



UNIVERSIDAD NACIONAL DEL ESTE
FACULTAD DE FILOSOFÍA
CARRERA DE CIENCIAS DE LA COMUNICACIÓN



HÁBITOS DE ACTIVIDADES FÍSICAS DE PERIODISTAS DEPORTIVOS
DEL ALTO PARANÁ

Autor:

Edgar Arnaldo Domínguez Chávez

Correo: edgarnaldosis@gmail.com

Orientadora:

Mag. Fátima Viviana Villasboa García

Correo: fatima.villasboa@filosofiaune.edu.py

Trabajo Final de Grado presentado a la Facultad de Filosofía de la Universidad Nacional del Este como requisito para la obtención del título de Licenciatura en Ciencias de la Comunicación

Ciudad del Este - Paraguay

Año 2020

RESUMEN

El presente estudio aborda el hábito de los periodistas deportivos del décimo departamento del Paraguay, que tiene como objetivo principal describir los hábitos de actividades físicas de los socios del Círculo de Periodistas Deportivos del Paraguay, filiales "Alto Paraná" y "Décimo Departamento", con los siguientes objetivos específicos: determinar los tipos de actividades físicas que realizan los periodistas deportivos de Alto Paraná; indagar sobre la rutina alimentaria de los periodistas deportivos de Alto Paraná, asociada a la práctica deportiva; identificar el nivel de conocimiento que poseen los periodistas deportivos de Alto Paraná sobre los beneficios de la práctica regular de actividades físicas. El diseño utilizado en la investigación es el no experimental, transversal, con un enfoque cuantitativo. La técnica aplicada fue una encuesta con preguntas no obligatorias, liberando la opción de no responder algunos puntos de la interrogación, utilizando el formulario de google, aplicado a un grupo de 62 periodistas, socios del Círculo de Periodistas Deportivos del Paraguay, filiales Alto Paraná y Décimo Departamento. Los resultados permiten caracterizar la situación en la que se encuentran los trabajadores de prensa en cuanto a actividades físicas y deportes, lo que permite identificar que existen periodistas que realizan actividades, a pesar de una falta de frecuencia, intensidad y disciplina en cuanto a horarios, además de observar que, en la práctica del deporte, resulta insuficiente. En relación a la alimentación, se determina que los periodistas no tienen una alimentación equilibrada, a pesar de un alto conocimiento sobre la importancia de una alimentación saludable y sobre la realización de actividades físicas que ayuda a una mejor calidad de vida.

Palabras claves: actividad física; periodista; alimentación; disciplina.

ABSTRACT

This study addresses the habit of sports journalists from the tenth department of Paraguay, whose main objective is to describe the habits of physical activities of the members of the Circle of Sports Journalists of Paraguay, subsidiaries "Alto Paraná" and "Décimo Department", with the following specific objectives: determine the types of physical activities carried out by sports journalists from Alto Paraná, inquire about the dietary routine of sports journalists from Alto Paraná, associated with sports and identify the level of knowledge possessed by sports journalists Alto Paraná on the benefits of regular physical activity. The design used in the research is the "no experimental", transversal, with a quantitative approach. The applied technique was a survey with non-compulsory questions, freeing up the option of not answering some points of the interrogation, using the google form, applied to a group of 62 journalists, members of the Circle of Sports Journalists of Paraguay, Alto Paraná subsidiaries and Tenth Department. The results allow us to characterize the situation in which press workers find themselves in terms of physical activities and sports, which allows us to identify that there are journalists who carry out activities, despite a lack of frequency, intensity and discipline in terms of schedules. to observe that, in the practice of sport, it is insufficient. In relation to diet, it is determined that journalists do not have a balanced diet, despite a high knowledge about the importance of a healthy diet and about the performance of physical activities that helps a better quality of life.

Keywords: physical activity, journalist, food, discipline.