

Potenciales beneficios que puede aportar una evaluación anual de aptitudes físicas, al personal de GNA



Motricidad Humana y Deportes, Universidad Abierta Interamericana

Prof. Mara Daniela Benitez

D9-23-11: Trabajo Final

Lic. Carlos Adolfo, Bosch

12 de Abril de 2024

Contenido

Resumen.....	3
Introducción	4
Planteamiento del problema.....	5
Preguntas.....	5
Objetivos Generales	6
Objetivos Específicos.....	6
Justificación	6
Viabilidad.....	8
Antecedentes	9
Marco teórico	11
Ley de Gendarmería Nacional Nro. 19349: Disposiciones Básicas	11
Cuadro plan de ascensos cuadro de oficiales	13
Metodología	22
Resultados	23
Conclusión	26
Anexos	29
Bibliografía	34

Resumen

Esta tesis investiga la relación entre las evaluaciones físicas anuales y la Gendarmería Nacional, y como pueden impactar en el bienestar físico y mental de los miembros de la fuerza, así como su desempeño en el servicio, además de prevenir lesiones, mejorar la salud general, la preparación física y cómo estos factores se relacionan con su capacidad para llevar a cabo los deberes de manera efectiva, así como su capacidad para desempeñarse eficazmente en sus funciones.

Introducción

Es esencial para un eficaz ejercicio de la función de las fuerzas de seguridad tener una preparación física permanente ya que ésta va a permitir conservar las habilidades y destrezas que se van perdiendo por el transcurrir de los años y la falta de actividad. Esta investigadora considera que conocer los beneficios de una evaluación anual de las aptitudes físicas para el personal de Gendarmería Nacional son necesarias ya que contribuyen a un mejor desempeño en el cumplimiento de sus funciones.

Es fundamental destacar que el sedentarismo es el mayor problema al que se enfrenta el personal, que tiene consecuencias muy marcadas como el sobrepeso y riesgo de sufrir enfermedades, por lo que es de vital importancia tener en cuenta los efectos de la actividad física a nivel fisiológico:

- Disminuye el riesgo de mortalidad por enfermedades cardiovasculares, en grado similar al de otros factores de riesgo como el tabaquismo.
- Previene y/o retrasa el desarrollo de hipertensión arterial, y disminuye los valores de tensión arterial en hipertensos.
- Aumenta el nivel de sangre que circula en el cuerpo al aumentar la velocidad de bombeo.
- Mejora la regulación de la glicemia y disminuye el riesgo de padecer diabetes.
- Mejora la digestión y la regularidad del ritmo intestinal.
- Se estimula la producción de serotonina, un neurotransmisor que es capaz de contrarrestar la sensación dolorosa en su lugar de interpretación: el cerebro.
- Disminuye el riesgo de padecer ciertos tipos de cáncer.

- Incrementa la utilización de la grasa corporal y mejora el control del peso.
- Ayuda a mantener y mejorar la fuerza y la resistencia muscular, incrementando la capacidad funcional para realizar otras actividades físicas de la vida diaria.
- Ayuda a mantener la estructura y función de las articulaciones.

Planteamiento del problema

Las actuales actividades operacionales y funcionales de la Fuerza, requieren una constante preparación y entrenamiento físico que le permita al personal afrontar las exigencias del servicio por lo que es necesario disponer de una base de datos para evaluar los resultados de las pruebas y el rendimiento físico del personal, con la finalidad de producir diagnósticos necesarios y mantener un continuo seguimiento.

Sin embargo, la falta de una evaluación sistemática y regular de las aptitudes físicas en el personal de Gendarmería Nacional plantea desafíos importantes en términos de rendimiento laboral, salud y bienestar del personal, así como en la efectividad global de la institución. Por lo que imprescindible regular y actualizar los niveles de exigencias físicas, dado el riesgo que constituye para el personal, cuando no se encuentra apto físicamente para el lugar que ocupa.

Preguntas

- ¿Cuál es la misión y función de gendarmería nacional?
- ¿Cuáles son los beneficios físicos que producen evaluar anualmente al personal de gendarmería nacional?
- ¿Conocer cuáles son las exigencias operativas en gendarmería nacional?
- ¿Cuáles son las aptitudes físicas evaluadas?
- ¿Conocer los momentos en los cuales se evalúa físicamente al personal de gendarmería nacional?

