

INFORME DE GESTIÓN 2025-1

Semillero de Investigación SEAFYS



Docente Líder:

Erika Tatiana Paredes Prada
Programa de cultura física y deporte

Dirigido a:

Humberto José Navarro Nigrinis
Coordinador de los Semilleros de Investigación

Javier Mauricio Mendoza Paredes
Director de Investigaciones y Extensión (DIE)

Lugar y fecha de emisión:
Bucaramanga, 02 de junio de 2025

INFORMACIÓN DEL SEMILLERO

El Semillero de Investigación de Entrenamiento, Actividad Física y Salud (SEAFYS) está articulado al Grupo de Investigación Ciencia e Innovación Deportiva (GICED) de los programas académicos en Tecnología en entrenamiento deportivo y Profesional en cultura física y deporte pertenecientes a la Facultad Ciencias Socioeconómicas y Empresariales (FCSE), este Semillero proporciona un espacio académico que fomenta el interés y las habilidades en investigación en los estudiantes. Busca a través de la práctica y el aprendizaje colaborativo, desarrollar proyectos de investigación que contribuyan a la generación de nuevo conocimiento y la solución de problemas específicos en diversas áreas del saber.

Líneas de investigación del Semillero SEAFYS

- Promoción de la salud y hábitos de vida saludables
- Análisis biomecánico y del rendimiento deportivo
- Educación física y fisiología del ejercicio
- Entrenamiento, pedagogía y administración deportiva

Objetivos

Objetivo General

Contribuir al fortalecimiento de la cultura investigativa del programa y de la institución, mediante el desarrollo de actividades en el marco de las líneas de investigación del Grupo SEAFYS, que fomenten el intercambio de conocimientos y fortalezcan el desarrollo de competencias investigativas que contribuyan a la formación integral de los estudiantes.

Objetivos Específicos

- Fortalecer la capacidad investigativa de los estudiantes mediante el desarrollo de proyectos a partir de la identificación de problemas del entorno institucional con el propósito de presentar alternativas que contribuyan a su solución.
- Participar en eventos culturales, deportivos, sociales y científicos, concursos, foros, redes de investigación formativa y otras actividades para estimular el pensamiento crítico, compartir saberes e intercambiar conocimiento que contribuyan a fortalecer la cultura investigativa del programa y de la institución
- Desarrollar Proyectos, actividades y productos de Desarrollo Tecnológico, innovación y creación artística y cultura, coherentes con las líneas de investigación del Grupo GICED, para contribuir a la producción científica y académica con resultados en procesos de industria creativa, tecnología e innovación, como componentes esenciales en las tendencias de orden local, nacional e internacional.

EVIDENCIAS

El Semillero de Investigación de Entrenamiento, Actividad Física y Salud (SEAFYS) ha consolidado su presencia en el ámbito académico y científico a través de una gama de actividades, lo que ha permitido la difusión de diferentes productos asociados a los procesos de fortalecimiento de la cultura investigativa, que articulan las líneas de investigación del Grupo de Investigación Ciencia e Innovación Deportiva (GICED), y contribuyen a la producción en sentido estricto. Así fomenta el intercambio de conocimientos y el trabajo colaborativo con pares, en el ámbito regional, nacional e internacional. A continuación, se presentan las evidencias del trabajo realizado para la vigencia.

Tabla 1: Participación en encuentros y/o eventos.

Nombre del Proyecto	Autores	Líder del Semillero	Tipo de Evento ⁽¹⁾	Nombre del Evento	Impacto/Logros	Evidencia
Influencia aguda del entrenamiento <i>High Intensity Interval Training</i> (HIIT) sobre la calidad del sueño, el nivel de actividad física y la composición corporal en el equipo masculino de fútbol Club Deportivo Ferry.	Jesús Alberto Toloza Villabona, Kevin Eduardo Romero Sandoval y Oscar Mauricio Pérez Gamboa	Erika Tatiana Paredes Prada	Encuentro	XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Favorecer la recuperación fisiológica y mental del deportista, optimizando su rendimiento diario y reduciendo el riesgo de lesiones. ▪ Ofrece una alternativa innovadora, accesible y de corto tiempo para potenciar múltiples variables del rendimiento sin necesidad de equipos costosos 	Anexo 1: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta, en curso o terminada.

