

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

Colegio de ciencias sociales y humanidades

El deporte como apoyo para niños que atraviesan divorcios contenciosos para que no desarrollen un trastorno de conducta.

Proyecto de investigación

Andrea Nicole Gomezjurado Casares

Licenciatura en Psicología

Trabajo de titulación presentado como requisito
para la obtención del título de
licenciatura en psicología

Quito, 15 de diciembre de 2017

UNIVERSIDAD SAN FRANCISCO DE QUITO USFQ

COLEGIO DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**HOJA DE CALIFICACIÓN
DE TRABAJO DE TITULACIÓN**

**Como y hasta qué punto el deporte puede ayudar a un niño que está
atravesado por un divorcio contencioso a que no desarrolle un trastorno de
conducta**

Andrea Nicole Gomezjurado Casares

Calificación:

Nombre del profesor, Título académico

Daniela Zirrit, MSc.

Firma del profesor

Quito, 15 de diciembre de 2017

Derechos de Autor

Por medio del presente documento certifico que he leído todas las Políticas y Manuales de la Universidad San Francisco de Quito USFQ, incluyendo la Política de Propiedad Intelectual USFQ, y estoy de acuerdo con su contenido, por lo que los derechos de propiedad intelectual del presente trabajo quedan sujetos a lo dispuesto en esas Políticas.

Asimismo, autorizo a la USFQ para que realice la digitalización y publicación de este trabajo en el repositorio virtual, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma del estudiante: _____

Nombres y apellidos: Andrea Nicole Gomezjurado Casares

Código: 00124684

Cédula de Identidad: 1717448094

Lugar y fecha: Quito, 15 de diciembre de 2017

RESUMEN

Todos los miembros de una familia se pueden ver afectados por un divorcio, sea por mutuo acuerdo o por causal. Especialmente para los hijos de la pareja ya que, este evento puede ser sumamente fuerte para ellos cuando no se maneja bien la situación. Los niños pueden desarrollar diferentes síntomas o incluso trastornos, uno de ellos es el trastorno de la conducta. Esta patología se caracteriza por un comportamiento que no cumple con las reglas adecuadas para su edad y también se pueden violar los derechos de las otras personas (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). Por otro lado se ha encontrado en diferentes estudios que el deporte ayuda a aliviar ciertos síntomas comportamentales. Por lo tanto en esta investigación se quiere investigar si el deporte puede ayudar a prevenir la formación de un trastorno de conducta como consecuencia de un divorcio contencioso.

Metodología: Se quiere medir cómo el deporte puede ayudar a prevenir a que los niños que están atravesando por un divorcio contencioso no desarrollen un trastorno de conducta. Esto se va a medir mediante medidas pre y post tratamiento, utilizando los 3 formularios TRS, PRS y SRP del BASC II. **Resultados:** Mediante una serie de ejercicios estructurados se espera que el deporte ayude a prevenir la formación de un trastorno de conducta.

Conclusión: El tratamiento presentado puede ayudar a los niños que están atravesando por un divorcio contencioso, aliviando diferentes síntomas.

Palabras clave: divorcio contencioso, trastorno de conducta, niños, deporte, comportamiento.

ABSTRACT

All members of a family can be affected by a divorce, either by mutual agreement or by cause. Especially for the children of the couple since, this event can be extremely strong for them when the situation is not handled well. Children can develop different symptoms or even disorders, one of them is behavioral disorder. This pathology is characterized by a behavior that does not comply with the appropriate rules for their age and the rights of other people can also be violated (Vásquez, Fera, Palacios, & de la Peña, 2010). On the other hand it has been found in different studies that sports help to alleviate certain behavioral symptoms. Therefore in this research we want to investigate if sport can help prevent the formation of a conduct disorder as a result of a contentious divorce. **Methodology:** We want to measure how sport can help prevent children who are going through a contentious divorce from developing a behavior disorder. This will be measured by pre- and post-treatment measures, using the 3 forms of the BASC II: TRS, PRS and SRP. **Results:** Through a series of structured exercises, sport is expected to help prevent the formation of a behavioral disorder. **Conclusion:** The treatment presented can help children who are going through a contentious divorce, alleviating different symptoms.

Key words: Contentious divorce, conduct disorder, children, sports, behavior.

TABLA DE CONTENIDO

Introducción.....	7
Revisión de la literatura.....	12
Metodología.....	31
Resultados esperados.....	37
Discusión (cuánto afecta realidad/periódicos. distintas variables que también influyen en los divorcios y con los hijos).....	39
Referencias.....	43
ANEXO A: Carta para reclutamiento de participantes	48
ANEXO B: Formulario de Consentimiento Informado	49
ANEXO C: Herramientas para levantamiento de información	53

INTRODUCCIÓN

Antecedentes

Una breve reseña del divorcio contencioso.

El divorcio es una acción legal que ocurre cuando dos personas que están casadas desean terminar dicha unión (Eguiluz, 2004). Si bien el divorcio se ve como un problema, es en realidad una solución acordada por ambas partes al no poder solucionar sus diferencias (Bolaños, 2003). Las causas más comunes de los divorcios son dificultades económicas que atraviesa la pareja, como, la falta de trabajo o una deuda; problemas con los hijos, especialmente cuando existen problema psicológicos o físicos; infidelidad en la pareja, desamor, abuso físico o psicológico, entre otras razones (Escapa, 2017). La mayor parte de los divorcios son conflictivos ya que el desacuerdo entre las partes puede llegar a convertirse en un proceso judicial complicado (Torres, Garrido & Navarro, 2015). Según estudios estadísticos, que un divorcio tenga complicaciones, es algo común en varios países, ya que si se compara el número de divorcios contenciosos en un país del primer mundo como España con el número de divorcios contenciosos de un país del tercer mundo como México, el número es muy similar. En España, en el año 2007 el 61,78% de las 141,108 separaciones terminaron en un proceso legal contencioso (Arch, 2010). Por otro lado, en México en el mismo año se registraron 7,035 divorcios de los cuales 4492 también terminaron en un proceso legal contencioso (Torres, Garrido, & Navarro, 2015). En Ecuador según el Instituto Nacional de Estadísticas y Censos (INEC) en el año 2014 se registraron 24,771 divorcios, con la aclaración de que no existen datos oficiales sobre cuántos divorcios fueron conflictivos; pero según expertos en el tema más de la mitad de divorcios oficiados son de carácter contencioso.

Las consecuencias de un divorcio conflictivo pueden ser varias. Por un lado, los padres pueden sufrir diferentes problemas de salud física como gastritis o pérdida de peso y problemas psicológicos como depresión o ansiedad. Por otro lado, si la pareja tiene hijos menores de edad este proceso puede llegar a ser sumamente estresante, ya que se tiene que evaluar cuál de los padres

obtendrá la potestad de los hijos, establecer las pensiones alimenticias y los horarios de visitas (Torres, Garrido, & Navarro, 2015) normalmente dejando a los hijos en la mitad de este proceso judicial.

