



Diagnostico físico en estudiantes de nuevo ingreso a una licenciatura en cultura física y deporte

Physical diagnosis in first-year students entering a bachelor's degree in physical culture and sports

Zeus Omar Ontiveros Hernández

zeusontiveros@uan.edu.mx
<https://orcid.org/0000-0003-1874-4641>

Juan Antonio Cárdenas Ibarra

antonio_cardenas@uan.edu.mx
<https://orcid.org/0009-0002-3105-7272>

Amelia María Ontiveros Hernández

ameliaontiveros@uan.edu.mx
<https://orcid.org/0009-0001-0126-154X>

Fabiola Amparo Ramos Gutiérrez

fabiola.ramos@uan.edu.mx
<https://orcid.org/0009-0007-6955-6217>

Universidad Autónoma de Nayarit
Unidad Académica de Salud Integral
Facultad de Cultura Física y Deporte

Resumen

El objetivo de esta investigación fue evaluar el diagnóstico físico de los estudiantes de nuevo ingreso a la Licenciatura en Cultura Física y Deporte, con el fin de establecer un perfil morfofuncional identificando las capacidades físicas condicionales en el inicio de su formación universitaria. Se implementó un estudio descriptivo y transversal mediante una batería de pruebas estandarizadas para medir diferentes componentes de la condición física, como la composición corporal, flexibilidad, fuerza, resistencia aeróbica y velocidad. El análisis de los resultados permitió establecer en nivel de condición física inicial de los estudiantes presentando diferentes resultados en el rendimiento físico y diferentes áreas de oportunidad en las diferentes capacidades físicas. Concluyendo en el diagnóstico físico inicial se presenta como una herramienta que permite diseñar programas de acondicionamiento físicos integrales de forma individual y grupal adaptados para optimizar el nivel de condición física optimizando el rendimiento académico, deportivo y desempeño profesional.

Palabras clave: capacidad física; estudiante; evaluación.

Abstract

The objective of this research was to evaluate the physical culture of freshman students entering the bachelor's Degree in physical culture and sport, in order to establish a morphofunctional profile by identifying conditional physical profile by identifying conditional physical capacities at the beginning of their university education. A descriptive, cross-sectional study was implemented using a Battery of standardized test to measure various physical capacities at the beginning of their university education. A descriptive, cross-sectional study was implemented using Battery of standardized test to measure various physical fitness components, such as body composition, flexibility, strength, aerobic endurance, and speed. The analysis of the results made it possible to establish the baseline physical fitness level of the students, showing varied physical performance outcomes and identifying distinct areas of opportunity across physical capacities. In conclusion, the baseline physical diagnosis serves as a tool that enables the design of comprehensive, individual and group physical conditioning programs tailored to optimize physical conditioning programs tailored to optimize physical fitness levels, thereby enhancing academic performance, Athletic results, and professional development.

Keywords: physical fitness; student; assessment.

Introducción

La evaluación física permite determinar un estado de salud, diagnóstico físico, por ello representa en la población escolar en un contexto académico asociar la actividad física con la mejora del rendimiento académico (Pinos et al., 2026).

La evaluación integral sistemática tanto y la composición corporal constituye un pilar básico dentro de las ciencias del deporte para potenciar el rendimiento físico universitario y orientar intervenciones efectivas. Continuando con este enfoque, López y Vargas. (2024) destaca la inclusión también de Distribución de Grasa Corporal como un indicador antropométrico accesible en tecnologías, facilitando una integración de monitorización de adaptaciones corporales de la actividad física y entrenamiento como consecuencia de integraciones de planes de entrenamiento validados por evaluaciones físicas.

En la educación media superior se presenta como un gran punto de oportunidad que es decisivo para la vida de un estudiante y su trayectoria académica como lo es para los aspirantes a la Licenciatura en cultura física y deporte, donde predomina una impresión de ser dotados con grandes aptitudes físicas para ingresar a esta licenciatura. Sin embargo, existe evidencia que contradice esta apreciación: Acosta Chávez (2025) señalan que en los niveles de desempeño de actividad física y sus conductas sedentarias llegan a constituir aspectos relevantes para analizar hábitos en los estudiantes universitarios.

