDAD FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA EN
TIEMPO DE PANDEMIA

Seminario Para Optar al Título de Profesor de Educación Física

Estudiante: Catherinee Pamela Navarro Carrera
Profesor Guía: Mg. José Gustavo San Juan Vargas

Concepción, 2020.



*“A la paciencia eterna de mi madre,
siempre todo por y para ella”.*

AGRADECIMIENTOS

En este largo camino universitario, después de terminada mi primera carrera y ahora finalizando este proceso en la pedagogía, el cual fue completamente nuevo para mí, debo agradecer enormemente a cada uno de los profesores y profesoras que fueron parte de esto, quizás sin saber que mi educación anterior había sido completamente matemática, por permitirme aprender este nuevo camino que tanta ilusión me hacía, el de formarme como profesora.

Obviamente debo realizar una mención honrosa a Luciano, miembro del personal auxiliar del Departamento de Educación Física, con quien compartí ampliamente tantas tardes cantando, conversando y arreglando el mundo, haciendo más amena mi estadía y ayudándome a levantar el ánimo muchas veces.

Gracias también a la secretaria del departamento, señora Susana, por su compañía, por su buena disposición para solucionar mis dudas y/o problemas, por escucharme cuando tenía complicaciones o por simplemente prestarme un lápiz o alguna fotocopia.

A mi profesor guía, señor José Gustavo San Juan Vargas, quien favoreció a través de sus asignaturas que analizara mi existencia y descubriera el amor por la naturaleza, junto con las ganas de formarme y aportar a ésta.

Y definitivamente gracias a cada uno de los estudiantes con quienes me topé en este camino, compañeros, amigos y futuros colegas, quienes siempre estuvieron dispuestos a compartir una palabra, experiencias, distintas visiones de ver el mundo ¡tanto amor en todas sus expresiones!

RESÚMEN

La pandemia de Covid-19 ha producido grandes cambios en los hábitos de las personas, alterando sus rutinas diarias y obligándoles a permanecer en sus hogares. A raíz de ello, surge la incógnita sobre cómo afecta o no a las personas la necesidad de realizar actividades en contacto con la naturaleza o rodearse de ella. En este escenario, se llevó a cabo un estudio, aplicando vía Web un cuestionario a jóvenes estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, para conocer el nivel de conciencia ecológica que éstos poseen; responder la interrogante sobre cómo las restricciones derivadas de la pandemia han afectado el contacto con la naturaleza y la apetencia por la realización de actividades en ella.

Los resultados obtenidos indican que los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción poseen un alto nivel de conciencia sobre el cuidado de la naturaleza, en donde el 95.9% asegura no arrojar desechos y que la pandemia afectó sólo a un 17.1% en la realización de actividades en contacto con ésta, ya que, previo a la pandemia un 88.3% realizaba actividades en contacto con la naturaleza y durante la pandemia este número disminuyó a 71.2%.

El 37% de los encuestados declara que, no obstante las restricciones existentes con motivo de la pandemia, aún planifican e instan a sus amigos a realizar actividades en contacto con la naturaleza, sabiendo lo incierto de su concreción.

Palabras Clave: Naturaleza, Pandemia, Contacto con la naturaleza, Estudio.

ABSTRACT

The Covid-19 pandemic has produced great changes in people's habits, altering their daily routines and forcing them to stay at home. As a result, the question arises as to how people are affected by the need or not to carry out activities in contact with nature or to surround themselves with it.

In this scenario, a study was carried out, applying via Web a questionnaire to young students and graduates of Physical Education Pedagogy of the Universidad de Concepción, to know the level of ecological awareness that they have; to answer the question about how the restrictions derived from the pandemic have affected the contact with nature and the appetite for the realization of activities in it.

The results obtained indicate that the students and graduates of Physical Education Pedagogy of the Universidad de Concepción have a high level of awareness about the care of nature, where 95.9% say they do not throw waste and that the pandemic affected only 17.1% in the realization of activities in contact with nature, since, before the pandemic 88.3% carried out activities in contact with nature and during the pandemic this number decreased to 71.2%.

37% of the respondents stated that despite the existing restrictions they still plan and encourage their friends to carry out activities in contact with nature, knowing the uncertainty of their realization.

Key words: Nature, Pandemic, Contact with nature, Study.

INDICE

AGRADECIMIENTOS	3
RESÚMEN	4
ABSTRACT	5
INDICE	6
INDICE DE CUADROS.....	7
INDICE DE GRÁFICOS.....	8
INDICE DE ANEXOS.....	8
PRESENTACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN.....	9
CAPITULO I	10
INTRODUCCIÓN.....	11
OBJETIVOS.....	13
Objetivo General.	13
Objetivos Específicos.....	13
CAPITULO II	14
MARCO TEÓRICO	15
Pandemia.....	15
Pandemia del Covid-19 (SARS-CoV-2).....	20
Áreas verdes y sus efectos en la vida de las personas.....	26
CAPITULO III	35
METODOLOGÍA.....	36
Diseño de investigación.	36
Población de estudio.....	37
Instrumento	37

Proceso de Validación.....	38
Proceso de recopilación de datos.	39
Procedimiento.	39
CAPITULO IV	40
ANÁLISIS DE DATOS	41
Caracterización encuestados.	41
Correlación de actividades Pre y Post Pandemia en contacto con la naturaleza.	42
Análisis cuestionario Likert con gráficos.....	44
CONCLUSIONES.....	56
BIBLIOGRAFÍA	58
ANEXOS	62
ANEXO 1: Solicitud Juicio de Expertos.	62
ANEXO 2: Cuestionario.	63
ANEXO 3: Cuestionario formato web.	68

INDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Principales pandemias en la historia de la humanidad	17
Cuadro 2. Pandemias que han afectado a Chile	19
Cuadro 3. Casos y tasa de incidencia en Chile (al 29 de marzo, 2020.)	22
Cuadro 4. Casos y tasa de incidencia en Chile (al 18 de marzo, 2021.)	23
Cuadro 5. Matriz de necesidades y satisfactores de Max Neef et. a.l.	33

INDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Jerarquía de las necesidades humanas	30
Gráfico 2. Caracterización Encuestados	41
Gráfico 3. Correlación de actividades Pre y Post Pandemia en contacto con la naturaleza.....	42
Gráfico 4. (5.1) Cuestionario de Likert.....	44
Gráfico 5. (5.2) Cuestionario de Likert.....	45
Gráfico 6. (5.3) Cuestionario de Likert.....	45
Gráfico 7. (5.4) Cuestionario de Likert.....	46
Gráfico 8. (5.5) Cuestionario de Likert.....	46
Gráfico 9. (5.6) Cuestionario de Likert.....	47
Gráfico 10. (5.7) Cuestionario de Likert.....	48
Gráfico 11. (5.8) Cuestionario de Likert.....	49
Gráfico 12. (5.9) Cuestionario de Likert.....	49
Gráfico 13. (5.10) Cuestionario de Likert.....	50
Gráfico 14. (5.11) Cuestionario de Likert.....	50
Gráfico 15. (5.12) Cuestionario de Likert.....	51
Gráfico 16. (5.13) Cuestionario Likert.....	52
Gráfico 17. (5.14) Cuestionario de Likert.....	53
Gráfico 18. (5.15) Cuestionario de Likert.....	53
Gráfico 19. (5.16) Cuestionario de Likert.....	54
Gráfico 20. (5.17) Cuestionario de Likert.....	54
Gráfico 21. (5.18) Cuestionario de Likert.....	55

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Solicitud Juicio de Expertos.	62
Anexo 2. Cuestionario	63
Anexo 3. Cuestionario formato web	68

PRESENTACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN

En el siguiente trabajo de Seminario de Título, se desarrolla un estudio sobre el nivel de apetencia por realizar actividades en contacto con la naturaleza que poseen los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, dado el período de confinamiento debido a la pandemia global SARS-CoV-2 (Covid19).

El estudio se encasilla en el tipo de diseño cualitativo y el método utilizado para aplicarlo fue mediante plataforma de Google, realizando un cuestionario de auto-aplicación, estructurado con preguntas directas y sencillas, las cuales abordan temas sobre el comportamiento previo a la pandemia, para poder así analizar cuánto ha afectado el confinamiento en sus actividades en contacto con la naturaleza. En el proceso de elaboración del instrumento, se sometió al juicio de experto de tres académicos de la Universidad de Concepción para validar el cuestionario, incorporándose finalmente las sugerencias de mejora. Posterior a la validación por expertos, se solicitó a tres egresados la realización del cuestionario a modo de prueba piloto, para recoger observaciones sobre su desarrollo y ejecución. Finalmente, se difundió por la plataforma de Google para la recogida de datos.

El análisis de datos se realiza por secciones, primeramente caracterizando a los participantes del estudio, luego estableciendo la correlación existente entre las actividades realizadas pre y post pandemia, para finalizar con el análisis por cada apartado del cuestionario de percepción de Likert, en donde se establece la conexión existente para con la naturaleza de los estudiantes de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción



INTRODUCCIÓN

En Chile no existe una educación formal y sistemática que favorezca el descubrimiento del contacto y disfrute de la naturaleza, aun cuando la geografía es diversa y variada, contando con bosques y reservas naturales, además de limitar por el Oriente con un ostentoso cordón montañoso y por el Poniente de extremo a extremo con el Océano Pacífico, condiciones privilegiadas por la existencia de magníficos y variados paisajes de montaña, costa y valles, matizados por bosques y desiertos, así como ríos y lagos. En América Latina en general, se repite esta falta de alineamiento entre educación y naturaleza, al contrario de los países nórdicos, en donde sí existen y se priorizan las posibilidades de enseñanza en espacios exteriores (Lladós, L. 2018).

No obstante el déficit planteado anteriormente, en Chile poco a poco se ha ido adecuando el currículum nacional de la educación, incluyendo más contenidos y actividades a desarrollar en contacto con la naturaleza, según planes y programas actuales del Ministerio de Educación, en donde ha implementado la Unidad de Actividades Físicas en Contacto con la Naturaleza al término del segundo semestre de los cursos, segundo, tercero y cuarto año de enseñanza media, que con anterioridad no se realizaban o solamente se veían de manera macro, pero con la actualización de planes y programas están siendo más profundizadas en los colegios y establecimientos educacionales, brindando a los estudiantes una mayor gama de conocimiento en relación al comportamiento en entornos naturales. Sin embargo, no siempre existen las condiciones para poder llevarlas a cabo en los diferentes establecimientos, ya sea por los recursos limitados de los mismos o por las zonas en donde se encuentran ubicados, lo que provoca una gran brecha en el aprendizaje de los niños y son los profesores de Educación Física quienes tienen en sus manos la posibilidad de disminuirla.

Es bastante habitual relacionar a los Profesores de Educación Física con las actividades de tiempo libre y en contacto con la naturaleza, ya que son vistos como amantes de la aventura y personas enérgicas en el desarrollo de cada una de sus actividades. Lamentablemente, durante el año 2020 el mundo entero se ha visto

enfrentado a una pandemia que incluye diferentes tipos de restricciones, lo que ocasiona que gran número de personas deban replantearse las actividades que llevaban a cabo en sus rutinas o prácticas cotidianas, situación a la cual no escapan los profesores en ejercicio profesional y los estudiantes de Pedagogía en Educación Física.

Ante este escenario, surgen las dudas sobre cómo lo están enfrentando aquéllos que están más ambientados y desarrollan la mayoría de sus actividades en lugares en donde se prioriza el encuentro con la naturaleza y las prácticas deportivas y recreativas que son características en dicho entorno.

Por tanto, se buscará conocer el nivel de expectativa y necesidad de actividades en contacto con la naturaleza que tienen los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción; asimismo, inferir el nivel de conciencia y cultura medioambiental que éstos poseen y determinar cuánto ha afectado la pandemia global del Coronavirus SARS-Cov-2 (Covid19) respecto de la adecuación del desarrollo de actividades en contacto con la naturaleza por las condiciones de confinamiento.

Debido al desarrollo de la pandemia global del Covid19, resulta imposible llevar a cabo el cuestionario en las dependencias del Departamento de Educación Física de la Universidad de Concepción de forma presencial, limitando así la cobertura sobre un mayor número de estudiantes, por lo tanto, el cuestionario se aplica en modalidad on-line, encontrándose disponible a través de la plataforma de Google. Este consta de tres apartados con un total de 31 preguntas, pasando previamente para su validación por el juicio de tres expertos, además de someterse a una prueba piloto con tres egresados de la Carrera.

Este estudio permitirá determinar si el confinamiento ha afectado a los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción en su cotidianeidad y si la pandemia ha generado o no cambios en sus actividades en contacto con la naturaleza.

OBJETIVOS

Objetivo General.

Conocer la necesidad de práctica de actividades en contacto con la naturaleza que genera el confinamiento bajo el desarrollo de una pandemia (Covid19) en jóvenes, estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción.

Objetivos Específicos.

- Determinar la importancia que estudiantes y egresados asignan a las actividades en contacto con la naturaleza practicadas antes de la pandemia y con qué frecuencia.
- Conocer cómo ha afectado el confinamiento producto de la pandemia a los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física, en cuanto a la práctica y necesidad de actividad en contacto con la naturaleza.
- Conocer el grado de adherencia y compromiso medioambiental que tienen los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción.



MARCO TEÓRICO

La pandemia del Covid19 y las restricciones de libre desplazamiento, afectaron severamente la cotidianidad de todas las personas a nivel mundial y en diferentes aspectos; La salud mental también se ve afectada debido a la falta de contacto con la naturaleza, pero ¿qué se entiende por pandemia?, ¿qué es el Covid19?, ¿cómo puede realmente afectar la naturaleza en la salud mental?

Para responder a esas interrogantes, a continuación, se presentan diferentes conceptos que conforman el marco teórico del estudio sobre práctica previa y necesidad de actividad física en contacto con la naturaleza en tiempo de pandemia, que ayudan a profundizar y acercar a los lectores al contexto en el que se encuentran las personas durante este proceso, en este estudio en específico, los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción



Pandemia.

¿Qué se entiende por pandemia?

Durante el desarrollo de la vida humana, las grandes pandemias han representado grandes y terribles azotes para la raza humana y el desarrollo de la sociedad. La aparición de “la peste”, llamada así en la antigüedad, provocaba estelas de desolación y mortandad a través de los siglos y hasta estos días.

