Motivación, tecnología y salud en contextos educativos deportivos: revisión sistemática de literatura (2021–2025) según el método PRISMA.

José David Forero Avellaneda, Diego Armando Rodríguez Tenjo, Karen Dayana Largo Trujillo, Fabián Daniel Sánchez Cárdenas, Stiven Montaño Acero.

RESUMEN:

El proyecto "Motivación, tecnología y salud en contextos educativos deportivos: revisión sistemática de literatura (2021_2025)" se realizó dentro del área de educación física y deporte escolar en América Latina y globalmente, sin referirse específicamente a la pandemia, sino abordando la necesidad creciente de integrar tecnologías digitales y estrategias que promueva el bienestar mental y físico de los estudiantes. Se identificó la problemática de la limitada implementación de métodos innovadores que convienen innovación, salud integral y TIC en la educación física, especialmente en ambientes con recursos limitados y metodologías tradicionales. De la misma manera (Marcial et al., 2025) manifiesta la importancia de realizar ejercicios planificados y sistematizados los cuales son una forma efectiva de integral los aspectos saludables de salud en los seres humanos. Esta brecha entre progreso tecnológico y su impacto real limita las recomendaciones para docentes y gestores educativos (Paget al., 2021).

La justificación del estudio radica en la necesidad de analizar y sistematizar críticamente la evidencia científica, dado que las TIC y las estrategias motivacionales puedan aumentar la participación, y el desarrollo socioemocional de los aprendices, además de favorecer estilos de vida saludables y enfrentar problemas relacionados con el sedentarismo y el estrés. Esta revisión busca facilitar decisiones pedagógicas y políticas educativas basadas en evidencia para incorporar tecnologías y promover la salud (Paget et al., 2021).

Metodológicamente, se adoptó un diseño de revisión sistemática conforme el método PRISMA 2020, haciendo búsquedas exhaustivas en fuentes de información estructuradas internacionales (PubMed, Scopus, SciELO, Redalyc, Web of Science y Google Scholar) con criterios claros de inclusión: estudios empíricos sobre motivación, salud y uso de TIC en contextos escolares o deportivos, publicados entre 2021 y 2025. La selección y extracción de datos se realizó por doble cifrado independiente, con organización de matrices digitales.

La calidad metodología y la desviación sistemática se utilizó el mecanismo de análisis estandarizado GRADE, y brindada la heterogeneidad metodológica, la síntesis fue narrativa, organizada en dominios de motivación, TIC y salud física-emocional.

Los hallazgos evidencian que las intervenciones tecnológicas y motivacionales mejoran significativamente la inspiración implícita y circunstancial, la determinación personal y el equilibrio integral entre cuerpo y mente en los estudiantes, además favorece a la participación en los ámbitos de la actividad física integral. Por otro lado (Jimenez et at., 2025) propone que la vida en los centros de educación superior y técnicos un espacio de establecer un lugar hogareño, estable en nuestro entorno saludable, así mismo las intervenciones como la gamificación, sistemas de coaching digital y el acompañamiento emocional se destacan por su efectividad y replicabilidad en diferentes contextos escolares y comunitarios. Sin embargo, la evidencia a un presenta limitaciones por la heterogeneidad metodológica y la falta de estudios longitudinales rigurosos, recomendando seguir investigando para profundizar y consolidar estos hallazgos.

PALABRAS CLAVES:

Tecnología educativa, Motivación, Actividad física, Salud escolar, Redes sociales.

CONCLUSIONES:

Las TIC's y estrategias motivacionales mejoran la participación, la determinación personal de los estudiantes en educación física.

La gamificación, el coaching digital y el acompañamiento emocional fortalecen la motivación intrínseca y la salud integral.

Las intervenciones tecnológicas son efectivas y replicables en contextos escolares, universitarios y comunitarios.

Se recomienda diseñar programas deportivos que integren tecnología, pedagogía activa y enfoque emocional para potenciar el desarrollo estudiantil.

Las TIC son aliadas estratégicas para la formación corporal y fomento de hábitos saludables, siempre que su aplicación contemple formación docente, acompañamiento pedagógico y evaluaciones adaptadas a las realidades contextuales.

Se recomienda diseñar políticas institucionales que prioricen programas integrales combinando tecnología, pedagogía activa y enfoque emocional para potenciar la salud y el desarrollo estudiantil en entornos educativos deportivos contemporáneos (González-Cutre et al., 2019; Page et al., 2021).

BIBLIOGRAFIA

Quiroz, G. B. A., Hawasly, M. A. P., & Vellojin, J. J. R. (2025). Narrativas digitales sobre cyberbullying en estudiantes universitarios. Interciencia, 503, 176-185.

Carrasquillo Díaz, S. G. (2021). Relación entre el uso adictivo de las redes sociales virtuales y las habilidades sociales en estudiantes universitarios (Order No. 28548928). ProQuest Central

Esquinas, M. H. R., González, J. M. M., Ariza, M. D. H., & Carrasco, C. A. (2023). Validación de un cuestionario sobre hábitos y usos de las redes sociales en los estudiantes de una universidad andaluza. Aula abierta, 52(2), 109-116.

Ruiz, C. J. G., & Gómez, S. M. (2025). HyFlex: la transformación digital y metodológica en el Grado de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 65, 271-284.

David, V. L. L., & Enrique, M. M. J. Percepción y competencias digitales en el uso de aplicaciones para la planificación y seguimiento de la salud y del entrenamiento. En XII Congreso Internacional Ejercicio Físico y Salud.

Marcial Alamilla, D. A., Villalobos Lara, R. E., Ovalle Calderon, R. F., Reyes Moya, A. M., Labbé Castro, F. A., Portugal Villar, J., Cantillana Armijo, L., & Contreras Mu, A. D. C. (2025). Impacto de un programa de ejercicio físico para estudiantes universitarios del área de la salud con obesidad y sobrepeso sobre indicadores antropométricos y psicoemocionales.: Impacto biopsicoemocional en estudiantes universitarios del área de la salud. Retos, 67, 659-667. https://doi.org/10.47197/retos.v67.113555