Según Torres et al. (2022), la valoración del nivel de actividad física en universitarios constituye es un avance crucial para establecer el diagnóstico en estilos de vida saludable en estudiantes. Esta evaluación inicial no solo establece un estado de salud y la capacidad neuromuscular del universitario, si no que establece fundamentalmente el objetivo para diseñar programas de

intervención en cultura física y la prescripción del ejercicio de forma personalizada, el cual favorece el apego a la práctica deportiva, la prevención de lesiones y riesgos cardiometabólicos.

Existe una asociación significativa entre la actividad física, el rendimiento académico y el desarrollo motriz de los estudiantes, ante la falta de hábitos de un estilo de vida saludable consolidados, la evaluación física sistemática se propone como una herramienta fundamental para diagnosticar el estado de los estudiantes y monitorear el rezago educativo de forma integrada. Implementar valoraciones periódicas permite intervenciones pedagógicas con el ámbito físico adaptadas a necesidades reales de su entorno educativo (Ávila et al., 2021).

La Organización Mundial de la Salud (2020) y el American College of Sports Medicine (2021) por su parte reafirman que la capacidad respiratoria y la composición corporal integran ejes principales de la condición física siempre manteniendo una orientación hacia la salud, siendo fundamentales directos en la prevención de enfermedades cardiorrespiratorias ayudando a prevalecer una mejora en la salud integral de los estudiantes.

El desarrollo de las capacidades físicas en jóvenes deportistas promueve un aspecto fundamental entendiendo su rendimiento orientando de forma adecuados procesos formativos en un ámbito deportivo (Suarez et al., 2026). En el supuesto resalta la necesidad de abordar el entrenamiento juvenil no solo desde una perspectiva competitiva si no desde un pilar base estructural en el crecimiento biológico.

En la evaluación de la condición física en el ámbito de la educación superior forma una base fundamental para promover el bienestar para los jóvenes universitarios. De acuerdo con Mendoza y Aguilar (2021), evaluar el estado físico de los universitarios mediante un diagnóstico oportuno es un recurso esencial de gran utilidad para impulsar su desarrollo integral.

Es por esto que el objetivo de la siguiente investigación es evaluar y determinar el nivel de condición física de los estudiantes universitarios de nuevo ingreso a la licenciatura de cultura física y deporte, para identificar las fortalezas y áreas de oportunidad en las capacidades físicas como la fuerza, flexibilidad y resistencia en el estudiante al inicio de su proceso de formación profesional.

El estudio presenta una metodología cuantitativa con un diseño no experimental de corte transversal y alcance descriptivo (Hernández-Sampieri, 2018). La recolección de los datos se llevó a cabo en una sola sesión de evaluación física a los estudiantes de nuevo ingreso, facilitando la recolección de datos, con el propósito de describir las variables y realizar su análisis.

Desarrollo

Resultados

Evaluar el estado inicial de las capacidades físicas a estudiantes de nuevo ingreso a través de las pruebas físicas para poder obtener un diagnóstico, y establecer el nivel de condición física en los estudiantes universitarios evaluados con los resultados obtenidos.

La valoración física de las capacidades condicionales permitió realizar la cuantificación de forma diferenciada de cada prueba y sexo de acuerdo con el nivel de desempeño de los estudiantes universitarios para proporcionar un diagnóstico integral.

En la tabla 1 se observa que las mujeres presentan un nivel excelente y bueno con un 50%, en el caso de los hombres un 56% se centraron con un nivel medio y deficiente, mientras que la excelencia solo presentó un 12%.

Tabla 1. Prueba de fuerza en brazos (flexiones).

Nivel de la Valoración	Mujeres		Hombres	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Excelente	5	35.7%	3	12%
Bueno	2	14.2%	4	16%
Promedio/Regular	3	21.4%	7	28%
Deficiente/Bajo	1	7.1%	7	28%
Necesita Mejorar	3	21.4%	4	16%
Total	14		25	100%

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 2 Prueba de flexibilidad parado (Wells), el grupo femenino se concentra en un nivel excelente y bueno con un 71%, los hombres el 40% se encuentran en nivel deficiente y necesita mejorar mucho su capacidad de flexibilidad con lo que las mujeres predominan esta prueba. (se presentó en el grupo de varones un estudiante con lesión, el cual le impedía realizar la evaluación).