De la Real Academia de la Lengua Española se extrae la definición de Pandemia como: “Del f. *pandémie*, este del lat. mod. *Pandemia*, y este del gr. *πάνδημος* *pándemos* ‘que afecta a todo el pueblo’, compuesto de *παν-* *pan-* ‘todo’ y *ἄνθος* *dêmos* ‘pueblo’, y el lat. *-ia* ‘-ia’, sobre el modelo del lat. mediev. *epidemia* ‘epidemia’; cf. gr. *πανδημία* *pandēmía* ‘conjunto de la población’.”

Por otro lado, la OMS (2010) define al término pandemia como la propagación

mundial de una nueva enfermedad y habla de una pandemia de gripe como un virus que se propaga por el mundo y la mayoría de las personas no tienen inmunidad contra él. Por lo común, los virus que han causado pandemias con anterioridad han provenído de virus gripales que infectan a los animales.

Otras definiciones hablan del término pandemia como una epidemia que se extiende a muchos países y ataca a muchos individuos en una región, mientras epidemia se refiere a la enfermedad que azota un gran número de personas o animales en un mismo lugar en un período determinado.

"Pandemia no es una palabra para usar a la ligera o descuidadamente. Es una palabra que, si se usa incorrectamente, puede causar un miedo irrazonable una aceptación injustificada de que la lucha ha terminado, lo que lleva a sufrimiento y muerte innecesarios",

Tedros Adhanom, director de la OMS.

Pandemias en la historia de la humanidad.

En el contexto histórico-social a través de distintas épocas, las pandemias han desencadenado relevantes eventos, entre los cuales se destacan su distribución global, en todas las latitudes, rápida propagación, recelo en la población ante el temor de contagiosidad, elevadas pérdidas de vidas humanas y desolación social. En los tiempos antes de nuestra era se distinguió la pandemia producida presumiblemente por la viruela (en el año 165 a. C.) denominada la Epidemia de Antonio o Peste de Galeno. En nuestra era, en el transcurso de los siglos fueron inicialmente la peste bubónica y el cólera, y desde inicio del pasado siglo XX predominaron las causadas por la influenza y a finales del mismo siglo apareció la pandemia del virus de inmunodeficiencia humana (VIH). En el presente milenio ha sido la aparición de la actual pandemia producida por el virus SARS-CoV-2, a partir del año 2019.

Los expertos han señalado la peste de Justiniano, que determinó la caída del Imperio Bizantino y la llamada muerte negra, producida por fiebre bubónica junto a la gripe española de 1918, como las más catastróficas por su mayor letalidad y repercusión en el desarrollo social de esas épocas, hasta el siglo XX, en que apareció la pandemia por VIH, que aún nos asola desde hace 40 años.

Epidemias	Año	Fallecidos	Causa	Localización
Peste Antonino o Plaga de Galeno	165-180	5 millones	Desconocida ¿Viruela o sarampión?	Asia Menor, Egipto, Grecia e Italia
Peste de Justiniano	541-542	25 millones 45	Peste bubónica	Imperio Bizantino (Constantinopla). Europa Mediterráneo
Muerte Negra	1348-1353	75-200 Millones	Peste bubónica	Europa, Asia, África
Pandemia de Cólera Origen: India	1852-1860	1 millón	Cólera	India (origen) Asia, Europa, América Norte, Suramérica y África
Gripe Rusa	1889-1890	(1 millón	Influenza A H3N8	Mundial (en 4 meses)
Cólera	1910-1911 (1923 aún en India)	800 000	Cólera	Oriente Medio. África Norte, Europa Este e India
Gripe Española 1ra. gran pandemia del siglo XX	1918-1920	50-100 millones	Influenza A H1N1	Mundial
Gripe Asiática Procedencia aviar	1957-1958	1,2 a 2 millones	Influenza A H2N2	China, Singapur, Hong-Kong, EE UU.
Gripe de Hong-Kong Tercera gran epidemia siglo XX	1968	1 millón	Influenza A H3N2 Derivado H2N2	Hong-Kong (15%), Singapur, Viet.Nam, Filipinas, India, Australia, EE UU.
VIH-sida Se descubrió en África. Rep Congo 1988.	Pico en 2005-2012	36 millones (desde 1981) Hoy 31-35 millones conviven virus	Virus Inmunodeficiencia Humana	Mundial
COVID-19	2019-2020	En desarrollo	Coronavirus SARS-COVID-2	Mundial. Se descubrió en China (Diciembre 2019)

Fuente: Modificado y adaptado de Hughet G. National Geographic. Historia, 2020.

Cuadro 1. Principales pandemias en la historia de la humanidad



Pandemias y Epidemias en Chile.

Se piensa que la pandemia del Covid-19 es la peor de todos los tiempos que ha enfrentado Chile, pero, y aunque, efectivamente es la de mayor alcance global y cambió la cotidianidad de muchos en muy poco tiempo, Chile desde el siglo XIX ha tenido que enfrentarse a diferentes tragedias similares, enfermedades como el cólera, la gripe española o el tifus exantemático.

La primera epidemia que afectó a Chile fue la del cólera, el cual llegó desde Argentina en diciembre de 1886 con casos de Santa María, San Felipe y La Calera, provocando una crisis política en el país, la cual se extendió hasta abril de 1888 con un carácter estacional; Sin embargo, según historiadores, la presencia de la mortífera influenza española por el año 1918, fue de una de las pandemias más importantes del siglo XX, lo que contribuyó a innovar en la salud pública chilena y a instaurar en la siguiente década un modelo de nueva medicina o medicina preventiva.

En el otoño del 2009 surgió un episodio biológico que asumió el carácter de influenza pandémica, y fue el 16 de mayo de ese año que el entonces ministro de salud, Álvaro Erazo confirmaba que la gripe porcina H1N1 había llegado a Chile debido a que la OMS incentivó durante años a que los países trabajaran en un plan de contingencia para una posible pandemia y gracias a que la reacción de las autoridades locales fue oportuna, se dispuso de una barrera sanitaria de ingreso al país con exhaustivos controles en el aeropuerto de vuelos provenientes de Canadá, EE.UU. y México, la epidemia concluyó en marzo del 2010 con casos superiores a 300mil y con sólo 155 fallecidos confirmados por el virus.

Es debido a las pandemias que en Chile se han mejorado diferentes instituciones; La epidemia del cólera en 1888, por ejemplo, impulsó la creación en 1892 del Consejo Superior de Higiene y el Instituto de Higiene. Estos dieron paso en 1929 al Instituto Bacteriológico y luego al Instituto de Salud Pública en 1979, que incluso supervisó la manufactura nacional de medicamentos y vacunas hasta fines de los años 90.

Sin embargo, Chile se ha visto afectado a lo largo de la historia por una gran variedad tanto de epidemias como pandemias, a continuación, se presenta un cuadro en donde se muestran cuáles han sido, su fecha de aparición y el lugar en donde se desarrollaron.

Patógeno	Fecha	Lugar
Viruela	1554	Encomienda de Pedro Olmos de Aguilera al sur del río Biobío
Fiebre tifoidea	1556	Nueva Imperial y Valdivia
Viruela	1561	La Serena, resto del territorio
Disentería	1562	Alrededores de Fuente Arauco
Gripe	1632	Todo Chile
Fiebre tifoidea	1633, 1638	Chiloé
Escorbuto	1645	Valdivia
Fiebre tifoidea	1647	Santiago
Influenza	1658 - 1660	Todo Chile
Viruela	1761	Todo Chile
Tífus	1779, 1780	Santiago, Talcahuano
Escarlatina	1831	Valparaíso
Tífus	1863 - 1864	Todo Chile
Malaria	1865	Arica y Parinacota
Cólera	1886 - 1888	Todo Chile
Denge	1889	Iquique
Influenza	1890 - 1896	Todo Chile
Fiebre amarilla	1903	Antofagasta y salitreras del Salar del Carmen
Peste negra	1903	Iquique y Valparaíso
Viruela	1905 - 1906	Valparaíso, Valdivia y Chiloé
Fiebre amarilla	1912	Antofagasta
Tífus exantemático epidémico	1912	Antofagasta
Gripe española	1918 - 1920	Todo Chile
Influenza	1918 - 1933	Todo Chile
Influenza	1957 - 1976	Todo Chile
SIDA	1990 - hoy	Todo Chile
Hantavirus	1990 - 2001	Desde la RM hasta La Araucanía
Listeriosis	2008 - 2009	Desde Valparaíso a La Araucanía
Virus H1N1/09 Pandémico	2009 - 2010	Todo Chile
Covid-19	2020 - hoy	Todo Chile

Cuadro 2. Pandemias que han afectado a Chile

Pandemia del Covid-19 (SARS-CoV-2)

Covid en el mundo, origen y causa.

Si bien el conocido Covid19 fue nombrado así durante su aparición en el año 2019, causando pánico en el mundo, además de consecuencias económicas. El SARS o SRAS conocido por sus siglas como “Síndrome Respiratorio Agudo Severo” en español o “Severe Acute Respiratory Syndrome” en inglés, el primer brote se produjo en un pueblo al sur de China, Foshan (cercano a Guangzhou) el 16 de noviembre del 2002 produciéndose un brote de neumonía atípica, al cual las autoridades no dieron la importancia requerida. En un nuevo brote de neumonía atípica (30 de enero 2003) en la ciudad de Heyuan a 200 Kms de Guangzhou, enfermaron 152 pacientes con 5 muertes, en donde nuevamente las autoridades tranquilizaron a la población y prohibieron toda información.

El agente etiológico del SARS es un virus perteneciente a los Coronavirus y es conocido como SARS-CoV.; Es una enfermedad infecciosa febril y provoca neumonía grave (Thompson, Luis, 2003).

Existen muchas similitudes entre el Covid-19 (SARS-CoV-2) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV), como ya se mencionó, de forma epidémica en los años 2003, 2012 y 2019, se presentaron ciertos eventos que tuvieron una elevada morbilidad y mortalidad poblacional, originados por tres nuevos Beta-CoV denominados: SARS-CoV, MERS-CoV y SARS-CoV-c, este último comparte una identidad de 82% en su secuencia génica con el SARS-CoV, causantes del síndrome respiratorio agudo severo, el síndrome respiratorio del Medio Oriente y la COVID-19, respectivamente (Denis Rodríguez, Marisleidy, & Luis León, Ceylin. 2020).

Los pacientes infectados por SARS-CoV-2 presentan manifestaciones clínicas muy amplias, desde asintomáticos hasta neumonías graves e incluso la muerte. Mientras que la forma asintomática y las presentaciones leves son vistas mayormente en niños, adolescentes y adultos jóvenes, por otro lado, las formas más graves se observan principalmente en adultos mayores de 65 años y en personas con condiciones crónicas. Los síntomas más habituales son la fiebre, tos seca y el

cansancio, existen otros síntomas menos frecuentes tales como, dolores y molestias, congestión nasal, dolor de cabeza, conjuntivitis, dolor de garganta, diarrea, pérdida de gusto y olfato y las erupciones cutáneas o cambios de color en los dedos de las manos o los pies (OMS, 2020).

La enfermedad de COVID-19 se propaga principalmente de persona a persona a través de las gotículas que salen despedidas de la nariz o la boca de una persona infectada al toser, estornudar o hablar, por este motivo el primer accionar para evitar su propagación es el uso de mascarilla, guantes y el distanciamiento social, además de efectuar desinfección en forma constante.

El actual brote de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) fue notificado por primera vez en Wuhan (China), el 31 de diciembre de 2019, llevando a la fecha de forma universal un total de 116.713.558 casos y en Chile 882.096 casos con 21.076 muertos, según la Universidad de Medicina de Johns Hopkins, expertos en salud pública mundial, enfermedades infecciosas y preparación para emergencias, a través de su sitio web y el mapa global de COVID-19 (<https://coronavirus.jhu.edu/map.html>)

Covid en Chile

Observando los brotes epidémicos en China y Europa, el gobierno de Chile implementó en febrero del 2020 una serie de medidas para preparar a la nación ante la posible llegada del virus al país. El Ministerio de Salud decretó una <Alerta Sanitaria> el 07 de febrero y así, otros organismos gubernamentales también comenzaron con medidas preventivas.

El primer caso de pandemia de COVID-19 en Chile se confirmó el 03 de marzo de 2020 cuando un pasajero de un vuelo procedente de Singapur fue internado en el Hospital Regional de Talca, a partir de este caso, el brote epidémico se expandió hasta alcanzar las 16 regiones del país.

El 18 de marzo, el presidente Sebastián Piñera decretó el <estado [de excepción constitucional] de catástrofe> en todo el territorio nacional por 90 días.

Posteriormente, dicho estado ha sido prorrogado a 180, 270 y 360 días, analizándose si se volverá a prorrogar hasta junio del 2021.

A continuación, se presenta el número de casos y la tasa de incidencia de COVID-19 en Chile, a modo de tabla comparativa entre marzo del 2020 y marzo del 2021.

Número de casos y tasa de incidencia de COVID-19 según región de notificación. Chile, entre el 22 de febrero al 29 de marzo de 2020.

Región	Población	N° casos		Tasa incidencia
		Notificados	Confirmados	
Arica y Parinacota	252110	241	6	2,4
Tarapacá	382773	331	5	1,3
Antofagasta	691854	613	35	5,1
Atacama	314709	163	2	0,6
Coquimbo	836096	435	27	3,2
Valparaíso	1960170	1844	99	5,1
Metropolitana	8125072	14342	1215	15,0
O'Higgins	991063	496	16	1,6
Maule	1131939	1190	57	5,0
Ñuble	511551	1159	164	32,1
Biobío	1663696	1937	93	5,6
Araucanía	1014343	1108	205	20,2
Los Ríos	405835	523	15	3,7
Los Lagos	891440	828	112	12,6
Aisén	107297	36	2	1,9
Magallanes	178362	430	35	19,6
Total país	19458310	25676	2088	10,7

Cuadro 3. Casos y tasa de incidencia en Chile (al 29 de marzo, 2020.)

Número de casos y tasas de incidencia de COVID-19 según región de confirmación diagnóstica. Chile, al 18 de marzo de 2021.