Una breve reseña de los trastorno de conducta.

Un trastorno de conducta es una patología que afecta específicamente a los niños y niñas. Este se encuentra dentro de la categoría de Trastornos disruptivos del control de los impulsos y de la conducta del DSM-V, ya que los síntomas, en su mayoría, son una serie de dificultades socio emocionales (Gómez, Santelices, Gómez, Rivera, & Farkas, 2014). De acuerdo a los criterios del DSM-V, la conducta mal adaptativa tiene que durar mínimo 12 meses y debe considerarse que cada niño puede demostrar de diferente manera los síntomas (APA, 2013). El trastorno de conducta es la patología más común afectando a un 23% de la población infantil, seguida por la depresión y la ansiedad (Navarro, Meléndez, Sales, & Sancerni, 2012). En Ecuador la prevalencia de Trastorno de conducta es del 24,8%, con mayor prevalencia en niños que en niñas (Huiracocha, 2013).

Una breve reseña del deporte.

El deporte es una actividad física que puede ser aeróbica o anaeróbica. Un deporte aeróbico se define como ejercicios prolongados (Jiménez, Zagalaz, Molero, Pulido, & Ruiz, 2013), lo quiere decir que tienen una larga duración. Otra característica de este tipo de ejercicios es su baja intensidad, en donde la caminata se puede resaltar como un perfecto ejemplo. Por otro lado, un deporte anaeróbico consiste en ejercicios de corta duración pero con intensidad alta, por ejemplo, alzar pesas. Tanto ejercicios anaeróbicos como aeróbicos traen beneficios físicos y psicológicos a la salud. Realizar un deporte de forma constante mejora el sistema cardiovascular, el metabolismo y el sistema respiratorio (Jiménez, Zagalaz,

Molero, Pulido, & Ruiz, 2013). De igual manera hay estudios que develan que estos ejercicios mejoran la salud mental, disminuyendo los niveles de ansiedad, depresión, estrés, neocriticismo y mejora el autoconcepto (Lufi, & Parish, 2011). El realizar un deporte se puede ver influenciado por el género, el estrato socioeconómico, la edad en la que se empieza a realizar ejercicio, la capacidad para realizar una actividad física, la contextura de una persona y otros factores sociales. (Mandic, García, Stevens, León, & Skidmore, 2012). Por estas razones la cantidad de personas que realizan ejercicio físico es moderada. En el año 2010, en España, el 40% de la población mayor a los 15 años realizaba ejercicio físico (MECD, 2015). En Ecuador, de 9' 567. 327 personas solo 3' 023. 309 realizan deporte (INEC, 2009).

Problema

Hoy día es cada vez más común el divorcio, teniendo en cuenta la baja ocurrencia del mismo unos años atrás pues no era una práctica común o estaba mal visto. Hoy por hoy su realización está prácticamente naturalizada, sin embargo es importante tener en cuenta que si la pareja que decide divorciarse tiene hijos menores de 18 años, estos no deberían involucrarse.

Actualmente más de la mitad de los divorcios son contenciosos, eso quiere decir que son conflictivos. En la mayoría de los casos los padres pelean por la custodia de los hijos, por pensiones alimenticias, horarios de visitas, bienes comunes como casas, autos, terrenos, etc. El involucrar al menor en un conflicto de esta clase crea estrés en el niño ya que este tiene que formar parte de un proceso legal que incluye juicios, abogados, peleas, etc. Otra fuente de estrés es la separación del niño del padre o la madre. En un estudio español señala que el 25% de hijos de padres divorciados no tenían contacto con el padre y solo el 33% tenía la

oportunidad de compartir con el padre durante largos momentos (Morgado, B., 2010). El dejar de compartir tiempo de calidad, sea con el padre o con la madre, dificulta la adaptación del niño tras la separación.

El estrés en niños puede ser causante de algunas patologías ya que ellos no conocen los mecanismos para manejarlo correctamente, y si se añade un ambiente caótico, se generan condiciones para que el niño desarrolle un trastorno de conducta.

A pesar de ser la patología más común entre menores no se conoce mucho sobre este trastorno. Esto es un grave problema ya que en muchos casos los padres o los cuidadores de los menores no logran discernir si las actitudes del niño son normales o no, y esto puede retrasar el diagnóstico del trastorno, empeorando los síntomas. Es un trastorno que tiene alta comorbilidad con otros trastornos como el de abuso de sustancia o trastorno antisocial (Peña, O., & Palacios, L., 2011). Por ello un diagnóstico temprano puede beneficiar al paciente.

Muchos padres que están atravesando un divorcio contencioso no prestan mucha atención a sus hijos durante ese momento, por lo que es más difícil que se den cuenta si sus hijos están desarrollando un trastorno de conducta.

Pregunta(s) de Investigación

¿Cómo y hasta qué punto el deporte puede ayudar a los niños que están atravesando un divorcio contencioso a evitar el desarrollo de un trastorno de conducta?

Propósito del Estudio

El aumento de divorcios conflictivos ha aumentado exponencialmente y los infantes que atraviesan este problema pueden presentar altos niveles de estrés, y se perfila como una de las causas del desarrollo de un trastorno de conducta. Debido a que hay niños que no pueden

asistir, por diferentes razones, a todas las sesiones de terapia requeridas para tratar un trastorno de conducta, este estudio propone que el realizar un deporte puede ayudar a los niños que están atravesando por un divorcio contencioso a no desarrollar un trastorno de conducta en el futuro.

El significado del estudio

Este estudio se enfoca especialmente en los niños que están atravesando por un divorcio contencioso y los beneficios que pueden tener al realizar una actividad física, pero a su manera también puede ayudar a todas las personas que desean empezar a realizar un deporte y también a aquellas que ya lo realizan, teniendo en cuenta que una gran parte del estudio habla sobre los beneficios psicológicos generales que puede generar el deporte.

REVISIÓN DE LITERATURA

Revisión de Literatura

Fuentes

La información de esta investigación proviene de diferentes fuentes como artículos e investigaciones científicas, libros, páginas web gubernamentales y páginas web no gubernamentales. Se utilizó la base de datos Ebsco para buscar la mayoría de las investigaciones y artículos científicos utilizados. Por último se utilizó el Manual Diagnóstico y Estadístico de Trastornos Mentales (DSM) en la versión cuarta y quinta. Las palabras claves que se utilizaron para buscar la información necesaria fueron: divorcio, divorcio por causal, divorcio por mutuo acuerdo, deporte beneficios, conducta infantil y trastorno de conducta.

Formato de la revisión de literatura

La literatura utilizada en esta investigación está ordenada de acuerdo a los siguientes temas: divorcio, deporte y trastorno de conducta. Los subtemas dentro de divorcio son: frecuencia, divorcio por mutuo acuerdo y por causal, consecuencias, hijos menores de edad en un divorcio, y factores de riesgo. Los subtemas dentro de deporte son: frecuencia, beneficios e infantes. Los subtemas dentro de trastornos de conducta son: síntomas, frecuencia y etiología. Todos los temas son revisados en profundidad y en el orden mencionado anteriormente.