Objetivos Generales

- Conocer cuáles son los beneficios potenciales de implementar una evaluación anual de aptitudes físicas para el personal de Gendarmería Nacional
- Analizar el método de evaluación física actual en GENDARMERIA NACIONAL
- Evaluar si la frecuencia con la que se evalúa afecta a la eficiencia operativa

Objetivos Específicos

- Determinar si los beneficios se producen en términos de salud y bienestar del personal, rendimiento laboral, prevención de lesiones, promoción del trabajo en equipo y cumplimiento de normativas y estándares de seguridad
- Conocer la metodología de evaluación de las aptitudes físicas en gendarmería nacional
- Analizar en qué momentos se evalúa las aptitudes físicas
- Conocer cada cuantos años se evalúa en Gendarmería Nacional

Justificación

El presente trabajo está orientado a conocer los potenciales beneficios que pueda aportar una evaluación anual al personal perteneciente a Unidad de Investigaciones y Procedimientos Judiciales SUR de gendarmería nacional de la localidad de Lomas de Zamora, Pcia. De Buenos Aires, una vez al año y no solo en el momento reglamentado y obligatorio denominado "ascenso" el cual esta normado por el plan de ascensos vigente "Decreto 1669/2001", teniendo en cuenta esta normativa se establece cada cuantos años se realizaran las evaluaciones físicas con la finalidad del reescalonamiento del personal, por ejemplo según en el cuadro de asensos de suboficiales desde la jerarquía "Cabo a Sargento Primero" los años

que permanecen sin ser evaluados físicamente son de 6 años que es el tiempo de permanencia en esa jerarquía.

Las evaluaciones anuales pueden provocar resultados positivos teniendo en cuenta que un personal en buena forma física tiene más probabilidades de responder eficazmente a situaciones de emergencia. Teniendo en cuenta estas problemáticas la actividad física cumple un rol que es de vital importancia ya que actúa como una herramienta primordial por lo que esta investigación es fundamental está por diversas razones:

- Capacidad para el desempeño de funciones: Los miembros de Gendarmería Nacional suelen llevar a cabo diversas funciones que requieren un buen estado físico, como patrullaje, intervención en situaciones de emergencia, detenciones, entre otras. Una evaluación física garantiza que los individuos sean capaces de realizar estas tareas de manera efectiva y segura.
- Seguridad personal y de terceros: Un buen estado físico contribuye directamente a la seguridad personal del agente y la de quienes están a su alrededor. Situaciones de riesgo y emergencias pueden surgir en cualquier momento, y un individuo en buena forma física estará mejor preparado para manejarlas.
- Resiliencia y resistencia: Las tareas de seguridad y defensa nacional pueden ser físicamente demandantes. Una evaluación física asegura que el personal esté en condiciones de resistir situaciones estresantes y mantener un rendimiento constante a lo largo del tiempo.
- Imagen institucional: La imagen y la credibilidad de una fuerza de seguridad están directamente relacionadas con la apariencia y la capacidad física de sus

miembros. Mantener altos estándares de condición física contribuye a proyectar una imagen de profesionalismo y competencia.

- Reducción de riesgos de salud: La evaluación física no solo evalúa la capacidad de realizar tareas específicas, sino también la salud general de los individuos. Detectar problemas de salud temprano permite intervenir y reducir el riesgo de problemas más serios a largo plazo.
- Eficiencia operativa: Un personal en buena forma física tiene mayor capacidad para responder rápidamente a situaciones de emergencia, realizar tareas diarias de manera eficiente y cumplir con sus responsabilidades de manera efectiva.
- Promoción de hábitos saludables: Fomentar y mantener altos estándares de condición física entre el personal de Gendarmería puede promover hábitos saludables que beneficien tanto a los individuos como a la institución en su conjunto.

Por lo descrito anteriormente este trabajo investigativo busca marcar la importancia de la evaluación física de forma anual, teniendo en cuenta todos estos beneficios tanto para el personal como para la seguridad de los terceros.

Viabilidad

Este trabajo es viable ya que la investigadora pertenece a la institución donde se lleva a cabo la investigación lo que permite realizar las diferentes observaciones, como así también las entrevistas a los diferentes integrantes de dicha fuerza de seguridad.

Antecedentes

“Siempre es indispensable contar con antecedentes para enmarcar nuestro estudio y tener una visión de dónde se sitúa el planteamiento propuesto dentro del campo de conocimiento en el cual nos “moveremos”” (Dr. Roberto Hernández-Sampieri)

“Condición física y desempeño laboral del personal de tropa del cuerpo de bomberos de naranjal” (Ordoñez, León, L.E. 2019)

<https://repositorio.ug.edu.ec/items/b34d5b73-eea7-4491-bd8f-c7ab134f21ca>

“La problemática de la tesis se centra en la falta de programa de actividad física y entrenamiento para el personal de Tropa del Cuerpo de Bomberos del Cantón Naranjal, Ecuador (2019), lo que ha llevado a un deficiente nivel de condición física en este grupo. Esta situación representa un limitante ante situaciones de riesgo que demanden gran esfuerzo y habilidad física, lo cual afecta el desempeño laboral y la capacidad de respuesta efectiva en situaciones de emergencia. Además, se identifican otras causas como la falta de espacio físico destinado y adecuado para la práctica de actividad y preparación física, la falta de compromiso de parte de los directivos para mejorar el sistema de preparación física y hábitos de alimentación inadecuados. Estos factores afectaron rotundamente en el desempeño laboral de los Bomberos.”