Zona de Chile	Población	Casos Acumulados								Casos Fallecidos**	Tasa incidencia acumulada	Tasa mortalidad acumulada	Tasa Letalidad %
		Confirmados Notificados	Confirmados No Notificados	Probables	Confirmados correspondientes a BAC	% Confirmados correspondientes a BAC	% Confirmados correspondientes a Antígenos	% Confirmados correspondientes a Sospecha reinfección	Total				
Región de Arica y Parinacota	252.110	16.435	92	1.058	4.256	24,2%	0,05%	0,03%	17.585	436	6.975,1	172,9	2,5%
Región de Tarapacá	382.773	26.029	839	5.801	6.886	21,1%	0,06%	0,06%	32.669	564	8.534,8	147,3	1,7%
Región de Antofagasta	691.854	40.646	462	3.327	8.779	19,8%	0,14%	0,05%	44.435	1.082	6.422,6	156,4	2,4%
Región de Atacama	314.709	13.297	55	505	4.870	35,1%	0,11%	0,07%	13.857	220	4.403,1	69,9	1,6%
Región de Coquimbo	836.096	24.423	179	3.941	4.374	15,3%	0,08%	0,03%	28.543	651	3.413,8	77,9	2,3%
Región de Valparaíso	1.960.170	57.542	680	23.348	10.663	13,1%	0,12%	0,02%	81.570	2.574	4.161,4	131,3	3,2%
Región Metropolitana de Santiago	8.125.072	381.315	11.325	61.826	38.906	8,6%	0,16%	0,04%	454.466	16.173	5.593,4	199,1	3,6%
Región del Libertador General Bernardo O'Higgins	991.063	34.588	130	7.539	6.936	16,4%	0,24%	0,04%	42.257	1.216	4.263,8	122,7	2,9%
Región del Maule	1.131.939	48.660	43	3.132	14.250	27,5%	1,01%	0,05%	51.835	1.247	4.579,3	110,2	2,4%
Región del Ñuble	511.551	19.287	20	5.994	5.038	19,9%	0,11%	0,08%	25.301	547	4.945,9	106,9	2,2%
Región del Biobío	1.663.696	85.831	289	16.642	12.127	11,8%	0,15%	0,04%	102.762	1.944	6.176,7	116,8	1,9%
Región de la Araucanía	1.014.343	48.200	19	4.462	10.968	20,8%	0,58%	0,03%	52.681	953	5.193,6	94,0	1,8%
Región de Los Ríos	405.835	24.238	35	2.255	7.967	30,0%	0,25%	0,05%	26.528	405	6.536,6	99,8	1,5%
Región de Los Lagos	891.440	57.256	97	8.695	24.682	37,4%	0,14%	0,03%	66.048	1.052	7.409,1	118,0	1,6%
Región de Aysén del General Carlos Ibáñez del Campo	107.297	3.314	-	685	1.062	26,6%	0,05%	0,03%	3.999	43	3.727,0	40,1	1,1%
Región de Magallanes y la Antártica Chilena	178.362	22.634	46	2.198	5.759	23,1%	0,02%	0,04%	24.878	430	13.948,0	241,1	1,7%
Desconocida*	-	-	47	1	-	-	0,00%	0,00%	47	3	-	-	6,4%
Total país	19.458.310	903.695	14.358	151.409	167.523	15,7%	0,21%	0,04%	1.069.461	29.540	5.496,2	151,8	2,8%

Cuadro 4. Casos y tasa de incidencia en Chile (al 18 de marzo, 2021.)

Se establecieron una serie de medidas de salud pública las cuales tienen por fin, disminuir la velocidad de la propagación del COVID-19, bajo el plan “PASO a PASO”, es una estrategia gradual para enfrentar la pandemia según la situación sanitaria de cada zona en p

articular. Se trata de 5 escenarios o pasos graduales, que van desde la Cuarentena hasta la Apertura Avanzada, con restricciones y obligaciones específicas. El avance o retroceso de un paso particular a otro está sujeta a indicadores epidemiológicos, red asistencial y trazabilidad.

Paso

1

Cuarentena

Cuarentena Total. Sólo se permiten negocios esenciales. Se puede realizar actividad física (en vehículos no motorizados) sin necesidad de obtener permiso, sólo entre las 07.00 y las 08.30 horas. Se entregan 2 permisos por semana, de desplazamiento con duración de 2 horas.

Paso

2

Transición

Transición. Se puede salir de lunes a viernes. Se mantiene la cuarentena sábados, domingos y festivos. No es posible ir a un lugar en cuarentena. Se permite la apertura del comercio e ir a trabajar. Se pueden realizar actividades deportivas sólo al aire libre con un máximo de diez personas, sin público. Para los fines de semana, se puede solicitar el permiso de traslado con duración de 2 horas.

Paso

3

Preparación

Preparación. Se puede salir todos los días de la semana, a los puntos del paso de transición, además se suma que se puede realizar actividades deportivas en espacios cerrados con máximo de 5 personas.

Paso

4

Apertura Inicial

Apertura Inicial. Al igual que el paso anterior, se puede salir todos los días y las actividades que se realizaban al aire libre, ahora pueden ser en espacios cerrados con mayor cantidad de participantes y ventilación.

El Paso 5, que habla sobre Apertura Avanzada, a todos los puntos anteriores, se incrementan las capacidades, pudiendo abrir pubs, discotecas, gimnasios y similares con hasta el 50% de su capacidad, al igual que las actividades deportivas con hasta el 50% del público.

También se encuentra el MODO COVID, que es la Estrategia Sanitaria Permanente, la que dice que siempre se debe respetar las medidas que dicte la autoridad como cordones y aduanas sanitarias y, si se es un caso confirmado, sospechoso o probable de coronavirus o se es contacto estrecho de un caso confirmado, se debe hacer cuarentena obligatoria sin posibilidad de permisos, y lo mismo aplica si se ingresa al país.

Además de considerar el uso de forma obligatoria de mascarilla y el distanciamiento social permanente de al menos 1,5 metros de distancia.

A mediados de marzo de 2020 el presidente Piñera da la orden al Ministro de Salud, Jaime Mañalich de anunciar Toque de Queda para restringir el movimiento de las personas entre las 22.00 y las 05.00 horas en toda la extensión de Chile, sin un plazo de término, el que ha tenido variaciones horarias tales como de 20.00 a 05.00, actualmente encontrándose en un horario entre las 23.00 y 05.00 horas.

Todas estas restricciones, provocadas por el brote del COVID-19 tanto horarias como de desplazamiento, tuvieron un cambio significativo en diferentes sectores, cambiando incluso paradigmas, incorporando la teleeducación, telemedicina y teletrabajo, entre otros.

Áreas verdes y sus efectos en la vida de las personas.

Según la Comisión Nacional del Medio Ambiente perteneciente al Ministerio de Vivienda y Urbanismo, área verde se define como los espacios urbanos, o de periferia a éstos, predominantemente ocupados con árboles, arbustos o plantas, que pueden tener diferentes usos, ya sea cumplir funciones de esparcimiento, recreación, ecológicas, ornamentación, protección, recuperación y rehabilitación del entorno, o similares (MINVU, CONAMA, 1988).

Sin embargo, la única definición legal que existe está contenida en la Ordenanza de la Ley General de Urbanismo y Construcción y señala que “Área verde” corresponde a una superficie de terreno destinada preferentemente al esparcimiento o circulación peatonal, conformada generalmente por especies vegetales y otros elementos complementarios (definición sólo aplicable en la Región Metropolitana de Santiago)

Naturaleza y Salud

La estrecha relación entre factores relacionados con el medio ambiente en que viven las personas, tales como la calidad del aire, o la proximidad a los espacios naturales, afecta en un rango superior al 20% en el estado de salud y la mortalidad de las personas y aunque también se debe considerar los posibles riesgos inherentes que puede contribuir la exposición al contacto con la naturaleza, como alergias, especies venenosas, transmisión de enfermedades, entre otras; Sin embargo, al poner en la balanza los pros y contras de la realización de actividades en contacto con la naturaleza, el conocimiento actual permite que esta balanza se incline hacia los beneficios en salud y bienestar que éstas prácticas aportan.

Entre estos beneficios, se encuentran los beneficios físicos, tales como reducir el riesgo de ataque cardíaco y de accidente vascular cerebral un 20-30%, el de diabetes un 30-40%, el de fracturas de cadera un 36-68%, el de cáncer de intestino un 30%, el de cáncer de mama un 20% y el de depresión y demencia un 30%, es decir, además de beneficios físicos, la llamada «receta verde» tiene impactos positivos sobre la salud mental y el bienestar emocional, mejorando los patrones de sueño,

reduciendo el estrés, mejora la capacidad de atención, concentración y memoria, más satisfacción con la vida, ayuda en la mejora del estado de ánimo y la autoestima e incluso una más rápida recuperación de pacientes intervenidos quirúrgicamente. Para los niños y jóvenes el desarrollar un estilo de vida en espacios naturales, favorece las habilidades motoras y cognitivas en las primeras etapas, reduciendo los síntomas del trastorno por déficit de atención con hiperactividad y aumenta la probabilidad de que los/as jóvenes sean físicamente más activos en la edad adulta. Como individuos de una sociedad, el desarrollo de actividades en contacto con la naturaleza tiene aportes significativos en cuanto a establecer comunidades más inclusivas, cohesionadas y con conductas saludables duraderas.

A estos ambientes, se les conoce como ambientes restauradores, es decir, son ambientes que propician un descanso mental después de actividades estresantes, ayudando en su pronta recuperación y mejorando así la salud de los individuos, considerando que según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la idea de salud es más bien multidimensional, refiriéndose a un 'estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades.

Algunos investigadores (Hartig, Mitchell, De Vries y Frumkin, 2014) señalan que la naturaleza logra promover la idea de salud mediante diferentes sistemas, primero en cuanto a la calidad del aire que se ve favorecida por los árboles y las plantas: éstos reducen, por ejemplo, los gases contaminantes. En segundo lugar, la actividad física que se ve facilitada por los espacios naturales; otro elemento es la cohesión social, que se refiere al intercambio de valores, a la existencia de relaciones sociales positivas y al sentimiento de afiliación asociado a las relaciones entre vecinos que se ven favorecidas por la presencia de espacios naturales. Finalmente, estaría la reducción del estrés que incluye la reducción de la exposición a los factores estresantes de la ciudad y la promoción de la restauración psicológica.

Existe una creciente comparativa entre los efectos que provocan la urbanización y los ambientes naturales y en la salud, tanto a nivel fisiológico como psicológico y se contempla que dicha urbanización logrará un 70% de aquí al año 2030, si bien es

un tema que recientemente se encuentra en la palestra, aun así, no logra la importancia necesaria, ya que se considera que en menos de 10 años el gris de la urbanización se encontrará muy por encima del verde otorgado por la naturaleza; Aunque también dichos efectos beneficiosos se logran en lugares naturales artificiales (como parques urbanos y/o jardines), incluso, el sólo contemplar dichos escenarios, como parques o jardines desde una ventana puede traer beneficios a nivel físico y psicológico.

Trastorno por déficit de naturaleza.

Todos conocen a la pequeña niña de la novela y serie de animación «Heidi», que visitaba a su abuelito en las montañas y que caía enferma cada vez que llegaba a la ciudad y sólo se curaba al volver a sus montañas.

Richard Louv, experto en defensa de los niños, acuñó el término de “trastorno por déficit de naturaleza” en su libro *“Último niño en el bosque: Salvemos a nuestros hijos del trastorno por déficit de la naturaleza”* [Last Child in the Woods: Saving Our Children from Nature-Deficit Disorder] (2005), en él se reúnen investigaciones de vanguardia que demuestran que es esencial para el desarrollo saludable de la infancia la exposición directa a la naturaleza explica que a medida que las niñas, niños y jóvenes pasan menos tiempo de sus vidas en un entorno natural, sus sentidos se estrechan tanto fisiológica como psicológicamente; Además, la naturaleza tiene un efecto muy positivo contra la depresión, la obesidad y el déficit de atención.

Esta afección no tiene realmente un diagnóstico médico, sin embargo, este autor lo define como “el impacto que tiene en la salud física y mental el alejamiento del mundo natural”.

Richard Louv ha dicho que *“irónicamente esta pandemia tan trágica ha aumentado dramáticamente la conciencia pública de la profunda necesidad humana de conexión con la naturaleza y está agregando un mayor sentido de urgencia al movimiento que busca conectar a los niños, las familias y las comunidades con la naturaleza”*.

Aunque es un tema bastante emergente, debería tomarse más en cuenta ya que, es un tema muy relevante considerando que las predicciones señalan que en 2030 un 70% de la población mundial habitará en ciudades.

Sumado a los estudios sobre los 'espacios verdes', se están añadiendo estudios sobre 'espacios azules' en donde se revela que los entornos de mares, ríos, lagos o fuentes, de igual manera pueden ser promotores de la actividad mental y de la actividad física, en especial para la reducción del estrés.

Este trastorno se está estudiando hace un tiempo y la pandemia puso en evidencia que a las personas les afecta no tener contacto con lo verde, los japoneses desde hace años (en los 80 aproximadamente) ya han apuntado diferentes métodos para contrarrestar los efectos negativos que genera la falta de contacto con naturaleza con el llamado 'Shinrin-yoku' o baños forestales, siendo utilizado como medicina preventiva en donde el Dr. Qing Li, inmunólogo y director de la Sociedad Japonesa de Medicina Forestal, recomienda caminar muy despacio y descansando; disfrutando con los cinco sentidos, olvidándose de móviles y cámaras.

Este "trastorno" es también llamado »Solastalgia«, término acuñado por el activista, geógrafo y filósofo australiano Glenn Albrecht entre los años 2003-2005, comienza definiendo el término como 'el dolor o aflicción originado por la pérdida, desconsuelo y tristeza, acompañado de una sensación de abandono y aislamiento, relacionado con la situación presente de su hogar y la comarca donde una persona vive; causado por el impacto ambiental que acompaña a la contaminación masiva y desequilibrio ecológico que se ha producido por la acción destructiva del hombre'.