Divorcio

Hay culturas en las que el divorcio se acepta en menor medida que en otras, sin embargo esto no limita su ocurrencia, que no entiende de factores culturales, geográficos o de raza. Un divorcio puede ser sencillo o complicado dependiendo del nivel de entendimiento

entre las dos partes. Así las cosas, cuando un divorcio termina siendo contencioso o complicado, hay una alta probabilidad de que la pareja experimente síntomas físicos, psicológicos o fisiológicos, que pueden llegar a afectar a terceros por ejemplo hijos, padres, abuelos, etc.

Frecuencia

La cantidad de divorcios en el mundo se ve influenciada por varios factores, por lo que es posible hacer un rastreo de épocas en las que la incidencia es mayor o menor. En Estados Unidos entre los años 1950 y 1979 la cantidad de divorcios se duplicó (Rotz, 2016) y después se vio una disminución considerable. Existen varias razones para explicar la existencia de dicha disminución entre las cuales se resalta el nivel de escolaridad y la edad. Hay más posibilidades de que el matrimonio perdure si la mujer tiene un nivel de escolaridad alto por ejemplo, universitario y si tiene 30 o más años al momento que contrajo matrimonio (Rotz, 2016).

Sin embargo, la situación actual en el Ecuador es muy diferente. Según el INEC entre el año 2006 y 2016 la tasa de divorcios creció un 85,45%. Esto muestra una realidad interesante ya que actualmente el número de divorcios que ocurren en un año supera el número de matrimonios (INEC). Lograr un divorcio por mutuo acuerdo no es sencillo ya que según Sonia Merlyn, abogada ecuatoriana especializada en derecho procesal civil y en medio alternativos en solución de conflictos, alrededor del 65% de los divorcios son causales lo que significa que no son por mutuo acuerdo (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017). Las causas de divorcio en el Ecuador son explicadas en el artículo 110 del código civil y dentro de estas la falta de armonía, adulterio, violencia y abandono son las más comunes

(Ley N 110, 2013). En el caso del abandono tienen que pasar mínimo 6 meses de no contacto entre cónyuges.

Divorcio mutuo y por causal

Las parejas se divorcian por diversas razones, las más comunes fueron expuestas anteriormente, y además de estas existen también las siguientes causas: adulterio, crueldad extrema, actitud hostil, amenazas que atentan la vida de un cónyuge por parte de su pareja, tentativa de que uno de los cónyuges esté actuando como cómplice en un atentado contra la vida de la pareja, si una mujer da a luz durante el matrimonio un hijo que no fue concebido con su pareja y el padre biológico solicita ser parte de su crianza, intentar corromper a uno de los cónyuges o a un hijo, uno de los cónyuges tiene una enfermedad grave, incurable o transmisible, problemas con el alcohol o con las drogas, o condena de reclusión mayor (Ley N 110, 2013) . Un divorcio siempre va a ser un proceso legal sea este sencillo o complicado, en el mejor de los escenarios y el más sencillo en un divorcio es cuando las dos partes están de acuerdo. En el Ecuador cuando esto sucede el proceso suele durar entre uno y dos meses, dependiendo del tiempo que se necesita para realizar todos los trámites necesarios (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017). Sin embargo los divorcios por mutuo acuerdo no son comunes pese a que normalmente se aconseja a la pareja llegar a un acuerdo para que el proceso sea menos problemático.

El proceso de un divorcio por causal puede ser variado ya que depende de la situación de la pareja, como por ejemplo una división de bienes previa o un acuerdo prenupcial, la tenencia de hijos o no, la veracidad de las pruebas que se presentan a lo largo del proceso, entre otras. La presentación de pruebas se convierte en un requisito ineludible. Según la

doctora Merlyn este proceso suele durar alrededor de 6 meses pero en divorcios sumamente conflictivos puede llegar a durar hasta 2 años (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017).

No es muy común que la persona que solicita el divorcio se retracte pero puede ocurrir ya que este es un acto premeditado. El cónyuge normalmente analiza la situación con su pareja porque terminar un matrimonio no es un acto sencillo. En el Ecuador, se realizan divorcio por mutuo o por causal en todas los estratos sociales pero según la Dr. Merlyn las personas de estrato social alto intentan eludirlo por las consecuencias sociales que conlleva (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017).

Consecuencias divorcios por causal

Un divorcio no es un proceso sencillo ni tranquilo y esto se intensifica cuando el proceso no se lleva a cabo por mutuo acuerdo. La pareja pasa por una serie de eventos que pueden afectar psicológica, física y socialmente a los cónyuges. Esto depende de muchos factores como: la complejidad del proceso, la causa, el estado previo de la pareja y la resiliencia de cada persona.

Muchas parejas se aíslan socialmente mientras atraviesan el proceso y esto puede ocurrir por varias razones. Para empezar muchas personas ven al divorcio como algo incorrecto especialmente aquellas parejas practicantes de una religión. La mayoría de los ecuatorianos se consideran católicos. El 90% de la población declara tener una religión, y dentro de estos el 80% se considera católico (INEC). La iglesia católica prohíbe los divorcios pero a pesar de eso, siguen ocurriendo. Un divorcio en una pareja católica puede ocasionar un gran problema social, ya que la pareja no está cumpliendo lo que dice la iglesia y eso puede

ser mal visto. También los cónyuges comparten normalmente amigos e intereses, y por ello generalmente después del divorcio uno de los cónyuges prefiere cambiar de ambiente. Un factor sumamente importante es cómo ve la sociedad el matrimonio y el divorcio, se piensa que uno de los beneficiosos del matrimonio es la aprobación social (McDemott, Fowler & Christakis, 2013), por ello terminar con una unión no es bien visto socialmente.

Los efectos psicológicos del divorcio pueden ser sumamente devastadores si no se sabe cómo tratarlos. Cualquier momento fuerte en la vida de una persona deja secuelas pero cada ser humano lidia con esos momentos de maneras diferentes. Los episodios depresivos están ligados al divorcio (Rosenstrom et al., 2017), pasar por un episodio no quiere decir que la persona va a sufrir del trastorno pero sí puede sentir alguno de los síntomas. Los síntomas de la depresión mayor expuestos en el DSM-V son: estado de ánimo deprimido la mayor parte del día, disminución del interés o placer en ciertas actividades, pérdida o aumento de peso, insomnio, agitación psicomotriz, fatiga, culpabilidad, pensamientos de muerte recurrentes y problemas de concentración. Una persona puede llegar a sufrir de un episodio de depresión mayor por todo el cambio que está ocurriendo. La duración del episodio debería ser máximo de 2 semanas (Rosenstrom et al., 2017), si los síntomas duran más se lo podría considerar como un trastorno después de analizar todo el contexto de la persona afectada.