“Programa Integral Educativo de Entrenamiento Físico Adaptado (PIEEFA) para alumnos con problemas de obesidad y sobrepeso: Proyecto de intervención para ser aplicado en la Escuela de Suboficiales de Gendarmería Nacional "Cabo Raúl R. Cuello", de la ciudad de Jesús María, Córdoba, República Argentina (Tolosa, H. 2021).”

<https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=tesis&d=Jte2057>

“En este trabajo final la problemática central abordada es la obesidad y el sobrepeso en el contexto de la formación y la labor profesional de los gendarmes en la escuela de Suboficiales de Gendarmería Nacional “Cabo Raúl R. Cuello” en Jesús María, Córdoba, Argentina.

Se busca diseñar estrategias para abordar estas problemáticas, considerando la importancia de la educación física como disciplina pedagógica y su rol en la promoción de hábitos de vida saludable. El objetivo es impactar en un estilo de vida saludable y el desempeño laboral de los profesionales a través de un enfoque integral de Entrenamiento funcional adaptado.”

Marco teórico

“En términos de Martens (2015), el marco teórico señala cómo encaja nuestra investigación en el conjunto de lo que se conoce sobre un fenómeno o problema estudiado (el panorama mayor o big picture). Además, puede suministrar ideas nuevas y resultar útil para compartir los descubrimientos recientes de otros investigadores. (Dr. Roberto Hernández-Sampieri), por lo que esta investigadora considera importante dejar plasmado la misión y función de gendarmería nacional, como así también la metodología de reescalonamiento y protocolos de evaluaciones físicas:

Ley de Gendarmería Nacional Nro. 19349: Disposiciones Básicas

Definición: Artículo 1°. – Gendarmería Nacional es una fuerza de seguridad militarizada, dependiente del Comando en Jefe del Ejército, estructurada para cumplir las misiones que precisa esta ley, en la zona de Seguridad de Fronteras y demás lugares que se determinen al efecto.

Misión: Art. 2°. – Es misión de Gendarmería Nacional satisfacer las necesidades inherentes al servicio de policía que le compete al Comando en Jefe del Ejército, en la zona de seguridad de fronteras y demás lugares que se determinen al efecto, en materia de:

- a) Policía de Seguridad y Judicial en el fuero federal.
- b) Prevención y represión de las infracciones que le determinen leyes y decretos especiales.
- c) Policía de Seguridad en la vigilancia de fronteras, protección de objetivos y otras actividades afines con sus capacidades, de acuerdo con las disposiciones que establezca el Comando en Jefe del Ejército.

Funciones: Art. 3°. – Dentro de su jurisdicción, Gendarmería Nacional cumple las siguientes funciones:

- a) Policía de seguridad y judicial en el fuero federal.
- b) Policía auxiliar aduanera, de migraciones y sanitaria, donde haya autoridad establecida por las respectivas administraciones y dentro de las horas habilitadas por ellas.
- c) Policía de prevención y represión del contrabando, migraciones clandestinas e infracciones sanitarias en los lugares no comprendidos en el inciso anterior, como así también en éstos, fuera del horario habilitado por las respectivas administraciones.
- d) Ejercer por delegación, mediante acuerdo, funciones inherentes a los organismos aduaneros, de migración y sanitarios en los lugares que en cada caso se establezca.
- e) Policía de prevención y represión de infracciones que le determinen leyes y decretos especiales.
- f) Policía en materia forestal de conformidad con lo que determinen leyes, reglamentaciones y convenios pertinentes.
- g) Policía de prevención y de represión de infracciones a normas especiales que determine el Comando Militar establecido, cuando se la afecte a la vigilancia de fronteras, protección de objetivos y otras actividades afines con sus capacidades.
- h) Policía de seguridad de la navegación en los lagos, ríos y demás cursos de agua, cuando dicha función sea delegada por el Comando en Jefe de la Armada al comandante en jefe del Ejército. El ejercicio de esa delegación no incluirá lo relativo a habilitación de personal y material.

- i) Intervenir para reprimir la alteración del orden público, o cuando éste se vea subvertido, o cuya magnitud sobrepase las posibilidades de control de las fuerzas policiales, o cuando adquiriera las características de guerrilla, en cualesquiera de sus formas.
- j) Esta función será ejercida por disposición del Poder Ejecutivo Nacional.
- k) Toda otra función que se le asigne conforme a su misión y capacidades.