Después de unir diferentes componentes léxicos para definir Solastalgia, Albrecht lo definió como "pena, intranquilidad, agobio por tantas catástrofes ecológicas: sequías, hambrunas, inundaciones, huracanes, devastación de bosques y selvas, exterminio de glaciares, aumento generalizado de la temperatura del planeta, extinción de especies, etc., que llenan al hombre de desconsuelo, aflicción, angustia, desasosiego"

Debido a que cada vez las personas pasan más tiempo encerradas, y ahora mucho

más con la pandemia en desarrollo, en el ámbito del diseño y la construcción se está trabajando en el diseño biofílico, apostando a incorporar elementos de la naturaleza en el diseño de interiores para, de esta manera, paliar las consecuencias que provoca la falta del contacto con la naturaleza.

Necesidad de naturaleza.

Para entender la necesidad de naturaleza, primero hay que saber qué se entiende por 'necesidad', la Real Academia de la Lengua Española posee diferentes definiciones dependiendo del contexto que se le quiera dar y en este caso, la que se adecúa de mejor manera es la que define necesidad como >Carencia de las cosas que son menester para la conservación de la vida<

Abraham Maslow, psicólogo norteamericano que estudio las necesidades humanas, determinó que las necesidades humanas explican el comportamiento humano ya que la única razón por las que una persona hace algo es para satisfacer sus necesidades. Estas necesidades motivan hasta que se satisfacen. Maslow clasificó las necesidades en 5 grupos, estableciendo una jerarquía que forman la "Pirámide



Gráfico 1. Jerarquía de las necesidades humanas

de Maslow”.

Maslow considera como primer escalón el de las necesidades fisiológicas y que a medida que el ser individuo va cubriendo estas necesidades, empieza a preocuparse por la seguridad. Una vez que se siente físicamente seguro, empieza a buscar la satisfacción de otras necesidades, la aceptación social. Cuando ya se encuentra integrado en grupos sociales empieza a sentir la necesidad de obtener la autorrealización, la que puede ser mediante prestigio o logrando efectivamente sus aspiraciones, etc. Finalmente, cuando ya tienen cubiertos todos estos escalones, desean crear y alcanzar metas personales.

“Es cierto que el hombre vive solamente para el pan, cuando no hay pan. Pero ¿qué ocurre con los deseos del hombre cuando hay un montón de pan y cuando tiene la tripa llena crónicamente”

Abraham Maslow (1908-1970) sobre las necesidades.

Una de las críticas a la teoría de Maslow al decir que cuando una necesidad está satisfecha no es motivadora ya que el individuo se centra en el siguiente escalón, y que para satisfacer las necesidades de un escalón superior hay que tener cubiertas las anteriores, pero existen quienes no cumplen con esta teoría, ya que, buscan satisfacer primero las necesidades de autorrealización, tales como artistas, misioneros, aventureros, etc.

Debido a que en los últimos años el criterio de que las necesidades humanas se han visto orientadas preferentemente hacia la satisfacción de las llamadas necesidades básicas, esta visión más bien viene dada de las preferencias reveladas en los mercados; Sin embargo, en la línea de reflexión, al hablar de necesidades humanas aún queda mucho por aportar.

Por ello, existen autores tales como Manfred Max Neef, Antonio Elizalde, Martín Hopenhayn y coautores (1986) que ofrecen una perspectiva distinta, ya que, se basa en las necesidades humanas fundamentales y en la articulación orgánica de los seres humanos con la naturaleza, asumiéndola y entendiéndola como

construcción permanente. Nada de lo expuesto en su propuesta pretende ser exhibido como un modelo ni menos como una solución definitiva, se entiende que el ser humano y todo su entorno son componentes de un fluir permanente que no puede detenerse con milenarismos ni menos con ocasionalismos.

Estos autores expresan que las necesidades no sólo son carencia sino también y simultáneamente potencialidades humanas individuales y colectivas; Por otra parte, los satisfactores son formas de ser, tener, hacer y estar de carácter individual y colectivo, conducentes a la actualización de necesidades.

Las necesidades humanas son finitas, pocas, clasificables y universales para todas las culturas y todos los periodos históricos. Estos autores las clasifican en dos categorías: primero, las necesidades del ser, tener, hacer y estar; y como segunda categoría, las necesidades de subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad.

Las necesidades tienen una doble condición existencial: como carencia y como potencialidad. En la medida que las necesidades comprometen, motivan y movilizan a las personas, son también potencialidad y más aún, pueden llegar a ser recurso, entendiendo las necesidades como carencia y potencia, resulta impropio hablar de necesidades que se “satisfacen”, por lo tanto, es más apropiado hablar de vivir y realizar las necesidades, y de vivirlas y realizarlas de manera continua y renovada.

Max Neef determina a los ‘satisfactores’ como todos aquellos bienes -económicos y no económicos- utilizados para satisfacer las necesidades, mismos que cambian a través del tiempo y de las culturas. (Neef et al., 1986)

Los satisfactores pueden ordenarse y desglosarse dentro de los cruces de una matriz, que por un lado clasifica las necesidades según las categorías existenciales de ser, tener, hacer y estar; y por el otro, las clasifica según categorías axiológicas de subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad. A continuación, se presenta una matriz como ejemplo de tipos de satisfactores posibles, no debe considerarse de ninguna manera normativa.

Necesidades según categorías axiológicas	Necesidades según categorías existenciales			
	1. Ser	2. Tener	3. Hacer	4. Estar
1. Subsistencia	Salud física, salud mental, equilibrio, solidaridad, humor, adaptabilidad	Alimentación, abrigo, trabajo	Alimentar, procrear, descansar, trabajar	Entorno vital, entorno social
2. Protección	Cuidado, adaptabilidad, autonomía, equilibrio, solidaridad.	Sistemas de seguros, ahorro, seguridad social, sistemas de salud, legislaciones, derechos, familia, trabajo	Cooperar, prevenir, planificar, cuidar, curar, defender	Contorno vital, contorno social, morada
3. Afecto	Autoestima, solidaridad, respeto, tolerancia, generosidad, receptividad, pasión, voluntad, sensualidad, humor	Amistades, parejas, familia, animales domésticos, plantas, jardines	Hacer el amor, acariciar, expresar emociones, compartir, cuidar, cultivar, apreciar	Privacidad, intimidad, hogar, espacios de encuentro.
4. Entendimiento	Conciencia crítica, receptividad, curiosidad, asombro, disciplina, intuición, racionalidad.	Literatura, maestros, método, políticas educacionales, políticas comunicacionales	Investigar, estudiar, experimentar, educar, analizar, meditar, interpretar.	Ámbitos de interacción formativa, escuelas, universidades, academias, agrupaciones, comunidades, familia
5. Participación	Adaptabilidad, receptividad, solidaridad, disposición, convicción, entrega, respeto, pasión, humor	Derechos, responsabilidades, obligaciones, trabajo	Afiliarse, cooperar, proponer, compartir, discrepar, acatar, dialogar, acordar, opinar.	Ámbitos de interacción participativa, partidos, asociaciones, iglesias, comunidades, vecindarios, familias
6. Ocio	Curiosidad, receptividad, imaginación, despreocupación, humor, tranquilidad, sensualidad	Juegos, espectáculos, fiestas, calma	Divagar, abstraerse, soñar, añorar, fantasear, evocar, relajarse, divertirse, jugar.	Privacidad, intimidad, espacios de encuentro, tiempo libre, ambientes, paisajes.
7. Creación	Pasión, voluntad, intuición, imaginación, audacia, racionalidad, autonomía, inventiva, curiosidad.	Habilidades, destrezas, método, trabajo	Trabajar, inventar, construir, idear, componer, diseñar, interpretar	Ámbitos de producción y retroalimentación, talleres, ateneos, agrupaciones, audiencias, espacios, de expresión, libertad temporal
8. Identidad	Pertenencia, coherencia, diferenciación, autoestima, asertividad.	Símbolos, lenguajes, hábitos, costumbres, grupos de referencia, sexualidad, valores, normas, roles, memoria histórica, trabajo	Comprometerse, integrarse, confrontarse, definirse, conocerse, reconocerse, actualizarse, crecer	Socio-ritmos, entornos de la cotidianidad, ámbitos de pertenencia, etapas madurativas
9. Libertad	Autonomía, autoestima, voluntad, pasión, asertividad, apertura, determinación, audacia, rebeldía, tolerancia.	Igualdad de derechos	Discrepar, optar, diferenciarse, arriesgar, conocerse, asumirse, desobedecer, meditar	Plasticidad espacio-temporal.

Fuente: Max Neef *et al.*, *Desarrollo a escala humana*, p.42.

Cuadro 5. Matriz de necesidades y satisfactores de Max Neef *et. a.l.*

Por otro lado, autores como Doyal y Gough (1994), determinan que las necesidades básicas son aquellas que si no son satisfechas pueden ocasionar perjuicios graves objetivos, a saber, limitaciones fundamentales en la búsqueda de cada individuo de su visión particular del bien. En última instancia, la objetividad del perjuicio -y, por ende, de la necesidad- queda garantizada por medio de su “no reductibilidad a sentimientos subjetivos contingentes”.

Estos autores permiten disociar aquellos fines que son universales y aquellos que no, constituyendo un mecanismo de distinción entre necesidades y aspiraciones o deseos: “La palabra ‘necesidad’ se utiliza (...) en referencia a una categoría específica de objetivos que se cree universalizables. (...) Las necesidades se contraponen habitualmente en este sentido a las ‘aspiraciones’ (querer), que se describen también como objetivos que se derivan de preferencias particulares del individuo y de su medio cultural. A diferencia de las necesidades, se cree que las aspiraciones varían de persona a persona”.

Doyal y Gough, al igual que Max Neef et. Al., determinan que “Mientras que las necesidades individuales básicas de salud física y autonomía son universales, muchos de los bienes y servicios que se requieren para satisfacerlas varían según las culturas. (...) A todos los objetos, actividades y relaciones que satisfacen nuestras necesidades básicas los hemos denominado satisfactores. Las necesidades básicas entonces, son siempre universales, pero sus satisfactores son con frecuencia relativos.



METODOLOGÍA

Diseño de investigación.

La investigación llevada a cabo en este trabajo de Seminario de Título, para conocer el nivel de necesidad de actividades en contacto con la naturaleza que poseen los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción en tiempo de pandemia causados por el periodo de confinamiento del SARS-CoV-2 (Covid19), corresponde a un estudio de investigación de tipo cualitativo ya que, pretende comprender la realidad que se investiga y no indaga en valores numéricos y en este caso, para este fenómeno, este tipo de metodología logra contextualizarlo de mejor manera permitiendo una gran riqueza interpretativa; Los valores numéricos aquí presentados sólo cumplen función para caracterizar a los individuos partícipes del estudio.

Es un proceso de indagación más flexible, abierto y circular que se mueve entre las respuestas y el desarrollo de la teoría. El enfoque cualitativo evalúa el desarrollo natural de los sucesos, es decir, no hay manipulación ni estimulación con respecto a la realidad (Corbetta, P. 2003).

La recolección de los datos busca obtener perspectivas y puntos de vista de los participantes, tales como sus emociones, prioridades, experiencias, etcétera. La elección de estos participantes es más bien intencional y se centra en una evaluación de experiencias personales y debido a ello la preocupación directa del investigador se concentra en las vivencias de los participantes tal como fueron o son, sentidas y experimentadas (Sherman y Webb, 1988)

Por ello también se aplica como estrategia metodológica la observación no participativa mediante el cuestionario Likert que es un cuestionario de percepción.

Dado que los tipos de diseños en las investigaciones cualitativas se complementan entre sí, en este estudio se produce una aleación entre un estudio etnográfico en donde Alvarez-Gayou (2003), considera que su propósito es describir y analizar lo que las personas de un sitio, estrato o contexto determinado hacen usualmente,

enfocando este estudio en los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción en conjunto con un diseño fenomenológico que se enfoca en las experiencias individuales subjetivas de los participantes y el investigador contextualiza las experiencias en términos de su temporalidad, espacio, corporalidad y el contexto relacional (Creswell, J. 2017).

La realización de esta investigación de Seminario de Título se llevó a cabo durante 5 meses, guiando los avances en base a carta Gantt.

Población de estudio.

El estudio fue llevado a cabo entre los estudiantes (de primero a quinto año) y egresados (sin rango específico del año de egreso) de la Carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción.



Instrumento

Para poder realizar este estudio se elaboró un cuestionario de 31 preguntas, estructurado en tres partes, el cual tuvo que adecuarse a un formato Web para lograr su difusión en medio de una pandemia, en donde, las dos primeras partes recogen antecedentes que permiten caracterizar la muestra en estudio para establecer correlaciones y la tercera parte es un cuestionario cerrado de tipo Likert, el que permite determinar preferencias, actitudes y aspiraciones sobre la práctica de actividades físicas en contacto con la naturaleza en tiempo de pandemia.

En este informe se encuentra el formato para presentar en papel y el formato web. Revisar cuestionario en formato para imprimir en ANEXO 2: Cuestionario. (Página 63)

Revisar cuestionario en formato web en ANEXO 3: Cuestionario formato web. (Página 68)

Proceso de Validación.

Para aprobar el cuestionario e implementarlo, se requiere de la validez de éste, ya que se entiende que una investigación tendrá un alto nivel de 'validez' en la medida que sus resultados 'reflejen' una imagen lo más completa posible, clara y representativa de la realidad o situación estudiada (Martínez, M. 2006), es por ello que se realizaron dos tipos de validaciones a un total de seis personas.

Validación Juicio de Expertos.

La validación de Juicio de Expertos se solicitó a tres académicos de la Universidad de Concepción:

Profesora Liliana Cuadra Montoya, Departamento de Educación Física.

Profesor Hugo Aránguiz Aburto, Departamento de Educación Física.

Profesor Mario César Quevedo, Departamento de Metodología de la Investigación e Informática.

A quienes mediante una carta formal se presentó la solicitud para analizar el cuestionario y emitir juicio sobre la elaboración de éste, en cuanto al orden, al enfoque, revisiones en general. Revisar ANEXO 1: Solicitud Juicio de Expertos. (Página 62)

Validación piloto por egresados de Pedagogía en Educación Física UdeC.

