

Perfil pos-extensión de conocimientos, autoeficacia y competencias percibidas en estudiantes de Fisioterapia y Kinesiología participantes del programa "Movimiento y Vida", Paraguay – 2025

Autores:

- María Luján Alcaraz Centurión^{1,2}

(ORCID: <https://orcid.org/0009-0002-2637-4601>)

marialujan.alcarazcenturion24@gmail.com

Programa Nacional de Control de Zoonosis y Centro Antirrábico Nacional, Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social, Paraguay.¹

Instituto Superior Profesional Avanzado²

- Viviana Luján Ramos Amarilla¹

(ORCID: <https://orcid.org/0009-0007-2228-2319>)

lujanamarilla970@gmail.com

Instituto Superior Profesional Avanzado¹

Resumen

La extensión universitaria es una función sustantiva de la educación superior que integra docencia, investigación y proyección social. En las ciencias de la salud, este enfoque fortalece el aprendizaje significativo y el desarrollo de competencias profesionales. El programa "Movimiento y Vida" promueve la participación activa de estudiantes de Fisioterapia y Kinesiología en acciones comunitarias orientadas al movimiento y bienestar.

Estudio cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal realizado en septiembre de 2025, con una muestra de 63 estudiantes. Se aplicó una encuesta validada por expertos, con tres dimensiones: conocimientos pos-extensión (10 ítems de opción múltiple), autoeficacia percibida (8 ítems Likert) y competencias profesionales percibidas (10 ítems Likert). Se analizaron los datos mediante estadística descriptiva (frecuencias, medias y porcentajes). Los participantes alcanzaron un nivel alto de conocimientos (media 84,4 %), destacando temas de progresión del ejercicio, seguridad y ergonomía. La autoeficacia percibida mostró una media global de 4,26 (alta) y las competencias profesionales percibidas un 91,1 % de respuestas positivas, con mayor desempeño en comunicación efectiva, técnica demostrativa y utilidad pedagógica de la experiencia.

La participación en "Movimiento y Vida" generó un impacto formativo positivo, fortaleciendo conocimientos, autoeficacia y competencias integrales. La extensión universitaria se consolida como una estrategia pedagógica eficaz para integrar teoría y práctica, promover la excelencia en el aprendizaje y la responsabilidad social universitaria.

Palabras clave (DeCS): Extensión Universitaria; Autoeficacia; Competencia Profesional; Fisioterapia; Educación en Salud.



ABSTRACT

University extension is a core function of higher education that integrates teaching, research, and social outreach. In the health sciences, this approach strengthens meaningful learning and the development of professional competencies. The *"Movement and Life"* program promotes the active participation of Physiotherapy and Kinesiology students in community-based activities focused on movement and wellness promotion. A quantitative, non-experimental, descriptive, and cross-sectional study was conducted in September 2025 with a sample of 63 students. A structured and expert-validated questionnaire was used, encompassing three dimensions: post-extension knowledge (10 multiple-choice items), perceived self-efficacy (8 Likert-scale items), and perceived professional competencies (10 Likert-scale items). Data were analyzed through descriptive statistics, including frequencies, means, and percentages.

Participants achieved a high level of knowledge (mean score 84.4%), particularly in exercise progression, safety, and ergonomics. The mean perceived self-efficacy score was 4.26 (high), while perceived professional competencies reached 91.1% of positive responses, showing greater performance in effective communication, technical demonstration, and educational value of the experience. Participation in *"Movement and Life"* generated a positive formative impact by simultaneously strengthening knowledge, self-efficacy, and comprehensive professional competencies. University extension is confirmed as an effective pedagogical strategy for linking theory and practice, fostering learning excellence, and promoting social responsibility in the professional education of future physiotherapists and kinesiologists in Paraguay.

Keywords (MeSH): University Extension; Self-Efficacy; Professional Competence; Physical Therapy Specialty; Health Education.