Tabla 2. Prueba de Flexibilidad parado (Wells).

Nivel de la Valoración	Mujeres		Hombres	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Excelente	7	50.07%	4	15.4%
Bueno	3	21.4%	5	19.2%
Promedio/Regular	3	21.4%	4	15.4%
Deficiente/Bajo	1	7.1%	5	19.2%
Necesita Mejorar	0	21.4%	8	30.8%
Total	14	100%	25	100%

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 3 Prueba de Sargent Lewis (salto alto) se puede observar que las mujeres predominan un 57.14% en promedio o regular, mientras que los hombres coinciden con un 42.31% promedio o regular (se presentó en el grupo de varones un estudiante con lesión, el cual le impedía realizar la evaluación)

Tabla 3. Prueba Sargent Lewis (salto alto).

Nivel de la Valoración	Mujeres		Hombres	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Excelente	0	0 %	3	11.54%
Bueno	4	20.57%	10	36.48%
Promedio/Regular	8	57.14%	11	42.31%
Deficiente/Bajo	2	14.29%	2	7.69%
Necesita Mejorar	0	0.0%	0	0%
Total	14	100%	25	100%

Fuente: elaboración propia.

Se observa en la tabla 4, Prueba de Abdominales con un tiempo de duración de 60 segundos, que en el grupo de mujeres una prevalecía de bueno con un 28.57%, así como también un 28.57% en necesita mejorar se presenta como una capacidad muy dispersa en este grupo, en el caso de los hombres se presenta con un 38.46% promedio o regular.

Tabla 4. Prueba de Abdominales (60 segundos).

Nivel de la Valoración	Mujeres		Hombres	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Excelente	1	7.14 %	1	3.85%
Bueno	4	28.57%	5	19.23%
Promedio/Regular	3	21.43%	10	38.46%
Deficiente/Bajo	2	14.29%	7	29.92%
Necesita Mejorar	4	28.57. %	3	11.54%
Total	14	100%	26	100%

Fuente: elaboración propia.

Como se observa en la tabla 5, En el desarrollo de la Prueba Course Navette prueba de resistencia, presento en caso de las mujeres 42.9% un nivel deficiente, y en el caso de los hombres en su mayoría un 42.3% niveles deficientes, solo que los hombres en esta prueba hubo un 19.2% en promedio y excelente y las mujeres no hubo casos en este nivel.

Tabla 5. Prueba Course Navette.

Nivel de Valoración	Mujeres		Hombres	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Superior/Elite	0	0%	0	.0%
Excelente	0	0%	0	.0%
Bueno	0	0%	5	19.2%
Promedio/Regular	5	35.7%	5	19.2%
Deficiente/Bajo	6	42.9%	11	42.3%
Necesita Mejorar	3	21.4%	5	19.2%
Total	14	100%	26	100%

Fuente: elaboración propia.

La población de esta generación de 40 estudiantes universitarios de nuevo ingreso a Cultura Física. La muestra queda con la siguiente distribución de 26 varones y 14 mujeres, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia.

Para la población de estudio se tomaron en cuenta los siguientes criterios de inclusión y exclusión:

Criterios de Inclusion

- Ser estudiante de nuevo ingreso y estar debidamente inscrito en la institución.
- Firmar el consentimiento previamente informado aceptando su participación voluntaria en la evaluación bajo los principios de la Declaración de Helsinki.
- Contar con una edad entre 18 y 65 años.
- Asistir puntual y con ropa deportiva adecuada cumpliendo con las indicaciones previas.

Criterios de Exclusión

- No presentar lesiones musculoesqueléticas que impidan el desarrollo de alguna biomecánica adecuada de los test.

- Tener contraindicaciones cardiovasculares o metabólicas como hipertensión, cardiopatías, diabetes que lo descompensen.
- Tener enfermedades infecciosas o febriles.