Decreto Reglamentario 1669 / 2001

Poder ejecutivo nacional (p.e.n.) Gendarmería Nacional

Nuevo agrupamiento escalafonario Fecha de sanción 17-12-2001

Publicada en el Boletín Nacional del 21-Dic-2001

Cuadro plan de ascensos cuadro de oficiales

AGRUPAMIENTO	ESCALAFON GENERAL	ESCALAFON SANIDAD	ESCALAFON JUSTICIA	ESCALAFON APOYO TECNICO	ESCALAFON RECLUTAMIENTO LOCAL			ESCALAFON COMPLEMENTARIO
GRADO	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION SUBPLANES (4)			FRACCION (5)
					1	2	3	
COMANDANTE GENERAL	{1}	-	-	-	-	-	-	-
COMANDANTE MAYOR	4	3	3	3	-	-	-	-

AGRUPAMIENTO	ESCALAFON GENERAL	ESCALAFON SANIDAD	ESCALAFON JUSTICIA	ESCALAFON APOYO TECNICO	ESCALAFON RECLUTAMIENTO LOCAL			ESCALAFON COMPLEMENTARIO
GRADO	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION (5)	FRACCION SUBPLANES (4)			FRACCION (5)
					1	2	3	
COMANDANTE PRINCIPAL	4	7	7	7	-	-	-	2 (2)
COMANDANTE	5	8	8	8	11	8	7	8 (3)
SEGUNDO COMANDANTE	5	9	9	9	12	9	7	(8) (3)
PRIMER ALFEREZ	5	8 (6)	8 (6)	8 (6)	12 (6)	9	7	-
ALFEREZ	5	-	-	-	-	9 (6)	7	-
SUBALFEREZ	4	-	-	-	-	-	7 (6)	-
CADETE	3	-	-	-	-	-	-	-

Cuadro plan de ascensos cuadro de suboficiales y gendarmes

AGRUPAMIENTO	ESCALAFON GENERAL	ESCALAFON APOYO TECNICO	ESCALAFON AUXILIAR DE SANIDAD	ESCALAFON REGISTRO ADICIONAL	ESCALAFON COMPLEMENTARIO
GRADO	FRACCION (4)	FRACCION (4)	FRACCION (4)	FRACCION (4)	FRACCION (4)
SUBOFICIAL MAYOR	(1)	(1)	(1)	-	-
SUBOFICIAL PRINCIPAL	(5) (2)	5 (2)	5 (2)	-	(1)
SARGENTO AYUDANTE	5	6	6	-	6 (2) (3)
SARGENTO PRIMERO	6	6	6	2 (2)	8
SARGENTO	6	6	6	7	8
CABO PRIMERO	5	6 (5)	6 (5)	7	-
CABO	5 (6)	6 (6)	6 (6)	7	-
GENDARME	3	-	-	12	-

Procedimiento Operativo Normal Nro. 01/06 (Para Normar Las Pruebas De Aptitudes Físicas Del Personal Superior, Subalterno Y Alumnos De La Fuerza

Objeto: el presente pon, tiene por objeto fijar las normas fundamentales que permitan alcanzar unidad de pensamiento y acción en la preparación y evaluación física del personal de la fuerza.

Finalidad: Actualizar los niveles y pruebas de aptitud física del personal de oficiales, suboficiales, gendarmes y alumnos de los Institutos de formación y capacitación de la Fuerza, fijando las responsabilidades, oportunidad y características de las exigencias e incidencias respecto a:

- Ingreso a la institución. (Ascensos, Ingreso a distintos cursos, Comisiones al exterior)
- Las clasificaciones para realizar la evaluación de las aptitudes físicas serán: (Apto, Apto parcial (indicar qué pruebas puede realizar), no apto: No apto por encontrarse bajo información militar, No apto transitorio: (por afecciones curable en un plazo de treinta (30) días y que no prevea secuelas). El profesional médico deberá extender el certificado médico provisorio)
- El personal que, por prescripción médica, se halle exceptuado de rendir una o más pruebas, será calificado con el promedio resultante de las realizadas.
- El personal que deba realizar cursos en otras fuerzas, en el país como en el extranjero, deberá aprobar las mismas con un promedio no inferior a sesenta (60) puntos y no tener menos de cuarenta (40) puntos en ninguna de las pruebas, excepto cuando para la admisión del mismo se hubieran fijado otras exigencias mayores.

- El hombre que se encuentre en condiciones de ascenso, para ser considerado "apto", deberá obtener como mínimo cuarenta (40) puntos de promedio final.
- La dirección general de personal y bienestar (servicio de educación física), tendrá la responsabilidad primaria en el análisis y evaluación de estas pruebas, por intermedio del laboratorio de mediciones antropométricas y banco de datos, pudiendo requerir su actualización cada dos (2) años, de considerarlo necesario.
- El personal de oficiales y suboficiales que se encuentre desarrollando cursos regulares en los institutos de formación y perfeccionamiento, será sometido a las exigencias físicas establecidas en la presente normativa. Para aprobar, deberá contar con un promedio no inferior a sesenta (60) puntos y no tener menos de cuarenta (40) puntos en cada una de las pruebas.

Los mismos parámetros se observarán para todos los cursos que en el futuro se ejecuten:

- El personal que egrese de los institutos de formación de oficiales, suboficiales y gendarmes, aprobarán con un promedio no inferior a sesenta (60) puntos y no deberán obtener menos de cuarenta (40) puntos en cada una de las pruebas previstas.
- Las pruebas que sean tomadas en elementos de zona de mal de altura, deberán contar con la presencia médica y aquél personal que tenga una permanencia menor a seis (6) meses, estará eximido de rendirlas, debiéndose en tales circunstancias repetir las calificaciones obtenidas en el último período.
- Se considerará a este efecto zona de mal de altura: a las unidades emplazadas geográficamente a dos mil quinientos (2.500) metros de altura o más sobre el nivel del mar (e 21- e 22 – e 27).