Introducción

La extensión universitaria constituye un pilar fundamental de la educación superior contemporánea, orientado a la vinculación entre docencia, investigación y compromiso social (1). En el ámbito de las ciencias de la salud, esta dimensión contribuye a desarrollar aprendizajes significativos, promover la integración teoría-práctica y fortalecer competencias éticas y profesionales en contextos reales (2,3).

En Paraguay, los programas de extensión se consolidan como estrategias para el aprendizaje experiencial y la formación integral, en consonancia con los lineamientos del Consejo Nacional de Educación Superior (CONES) (4). En este marco, el programa "*Movimiento y Vida*" del Instituto Superior Profesional Avanzado (ISPA) busca fomentar la participación activa de estudiantes de Fisioterapia y Kinesiólogía en actividades comunitarias de promoción del movimiento, prevención de lesiones y educación en salud.

Evaluar el impacto formativo de estas experiencias permite comprender el desarrollo del perfil pos-extensión de los futuros profesionales. Por ello, el objetivo del presente estudio fue analizar el perfil pos-extensión de conocimientos, autoeficacia y competencias percibidas en los estudiantes participantes del programa "*Movimiento y Vida*" en el año 2025.

Metodología

El estudio fue de tipo cuantitativo, no experimental, descriptivo y transversal, desarrollado en septiembre de 2025, de acuerdo con la clasificación metodológica de Hernández Sampieri et al. (5).

Población y muestra

La población estuvo compuesta por 83 estudiantes de Fisioterapia y Kinesiólogía. La muestra final fue de 63 participantes (N = 63) seleccionados mediante muestreo no probabilístico por conveniencia. El tamaño muestral se determinó considerando un nivel de confianza del 99 % y un margen de error del 10 %.



Instrumento de recolección de datos

Se aplicó una encuesta estructurada, validada por tres expertos en docencia e investigación. El cuestionario incluyó cuatro secciones:

1. Datos generales.
2. Conocimientos pos-extensión (10 ítems de opción múltiple).
3. Autoeficacia percibida (8 ítems tipo Likert, 1–5).
4. Competencias profesionales percibidas (10 ítems tipo Likert, 1–5).

Procedimiento

Los datos se procesaron mediante estadística descriptiva: frecuencias absolutas, porcentajes, medias y medianas. Los resultados se presentaron en tablas y gráficos de barras, siguiendo las recomendaciones metodológicas para estudios descriptivos (6).

Aspectos éticos

La investigación se desarrolló conforme a los principios de la *Declaración de Helsinki* (7) y la *Norma Nacional de Buenas Prácticas Clínicas* del Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social del Paraguay (8). Se garantizó la participación voluntaria, el consentimiento informado digital y la confidencialidad de los datos.

Resultados

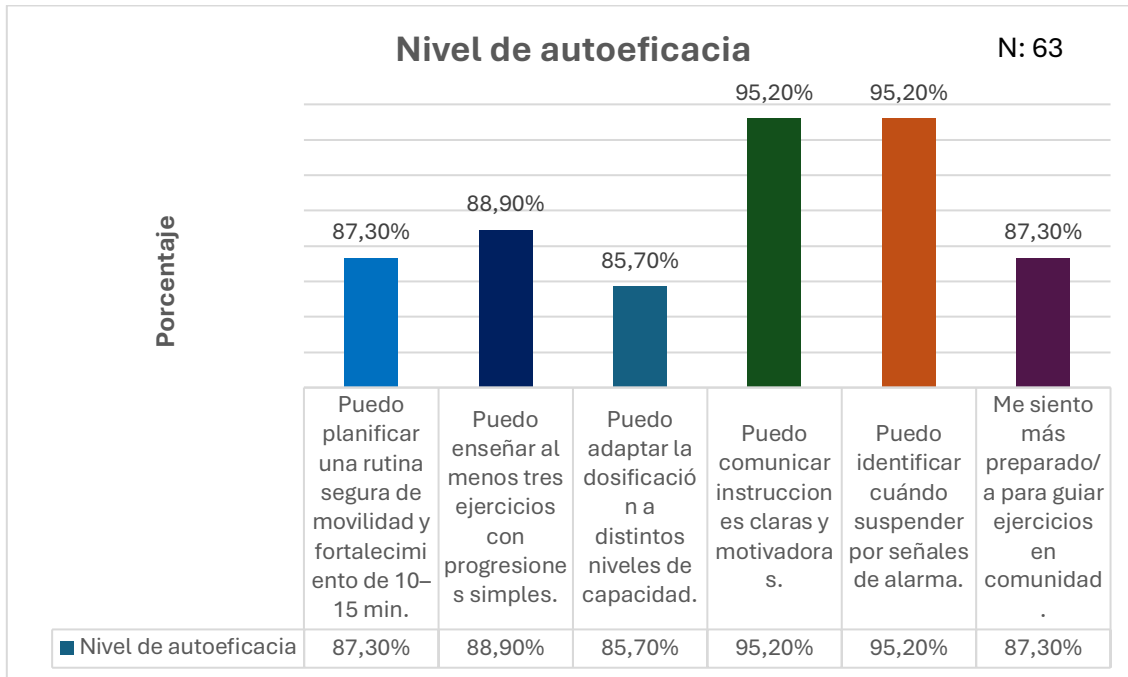
Tabla Nro 1. Describir el nivel de conocimientos teórico-prácticos adquiridos