Analizadas las respuestas y comentarios emitidos por los profesores de la Universidad de Concepción, se realizó una segunda instancia de validación, a modo de prueba piloto, a tres egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción de los años 2016, 2018 y 2019. Esto, para corregir los detalles de la elaboración y obtener una retroalimentación sobre la aplicación, dificultad de entendimiento y/o desarrollo del cuestionario, para poder implementarlo.

Este proceso –el pilotaje por parte de egresados- determinó que “la elaboración del cuestionario estaba precisa en cuanto a lo que se buscaba, que era de fácil

comprensión y también fácil de responder, sin generar dudas”.

Proceso de recopilación de datos.

En un contexto normal, es decir, sin pandemia, este tipo de investigaciones se hubiesen llevado a cabo en las dependencias del Departamento de Educación Física de la Universidad de Concepción, contemplando así un mayor número de respuestas por parte de estudiantes, y para los egresados una comunicación mediante correo o diferentes plataformas. Sin embargo, con el actual contexto de pandemia, resultaba imposible llevar a cabo esta forma de aplicar el cuestionario, por lo tanto, se modificó el original para llevarlo a un formato digital mediante Google docs, el cual se publicó en dicha plataforma (docs.google.com) y se masificó mediante redes sociales y redes de contactos.



Procedimiento.

El instrumento utilizado en esta investigación es un cuestionario en formato web denominado “Práctica Previa y Necesidad de Actividad Física en Contacto con la Naturaleza en Tiempo de Pandemia”, difundido por redes sociales y redes de contactos, enviando el link de la plataforma de Google Docs (<https://forms.gle/LuTjYWUNKmHzRBF9A>) en donde se podía realizar el cuestionario en modalidad online.

El cuestionario se mantuvo disponible en la plataforma de Google Docs para recibir respuestas durante tres semanas, a partir de la segunda semana de enero hasta fines de ese mes, obteniéndose al término un total de 73 encuestas completadas, las cuales se agruparon y su análisis se presenta en el capítulo IV de este documento.



ANÁLISIS DE DATOS

Caracterización encuestados.

De un total de 73 cuestionarios contestados por estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, 22 de ellos corresponden a egresados entre los años 2013 a 2020 y 51 corresponden a actuales estudiantes cursando entre primer y quinto año de la Carrera.

Según la clasificación etaria que otorga el INE, en donde se tipifica a jóvenes como las personas entre 15 y 29 años y adultos aquéllos que tienen entre 30 y 59 años, encontramos en la muestra un total de 66 jóvenes de los cuales 50 son actuales estudiantes y 16 egresados, 6 de los 7 adultos que contestaron la encuesta son egresados y sólo una es actualmente estudiante.

Entre los encuestados, 53 fueron hombres y 20 mujeres, con un rango etario de 15 años, donde encontramos nacidos desde 1987 hasta 2002.

Del total de encuestados, 14 de ellos viven en departamentos en zona urbana y 59 en casa con patio (3 de ellos en zona rural).

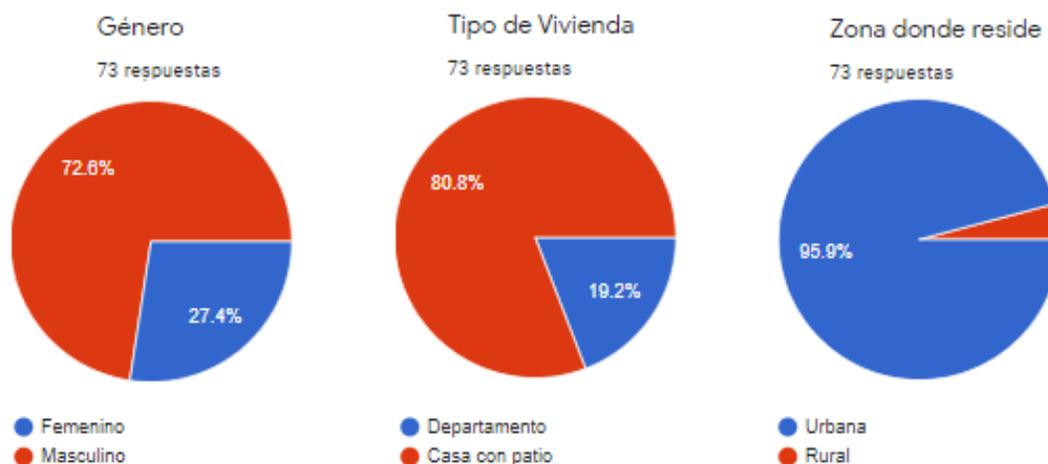


Gráfico 3. Caracterización Encuestados

Correlación de actividades Pre y Post Pandemia en contacto con la naturaleza.

Podemos observar que si bien disminuyó la realización de actividades en contacto con la naturaleza por parte de los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, no es tan significativa, puesto que previo a la pandemia, del total de 73 encuestados, 63 de ellos respondió que sí realizaba actividades en contacto con la naturaleza y durante la pandemia este número cambió a 52, es decir, sólo 11 individuos dejaron de realizar actividades en contacto con la naturaleza desde que comenzó la pandemia y sus variadas restricciones.

Realización de Actividades en Contacto con la Naturaleza.

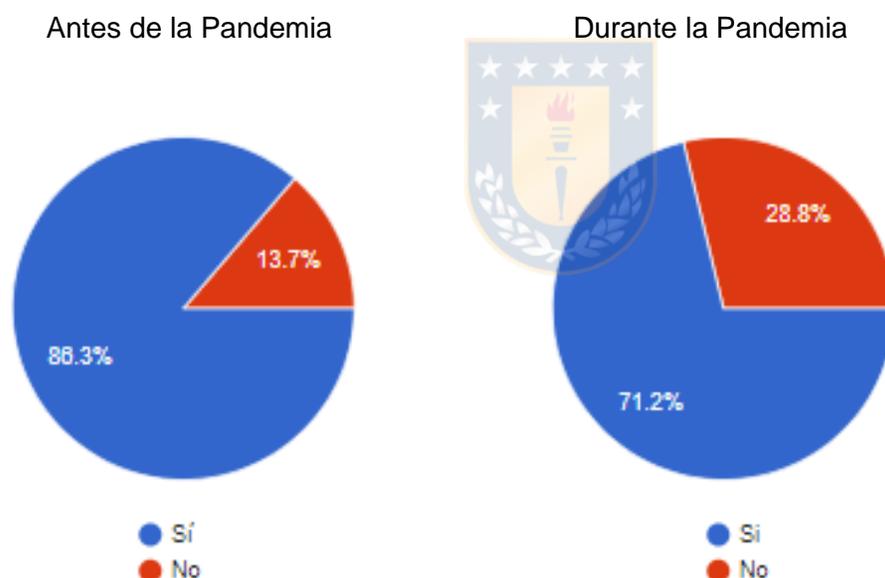


Gráfico 5. Correlación de actividades Pre y Post Pandemia en contacto con la naturaleza

De los 63 encuestados que realizaban actividades en contacto con la naturaleza previo a la pandemia, 16 son mujeres y sólo una de ellas reside en zona rural; 47 son hombres y entre estos, sólo dos residen en zona rural.

De los encuestados, 10 no realizaban actividades en contacto con la naturaleza

previo a la pandemia. Durante la pandemia, 12 personas que realizaban actividades en contacto con la naturaleza dejaron de hacerlo.

Sólo uno de los encuestados respondió que previo a la pandemia no realizaba actividades en contacto con la naturaleza y durante la pandemia comenzó a realizar ciclismo.

Es decir, del total de 73 estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, 10 de ellos no realizaban actividades en contacto con la naturaleza previo a la pandemia y durante ésta, 21 personas declararon no realizar actividades en contacto con la naturaleza.

Sobre las actividades realizadas previa a la pandemia, las que más se repitieron fueron bicicleta, senderismo y campamento, pese a la pandemia, éstas actividades seguían liderando el listado pero esta vez apareció la respuesta “ninguna”; Si bien seguían con la mayor cantidad de respuestas, el número había sufrido una baja, debido a la aparición de la pandemia y el inicio de sus correspondientes restricciones, de 52 personas que seleccionaron bicicleta antes de la pandemia, solo 45 lo hacían durante la pandemia.

Análisis cuestionario Likert con gráficos.

Actitud con y en contacto con la naturaleza.

En el primer apartado de “Actitud con y en contacto con la naturaleza” del cuestionario de percepción (Likert), podemos apreciar que existe un alto nivel de conciencia ecológica, sobre el cuidado de los recursos naturales, y en donde se ve más debilitado es el área de reciclaje y el de conocimiento sobre flora y fauna autóctona, sin embargo pese a ello, existe aproximadamente un tercio del total de individuos que considera su respuesta como “totalmente de acuerdo” en que si conocen 6 o más especies tanto de flora como de fauna.

A continuación, se presentan los gráficos de los resultados del primer apartado del cuestionario de Likert.

5.1 Conozco y aplico los principios de No Deje Rastro (NDR)

La gran mayoría se inclina al conocimiento y aplicación de los Principios de No Deje Rastro, tema casi inmerso en la cotidianidad de los encuestados.

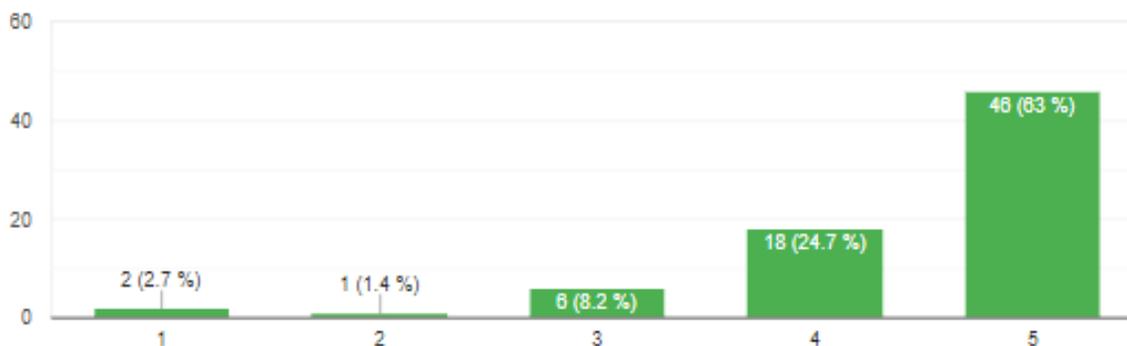


Gráfico 8. (5.1) Cuestionario de Likert

5.2 Separo y clasifico la basura en mi hogar para reciclaje.

Resultados variados que abarcan todos los puntos del cuestionario (desde totalmente en desacuerdo, hasta totalmente de acuerdo), con una leve tendencia a un sentido positivo.

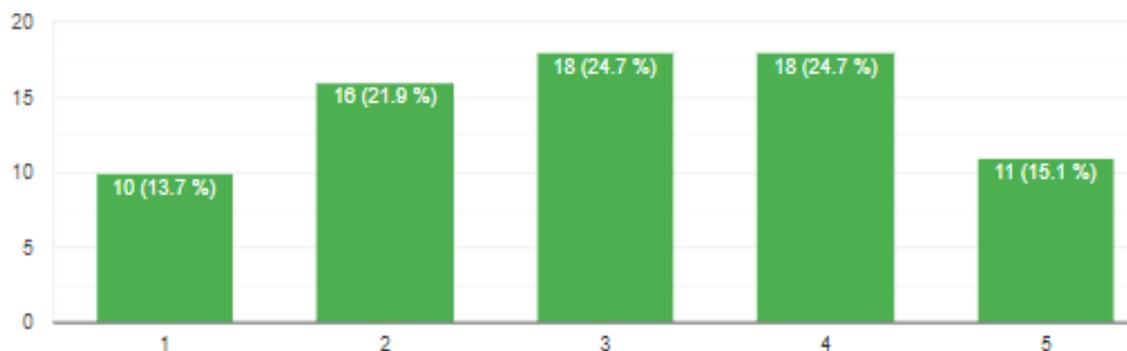


Gráfico 11. (5.2) Cuestionario de Likert

5.3 En los espacios públicos, siempre arrojé los desechos en los basureros o los llevo de regreso conmigo.

Existe una clara inclinación de carácter positivo, que favorece al medio ambiente disminuyendo la contaminación.

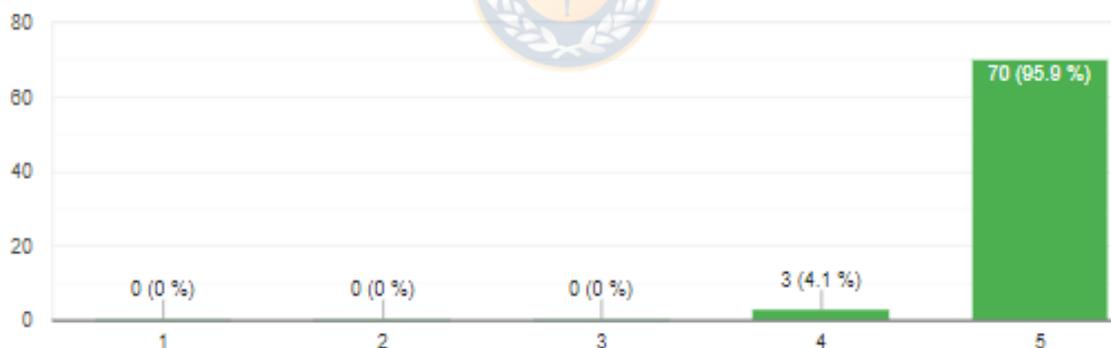


Gráfico 14. (5.3) Cuestionario de Likert

5.4 Conozco seis o más especies de la flora autóctona.

Pese a que un gran porcentaje de encuestados declara estar totalmente de acuerdo con esta aseveración, la mayoría se inclina por la opción “no sabe o no le interesa”.