Pueden existir diferencias en los síntomas entre la persona que pide el divorcio y en el cónyuge que recibe la noticia. Las personas que no inician el proceso legal normalmente sufren más emocionalmente ya que el sentirse rechazado por su pareja puede ser similar a lo que se siente cuando muere un ser querido, también tienden que a sentir más depresión, rumiación, confusión, ira y celos (Frisby, Booth-Butterfield, Dillow, Martin & Weber, 2012). Las personas que piden el divorcio tiene más tiempo para contemplar la situación por

ello tal vez su no sufren tanto emocionalmente. Las dos partes pueden sentir miedo, rencor, indiferencia y arrepentimiento (Frisby, Booth-Butterfield, Dillow, Martin & Weber, 2012). Otro síntoma en un divorcio es el estrés, en general todo el proceso legal es un momento de bastante estrés en la pareja. Esto puede ocurrir por diferentes razones por ejemplo, por todo el trámite legal. Es más se podría considerar al estrés como precursor de muchos síntomas como la depresión que se puede llegar a sentir en el transcurso del divorcio (Rosenstrom et al., 2017). La Dr. Merlyn explica qué estado emocional de los cónyuges puede ser muy variable (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017) como se expuso anteriormente, pero casi siempre uno de los cónyuges o los dos sufren de algún síntoma.

En cuanto a la consecuencias físicas estas también pueden ser muy variadas ya que, la personalidad y como se lo toma el divorcio juega un papel muy importante en esto. Como se mencionó anteriormente, se podría sufrir de un aumento o pérdida de peso en el caso que la persona sufra de un episodio de depresión mayor. El estrés también puede ocasionar gastritis o dolores de cabeza.

La resiliencia de la persona puede ayudar a que los síntomas o las consecuencias del divorcio no sean tan fuertes. La resiliencia es la capacidad de ciertos seres humanos de poder controlar sus emociones y sus síntomas después de momento traumático en su vida (Frisby, Booth-Butterfield, Dillow, Martin & Weber, 2012). Si bien el divorcio no es considerado como un momento traumático, este está compuesto por momentos de mucho estrés por ello ser resiliente puede ayuda ya que se pueden controlar más las emociones y por ende la toma de decisiones, que en un divorcio es muy importante. (Frisby, Booth-Butterfield, Dillow, Martin & Weber, 2012).

Hijos menores de edad

Un divorcio es una ruptura familiar y todos los miembros se ven afectados. Se explicó anteriormente que un divorcio por causal es mucho más complicado cuando la pareja tiene hijos menores de edad porque se tienen que tomar decisiones importantes sobre la vida de los menores. La abogada Merlyn explica que hay varias reglas importantes cuando se efectúa un divorcio con niños. Primero, en el Ecuador los niños menores de 12 años siempre van a vivir con la madre después de un divorcio y mayores a los 12 años los menores pueden decidir en dónde quieren vivir, y segundo en un divorcio siempre, sea cual sea la situación, se va a escuchar el testimonio de los hijos menores a los 18 años (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017). La relación padre e hijos se deteriora bastante luego de un divorcio, según investigaciones realizadas en Estados Unidos, el 25% de los hijos con padres divorciados no tienen contacto con los papás y el 27% lo ven una vez a la semana (Morgado, 2010), esto puede afectar al menor especialmente si antes se tenía una buena relación padre e hijo. Cabe recalcar que entre Estados Unidos y Ecuador hay una diferencia sumamente grande en los divorcios, en Estados Unidos los hijos de cualquier edad pueden ir a vivir con el padre o la madre, y mientras el padre que no vive con el niño más ve a su hijo menor es la pensión alimenticia (Ringlespaugh, 2017).

Los niños pueden reaccionar de diferentes maneras frente a un divorcio pero mucho depende en cómo los padres manejan la situación. A veces los padres no piensan en sus hijos y en el efecto que puede ocurrir si se maneja mal un divorcio, y los menores se encuentran en la mitad del problema. El síndrome de alienación parental ocurre cuando un niño es manipulado por uno de sus padres y por ello crea una actitud crítica hacia el otro progenitor (Romero, 2015). Esto puede ser perjudicial para el menor ya que éste puede crecer creyendo

algo negativo sobre uno de sus padres, además que se puede dificultar el proceso de adaptación al nuevo entorno (Romero, 2015). El nivel de adaptación es muy importante ya que mientras mejor y más rápido se adapte el niño, es más fácil que aprenda a canalizar sus sentimientos y emociones correctamente.

Se mencionó anteriormente que el Ecuador un juez tiene que escuchar el testimonio del menor de edad, esto ocurre siempre sin importar cual sea la causa del divorcio. Merlyn explica que algunas veces los niños llegan con lenguaje introyectado y con miedo, que muestran una manipulación por parte de uno de los padres (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto 2017). Esto es sumamente negativo porque muchas veces para los niños su sistema de soporte son sus padres (Robayo, 2005) y que estos estén manipulando al menor puede ser perjudicial para su adaptación y crecimiento.

Hombres y mujeres pueden reaccionar de diferente manera ante una situación específica pero por constructos sociales normalmente los hombres externalizan más sus emociones y pueden volverse personas más agresivas o con más ira, por ejemplo. Por otro lado las mujeres tienden a internalizar las emociones por ello pueden sufrir más depresión, ansiedad, etc. Lo mismo ocurre en un niño o niña durante o después de un divorcio, ellos pueden sentir ira, agresividad, ansiedad, depresión, trastornos somáticos y problemas de conducta (Robayo, 2005).

Los niños o adolescentes pueden empeorar su rendimiento académico después de un divorcio, el empeoramiento no solo ocurre durante el divorcio, está dura más tiempo. Puede ocurrir por diferentes razones, nivel socioeconómico antes y después del divorcio, el ambiente en el que vive el niño, niveles de estrés y el apoyo que recibe el infante tanto económico como parental (Escapa, 2017).

Los adolescentes, especialmente, al externalizar sus emociones pueden empezar a consumir alcohol, drogas o tabaco (Robayo, 2005). Estas son consideradas conductas de alto riesgo ya que ponen en peligro la vida del joven. Esto ocurre especialmente en jóvenes, por ejemplo, el consumo de alcohol en el Ecuador empieza entre los 13 y los 15 años (INEC). El consumo de sustancias puede ocurrir después del divorcio ya que la formación del niño no fue la adecuada y por ello hay más posibilidades de que realice una actividad de alto riesgo (Robayo, 2005).

Los niños y jóvenes también pueden crecer con una idea equivocada sobre las relaciones. Los hijos con padres divorciados suelen tener más problemas en relaciones amorosas ya que ellos tienen más problemas de confianza, suelen sentir menos satisfacción y son menos optimistas (Mustonen, Huure, & Kiviruusu, 2011). Esta investigación longitudinal se realizó en Finlandia, comparando niños de 12 años con padres divorciados y no divorciados, y después a los 32 años se analizaba cómo eran sus relaciones amorosas, se encontraron diferencias entre los dos grupos, las personas con padres divorciados tienen más dificultades en sus relaciones (Mustonen, Huure, & Kiviruusu, 2011). Esto puede ocurrir por lo que los niños vivieron en el divorcio de sus padres .