N° de Ítem	Contenido evaluado	Respuesta correcta	N: 63	
			% de aciertos	Clasificación
1	Recomendación OMS de actividad física semanal	VERDADERO	95,20%	Muy alto
2	Test TUG: movilidad funcional	Equilibrio / movilidad funcional	96,80%	Muy alto
3	Principio de progresión segura	Sobrecarga gradual	77,80%	Alto
5	Señal de alarma en ejercicio	Dolor torácico opresivo	79,40%	Alto
6	Higiene postural sentada	Columna neutra, pies apoyados	81,00%	Alto
7	Dosificación adecuada en principiantes	Baja carga y progresión	90,50%	Muy alto
8	Manejo en lumbalgia aguda	Movilidad suave y caminata	90,50%	Muy alto
9	Escala de esfuerzo percibido (RPE 12–14)	Moderado	82,50%	Alto
10	Pausas activas recomendadas	Cada 30–60 min	61,90%	Medio

Fuente: Elaboración propia

Análisis: El promedio global de respuestas correctas fue 84,4 %, con predominio de los niveles *alto* y *muy alto*. Los ítems con mayor acierto correspondieron a la dosificación del ejercicio, la higiene postural y la identificación de señales de alarma. Este resultado indica un dominio sólido de principios de ejercicio seguro y movimiento funcional, coherente con las recomendaciones internacionales sobre actividad física (9).

Gráfico Nro. 1. Evaluar el nivel de autoeficacia percibida en los estudiantes



Fuente: Elaboración propia

Análisis: La media global fue de 4,26, clasificada como *alta*. Los estudiantes expresaron confianza en planificar y guiar rutinas seguras, adaptar ejercicios a diferentes niveles y comunicar de forma clara y motivadora. Estos hallazgos respaldan el modelo de autoeficacia de Bandura (10), que resalta la influencia de las experiencias prácticas exitosas sobre la percepción de competencia personal.

Tabla Nro. 2. Competencias percibidas en los estudiantes de Fisioterapia y Kinesiología participantes del proyecto de extensión

N: 63

Ítem	Dimensión evaluada	% respuestas positivas
14	Comunicación de instrucciones claras y motivadoras	93,60%
16	Técnica en la demostración de ejercicios	88,90%
17	Comunicación con los participantes	93,60%
18	Utilidad de la actividad para la formación profesional	95,30%
19	Organización y supervisión docente	84,20%
Promedio General	Indicador global de competencias percibidas	91,1

Fuente: Elaboración propia

Análisis: El promedio de respuestas positivas fue 91,1 %, con mayores porcentajes en comunicación efectiva (93,6 %), técnica demostrativa (88,9 %) y utilidad de la actividad para la formación profesional (95,3 %). Estos resultados concuerdan con la concepción de competencias integrales propuestas por Tobón (11) y Zabalza (12), que incluyen saberes técnicos, cognitivos y actitudinales.