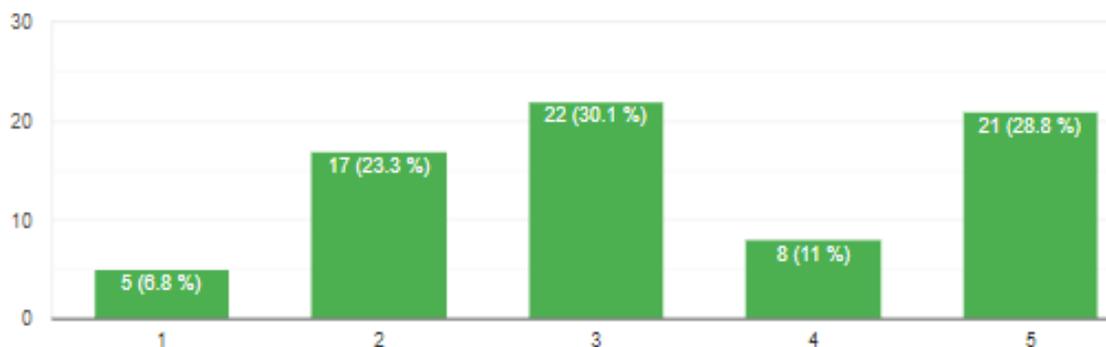


Gráfico 17. (5.4) Cuestionario de Likert

5.5 Conozco seis o más especies de fauna nativa.

Se observa un incremento positivo en los encuestados, en donde casi un tercio del total esta totalmente de acuerdo con esta aseveración.

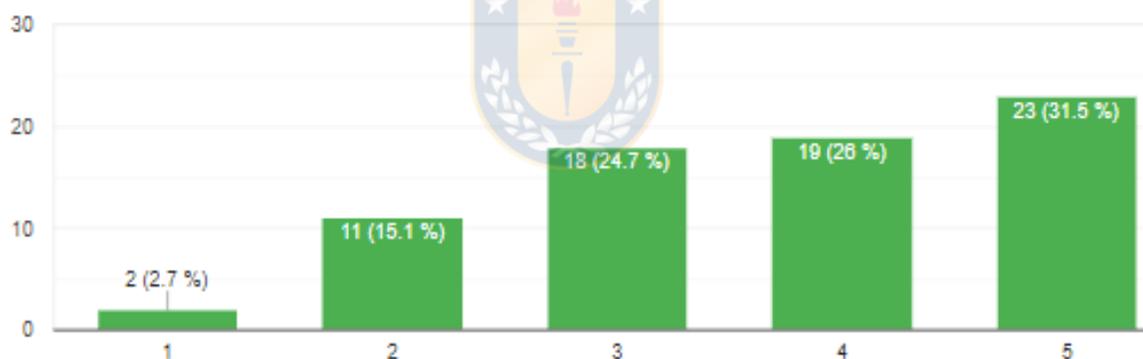


Gráfico 20. (5.5) Cuestionario de Likert

5.6 Soy consciente de la escasez de los recursos y por ello me preocupo de economizar agua, electricidad y combustibles.

Más de la mitad de los encuestados es consciente de la escasez de los recursos, lo que ayuda a preservar lo existente.

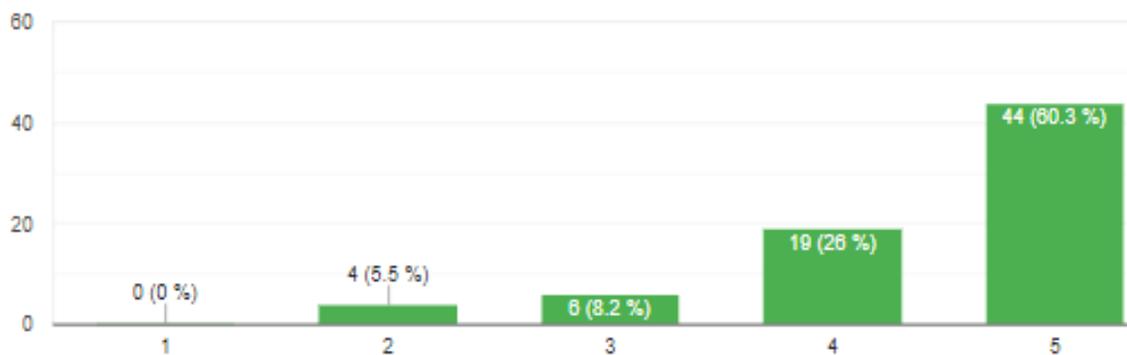


Gráfico 23. (5.6) Cuestionario de Likert



Actitud pre-pandemia.

En el segundo apartado de “Actitud pre-pandemia” del cuestionario de percepción (Likert), el que habla sobre las actitudes que poseían los estudiantes y egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción previas a la aparición de la pandemia, se observa que existe un gran número de individuos que mantenían de forma recurrente actividades en contacto con la naturaleza, ya sea disfrutando, organizando y realizando dichas actividades.

Lo más significativo de este apartado es que el 97.3% de los encuestados está de acuerdo o totalmente de acuerdo en que desarrollar actividades en contacto con la naturaleza ayudan a disminuir el estrés ya sea laboral, académico, etcétera.

A continuación, se presentan los gráficos de los resultados del segundo apartado del cuestionario de Likert.

5.7 Disfrutaba realizar actividades en contacto con la naturaleza.

La gran mayoría se inclina hacia el ítem de “totalmente de acuerdo” en esta aseveración, quedando en evidencia la relación de los encuestados con la naturaleza.



Gráfico 26. (5.7) Cuestionario de Likert

5.8 Me organizaba para realizar actividades en contacto con la naturaleza con regularidad.

Más del 50% declara que buscaba realizar actividades en contacto con la naturaleza y sólo un encuestado declaró “totalmente en desacuerdo” en esta aseveración.

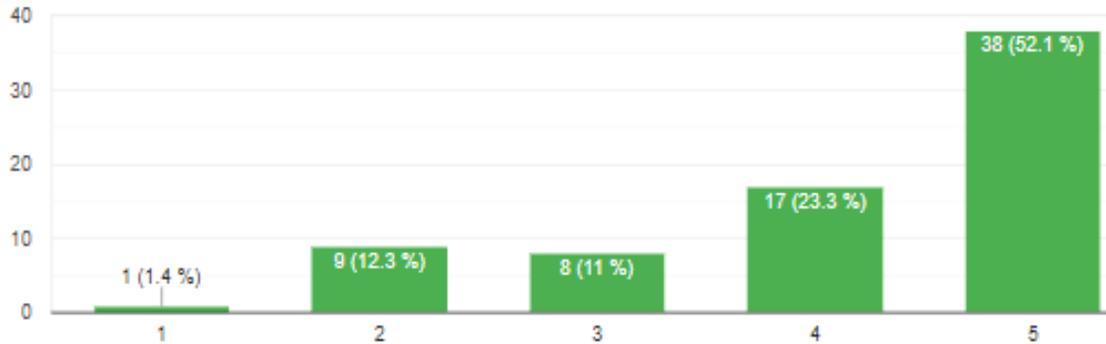


Gráfico 29. (5.8) Cuestionario de Likert

5.9 Planificaba realizar actividades grupales en contacto con la naturaleza siempre.

Más de un tercio de los encuestados planificaba realizar actividades, sin embargo, el resto tiene una distribución bastante equitativa entre los ítems.

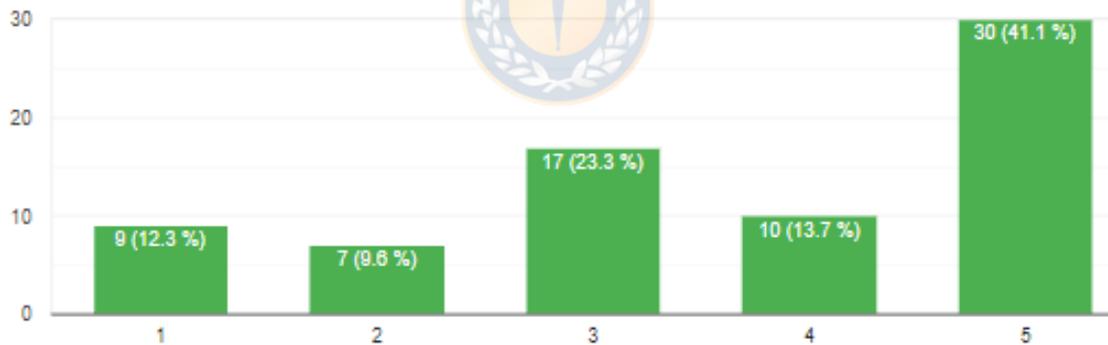


Gráfico 32. (5.9) Cuestionario de Likert

5.10 Realizaba actividades en contacto con la naturaleza durante dos o más días por semana.

Existe una notoria inclinación hacia la realización constante de actividades en contacto con la naturaleza previo a la pandemia.

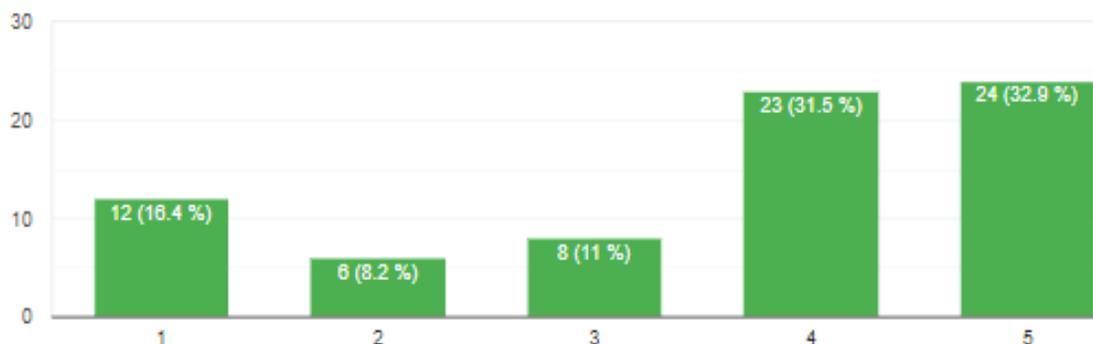


Gráfico 35. (5.10) Cuestionario de Likert

5.11 Las actividades en contacto con la naturaleza me ayudan a disminuir el estrés (laboral, académico, etc.)

La gran mayoría está completamente de acuerdo en que el desarrollar actividades en contacto con la naturaleza ayuda con el estrés.

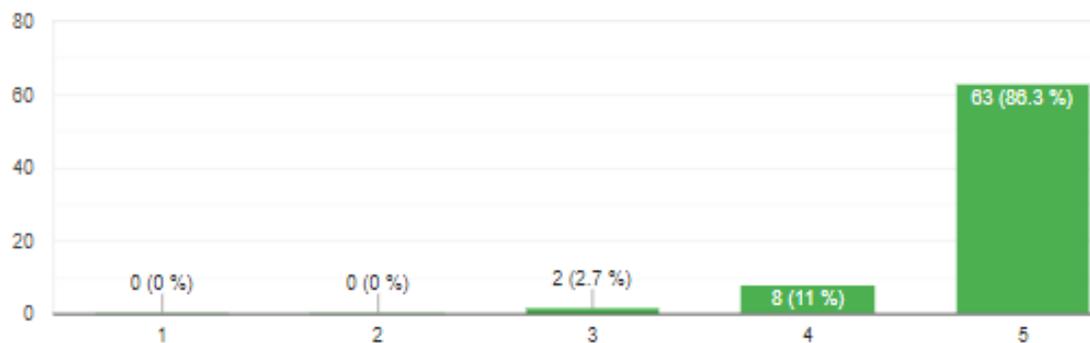


Gráfico 38. (5.11) Cuestionario de Likert

5.12 Difundía a través de mis redes las actividades en la naturaleza en las que participaba.

Prácticamente un tercio de los encuestados sí difundía las actividades en la naturaleza en las que participaba, no es menor el número que declara que “no sabe o no le interesa”.

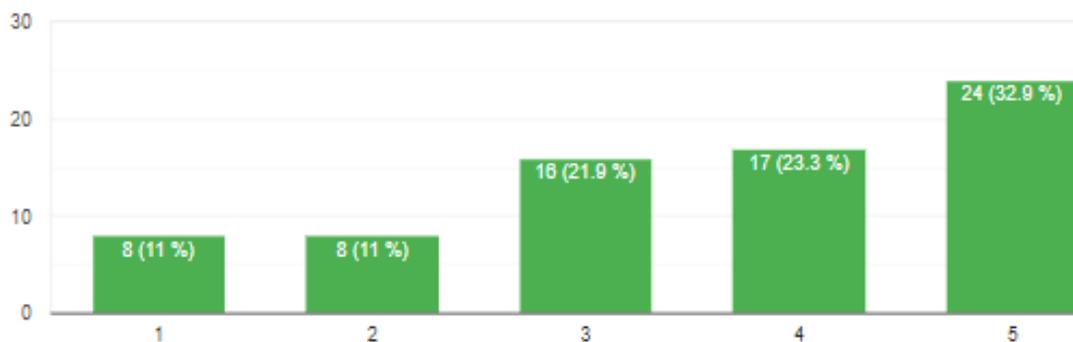


Gráfico 41. (5.12) Cuestionario de Likert



Actitud en tiempo de pandemia

En este tercer y último apartado del cuestionario de percepción, que habla sobre “Actitud en tiempo de pandemia” se puede apreciar que existe una inclinación al nivel 5 del cuestionario de percepción que se define como “totalmente de acuerdo” en los enunciados sobre apetencia de actividades en contacto con la naturaleza, la angustia que ésta genera y las oportunidades que permiten las diferentes etapas de la pandemia, sin embargo, no existe la misma disposición a trasgredir las restricciones de la pandemia para lograr realizar actividades en contacto con la naturaleza.

A continuación, se presentan los gráficos de los resultados del tercer apartado del cuestionario de Likert.

5.13 Extraño las actividades de Contacto con la Naturaleza.

Hay una clara inclinación hacia el último ítem, expresándose así el sentimiento hacia la falta de naturaleza.



Gráfico 44. (5.13) Cuestionario Likert

5.14 Me angustia la falta de contacto con la naturaleza.

La mayoría de los encuestados se ve afectado por la falta de contacto con la naturaleza.