Factores de riesgo

Siempre se recomienda realizar un divorcio por mutuo acuerdo para que las consecuencias expuestas anteriormente no ocurran o no sean tan graves. Realizar terapia de pareja puede ayudar a que solucionen el conflicto entre los cónyuges. Según Merlyn la mayor parte de los divorcios ocurren en los primeros 10 años de matrimonio, en parejas jóvenes y cuando se tiene hijos con otra persona (S. Merlyn, comunicación personal, 22 de agosto de

2017). Esto hay que tener en cuenta antes de decidir contraer matrimonio porque se tiene que tener claro que la pareja puede sufrir de más dificultades durante el matrimonio. En el caso de decidir un divorcio y no lograr un acuerdo con el cónyuge, no es recomendable manipular o utilizar a los hijos menores de edad para ganar algún tipo de beneficioso durante el juicio ya que esto puede ocasionar secuelas en la vida del infante.

Deporte

Nuestro cuerpo está hecho para moverse, por ello en la antigüedad nuestro método de transporte era nuestro cuerpo. Por ejemplo los chasquis, eran personas que trasladaban mensajes de un lado a otro y muchas veces recorrían grandes distancias corriendo o caminando. Hoy en día la historia es diferente, una persona que realiza deporte es porque lo quiere hacer y por los múltiples beneficios que el ejercicio trae.

El ejercicio que cada persona elige depende en sus gustos y preferencias, también depende en que es lo que se quiere lograr.

Frecuencias

En el Ecuador se considera una persona sedentaria cuando realiza menos de 3 horas con 30 minutos de ejercicio a la semana (INEC, 2012). A pesar de que se pueda realizar una actividad física durante en cualquier momento del día, la tasa de sedentarismo es muy alta en el Ecuador. Solo el 11% de la población realiza deporte más de 3 horas con 30 minutos a la semana, del 89% restante de la población el 33% realiza menos de 30 minutos a la semana una actividad física, el 20% entre 30 minutos y una hora, el 21% entre una hora y dos horas, el 11% entre 2 y 3 horas, y el 4% entre 3 horas y 3 horas con 30 minutos (INEC, 2012). Pero

para Francisco Pinto deportista ecuatoriano de Ultra resistencia y entrenador personal, la cantidad de deporte que se realiza en el Ecuador está aumentando. Esto se puede observar por ejemplo en carreras de trote como la carrera Última Noticias que se celebra en Quito donde corren más de 18 mil personas (Últimas Noticias, 2017). Pinto explica que en los últimos años la cantidad de deporte que se realiza ha aumentado gracias a las redes sociales, ya que actualmente se está promoviendo el tener una vida saludable (F. Pinto, comunicación personal, 18 de octubre 2017). Existen diferencias en cuanto al género y región en donde viven, las mujeres practican menos ejercicio que los hombres, el 43,9% de las mujeres hace menos de 30 minutos a la semana frente al 20,1% de los hombres. En Guayaquil es donde menos se practica un deporte con un 51,8% de personas que hacen menos de 30 minutos a la semana, y en la sierra rural es donde más ejercicio se hace con un 21,8% que realiza más de 3 horas con 30 minutos a la semana (INEC, 2012).

Existen diferentes tipos de deportes; lo que cada persona realiza depende de cada uno ya que existen deportes que se pueden realizar en grupos o solos, en espacios abiertos o cerrados, o que son más activos que otros. El deporte que más se practica en el Ecuador es el fútbol con un 13,9%, seguido del ecuavoley (similar al volley pero se juega solo con 3 personas) con un 6,3%, el baloncesto con 3,5%, la natación con 3,3%, el ciclismo con 2,7%, la caminata 2,5%, el atletismo 2,5%, el baile deportivo 1,9% y otros deportes con un 12,5% (INEC, 2012).

Beneficios

Las personas practican deportes por diferentes razones: por salud, para mejorar su aspecto físico o por los beneficios psicológicos. Algunos deportes van a ser mejores que otros, dependiendo del objetivo de cada persona.

Físicamente uno de los cambios más importantes y notorios que una persona puede desarrollar por hacer ejercicio, aeróbicos específicamente, es la reducción de peso. Realizar ejercicios aeróbicos aumenta el consumo de oxígeno, y eso está relacionado con el porcentaje total de grasa corporal (Hui Chiu et al, 2017). Por ello realizar un ejercicio de ese estilo puede ayudar a quemar grasa, y al quemar grasa se baja de peso. Los cambios físicos por realizar ejercicios puede ser a corto o largo plazo. Una persona al completar una actividad física automáticamente va a empezar a bajar de peso en el caso de realizar un ejercicio aeróbico. Y a largo plazo, el cuerpo empieza a regular poco a poco los niveles de insulina y de síndromes metabólicos (Hui Chiu et al, 2017) que están relacionados con el peso de cada persona. Por otro lado los ejercicios anaeróbicos ayudan al fortalecimiento muscular ya que son ejercicios cortos pero de alta intensidad.

Fisiológicamente al realizar una actividad física la cantidad de neurotransmisores que secretamos empieza a variar. Los neurotransmisores que se ven más afectados son: la dopamina, la serotonina y la norepinefrina (Lin, & Kuo, 2013).

En diferentes investigaciones se han encontrado cambios en el nivel de dopamina luego de hacer ejercicio. Se ha encontrado que al realizar ejercicio aumenta la cantidad de dopamina que normalmente se secreta y esto puede traer importantes beneficios ya que, existe una correlación entre la dopamina y el aprendizaje, al aumentar los niveles de dopamina el nivel de aprendizaje en los humanos también puede mejorar (Stroth et al, 2010). En el mismo

estudio se encontró que un aumento de dicho neurotransmisor también regula la memoria de trabajo, la atención y el comportamiento (Stroth et al, 2010).

La cantidad de serotonina que secretamos a la hora de realizar una actividad física depende de la duración y de la intensidad del ejercicio (Lin, & Kuo, 2013). Realizar un deporte influye el sistema serotoninérgico, mejora la calidad del sueño y fomenta los sentimientos de bienestar (Valim et al, 2013), por ello es común que una persona después de realizar una actividad física este con un mejor estado de ánimo. La serotonina es un neurotransmisor sumamente importante ya que este se encuentra en varias zonas del cerebro como en la amígdala, en el hipocampo y en la corteza (Lin, & Kuo, 2013).