Discusión

Los resultados obtenidos confirman que la participación en “*Movimiento y Vida*” generó un impacto educativo integral, fortaleciendo el conocimiento conceptual, la autoeficacia y las competencias profesionales. Coinciden con evidencias que demuestran que el aprendizaje experiencial y la extensión universitaria promueven la adquisición de competencias transferibles y el desarrollo del pensamiento crítico (13,14).



En relación con la autoeficacia, los hallazgos respaldan la teoría social cognitiva de Bandura (10), que señala que la confianza profesional se consolida a través de experiencias de dominio y retroalimentación positiva. La oportunidad de interactuar con la comunidad permitió a los estudiantes integrar la teoría con la práctica, reforzando la autonomía profesional.

Asimismo, la percepción elevada de competencias respalda la visión de la educación basada en competencias de Tobón (11), que enfatiza la acción reflexiva, el compromiso ético y la pertinencia social. La organización docente y la orientación metodológica del programa fueron elementos clave para garantizar la calidad pedagógica y la proyección comunitaria del aprendizaje.

Metodológicamente, la coherencia entre las tres variables evaluadas demuestra la validez interna del estudio y la pertinencia del diseño descriptivo transversal aplicado (5).

Conclusiones

El programa "*Movimiento y Vida*" produjo un impacto formativo significativo, fortaleciendo los conocimientos teórico-prácticos, la autoeficacia y las competencias integrales de los estudiantes. Los resultados respaldan que la extensión universitaria es una estrategia pedagógica eficaz para integrar teoría y práctica, consolidar el aprendizaje significativo y promover la responsabilidad social universitaria. Se recomienda continuar evaluando los efectos longitudinales de estas experiencias en la formación profesional, así como replicarlas en otras áreas de la salud como modelo de innovación educativa.



Referencias (Vancouver)

1. Freire P. *Extensión o comunicación*. México: Siglo XXI Editores; 2013.
2. Zabalza MA. *Competencias docentes del profesorado universitario*. Madrid: Narcea Ediciones; 2009.
3. Tobón S. *Formación basada en competencias: Pensamiento complejo, diseño curricular y didáctica*. Bogotá: Ecoe Ediciones; 2013.
4. Consejo Nacional de Educación Superior (CONES). *Lineamientos para la función de extensión universitaria en Paraguay*. Asunción: CONES; 2021.
5. Hernández Sampieri R, Mendoza Torres C, Baptista P. *Metodología de la investigación*. 7ª ed. México: McGraw-Hill; 2022.
6. López A, Herrera J. *Diseños de investigación descriptiva: fundamentos y aplicaciones en ciencias de la salud*. Rev Educ Salud. 2020;9(2):45–53.
7. World Medical Association. *Declaration of Helsinki – Ethical principles for medical research involving human subjects*. JAMA. 2013;310(20):2191–4.
8. Ministerio de Salud Pública y Bienestar Social. *Norma Nacional de Buenas Prácticas Clínicas*. Asunción: MSPyBS; 2012.
9. Organización Mundial de la Salud. *Recomendaciones mundiales sobre actividad física para la salud*. Ginebra: OMS; 2020.
10. Bandura A. *Self-efficacy: The exercise of control*. New York: W.H. Freeman; 1997.
11. Tobón S. *Evaluación de competencias en educación superior*. Bogotá: Ecoe Ediciones; 2016.
12. Zabalza MA, Arnau L. *Competencias transversales en educación universitaria*. Rev Iberoam Educ. 2018;76(1):55–70.
13. Rodríguez L, Ponce M. *Aprendizaje experiencial en ciencias de la salud*. Educ Médica. 2022;23(3):142–9.
14. Organización Panamericana de la Salud. *Educación interprofesional en salud: fortaleciendo el aprendizaje transformador*. Washington, D.C.: OPS; 2021.