Pruebas a ejecutar

Las pruebas a ejecutar serán las siguientes:

- Carrera aeróbica (Anexo 1. a. masculino – anexo 1. b. femenino)
- Flexiones de brazos en barra (Anexo 2. a. masculino – anexo 2. b. femenino)
- Flexiones abdominales (Anexo 3. a. masculino – anexo 3. b. femenino)
- Flexo-extensiones de brazos (Anexo 4. a. masculino – anexo 4. b. femenino)
- La totalidad de los Elementos y Organismos de la Fuerza, deberán arbitrar en todos los casos los recaudos para contar con la presencia del equipo de sanidad (Médico – enfermero – ambulancia), a fin de dar una adecuada respuesta en casos de contingencias.

Descripción de las pruebas

Carrera aeróbica

- Objetivo: Medir la capacidad en carrera aeróbica del hombre, para encontrarse en condiciones de cumplir con los requisitos operativos exigidos en la Fuerza.
- Desarrollo: Se correrá en terreno llano, sin obstáculos y observando las exigencias que estipula el Anexo 1. a. y 1. b.
- En los Elementos que se encuentran a 2.500 metros de altura sobre el nivel del mar o más, la prueba será reemplazada por una marcha de UNA (1) hora de duración, a un ritmo a razón de CINCO (5) a OCHO (8) kilómetros por hora, con descanso de TREINTA (30) minutos y regreso al punto de partida.
- Esta prueba se calificará con "APROBO" o "NO APROBO".

Flexiones de brazos en barra para personal masculino y femenino

- Objetivo: Medir la fuerza y la resistencia de los músculos flexores de la cintura escapular, antebrazos y brazos.

- Desarrollo para personal masculino: Esta prueba será de carácter obligatorio únicamente para el personal con situación de revista en Institutos de Formación y Capacitación de la Fuerza; Destacamentos Móviles; Sección Fuerzas Especiales; Centro de Instrucción de Monte y Centro de Instrucción de Montaña.
- En la barra fija alta, desde la posición de suspensión completa y con toma dorsal (palmas hacia adelante), deberá realizar una flexión hasta alcanzar la barra con la barbilla y volver nuevamente a la extensión completa de brazos. El personal de estatura muy alta para la altura de la barra, deberá recoger los talones para evitar tocar el piso con los pies. Toda flexión incorrectamente ejecutada no deberá ser contabilizada.
- Las exigencias se determinan en el Anexo 2 a.

Desarrollo para personal femenino

Posición Inicial: La ejecutante, de pie frente a la barra se toma con palmas hacia arriba y lleva sus pies hacia adelante, apoyándolos en el suelo hasta que los brazos extendidos formen con el resto del cuerpo, que también deberá estar extendido, un ángulo de 90°. La línea del cuerpo debe formar con la del suelo un ángulo de 45°. Los talones únicamente deben estar bien afirmados en el suelo; para evitar su deslizamiento puede emplearse un hoyo fijador del talón colchoneta u otro material antideslizante. Para tal caso, se puede recurrir también a la colaboración de un ayudante.

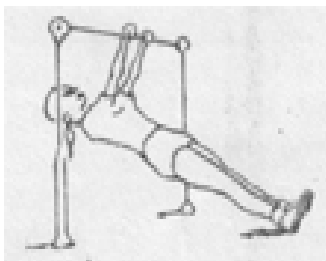
Ejecución:

- 1) La ejecutante flexiona los brazos hasta que el mentón alcance a tocar la barra, manteniendo la cabeza, y los miembros inferiores en una misma línea y sin mover los talones de su punto de apoyo. El evaluador cuenta el número de repeticiones realizadas correctamente.

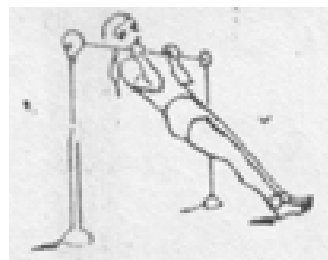
La ejecutante extiende los brazos volviendo a la posición inicial. El ayudante controla en todo momento la técnica de ejecución.

- 2) Se repite la ejecución el mayor número de veces posible en forma continuada, sin descanso entre una ejecución y otra. El evaluador detiene el registro en el momento que el ejecutante interrumpe la continuidad del movimiento, efectúa una flexión incompleta no llegando a tocar con el mentón la barra o comete errores de ejecución.

POSICIÓN INICIAL



EJECUCIÓN



- Las exigencias se determinan en el Anexo 2 a. y b.