La norepinefrina es el tercer neurotransmisor que más se ve involucrado a la hora de realizar un deporte, y se lo relaciona con los estímulos externos y con la supervivencia. Uno de los beneficios que existe por la comorbilidad que hay entre el deporte y la norepinefrina es que se mejora la adaptación neuronal frente a ciertos estímulos como el estrés (Lin, & Kuo, 2013). La cantidad de norepinefrina que secretamos depende la intensidad del ejercicio que se realiza, si es de baja intensidad los niveles de norepinefrina son bajos y cuando es de alta intensidad son altos, este neurotransmisor también afecta los niveles de cortisol, que están relacionados con el estrés (Roos, & Thomas, 2010), por ello el realizar una actividad física puede ayudar a afrontar de mejor manera situaciones estresantes.

Otro beneficio que nos brinda el deporte, específicamente de los ejercicios aeróbicos, es ayudar al sistema sanguíneo, específicamente a la zona cardiovascular ya que, el realizar un deporte aumenta la capacidad del funcionamiento cardiovascular y disminuye la demanda de oxígeno del miocardio (Fletcher, 1992). Todo esto permite que el funcionamiento del corazón sea mejor y que esta condición dure más tiempo.

El deporte también ayuda en ciertos aspectos de la psicología humana, mucho de eso ocurre gracias a los neurotransmisores mencionados anteriormente. En diferentes investigaciones se ha encontrado que realizar un deporte constantemente ayuda a: reducir los niveles de ansiedad, ayuda a reducir niveles de depresión, reduce niveles de neuroticismo, reduce niveles de estrés, y tiene efectos positivos sobre las emociones (Lufi, & Parish-Plass, 2011).

Se han encontrado importantes beneficios cuando una persona con depresión realiza una actividad física (Cooney et al, 2013). Para que esto ocurra los ejercicios tienen que ser estructurados y tienen que seguir un cronograma por ejemplo, 3 veces por semana, entre 45 min y 1 hora durante 10 semanas (Cooney et al, 2013). Ya que si estos no son constantes y solo se realiza ejercicio por poco tiempo, no se van a ver mejoras. Una de los síntomas de la depresión es la fatiga, al tener que realizar ejercicio la persona se ve obligada a moverse. El ejercicio también ayuda a que la persona no tenga tantos pensamientos negativos (Cooney et al, 2013), que es otro síntoma de la depresión: pensamiento recurrentes sobre la muerte. Se ha encontrado que el autoestima de una persona mejora luego de realizar ejercicio, esto puede ocurrir por el efecto que el deporte tiene sobre las emociones (Cooney et al, 2013). Esta investigación, comprobó que en muchos participantes el nivel de depresión se redujo luego de realizar una serie de ejercicios estructurados por 8 semanas, para comprobar esto se utilizó el inventario de depresión de Beck y la escala de depresión de Hamilton.

Los niveles de ansiedad también mejoran luego de realizar ejercicio, en este caso el ejercicio que se realiza también es un tipo de ejercicio estructurado. Se encontró que el ejercicio ayuda a las personas con ansiedad que tienen ataques de pánico y/o agorafobia. En la misma investigación se encontró que las personas con ansiedad que más se benefician del

deporte son las que tienen mayores cantidades de estrés. También se encontró que las personas físicamente inactivas tienden a sufrir más ansiedad (Jayokody, Gunadasa, & Hosker, 2012).

Los niños que sufren de déficit de atención e hiperactividad también pueden mejorar sus síntomas por realizar una actividad física. En diferentes investigaciones se ha encontrado que niños que sufren de TDAH tienen problemas motrices y no siguen las reglas, pero luego de realizar una actividad física mostraron diferentes mejoras como en su competencia deportiva, en su autoconcepto, en la comunicación social, en su nivel de honestidad y sus relaciones sociales (Lufi & Parish-Plass, 2011).

Infantes

Involucrar a los niños desde una edad temprana en el deporte es importante pero hay que tener en cuenta ciertos aspectos, para Francisco Pinto una buena edad para empezar a realizar ejercicio, de forma constante, es a partir de los 8 años ya que antes de eso el desarrollo de la motricidad no permite que realicen ciertas actividades (F. Pinto, comunicación personal, 19 de octubre 2017), y si no se tiene cuidado se puede perjudicar el desarrollo del niño. Pero a partir de esa edad realizar un deporte puede ser muy bueno ya que se mejora el desarrollo muscular, su agilidad, resistencia y flexibilidad.

Un aspecto importante que se encontró es que normalmente las personas que realizan deporte desde que son pequeñas siguen realizando actividades físicas en su adultez (Mandic, García, Stevens, Leon, & Skidmore, 2012). La cantidad de actividad física que realizan las personas menores de edad es influenciada por diferentes factores, un estudio realizado en Otago, Nueva Zelanda se encontró que un factor que influye es el estrato económico del

menor, muchos infantes de la zona afirmaron que realizar un deporte es muy costoso y que por eso no lo realizan (2012), por ello es importante tener zonas gratuitas en las que los niños o jóvenes puedan practicar diferentes deportes. En muchos colegios públicos y privados se da la clase de educación física, pero en ese estudio muchos jóvenes afirmaron que los deportes que se realizan en la escuela o colegio no son interesantes para ellos (Mandic, García, Stevens, Leon, & Skidmore, 2012). Finalmente se encontró que cuando los jóvenes sienten apoyo por parte de sus padres o cuidadores, existe variedad en los deportes que pueden realizar, son libres en escoger lo que más les guste, sienten apoyo por parte de sus pares, tienen éxito, y si a ellos les parece un deporte divertido es más probable que sean constantes realizando la actividad física y que le encuentren el gusto (Mandic, García, Stevens, Leon, & Skidmore, 2012).

Trastorno de conducta

Este trastorno que antes era conocido como trastorno disocial, afecta a personas menores de 18 años. Este trastorno se caracteriza por ser una serie de comportamientos constantes que crean disfuncionalidad en la vida del niño ya que este no cumple con las reglas adecuadas para su edad y su comportamiento normalmente violan los derechos de otras personas (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010).

Sintomas

Este trastorno se encuentra dentro de los trastornos destructivos del control de los impulsos y de la conducta en el DSM-V (manual diagnóstico y estadístico de trastornos mentales), ahí también se encuentran el trastorno negativista desafiante, trastorno explosivo

intermitente, piromanía, cleptomanía, trastorno destructivo del control de los impulsos y de la conducta especificado y no especificado.

El DSM-V cuenta con 15 criterios diagnóstico o síntomas para esta patología de los cuales se tienen que cumplir con mínimo 3 y de estos por lo menos un síntoma tiene que estar presente en los últimos 6 meses y lo demás tienen que estar presentes en los últimos 12 meses. Los síntomas están divididos en 4 grupos, el primer grupo habla sobre agresión a personas y animales, este contiene los siguiente síntomas: intimida o acosa a otras personas, inicia peleas, ha usado un arma, ha hecho daño a otra persona o a un animal físicamente, ha robado, o ha violado. El segundo grupo habla sobre destrucción de la propiedad, este contiene 2 síntomas: ha prendido fuego con la intención de hacer daño a alguien, y ha destruido la propiedad de otra persona. El tercer grupo habla sobre el engaño o robo, y contiene 3 síntomas: ha invadido una propiedad, un auto o un edificio ajeno, miente para obtener algo, o ha robado sin violencia. El cuarto grupo trata sobre el incumplimiento grave de las normas, y contiene 3 síntomas: sale por la noche sin el permiso de sus padres antes de los 13 años, por lo menos dos veces a pasado la noche fuera de su casa sin el permiso de sus padres, y falta muy seguido a la escuela (APA, 2013).