Pruebas y validación de instrumentos

La batería diagnóstica que se implemento es una adaptación técnica de la prueba Eurofit para adultos, adecuada al perfil de los estudiantes de nuevo ingreso en Cultura Física y Deporte, por las características del tipo de carrera universitaria, el protocolo de aplicación se estandarizo al nivel de actividad de carga biomecánica y desarrollo físico de los estudiantes para lograr tener un diagnóstico estándar de sus capacidades físicas y nivel de condición.

Como se observa en la tabla 6, la adaptación sugerida y analizada de adaptación del Eurofit transforma un diagnóstico en evaluación del rendimiento físico, para establecer una línea con base científica para prescribir y planificar un programa específico de acondicionamiento físico.

Tabla 6. Descripción de protocolos de la Batería de Capacidades Físicas.

Prueba/Test	Capacidad Física Evaluada	Tiempo o Repetición	Instrumento de Recolección
Abdominales en 60 segundos	Resistencia a la fuerza muscular	Máximo número de repeticiones biomecánicamente correctas en 60 segundos	Cronometro, tapete y hoja de registro
Salto Vertical	Fuerza explosiva de tren inferior	3 intentos se registra el mejor salto	Estadimetro de salto, hoja de registro
Course Navette	Resistencia aeróbica, capacidad respiratoria VO2 MAX	Prueba repetitiva de ida y vuelta con una distancia de 20 metros	Cancha, conos, bocina, protocolo de prueba sonora, hoja de registro
Sentadilla con Peso	Fuerza máxima de tren inferior	Ejecuciones repetitivas incrementando peso hasta llegar al máximo posible	Peso libre (barras, discos, bases) hoja de registro, 2 ayudantes de apoyo
Test de Wells (parado en banco)	Flexibilidad de tronco y tren inferior parte posterior	3 intentos se registra la mejor extensión máxima	Cajón, reglas graduadas, hoja de registro.

Fuente: elaboración propia.

Discusiones

Aun cuando existe información sobre diferentes evaluaciones físicas las deficiencias en la condición física siguen en deterioro por esto. La evaluación diagnostica de la condición física en estudiantes universitarios de nuevo ingreso en cultura física y deporte, significa un instrumento pedagógico y científico. El diagnostico fortalece una prescripción de las actividades físicas soportada en evidencia, incrementando un estilo de vida saludable activo durante su trayectoria académica.

Conforme a los datos actuales la población universitaria no depende únicamente de factores aislados, sino del vínculo de variable que influyen de forma directa de factores que intervienen de manera directa en el bienestar de los jóvenes. De acuerdo con (Muñoz et al., 2024), la condición física y la practica constante de actividad física desempeñan roles decisivos en los estudiantes que se encuentran expuestos a llevar estilos de vida poco saludables, lo que deteriora su calidad de vida.

La evaluación de la fuerza en miembros superiores, se encontraron hallazgos donde muestra un desempeño sobresaliente en el grupo femenino, donde el 37.7% alcanzo la categoría de excelente con la prueba adaptada. A diferencia, el 44.0% de varones se ubicó en el nivel deficiente, lo cual contrasta de la media estandarizada para varones. Aunque contrasta el resultado con la media internacionales en esta prueba existe un mayor porcentaje proporcional mayor en los hombres sobre las mujeres de un 30%, debido a que involucra grupos musculares grandes en tren superior y mayor masa muscular en hombres Nieto-Acevedo et al. (2023)

Con los resultados de flexibilidad, hace notable una superioridad del grupo femenil, donde el 71.4% obtuvo un rendimiento sobresaliente, en comparación con el grupo masculino del 50.0% en categoría deficiente. La marcada diferencia por sexo coincide con los resultados donde se observa que

las mujeres mantuvieron un nivel general de flexibilidad superior al de los hombres a lo largo del estudio (Yu et al., 2022).