Flexiones abdominales

- Objetivo: Medir la resistencia a la fuerza y la fuerza abdominal.
- Desarrollo: Desde la posición acostado en decúbito dorsal (de espalda), con brazos y piernas extendidas, en un solo movimiento, pasar a la posición de sentado con talones a los glúteos, barbilla tocando las rodillas y miembros superiores abrazando las piernas, retornando luego a la posición inicial. Este ejercicio se realizará en forma continua y sin detenciones. En caso contrario, se dará por finalizada la prueba, contabilizándose la cantidad de flexiones realizadas correctamente.
- Las exigencias se fijan en el Anexo 3. a. y b.

Flexo-extensiones de brazos

- Objetivo: Medir la fuerza y la resistencia de los músculos extensores de los brazos.
- Desarrollo: La posición inicial será acostada en decúbito ventral (boca abajo), apoyando las palmas de las manos a la altura de los hombros y tronco rozando el piso. Desde allí se extienden totalmente los brazos, manteniendo el cuerpo en completa rigidez, volviendo nuevamente a la posición inicial. Se debe controlar que el cuerpo se mantenga recto en todo momento y que nunca se apoye en el piso, que el movimiento sea continuo, que la extensión de los brazos sea total, que la cabeza siga naturalmente la línea del cuerpo y que no exista angulación en la cadera. Todo ejercicio mal realizado no debe ser contabilizado. El evaluador controlará que durante el desarrollo de la prueba la anulación del codo pase de 180 grados a menos de 90 grados en cada ejercicio.

***Physical Fitness and Military Performance*, editado por Patricia A. Deuster, Anita Singh, y B. M. Marriott. National Academies Press, 1998.**

Este libro examina la importancia de la aptitud física en el desempeño militar y aborda la evaluación de la aptitud física en el contexto militar, así como su relación con el rendimiento en diversas tareas y misiones militares.

Aborda diferentes aspectos relacionados con la evaluación de la aptitud física en el contexto militar, incluyendo los estándares de aptitud física, los métodos de evaluación, la relación entre la aptitud física y el rendimiento en diversas tareas militares, así como también los beneficios de mantener una buena aptitud física para la salud y el bienestar general de los militares.

Además, la obra también explora cómo se puede mejorar la aptitud física en el personal militar a través de programas de entrenamiento adecuados y estrategias de salud y

bienestar. En resumen, este libro proporciona una visión integral de la importancia de la aptitud física en el contexto militar y cómo puede influir en el rendimiento y la salud de los militares.

Metodología

La presente investigación se enmarca en un enfoque cualitativo que se centra en comprender, describir y explorar fenómenos desde una perspectiva subjetiva, el cual se basa en la recolección y análisis de datos no numéricos, como entrevistas, observaciones y documentos; “El proceso de indagación resulta más flexible y se desplaza entre la experiencia, la acción y los resultados, por una parte; y el desarrollo de la teoría, por la otra. Su propósito es “reconstruir” la realidad, tal como la observan los actores de un sistema social definido previamente”. (Dr. Roberto Hernández-Sampieri).

El nivel de investigación utilizado es de carácter explicativo, porque tiene como objetivo comprender la relación causa y efecto de evaluar físicamente de manera anual al personal de gendarmería nacional, la investigación explicativa se “centra en explicar por qué ocurre un fenómeno y en qué condiciones se manifiesta, o por qué se relacionan dos o más variables.” (Dr. Roberto Hernández-Sampieri). La recolección de datos se obtuvo mediante la técnica: encuesta; instrumento: cuestionario “el cual es una herramienta que se basa en preguntas que pueden ser cerradas o abiertas, sus contextos pueden ser: autoadministrados, entrevista personal o telefónica, vía internet” (Dr. Roberto Hernández-Sampieri), la misma fue estructurada por 8 preguntas con opción múltiple y desarrollo dirigido al personal de la unidad de investigaciones y procedimientos judiciales sur de lomas de Zamora pcia de bs as, los cuales se dividieron en 2 grupos: personal del cuadro de oficiales y cuadro de suboficiales. Para la recolección de datos se utilizó Google Forms. El tipo de investigación fue de campo, recolectando datos reales, las cuales se analizaron y procesaron para la obtención de información relacionada con el objeto de estudio.

Resultados

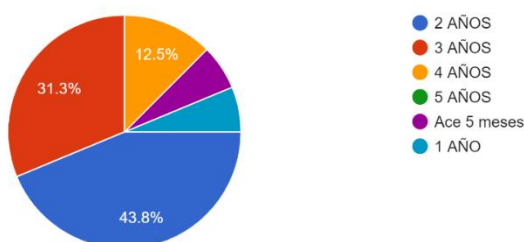
Encuesta dirigida al personal de Uniprojusur de la localidad de Lomas de Zamora; Pcia. De Buenos Aires.