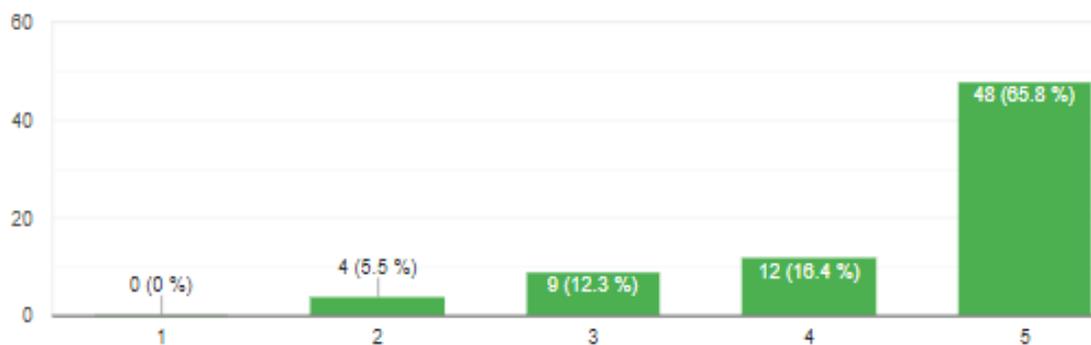


Gráfico 47. (5.14) Cuestionario de Likert

5.15 Cada vez que la normativa sanitaria lo permite, aprovecho de salir a la naturaleza.

No todos, pero la gran mayoría, más de la mitad de los encuestados aprovechan de salir a la naturaleza cuando se es permitido.



Gráfico 50. (5.15) Cuestionario de Likert

5.16 No me importaría trasgredir las restricciones de pandemia, para realizar actividades en contacto con la naturaleza.

Existe homogeneidad en los resultados, sin embargo lidera el ítem de “totalmente de acuerdo” en cuanto a trasgredir restricciones para realizar actividades en contacto con la naturaleza.

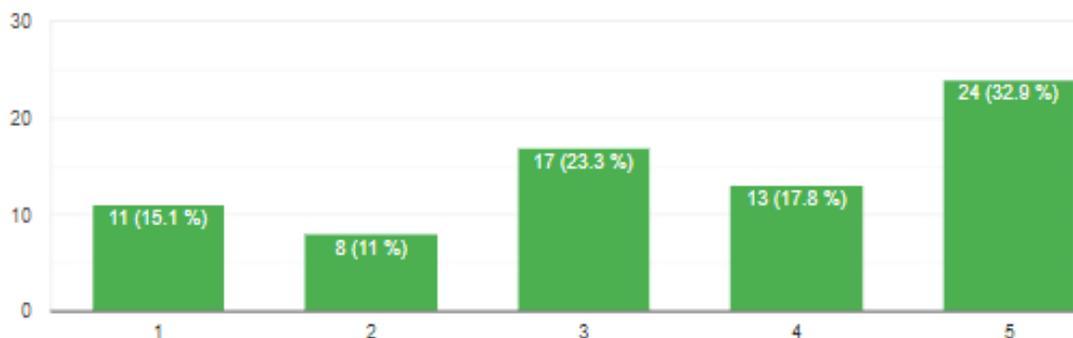


Gráfico 53. (5.16) Cuestionario de Likert

5.17 He planificado actividades para realizar en naturaleza, pese a lo incierto de su concreción.

La mayoría se inclina hacia el ítem de “totalmente de acuerdo”, sin embargo, existe un número no menor que opta por “totalmente en desacuerdo” en esta aseveración

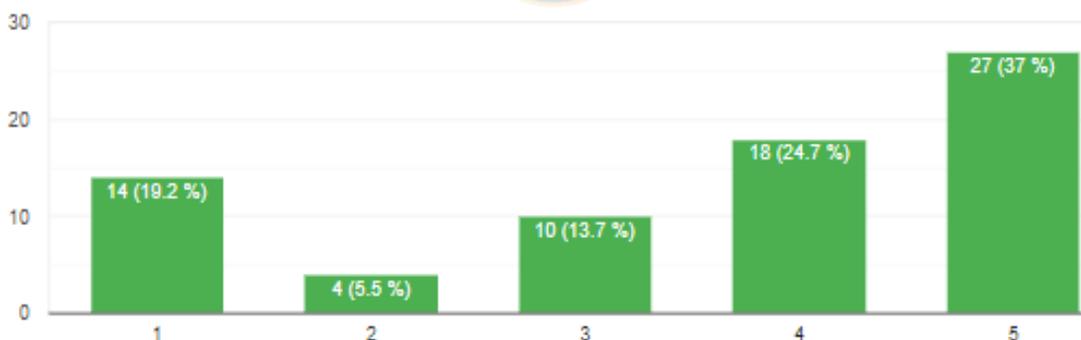


Gráfico 56. (5.17) Cuestionario de Likert

5.18 Intento motivar a otros (as) a realizar actividades en contacto con la naturaleza.

Más de la mitad de los encuestados motiva a otros a realizar actividades en contacto con la naturaleza, el resto se distribuye casi de forma equitativa entre los otros ítems.

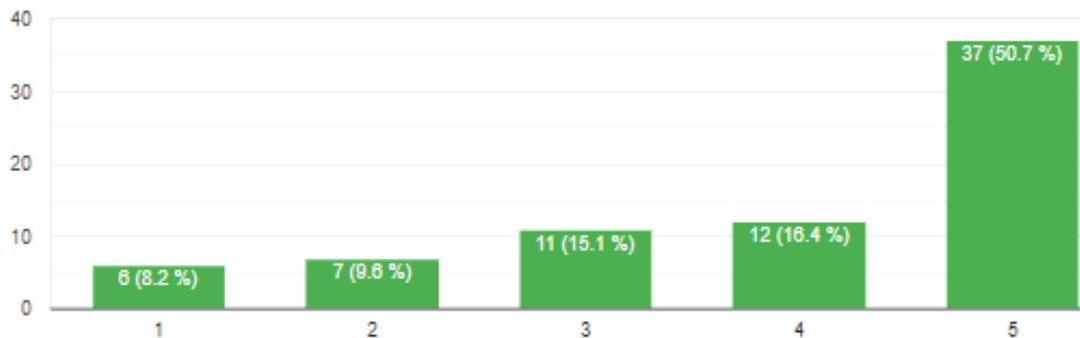


Gráfico 59. (5.18) Cuestionario de Likert



CONCLUSIONES

La pandemia del SARS-CoV-2 (COVID19) ha producido muchos cambios en el diario vivir de todas las personas, debido a las diferentes restricciones y al confinamiento. Es por ello que en la búsqueda para conocer el nivel de necesidad de actividades en contacto con la naturaleza que pudiera provocar las condiciones de vida en pandemia, mediante este estudio se demostró que más del 80% de los encuestados, tanto estudiantes como egresados de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, extrañan las actividades en contacto con la naturaleza.

Si bien la falta de contacto con la naturaleza afectó de forma global a las personas, tanto física como psicológicamente, en este estudio se develó cómo la pandemia afectó a este grupo en específico, y pese a que la mayoría reside en zonas urbanas, se presume que son personas más activas y que desarrollan gran cantidad de sus actividades cotidianas en un entorno más verde y natural.

El 86.3% de los encuestados llevaban una vida activa, realizando actividades en contacto con la naturaleza previo a la pandemia, y un 52% de ellos declara que entre las principales actividades que desarrollaban de forma habitual, se encuentra el ciclismo, senderismo y/o campamento, con una frecuencia de realización superior a tres veces por semana.

Se observa que, en cuanto a la alteración en la necesidad de actividades en contacto con la naturaleza que provocó el comienzo de esta pandemia y sus restricciones, no fue tan significativo, ya que el número de individuos que disminuyeron la realización de dichas actividades fue de un 15.1% siendo sólo 12 personas quienes dejaron de realizar actividades en contacto con la naturaleza. De igual manera, las actividades más recurrente son ciclismo, senderismo y/o campamento, con una frecuencia superior a tres veces por semana, pero durante la pandemia fue un 21.9% quienes declararon desarrollar estas actividades. Cabe

mencionar que sólo uno de los encuestados declaró que previo a la pandemia no realizaba actividades en contacto con la naturaleza y al comienzo y durante ésta, comenzó a practicar ciclismo dos veces por semana.

Por otro lado, se evidenció que existe un alto nivel de conciencia ecológica en cuanto al cuidado y preservación del medio ambiente, en donde un 63% del total de encuestados, expresa que conoce y aplica los Principios No Deje Rastro (NDR), y el 95.8% es consciente y se preocupan de no arrojar basuras y si lo hace es depositándolas en un basurero, lo que puede reflejar también una buena higiene. El indicador que se aprecia más debilitado es el de conocimiento en cuanto a especies de flora autóctona y fauna nativa, en donde sólo un tercio de los encuestados expresa conocer seis o más de éstas (28.7% y 31.5%, respectivamente).

Existe un arduo trabajo por realizar para difundir los beneficios que otorga el mantener contacto con la naturaleza. Con motivo de la pandemia a causa del Covid-19, las personas pudieron valorar su relación con el medio ambiente, esto, es una tarea para diferentes profesionales, como, por ejemplo, los responsables de medio ambiente, en cuanto a la creación de zonas verdes, y de actividades a desarrollar en estos lugares.

En cuanto a los futuros profesores y formadores, surge para ellos el desafío, acaso no la obligación, de aportar en este tema mediante intervenciones que promuevan la realización de actividades en contacto con la naturaleza y el cuidado del medio ambiente.-

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, J. L., & Jurgenson, G. (2003). *Cómo hacer investigación cualitativa* (1.a ed.). Paidós Mexicana, S.A.

Canto de Gante, Á. G., Sosa González, W. E., Buatista Ortega, J., Escobar Castillo, J., & Santillán Fernández, A. (2020). Escala de Likert: Una alternativa para elaborar e interpretar un instrumento de percepción social. *Revista de La Alta Tecnología y Sociedad*, 12(1), 38-45.

Castañeda Gullot, Carlos, & Ramos Serpa, Gerardo. (2020). Principales pandemias en la historia de la humanidad. *Revista Cubana de Pediatría*, 92(Supl. 1) e1183. Epub 20 de julio de 2020. Recuperado en enero de 2021, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312020000500014&lng=es&tlng=es

Castel, C. (2020). Naturaleza y salud: Una alianza necesaria. *Gaceta Sanitaria*, 34 (2), 194-196. <https://doi-org.ezpbibliotecas.udec.cl/10.1016/j.gaceta.2019.05.016>

Corbetta, P. (2003). *Metodología y técnicas de investigación social edición* (2.ª ed.). MCGRAW HILL EDUCATION. <https://diversidadlocal.files.wordpress.com/2012/09/metodologc3ada-y-tc3a9cnicas-de-investigacic3b3n-social-piergiorgio-corbetta.pdf>

Denis Rodríguez, Marisleidy, & Luis León, Ceylin. (2020). Similitudes y diferencias entre el síndrome respiratorio agudo severo causado por SARS-CoV y la COVID-19. *Revista Cubana de Pediatría*, 92(Supl. 1), e1223. Epub 30 de noviembre de 2020. Recuperado en febrero de 2021, de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-75312020000500014&lng=es&tlng=es

Doyal, Len y Gough, Ian. *Teoría de las necesidades humanas*. Barcelona, España, Icaria. 1994. 406 p. ISBN 8474262186.

Glenn Albrecht. (2006). Solastalgia. *Alternatives Journal*, 32(4/5), 34-36.

Gobierno de Chile, Ministerio de Salud. Informe epidemiológico enfermedad por COVID-19 Departamento de Epidemiología, (Chile 30/03/2020) recuperado de https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2020/03/INFORME_EPI_COVID19_20200330.pdf

Gobierno de Chile, Ministerio de Salud. 100º informe epidemiológico enfermedad por COVID-19 Departamento de Epidemiología, (Chile 05/03/2021) recuperado de <https://www.minsal.cl/wp-content/uploads/2021/03/Informe-epidemiolo%CC%81gico-100-.pdf>

Gobierno de Chile, Ministerio de Salud. Plan de acción Coronavirus 2019. Recuperado en febrero, 2021 de <https://www.gob.cl/coronavirus/>

Hartig, T., Mitchell, R., De Vries, S., & Frumkin, H. (2014). Nature and health. *Annual Review of Public Health*, 35, 207–228.

Henao-Kaffure, Liliana. (2010). El concepto de pandemia: debate e implicaciones a propósito de la pandemia de influenza de 2009. *Revista Gerencia y Políticas de Salud* 9 (19), 53-68. Obtenido de http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-70272010000200005&lng=en&tlng=es

Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2010) *Metodología de la Investigación* (5ª ed.) México: McGraw Hill Educación.

INE, Características de la población. (2021) Recuperado en enero, 2021. De

<https://www.ine.cl/ine-ciudadano/definiciones-estadisticas/poblacion/caracteristicas-de-la-poblacion#:~:text=La%20poblaci%C3%B3n%20adulta%20es%20aquella%20que%20tiene%20entre%2030%20y%2059%20a%C3%B1os>

Julio C. Valdez. (2016). Investigación cualitativa claves teóricas y prácticas. Venezuela: Ediciones del rectorado.

Lladós, Laura (septiembre, 2018). El contacto con la naturaleza ¿Moda o necesidad? *Revista Aula Infantil*. 96 (27-32). Recuperado de <https://consejoescolar.educacion.navarra.es/web1/wp-content/uploads/2018/09/1830.pdf>

López, Marcelo & Beltrán, Miriam. (2013). Chile entre pandemias: la influencia de 1918, globalización y la nueva medicina. *Revista chilena de infectología*, 30(2), 206-2015. <https://dx.doi.org/10.4067/S0716-10182013000200012>

Martínez Miguélez, Miguel. (2006). Validez y confiabilidad en la metodología cualitativa. *Paradigma*, 27(2), 07-33. Recuperado en marzo de 2021, de http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512006000200002&lng=es&tlng=es

Max-Neef, M., Elizalde, A., & Hopenhayn, M. (1986). *Desarrollo A Escala Humana una opción para el futuro*. (Número especial 1986 ed.). Editorial Nordan.

OMS, Información básica sobre la COVID-19. (2020). Recuperado en febrero 2021, de <https://www.who.int/es/emergencias/diseases/novel-coronavirus-2019/question-and-answers-hub/q-a-detail/coronavirus-disease-covid-19>

OMS, ¿Qué es una pandemia? (2021). Recuperado en enero 2021, de

https://www.who.int/csr/disease/swineflu/frequently_asked_questions/pandemic/es/

RAE *Diccionario de la lengua española*, 23.^a ed., [versión 23.4 en línea]. Recuperado en enero, 2021 de <https://dle.rae.es>

Salgado Lévano, Ana Cecilia. (2007). Investigación cualitativa: diseños, evaluación del rigor metodológico y retos. *Liberabit*, 13(13), 71-78. Recuperado en marzo de 2021, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1729-48272007000100009&lng=es&tlng=es.