Los resultados de la prueba de salto vertical hacen evidente una gran diferencia en la potencia del tren inferior con mayor incidencia en el grupo varonil, el cual distribuyó en mayor porcentaje en niveles de regular a excelente de 90.3%. En las mujeres solo obtuvieron en niveles de regular a bueno con 77.7%, ninguna alcanzó el nivel de excelente. En la representación de fuerza explosiva en miembros inferiores coincide con lo presentado por Carmona et al. (2026) donde atribuye la fuerza y la potencia muscular son capacidades determinantes en la actividad física general y en deportes como el fútbol, especialmente en acciones explosivas como saltos y cambios de dirección.

En la prueba de resistencia a la fuerza en abdomen por 60 segundos, en los resultados se observó una marcada diferencia y un rendimiento deficiente en ambos grupos. El grupo varonil registró un 41.6% entre deficiente y necesita mejora, mientras que el grupo femenino registró un 28.5% en dichos rangos lo que evidencia una gran debilidad de la musculatura abdominal. La velocidad concéntrica influye en varios factores biomecánicos y pueden afectar la fuerza y la sincronización de las unidades motoras afectando la fuerza de carga y resistencia Nieto-Acevedo et al. (2023)

En la prueba Corse Navette de la capacidad aeróbica valorada refleja en los jóvenes universitarios niveles bajos de desempeño. El grupo varonil acumuló el 61.5% en la categoría deficiente, sin registros en rangos superiores, mientras que con un 78.6% de las femeninas se ubicó entre regular y deficiente. A pesar del bajo rendimiento general la capacidad aeróbica fue ligeramente mayor en los varones. Lo cual coincide con Lopez-Martinez et al. (2023), quienes desarrollan el mayor consumo de oxígeno son los hombres en

un mayor volumen sistólico y concentración de hemoglobina, en lo cual es preocupante el bajo nivel de condición física aeróbica.

Por último, la evaluación diagnostica física confirma la presencia de dualidad funcional en la aptitud física de los estudiantes de nuevo ingreso: en las mujeres destacan la fuerza en tren superior adaptada y flexibilidad, mientras que en varones muestra mayor desarrollo en la potencia de miembros inferiores y capacidad aeróbica, Con base a estos resultados se justifica la implementación urgente de programas institucionales de actividad física para consolidar hábitos de vida saludable en su trayectoria universitaria.

Conclusiones

En relación a la evaluación diagnostica para estudiantes universitarios de nuevo ingreso a una Licenciatura en Cultura Física y Deporte se identifican disparidades relevantes con relación a los resultados entre hombres y mujeres, los cuales confirman que este tipo de evaluación no solo debe centrarse en la información de datos, si no se debe utilizar también como una herramienta pedagógica con una orientación científica para entender cuáles son las condiciones físicas iniciales de los estudiantes. La información que se encuentra nos permite identificar las necesidades particulares de cada estudiante y de forma grupal en el proceso de las recomendaciones de la planificación de los ejercicios y diferentes actividades físicas, con intervenciones adecuados, progresivas en condiciones reales.

En la prueba de brazos y flexibilidad, se pudo identificar que el grupo femenino presentó un mejor desempeño alcanzando un 35.7% en la categoría excelente tomando en consideración que prueba de brazos fue adaptada para el grupo femenino. En flexibilidad las mujeres obtuvieron un 71.47% sobresaliente, mientras que en los varones solo el 50% en nivel deficiente. Estos resultados coinciden con la media nacional que se encuentra en investigaciones nacionales.

Los resultados de la prueba de salto vertical (Sargent Lewis), evidencio le dominio de la capacidad de potencia de los hombres sobre las mujeres, las mujeres se mantuvieron en un 57% grupo promedio y los hombres obtuvieron 48% en nivel excelente y bueno, por parte de la prueba de resistencia abdominal los hombres se ubicaron con porcentajes significativos, en cambio las mujeres un 28.57% se ubicó en deficiente y necesita mejorar, ubicando una mayor dispersión de datos.

En prueba Course Navette mostro resultados bajos en ambos grupos, particularmente en el colectivo de hombres donde un 61.5% se encontraron en deficientes, sin embargo, el grupo de mujeres 78.6% se ubicó en el rango de regular y deficiente, considerando estos resultados se encuentra viable un buen programa grupal y en algunos casos personalizados de áreas de oportunidad en condición física de forma objetiva de cada grupo.