Para el análisis de la encuesta se tomaron de referencia las preguntas 4, la 6, la 7 y la 8, ya que esta investigadora considera que las mismas enriquecerán y harán correspondiente aporte a este trabajo, fue respondida por un total de 16 gendarmes, 4 de ellos oficiales siendo el resto del cuadro de suboficiales.

A continuación, se presentan los resultados más relevantes de la investigación:

¿Cuándo fue la última vez que te evaluaron el rendimiento físico?

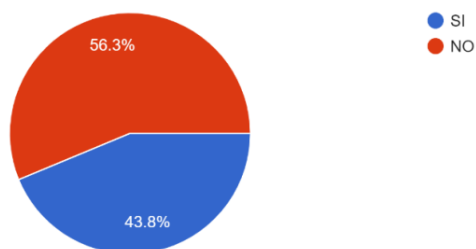
16 respuestas



La unidad a la que se realizó esta encuesta está compuesta por personal que ha ascendido hace poco tiempo, no obstante, el 87.6 % fue evaluado hace 2/3 años, este personal no realizara los exámenes físicos hasta estar cursando el 5to y último año en su jerarquía actual.

Durante los años donde no te evalúan ¿realizas actividad física con la finalidad de mantener el rendimiento?

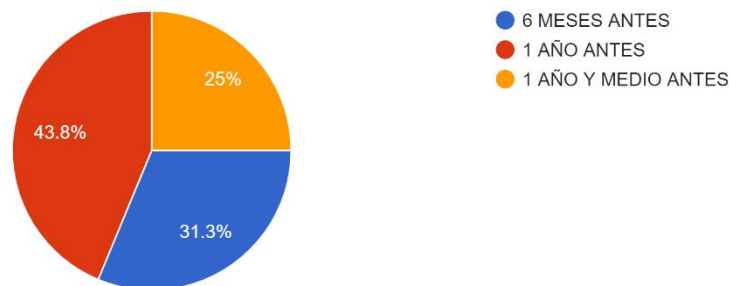
16 respuestas



Se indago sobre si solían realizar actividad física durante los años que no son evaluados arrojando un resultado del 56,3% del personal que no realiza ningún tipo de actividad física, ahora bien consultando de manera verbal y presencial al resto de los encuestados el tipo de actividad física que realiza la mayoría es futbol y de manera semanal.

¿Cuánto tiempo antes te preparas para el momento del ascenso?

16 respuestas



Conforme al tiempo de preparación física previo a realizar los exámenes para el ascenso el 43,8% de los encuestados se prepara un año antes, quedando en segundo lugar con el 31,3% el personal que se prepara con 6 meses de anticipación siendo un tiempo bastante acotado para el tipo de pruebas físicas requeridas.

Si se evalúa una vez al año ¿qué tipo de cambios positivos o negativos, crees que se producirían respecto a la eficacia operativa?

Por último, se les pidió que describan brevemente que tipo de cambios positivos o negativos producirían evaluar de manera anual, el 100% del personal encuestado respondió que se producirían cambios positivos siendo algunas de sus respuestas:

- Mejoría la salud.
- Ayuda a mantener el estado físico.
- Favorece el bien estar del cuerpo y la salud mental.

- Permite una mayor reacción, resistencia, coordinación, agilidad, a la hora de realizar cualquier actividad operativa.

Solo tres de ellos expusieron que además de estos cambios positivos podrían producirse algunos cambios negativos siendo sus respuestas:

- La falta de preparación podría ser estresante para el personal.
- Esta metodología de evaluación implicaría gastos adicionales para poder llevarlo a cabo.
- Y que la falta de preparación física está ligado a la mala alimentación del gendarme en el cumplimiento de sus actividades.

Conclusión

La evaluación anual de aptitudes físicas al personal de Gendarmería Nacional tiene el potencial de aportar una serie de beneficios significativos. Además de contribuir a la salud y el bienestar físico de los individuos, esta práctica puede mejorar la eficiencia operativa y la efectividad en el cumplimiento de las funciones de seguridad y protección que desempeña la institución. La evaluación regular podría identificar de manera temprana posibles problemas de salud o lesiones, permitiendo intervenciones preventivas y la optimización de la condición física del personal.

Cabe aclarar que esta fuerza de seguridad cuenta con un régimen de calificación anual en la cual se evalúan varios aspectos como ser: Mando, Cumplimiento del Deber, Relaciones Públicas, Competencia y Conocimientos Profesionales, Asunción de Responsabilidad, Conducta, Capacidad Laborativa, Inteligencia, Raciocinio y Juicio, Ética, Cultura, Decisión, Asistencia y Puntualidad considerados conceptos del personal que llegan a ser observables, además existe un ítem denominado Práctica de Deportes y Estado Físico, esta investigadora pone foco en este último punto ya que es una calificación realizada por el jefe de unidad de manera subjetiva, el mismo no realiza las correspondientes evaluaciones como para determinar que un gendarme realice prácticas de deportes o se encuentre al 100 % de su estado físico, por lo que esta investigación contribuye a erradicar la subjetividad de la evaluación abriendo camino a la objetividad la cual se refiere a la imparcialidad y a la consideración de hechos verificables y evidencia empírica para llegar a la conclusión de una calificación exitosa.