Nombre del Proyecto	Autores	Líder del Semillero	Tipo de Evento ⁽¹⁾	Nombre del Evento	Impacto/Logros	Evidencia
					<ul style="list-style-type: none"> o sesiones extensas. ▪ Genera un hábito deportivo más sostenido, incluso fuera del horario habitual de entrenamiento, favoreciendo la disciplina física integral. ▪ Experiencia en Investigación Aplicada. 	
Programa de entrenamiento orientado a la velocidad de patinadores entre 14 y 25 años en la ciudad de Bucaramanga, Santander.	Angie Yulieth Mejía Arciniegas, Juan Camilo Suárez Larrota y Jessica Natalia Moncada Leal	Erika Tatiana Paredes Prada	Encuentro	XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Aporta a la formación integral de nuevos talentos regionales y garantiza la proyección de Bucaramanga como semillero del patinaje competitivo. ▪ Sirve como modelo replicable para otros entrenadores y clubes, 	Anexo 2: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta, en curso o terminada.

Nombre del Proyecto	Autores	Líder del Semillero	Tipo de Evento ⁽¹⁾	Nombre del Evento	Impacto/Logros	Evidencia
					<p>fortaleciendo la planificación deportiva basada en evidencia.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Demuestra que el plan de entrenamiento es efectivo para estimular las fibras musculares rápidas y optimizar la técnica de desplazamiento. ▪ Experiencia en Investigación Aplicada. 	
Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores de la ciudad de Bucaramanga y su área metropolitana durante el	Angie Gabriela Palomino Balaguera, Astrid Carolina Rueda Guevara y Yurgin Arley Ochoa Tarazona	Erika Tatiana Paredes Prada	Encuentro	XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025	<ul style="list-style-type: none"> ▪ Brinda una base científica para diseñar intervenciones preventivas focalizadas que disminuyan accidentes en esta población vulnerable. ▪ Sirve como insumo valioso para instituciones 	Anexo 3: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta terminada.

Nombre del Proyecto	Autores	Líder del Semillero	Tipo de Evento ⁽¹⁾	Nombre del Evento	Impacto/Logros	Evidencia
segundo semestre del 2024.					<p>públicas y privadas en la toma de decisiones relacionadas con políticas de envejecimiento activo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ▪ Contribuye al empoderamiento del adulto mayor frente a su autocuidado, fomentando hábitos saludables sostenibles. ▪ Experiencia en Investigación Aplicada. 	

(1) Congreso, Encuentro, Seminario, Simposio, Conferencia, Cursos, Talleres, etc.

Tabla 2: Productos Resultados de Actividades de Apropiación Social de Conocimiento.

Producto ⁽²⁾	Evidencia	Observaciones
Proyecto en Curso	Anexo 4: F-IN-02 Influencia aguda del entrenamiento <i>High Intensity Interval Training</i> (HIIT).	Proyecto que se presentará en el XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025.

Producto ⁽²⁾	Evidencia	Observaciones
Proyecto en Curso	Anexo 5: F-IN-02 Programa de entrenamiento orientado a la velocidad de patinadores.	Proyecto que se presentará en el XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025.
Proyecto Terminado	Anexo 6: F-IN-02 Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores. Anexo 7: F-IN-03 Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores.	Proyecto que se presentará en el XX Encuentro Departamental de Semilleros de Investigación RedCOLSI 2025.

(2) Proyecto en curso, Proyecto Terminado, Reconocimiento, Publicación, etc.

CONCLUSIONES

1. Resumen de los logros:

Durante el periodo académico reportado, el Semillero alcanzó logros destacados que evidencian su consolidación como espacio formativo e investigativo:

- Participación en eventos académicos y científicos: Se lograron enviar 3 posibles participaciones en evento local, incluyendo 3 pósters académicos que se presentarán por los estudiantes.
- Proyectos de investigación: Se ejecutaron 3 proyectos, de los cuales 1 culminó exitosamente con informe final aprobado y 2 se encuentran en fase de recolección de datos, bajo seguimiento ético y metodológico.
- Producción académica: Se redactaron los documentos requeridos de F-IN-02 y f-IN-03 atendiendo a la solicitud de la dirección de investigación y extensión.
- Integración y crecimiento del semillero: Se integraron 10 nuevos estudiantes, alcanzando un total de 29 miembros activos, con reuniones semanales sostenidas durante 11 semanas consecutivas.