Recomendaciones

Hacer un monitoreo sistemático de los grupos de seguimiento de la condición física general durante su trayectoria universitaria, para determinar su avance y mejora en rendimiento físico. Valorando la eficiencia de los programas de actividades físicas. Las valoraciones deben tener los criterios metodológicos de la planeación de la teoría del entrenamiento para su mejor comprensión y correlacionar sus avances en los procesos físicos y académicos.

De la misma forma seria pertinente ampliar en futuras investigaciones mayor muestras representativas de estudiantes en la misma área de la salud como nutrición y terapia física, incorporando integrando variables como antropometría, niveles de actividad física, hábitos de vida social y deportiva.

Enfatizar una unidad de aprendizaje en los 2 primeros semestres para desarrollar y estimular programas de acondicionamiento físico dentro del mapa curricular de la Licenciatura en Cultura Física y Deporte.

Declaración de uso de IA

Nombre de la herramienta de IA utilizada.

Gemini 3.8 Flash, 11 de agosto

Descripción de uso de la herramienta de IA

Se utilizo el asistente de IA de apoyo en la introducción en la forma de redacción, en los resultados y discusiones en apoyo de la redacción.

Referencias

- Acosta, G. I. (2025). Niveles de actividad física y conductas sedentarias en estudiantes universitarios. *MENTOR: Revista de Investigación Educativa y Deportiva*, 4(10), 886-910. <https://doi.org/10.56200/mried.v4i10.9112>
- American College of Sports Medicine. (2021). *ACSM's guidelines for Exercise testing and prescription* (11th ed.) Wolters Klumer.
- Aranda, E. E. (2018). *Manual de pruebas para la evaluación de la forma física*. Universidad Autónoma de Yucatán. https://www.researchgate.net/publication/398466381_MANUAL_DE_PRUEBAS_PARA_EVALUACION_DE_LA_FORMA_FISICA
- Ávila, F. J., Méndez, J. C., Silva, J. M., & Gómez, O. A. (2021). *Actividad física y su relacion con el rendimiento académico*. *Revista Iberoamericana para la investigación y el Desarrollo Educativo*, 12(23),1-19. <https://doi.org/10.23913/ride.v12i23.1030>
- Carmona, J.J., González, E. V., Cano, J., Martínez, A.M., & Valencia-Sánchez, W.G. (2026). ¿Existen diferencias en la fuerza y la potencia muscular de jóvenes futbolista según su posición de juego? Un estudio transversal. *Sportis Sci J*, 12(3),1-32. <https://doi.org/10.55040/bpg6a058>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (27 de enero, 2020). *Resultados del Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) 2019: Comunicado de prensa N° 022/20*. INEGI. <https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2020/EstSociodemomopradef2020.pdf>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (26 de enero, 2022). *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico (MOPRADEF) 2021*. INEGI. <https://www.inegi.org.mx/app/saladeprensa/noticia/7111>
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía & Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte. (2020,2021,2024,2025). *Módulo de Práctica Deportiva y Ejercicio Físico*. <https://www.inegi.org.mx/programas/mopradef/>
- Jiménez, A., & Torres, M. (2021). *Estandarización y retos en la valoración morfofuncional en la educación superior*. Editorial Académica Universitaria.
- Hernández-Sampieri, R. & Mendoza, C.P. (2018). *Metodología de la investigación: Las rutas cuantitativa, cualitativa y mixta* (2.ªed). McGraw-Hill Education
- López, C. Y., & Vargas, M. (2024). Composición corporal, alimentación y condicion física en estudiantes universitarios. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 25(2),1-16. 10.29035/rcaf.25.2.6