Sherman, R. R., & Webb, R. B. (1988). *Qualitative Research In Education: Focus and Methods*. (1.a ed.). Routledge.

Thompson, Luis. (2003). Inicio de una nueva epidemia, SARS. *Revista Médica Herediana*, 14(2), 49-50. Recuperado en enero 2021, de http://www.scielo.org.pe/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1018-130X2003000200001&lng=es&tlng=en

ANEXOS

ANEXO 1: Solicitud Juicio de Expertos.



Concepción, 14 de Diciembre de 2020

Señor/a Xxxx Xxxx Xxxx Xxxx

Docente Departamento Xxxxx
Facultad de Xxxx
Presente

Estimado/a Profesor/a:

Me es grato saludar a usted y al mismo tiempo me permito solicitar su colaboración como experto en la tarea de validación del cuestionario adjunto, dentro del proceso de investigación, orientado por el docente Mg. Gustavo San Juan Vargas, para el Seminario de Título y Examen de Conocimientos con el que estoy completando mi formación de Pregrado en la Carrera de Pedagogía en Educación Física.

El estudio en cuestión, denominado "Práctica Previa y Necesidad de Actividad Física en Contacto con la Naturaleza en Tiempo de Pandemia", busca despejar estas variables en el grupo de actuales estudiantes y egresados de las últimas cohortes de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, para lo cual se ha elaborado un cuestionario estructurado en tres partes. La primera de ellas para recoger datos que permitan caracterizar la muestra en estudio y la segunda parte para determinar las actitudes y actuales expectativas y/o necesidades de práctica de actividades físicas en contacto con la naturaleza en tiempo de pandemia.

Por lo expuesto, mucho agradeceré a usted sus opiniones y observaciones, en forma abierta, respecto del instrumento en referencia.

Agradeciendo de antemano su valiosa atención y colaboración, le saluda atentamente,

Catherinee Navarro Carrera
Estudiante
Pedagogía en Educación Física

Facultad de Educación
Universidad de Concepción
Edmundo Larenas 335
Casilla 160-C
Concepción - Chile
Fono (56-41) 2204409



ANEXO 2: Cuestionario.



PRÁCTICA PREVIA Y NECESIDAD DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA EN TIEMPO DE PANDEMIA

El presente estudio, desarrollado en el marco de la asignatura de *Seminario de Título y Examen de Conocimientos* de la Carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, está dirigido a estudiantes y egresados de la misma y tiene por propósito recabar información que permita contrastar la necesidad y práctica de actividades en contacto con la naturaleza con antelación al tiempo de pandemia y durante el actual periodo.

La información que te solicitamos es de carácter confidencial y se resguarda el anonimato pues los datos para fines del estudio son tratados en forma agrupada.

Las partes A y B del cuestionario recogen antecedentes que permiten caracterizar la muestra en estudio y establecer correlaciones.

La parte C, cuestionario cerrado de tipo Likert, permite determinar preferencias y aspiraciones.

Muchas gracias por tu tiempo y disposición a colaborar.

A. CUESTIONARIO ANTECEDENTES



1. Nombre:	<input type="text"/>		
2. Año de Nacimiento:	<input type="text"/>	<input type="text"/>	
3. Año de ingreso a la Carrera:	<input type="text"/>	Año de egreso:	<input type="text"/>
4. Género:	Femenino <input type="checkbox"/>	Masculino	<input type="checkbox"/>
5. Zona domicilio:	Urbana <input type="checkbox"/>	Rural	<input type="checkbox"/>
6. Tipo de vivienda:	Casa c/patio <input type="checkbox"/>	Departamento	<input type="checkbox"/>

Facultad de Educación
Universidad de Concepción
Edmundo Larenas 335
Casilla 160-C
Concepción - Chile
Fono (56-41) 2204409



B. CUESTIONARIO DE ACTIVIDADES

1. ¿Realizabas actividades en contacto con la naturaleza antes de la pandemia?

(Marca con una "X" en la casilla correspondiente.)

Si No *

*Si tu respuesta es No, pasar al Cuestionario de Percepción (página nº4)

2. ¿Cuál/es actividad/es?

(Marca con una X en el primer recuadro y en la línea correspondiente la frecuencia de práctica.)

TIPO DE ACTIVIDAD		FRECUENCIA DE PRÁCTICA	
		VECES	X PERÍODO
<i>Marque con una "X" la/s actividad/es realizadas.</i>			Semana Mes Trimestre Semestre Año
Escalada			
Senderismo			
Excursionismo			
Campamento			
Bicicleta			
Kayakismo			
Surf			
Otras (Especificar)			

3. ¿Durante las distintas fases de la pandemia haz realizado actividades en contacto con la naturaleza?

(Marca con una "X" en la casilla correspondiente.)

Si No *

*Si tu respuesta es No, pasar al Cuestionario de Percepción (página n°4)

4. ¿Cuál/es actividad/es?

(Marca con una X en el primer recuadro y en la línea correspondiente la frecuencia de práctica.)

TIPO DE ACTIVIDAD		FRECUENCIA DE PRÁCTICA	
		VECES	X PERÍODO
<i>Marque con una "X" la/s actividad/es realizadas.</i>			Semana
			Mes
			Trimestre
			Semestre
			Año
Escalada			
Senderismo			
Excursionismo			
Campamento			
Bicicleta			
Kayakismo			
Surf			
Otras (Especificar)			

5. CUESTIONARIO DE PERCEPCIÓN (LIKERT)

Ante cada enunciado, responde marcando con un círculo el juicio que mejor representa tu opinión, siendo:

- 1 - Totalmente en desacuerdo.
- 2 - En desacuerdo.
- 3 - No sabe o no le interesa.
- 4 - De acuerdo.
- 5 - Totalmente de acuerdo.

N°	ENUNCIADOS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	No sabe o no le interesa	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
		1	2	3	4	5
ACTITUD CON Y EN LA NATURALEZA						
5.1.-	Conozco y aplico los Principios de No Deje Rastro (NDR).	1	2	3	4	5
5.2.-	Separo y clasifico la basura en mi hogar para reciclaje.	1	2	3	4	5
5.3.-	En los espacios públicos siempre arrojo los desechos en los basureros o los llevo de regreso conmigo.	1	2	3	4	5
5.4.-	Conozco seis o más especies de la flora autóctona.	1	2	3	4	5
5.5.-	Conozco seis o más especies de fauna nativa.	1	2	3	4	5
5.6.-	Soy consciente de la escasez de los recursos y por ello me preocupo de economizar agua, electricidad y combustibles.	1	2	3	4	5

N°	ENUNCIADOS	Totalmente en desacuerdo	En desacuerdo	No sabe o no le interesa	De acuerdo	Totalmente de acuerdo
		1	2	3	4	5
ACTITUD PRE-PANDEMIA						
5.7.-	Disfrutaba realizar actividades en contacto con la naturaleza.	1	2	3	4	5
5.8.-	Me organizaba para realizar actividades en contacto con la naturaleza con regularidad.	1	2	3	4	5
5.9.-	Planificaba realizar actividades grupales en contacto con la naturaleza siempre.	1	2	3	4	5
5.10.-	Realizaba actividades en contacto con la naturaleza durante 2 o más días por semana.	1	2	3	4	5
5.11.-	Las actividades en contacto con la naturaleza me ayudaban a disminuir el estrés (laboral, académico, etc.)	1	2	3	4	5
5.12.-	Difundía a través de mis redes las actividades en la naturaleza en las que participaba.					
ACTITUD EN TIEMPO DE PANDEMIA						
5.13.-	Extraño las actividades en contacto con la naturaleza.	1	2	3	4	5
5.14.-	Me angustia la falta de contacto con la naturaleza.	1	2	3	4	5
5.15.-	Cada vez que la normativa sanitaria lo permite, aprovecho para salir a la naturaleza.	1	2	3	4	5
5.16.-	No me importaría trasgredir las restricciones de pandemia, para realizar actividades en contacto con la naturaleza.	1	2	3	4	5
5.17.-	He planificado actividades para realizar en naturaleza, pese a lo incierto de su concreción.	1	2	3	4	5
5.18.-	Intento motivar a otros(as) para realizar actividades en contacto con la naturaleza.	1	2	3	4	5

ANEXO 3: Cuestionario formato web.

“PRÁCTICA PREVIA Y NECESIDAD DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA EN TIEMPO DE PANDEMIA”

El presente estudio, desarrollado en el marco de la asignatura de Seminario de Título y Examen de Conocimientos de la Carrera de Pedagogía en Educación Física de la Universidad de Concepción, está dirigido a estudiantes y egresados de la misma y tiene por propósito recabar información que permita contrastar la necesidad y práctica de actividades en contacto con la naturaleza con antelación al tiempo de pandemia y durante el actual período.

La información que te solicitamos es de carácter confidencial y se resguarda el anonimato pues los datos para fines del estudio son tratados en forma agrupada.

Las partes A y B del cuestionario recogen antecedentes que permiten caracterizar la muestra en estudio y establecer correlaciones.

La parte C, cuestionario cerrado de tipo Likert, permite determinar preferencias y aspiraciones.

Muchas gracias por tu tiempo y disposición a colaborar.

[Siguiete](#)

Anexo 3. Cuestionario formato web

“PRÁCTICA PREVIA Y NECESIDAD DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA EN TIEMPO DE PANDEMIA”

*Obligatorio

A.- Cuestionario de Antecedentes.

Nombre y apellido

Opcional

Tu respuesta

Año de Nacimiento *

Tu respuesta

Año de Ingreso a la carrera *

Por favor, ingrese sólo el año de ingreso.

Tu respuesta

Año de egreso *

Si aún no es egresado, por favor indicar la fecha tentativa.

Tu respuesta



Género *

Por favor, seleccione sólo una opción.

Elegir



Tipo de Vivienda *

Elegir



Zona donde reside *

Elegir



Atrás

Siguiente

B.- Cuestionario de Actividades.

1.- ¿Realizaba Actividades en contacto con la naturaleza antes de la pandemia? *

Si su respuesta es No, en el ítem 3 (el siguiente) marca la opción "otras" y escribe Ninguna.

Elegir

2.a.- ¿Cuál/es actividad/es? *

Selecciona una o más opciones e ingresa otras si corresponde.

- Escalada
- Senderismo
- Excursionismo
- Campamento
- Bicicleta
- Kayakismo
- Surf
- Otros: _____



2.b.- ¿Con qué frecuencia realizabas esa/s actividad/es? *

Escribe la actividad y la frecuencia con que la realizabas (ej: Surf 2 veces a la semana/mes/trimestre/semestre/año) Separa por un ";" cada actividad.

Tu respuesta

3.- Durante las distintas fases de la pandemia, ¿Ha realizado actividades en contacto con la naturaleza? *

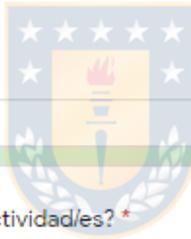
Si su respuesta es No, en el ítem 3 (el siguiente) marca la opción 'otras' y escribe Ninguna.

Elegir

4.a.- ¿Cuál/es actividad/es? *

Selecciona una o más opciones y especifica otras si no aparecen en el listado.

- Escalada
- Senderismo
- Excursionismo
- Campamento
- Bicicleta
- Kayakismo
- Surf
- Otros: _____



4.b.- ¿Con qué frecuencia realizas esa/s actividad/es? *

Escribe la actividad y la frecuencia con que la realizas (ej: Surf 2 veces a la semana/mes/trimestre/semestre/año) Separa por un ";" cada actividad.

Tu respuesta

Atrás

Siguiente

5.- Cuestionario de Percepción (Likert)

Por favor lea las afirmaciones y conteste la alternativa que más se acerca a lo que usted piensa/siente (Encierre en un círculo su respuesta siendo 1 Totalmente en desacuerdo; 2 En desacuerdo; 3 No sabe o no le interesa; 4 De acuerdo y 5 Totalmente de acuerdo.).

ACTITUD CON Y EN CONTACTO CON LA NATURALEZA

5.1- Conozco y aplico los Principios de No Deje Rastro (NDR). *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.2- Separo y clasifico la basura en mi hogar para reciclaje. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.3- En los espacios públicos, siempre arrojó los desechos en los basureros o los llevo de regreso conmigo. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.4- Conozco seis o más especies de la flora autóctona *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.5- Conozco seis o más especies de fauna nativa. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.6- Soy consciente de la escasez de los recursos y por ello me preocupo de economizar agua, electricidad y combustibles. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

ACTITUD PRE PANDEMIA

5.7- Disfrutaba realizar actividades en contacto con la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.8- Me organizaba para realizar actividades en contacto con la naturaleza con regularidad. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.9- Planificaba realizar actividades grupales en contacto con la naturaleza siempre. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				



5.10- Realizaba actividades en contacto con la naturaleza durante 2 o más días por semana. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.11- Las actividades en contacto con la naturaleza me ayudan a disminuir el estrés (laboral, académico, etc.) *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.12- Difundía a través de mis redes las actividades en la naturaleza en las que participaba. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

ACTITUD EN TIEMPO DE PANDEMIA

5.13- Extraño las actividades en contacto con la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.14- Me angustia la falta de contacto con la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.15- Cada vez que la normativa sanitaria lo permite, aprovecho de salir a la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.16- No me importaría trasgredir las restricciones de pandemia, para realizar actividades en contacto con la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.17- He planificado actividades para realizar en naturaleza, pese a lo incierto de su concreción. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

5.18- Intento motivar a otros (as) a realizar actividades en contacto con la naturaleza. *

1	2	3	4	5
<input type="radio"/>				

[Atrás](#)

[Siguiete](#)

“PRÁCTICA PREVIA Y NECESIDAD DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CONTACTO CON LA NATURALEZA EN TIEMPO DE PANDEMIA”

Muchas gracias por su participación.

Atrás

Enviar