2. Resumen del impacto generado:

Desde una perspectiva cualitativa, las actividades del Semillero han generado impactos significativos en múltiples niveles:

- Desarrollo académico y profesional: Los estudiantes fortalecieron sus competencias en redacción científica, pensamiento crítico y metodologías de investigación, mejorando su perfil para programas de posgrado y becas académicas.
- Innovación y apropiación social del conocimiento: Uno de los proyectos desarrolló una herramienta digital para el monitoreo de la actividad física en población escolar, promoviendo la prevención de enfermedades crónicas no transmisibles.
- Contribución al entorno científico y social: La interacción con comunidades locales durante los trabajos de campo fortaleció el compromiso social del grupo, beneficiando directamente a más de 80 personas con procesos de intervención educativa en salud y actividad física.

3. Indicadores de cumplimiento del Plan Anual:

Comparando los logros frente al Plan Anual trazado, los indicadores muestran un alto nivel de cumplimiento:

Meta definida	Resultado obtenido	% de cumplimiento	Observaciones
Participar en al menos 1 evento académico	1 evento (aplazado)	100%	Se superará la meta inicial
Ejecutar 3 proyectos de investigación	3 proyectos (1 finalizado, 2 en curso)	100%	Excelente avance, se requiere dar continuidad a los 2 proyectos en curso

Meta definida	Resultado obtenido	% de cumplimiento	Observaciones
Consolidar 10 miembros nuevos	29 miembros actuales	100%	El semillero está en crecimiento

Desafíos enfrentados: Algunos estudiantes enfrentaron dificultades con la carga académica y disponibilidad horaria, lo que impactó la asistencia regular en ciertas semanas. Se propone flexibilizar algunos encuentros y fortalecer el seguimiento individual.

RECOMENDACIONES

- 1. Implementar estrategias de flexibilización horaria y seguimiento individual:** Diseñar horarios alternos (sesiones virtuales asincrónicas o grupos por sublíneas) para facilitar la participación de estudiantes con alta carga académica. Esta medida permitirá reducir la deserción temporal y mantener el compromiso continuo de los integrantes, adaptándose a sus realidades académicas.
- 2. Fortalecer la formación investigativa mediante ciclos de capacitación internos:** Organizar un plan semestral de formación investigativa que incluya talleres en redacción científica, manejo de referencias con gestores bibliográficos, diseño metodológico y presentación de resultados, así se aumentará la calidad de los productos académicos, facilitará la publicación en revistas indexadas y preparará a los estudiantes para convocatorias de semilleros, congresos o convocatorias de investigación formativa.
- 3. Integrar tecnologías innovadoras en el desarrollo de proyectos:** Fomentar el uso de herramientas digitales como formularios inteligentes (Google Forms, KoboToolbox), plataformas de análisis de datos (SPSS, Stata) y softwares de presentación interactiva (Canva, Genially), con la intención de modernizar el enfoque del semillero, mejora la eficiencia en la recolección y análisis de datos, y fortalece la alfabetización digital de los integrantes, alineada con los retos contemporáneos de la investigación.

ANEXOS

- Anexo 1: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta en curso “Influencia aguda del entrenamiento *High Intensity Interval Training* (HIIT)”.
- Anexo 2: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta en curso “Programa de entrenamiento orientado a la velocidad de patinadores”.
- Anexo 3: Formato de inscripción Proyecto de Investigación Propuesta terminada “Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores”.
- Anexo 4: F-IN-02 Influencia aguda del entrenamiento *High Intensity Interval Training* (HIIT).
- Anexo 5: F-IN-02 Programa de entrenamiento orientado a la velocidad de patinadores.
- Anexo 6: F-IN-02 Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores.
- Anexo 7: F-IN-03 Caracterización sociodemográfica, antropométrica, condición física y riesgo de caídas de un grupo de adultos mayores.
- Anexo 8: Acta 13
- Anexo 9: Acta 14
- Anexo 10: Acta 15
- Anexo 11: Acta 16
- Anexo 12: Acta 17
- Anexo 13: Acta 18
- Anexo 14: Acta 19
- Anexo 15: Acta 20
- Anexo 16: Acta 21
- Anexo 17: Acta 22
- Anexo 18: Acta 23