Un aspecto sumamente importante es que los síntomas tienen que causar disfuncionalidad en la vida de la persona, en este caso en la vida del niño (APA, 2013). El comportamiento no tiene que ser causado por su ambiente, eso quiere decir que no tiene que ser una reacción por el contexto en el que el niño vive (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). Los síntomas de esta patología pueden aparecer antes de los 10 años, este es un especificador en el DSM-V, cuando esto ocurre, el progreso de los síntomas y por ende de la patología tiende a ser peor (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). Muchos de los

síntomas dentro del grupo de trastornos destructivos y de la conducta son parecidos por ello antes de realizar un pronóstico hay que descartar los otros trastornos.

Otras posibles características de los niños que sufren de esta patología son la carencia de empatía, importancia limitada por los sentimientos ajenos, se puede percibir mal las intenciones de otras personas, sienten poco o nulo remordimiento, autoestima baja, poca tolerancia a la frustración, irritabilidad, imprudencia, y cambios bruscos en sus emociones (APA, 1995).

Existe una alta comorbilidad entre el trastorno por déficit de atención e hiperactividad, del aprendizaje, de ansiedad, del estado de ánimo, y trastornos relacionados con sustancias (APA, 1995), esto hay que tener en cuenta ya que esto incrementa los síntomas de la persona y la gravedad del problema.

Si bien muchas veces el ambiente de un infante puede ser el precursor de este trastorno pero no puede ser el único precursor. Los síntomas también varían dependiendo de la edad y del género, los niños normalmente se involucran más en peleas, robos, vandalismo y conflictos escolares, mientras que las niñas mienten más, faltan más al colegio y consumen más tóxicos (APA, 1995). El desarrollo y la madurez del niño puede influenciar los síntomas ya que mientras más grande es el infante, su comportamiento disfuncional es más complejo.

Frecuencia

Tanto adultos como infantes pueden sufrir de patologías, en ambos casos la funcionalidad de la vida de la persona se tiene que ver afectada además de cumplir con una serie de requisitos. Un infante puede ser considerado disfuncional cuando no cumple con una serie de normas adecuadas para su edad. Entre el 10 y el 20 % de la población infantil sufre

de algún trastorno (Navarro, Meléndez, Sales, & Sancerni, 2012). Algunos trastornos son más comunes que otros, mucho depende de la edad y del género del infante, en cuanto al género es más común que los niños sufran de trastornos de conducta mientras que las niñas sufran de ansiedad (Navarro, Meléndez, Sales, & Sancerni, 2012). Entre los 0 y los 5 años las patologías más comunes son los trastorno de conducta, de comunicación, de eliminación, de control de impulsos, y los trastornos generalizados del desarrollo, entre los 6 y 11 años lo más común es los trastornos de conducta y el trastorno de déficit de atención e hiperactividad, entre los 12 y los 15 años lo más común son los trastornos de conducta y de ansiedad, y entre los 16 y 18 años lo más común son los trastornos de conducta (Navarro, Meléndez, Sales, & Sancerni, 2012). Como se puede observar lo más común entre los 0 y los 18 años son los trastornos de conducta, lo cuales se pueden manifestar de diferentes maneras dependiendo de la patología y de la gravedad de los síntomas.

En consulta los dos trastornos que más se ven en niños son: el trastorno oposicionista desafiante y el trastorno de conducta o trastorno disocial, la consulta de estas dos patologías representa el 12% (Gómez, Santelices, Gómez, Rivera, & Farkas, 2014). En un estudio realizado en Chile se encontró que dentro de la población infantil general, entre el 5 el 9% sufren del trastorno de conducta (Gómez, Santelices, Gómez, Rivera, & Farkas, 2014). Mientras que en otro estudio realizado en México, se encontró que la población infantil afecta dentro de esa sociedad varía entre el 1.5 y 3.4% (Peña, & Palacios, 2011). El número de afectados por esta patología ha aumentado en las últimas décadas, afectando más a las personas de un estrato socioeconómico bajo y de zonas urbanas (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). Mientras antes aparezcan los síntomas, hay más posibilidades de que el trastorno siga en la niñez o adolescencia o sea un precursor de otro trastorno en la adultez, ya

que entre el 50 y el 60% de los infantes menores a los 5 años que tienen un mal comportamiento, siguen teniendo un mal comportamiento en la escuela (Gómez, Santelices, Gómez, Rivera, & Farkas, 2014).

En el Ecuador no existen cifras de la cantidad de niños o jóvenes que tienen un trastorno de conducta, sin embargo según el consejo de la judicatura en el 2010, los delitos más comunes en niños y adolescentes entre 9 y 17 años son delitos contra la propiedad, delitos contra la vida, tendencia de drogas, delitos sexuales y tenencia ilegal de armas de fuego (Tello, 2010).

Etiología

Como en todos los trastornos son causas pueden ser múltiples pero en general giran en torno al ambiente, a la genética y a la neuropsicología. En el caso del trastorno de conducta los padres, la psicología y neuropsicología del niño, y los factores socioculturales pueden ser los precursores de este trastorno (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). En cuanto a los padres puede influir su manera de educar o su manera de ser, algunas de las características son las siguientes: educación con agresión física o verbal, incorrecta disciplina que puede variar entre negligencia y severidad extrema, caos en el ambiente familiar o ambiente familiar inestable, divorcio, abuso infantil, maltrato, alcoholismo, abuso de sustancias, y trastornos psicológicos (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). En cuanto los factores socioculturales, los niños que más tienden a sufrir este trastorno tienen privaciones económicas, viven en una zona urbana donde es normal el consumo de drogas, sus padres no tienen un empleo fijo o no tienen empleo, no tienen una red de apoyo, y no participan en actividades comunitarias o extracurriculares (Vásquez, Feria, Palacios, & de la

Peña, 2010). En el factor psicológico, niños que viven en ambientes caóticos pueden llegar a ser agresivos, tener un mal humor, ser destructivos, y tienen una baja tolerancia a la frustración (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010). Finalmente, en cuanto a la neuropsicología se ha encontrado que ciertos niños que tienen trastorno de conducta tienen problemas con su lóbulo frontal, también se piensa que este trastorno tiene un componente genético ya que niños que nacen con un carácter complicado tienen más posibilidades de desarrollar el trastorno (Vásquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010).

METODOLOGÍA Y DISEÑO DE INVESTIGACIÓN

Justificación de la Metodología Utilizada

¿Cómo y hasta qué punto el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio conflictivo a que no desarrolle un trastorno de conducta? Es la pregunta que se

quiere responder en esta investigación. Para ello se va a utilizar una investigación cuantitativa ya que, está va a ser una medición con datos controlados y fiables (Cook, & Reichardt, 1986). Se va a contar con datos pre y post tratamiento.