Este trabajo busca mejorar la eficiencia y la efectividad de las actividades operacionales, al garantizar que el personal cuente con la capacidad física necesaria para cumplir con sus

deberes de manera óptima, asimismo este método de evaluar se llevara a cabo de la siguiente manera:

Utilizando el mismo protocolo existente Pon 01/06 (Para Normar Las Pruebas De Aptitudes Físicas Del Personal Superior, Subalterno Y Alumnos De La Fuerza), con la diferencia que se realizara una vez al año, y la aprobación o no de estas evaluaciones condicionaran el momento del ascenso previsto en el” Decreto 1669/2001” Es decir estas evaluaciones cumplirán la función de mantener al personal en buen estado físico, con resultados parciales basándose en hechos concretos.

Si bien en el protocolo de evaluación existe un ítem en la cual queda expreso que la Dirección General de Personal y Bienestar (Servicio de Educación Física), tendrá la responsabilidad primaria en el análisis y evaluación de estas pruebas pudiendo requerir su actualización cada DOS (2) años, de considerarlo necesario, esto no se cumple ya que se priorizan otros aspectos y prioridades institucionales, a su vez realizar actualizaciones frecuentes para esta dirección implica recursos financieros significativos para el traslado del personal de Laboratorio de Mediciones Antropométricas y Banco de Datos, lo que a su vez involucra un movimiento logístico generando una carga adicional para el personal, sin embargo este trabajo propone que las evaluaciones sean realizadas por los profesores de educación física que se encuentren en el despliegue, con la finalidad de evaluar al personal de su repartición como así también a las unidades dependientes, siendo esta una herramienta valiosa para el mantenimiento de la salud y el rendimiento óptimo de los miembros de la institución. Una evaluación regular podría identificar y abordar de manera proactiva posibles deficiencias físicas para prevenir lesiones, mejorar la resistencia, la fortaleza física, así como también promover hábitos de vida saludables. Además, alineada con los estándares

internacionales de calidad y desempeño, esta evaluación podría elevar el prestigio y la eficiencia de Gendarmería Nacional, demostrando su compromiso con la excelencia y el cuidado integral del personal de la fuerza. En este sentido, la implementación de una evaluación anual de aptitudes físicas no solo podría beneficiar al gendarme, sino también fortalecer a la institución en su conjunto, consolidando su capacidad operativa y su compromiso con la salud y el bienestar de su personal.

Anexos

POTENCIALES BENEFICIOS QUE PUEDA APORTAR UNA EVALUACIÓN ANUAL DE APTITUDES FÍSICAS AL PERSONAL DE GENDARMERÍA NACIONAL

B *I* U  

EL presente trabajo esta orientado a conocer los potenciales beneficios ,ya sea en la salud, rendimiento operativo y prevenciones de enfermedades, que pueda aportar una evaluación de aptitudes físicas al personal de Gendarmería Nacional.-

¿Qué antigüedad posees en la jerarquía actual?

☐ 2 AÑOS

☐ 3 AÑOS

☐ 4 AÑOS

☐ 5 AÑOS

☐ Otra...

*

¿Cuáles son tus actividades diarias?

B *I* U ↺ ✕

Texto de respuesta largo

¿Crees que para esas actividades necesitas estar bien físicamente?

- ☐ SI
- ☐ NO

¿Cuándo fue la última vez que te evaluaron el rendimiento físico?

*

- ☐ 2 AÑOS
- ☐ 3 AÑOS
- ☐ 4 AÑOS
- ☐ 5 AÑOS
- ☐ Otra...

*

¿Consideras correcto que evalúen después de tanto tiempo?

☐ SI

☐ NO

*

Durante los años donde no te evalúan ¿realizas actividad física con la finalidad de mantener el rendimiento?

☐ SI

☐ NO

*

¿Cuánto tiempo antes te preparas para el momento del ascenso?

- ☐ 6 MESES ANTES
- ☐ 1 AÑO ANTES
- ☐ 1 AÑO Y MEDIO ANTES

*

Si se evalúa una vez al año ¿qué tipo de cambios positivos o negativos, crees que se producirían respecto a la eficacia operativa?

Texto de respuesta largo

Bibliografía

- <https://repositorio.ug.edu.ec/items/b34d5b73-eea7-4491-bd8f-c7ab134f21ca>
- <https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/library?a=d&c=tesis&d=Jte2057>
- Ley de Gendarmería Nacional Nro. 19349
- Decreto Reglamentario 1669 / 2001
- Procedimiento Operativo Normal Nro. 01/06 (Para Normar Las Pruebas De Aptitudes Físicas Del Personal Superior, Subalterno Y Alumnos De La Fuerza)
- *Physical Fitness and Military Performance*, editado por Patricia A. Deuster, Anita Singh, y B. M. Marriott. National Academies Press, 1998.