- Mendoza, D.C., & Aguilar, E.K. (2021). Estrategia para favorecer la condición física de los estudiantes. *Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte. Cognosis: Revistade Filosofía, Letras y Ciencias de la Educacion*, 7(1), 125-142. <https://doi.org/10.33936/cognosis.v6i4.3310>
- Nieto-Acevedo, R., Romero-Moraleda, B., Diaz-Lara, F. J., de la Rubia, A., González-Gracia, J., & Mon-López, D. (2023). Sysrtematic review and meta-analysis of difherences in mean propulsive velocity between men and women in different exirces. *Sports*, 11(6),1-13. <https://doi.org/10.3390/sports11060118>
- Muñoz, C., Giakoni-Ramírez, F., Pinochet, F., Godoy-Cumillaf, A., Fuentes-Merino, P., & Duclos-Bastías, D. (2024). Condicion Fisica y Calidad de Vida en Estudiantes Universitarios Chilenos. *Retos*,56, 521-530. <https://doi.org/10.47197/retos.v56.104184>
- Organización Mundial de la Salud. (2020). *Directrices de la OMS sobre actividad física y hábitos sedentarios*. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240014886>
- Pinos, J.A., Bayas, J.C., & Alcívar, I. M. (2026). Influencia del sedentarismo y la actividad física en la condición física y el rendimiento académico de estudiantes de educacion básica media. *Religación. Revista de Ciencias Sociales y Humanidades*, 11(50),1-16. <https://doi.org/10.46652/rgn.v11i50.1674>
- Suarez, J.C., Palacios, J. P., Quispe, M., & Retis, R. (2026). Capacidades físicas en jóvenes deportistas en edad escolar de un club deportivo de Lima, Perú. *Revista de Educacion Simón Rodríguez*, 6(11), 234-248. <https://doi.org/10.62319/simonrodriguez.v.6i11.127>
- Torres, A., Reina, A., Molero, H., Moreno, N., Jiménez, S., López, S., Jurado, A., Márquez, F. J., Caro, O., García, J.A., Hinojosa, J.M., García, J.J., Diéguez, M.J., Mosquera, A., Martínez, D., Smith, E., Troyano, J., Álamo, J.M., Porras, M.E. (2022). Valoración del nivel de la actividad física y aptitud física en una muestra de universitarios: comparativa tras la pandemia de covid-19. *Riccafd: Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Fisica y el Deporte*, 11(3), 11-134. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2022.v11i3.15828>
- Yu, S., Lin, L., Liang, H., Lin, M., Deng, W., Zhan, X., Fu, X., & Liu, C, (2022). Gender difference in effects of proprioceptive neuromuscular facilitation stretching on flexibility and stiffness of hamstring muscle. *Frontiers in Physiology*, 13, 1-10. <https://doi.org/10.3389/fphys.2022.918176>

Certificado de evaluación por pares

La Editorial UTP, con Registro Nacional de Instituciones y Empresas Científicas y Tecnológicas, por la Secretaría de Ciencia, Humanidades, Tecnología e Innovación (SECIHTI) en México; **indexada en catálogos de calidad internacional**. Que, teniendo como **base fundamental el desarrollo del potencial humano**, es líder en el desarrollo y divulgación de producción científica, tecnológica y educativa con altos estándares de calidad en contextos locales, nacionales e internacionales, a través de publicaciones de artículos en revistas, libros, capítulos de libros, recursos educativos, conferencias y congresos.

CERTIFICA

Que el artículo titulado **“Diagnostico físico en estudiantes de nuevo ingreso a una licenciatura en cultura física y deporte”** presentado por los autores [Zeus Omar Ontiveros Hernández](#), [Juan Antonio Cárdenas Ibarra](#), [Amelia María Ontiveros Hernández](#) y [Fabiola Amparo Ramos Gutiérrez](#) ha sido sometido a un exhaustivo proceso de arbitraje por pares académicos, a través de criterios establecidos para investigaciones de alta calidad, siendo dictaminado como producto de investigación científica, tecnológica y/o educativa de alta calidad. Por lo que es

ACEPTADO PARA SU PUBLICACIÓN

El artículo estará disponible con acceso abierto en la revista digital [CISA](#) de la Universidad Tecnocientífica del Pacífico.

Se extiende la presente a los 07 días del mes de octubre de 2026.

Transformando con Ciencias
Tepic, Nayarit; México



Dra. Ana Luisa Estrada Esquivel
Directora de la Editorial UTP
Universidad Tecnocientífica del Pacífico



César Alejandro González Guzmán
Coordinador de la Editorial UTP
Universidad Tecnocientífica del Pacífico