Se va investigar la relación que existe entre la variable dependiente e independiente, estas son: el deporte como la variable independiente, y las consecuencias de un divorcio conflictivo en los niños como la variable dependiente. El test que se va a utilizar lo van a llenar el niño, los padres y un docente de la escuela del niño, y esto lo van a hacer al principio del tratamiento y al final. La duración de la investigación es de 9 meses, de los cuales solo los 3 últimos meses serán destinados para el tratamiento.

Herramientas de Investigación Utilizadas

Se va a utilizar un test psicométrico en esta investigación, el BASC II (Behavior Assessment for Children, segunda edición), como dice en su nombre este test es enfocado para niños. Se escogió este test por ser uno de los mejores en medir comportamiento y personalidad en niños. En cuanto a su confiabilidad, su consistencia interna es de 0.81 a 0.96, y su validez es moderada a alta (Reynolds & Kamphaus, 2010). Este test cuenta con dos características importantes: la primera es que es un instrumento multidimensional porque evalúa varias características del infante en diferentes ámbitos, esto se logra gracias a los 3 formularios que está compuesto el test: un auto reporte que es llenado por un niño mayor a los 6 años, una escalada de calificación que es llenada por el maestro y otra escalada de calificación que es llenada por los padres o cuidadores del infante (Community-University partnership for the study of children, youth and families, 2011). Estos tres formularios son sumamente importantes ya que la información que se va a tener del niño va a provenir de

diferentes fuentes, esto permite que la información no sea sesgada y por ende sea más real. La segunda característica importante es que este test se divide entre tres rangos de edad, el primero pre escolar de 2 a 5 años, el segundo entre 6 a 11 años y el tercero entre 12 a 21 años (TSLAT, 2015), esto es algo positivo ya que existen preguntas específicas para cada rango de edad.

El primer formulario lo llena el maestro, este es conocido como TRS. Con este formulario se pretende medir las habilidades sociales y de estudio de los infantes, y su nivel de liderazgo (TSLAT, 2015). La duración de este test es entre 10 y 15 minutos, y tiene entre 100 y 139 reactivos. El segundo formulario lo llenan los padres o cuidadores del infante, es conocido como PRS, con este test se pretende medir: adaptabilidad, agresión, ansiedad, nivel de atención, problemas conductuales, depresión, hiperactividad, y problemas en el aprendizaje (TSLAT, 2015). Este test dura entre 10 y 20 minutos, y su reactivos varían entre 134 y 160. Los dos formularios cuentan con las mismas escalas de validez: la primera es la escala F que mide cuando un niño es evaluado peor de lo que en realidad es, la segunda mide cuando existe una inconsistencia en los resultados cuando se compara con otros formularios, la tercera mide la cantidad de ítems omitidos (sólo se permite dos ítems no respondidos por escala), la cuarta mide si existe un patrón de respuesta, la quinta mide si existen inconsistencias internas entre las respuestas del mismo test, y la sexta mide si existen dificultades en la lectura (Reynolds & Kamphaus, 2004). Las escalas de validez hacen que la información recaudada sea mucho más válida y real. El TRS y el PRS también tienen las mismas escalas clínicas, estas son: agresión, ansiedad, problemas de atención, atipicidad, problemas de conducta, depresión, hiperactividad, problemas de aprendizaje, somatización y retracción. También tienen las mismas escalas adaptativas, que son: actividades diarias,

adaptabilidad, comunicación funcional, liderazgo, habilidades sociales y de estudio (Reynolds & Kamphaus, 2004).

El tercer formulario es llenado por el infante, este es conocido como SRP. También existe el SRP-1 que es para niños entre 6 y 7 años, las respuestas de este formulario son de afirmación o negación (Community-University partnership for the study of children, youth and families, 2011). Los dos formularios cuentan con 8 escalas de validez: la primera es la escala F que mide cuando el niño se muestra peor de lo que en realidad es, la segunda es la escala L que mide cuando el niño intenta mostrarse mejor de lo que en realidad es, la tercera es la escala V miden cuando se escogen ítems que no tienen sentido, la cuarta escala demuestra cuando existe una inconsistencia entre los resultados de este test con los resultados de otros formularios, la quinta escala mide la cantidad de ítems omitidos al igual que los formularios anteriores se permite solo 2 preguntas sin responder, la sexta escala mide si existe un patrón de respuesta, la séptima escala mide si existe una inconsistencia interna, y la octava escala mide si existen dificultades de lectura (Reynolds & Kamphaus, 2004). Este formulario también cuenta con escalas clínicas y escalas adaptativas, estas son: abuso de alcohol, ansiedad, problemas de atención, actitud hacia la escuela y hacia los profesores, atipicidad, depresión, hiperactividad, locus de control, inadaptación escolar, búsqueda de sensaciones, sentimiento de inadecuación, estrés social, somatización, relaciones interpersonales, relación con los padres, autoestima y autosuficiencia (Reynolds & Kamphaus, 2004).

En esta investigación se van a utilizar los 3 formularios: TRS, PRS y SRP, en la segunda forma eso quiere decir para niños entre 6 y 11 años. Esta prueba es de entranamiento tipo B por lo que se requiere que un profesional capacitado lo administre para que los

resultados puedan ser interpretados correctamente. Se va a aplicar este instrumento individualmente para que los resultados sean más reales.

Este formulario por tener rangos de edad tan específicos, por ser multidimensional, por sus escalas de validez, escalas clínicas y adaptativas es perfecto para esta investigación porque mide ciertos comportamientos que forman parte del trastorno de conducta. También se va a utilizar el DSM-V (manual de diagnóstico y estadístico de trastornos mentales), el trastorno de conducta se encuentra dentro de los trastornos destructivos del control de los impulsos y de la conducta.

Descripción de Participantes

Esta investigación va a ser realizada en Quito, Ecuador con niños y niñas, todos atravesando por un divorcio contencioso de un estrato socio económico medio alto. Las edades de los participantes varían entre los 8 y los 10 años.

Criterios de inclusión

Es importante tener en cuenta la edad de los participantes por varias razones: por el formulario que se va a utilizar, por criterios diagnóstico del DSM-V y por la actividad física que se va a realizar. Todos los niños tienen que estar atravesando por un divorcio conflictivo cuyos trámites legales tienen que haber empezado hace mínimo 6 meses, y en el caso que un divorcio concluya antes de que la investigación termine, el infante no será tomado en cuenta para los resultados finales.

Reclutamiento de los Participantes

El primer paso será contactar abogados especializados en problemas familiares, con el objetivo de encontrar parejas que estén atravesando por un divorcio contencioso. En este paso es importante tener en cuenta las características de un divorcio por causal. Una vez seleccionadas las parejas hay que escoger aquellas que tengan hijos entre 8 y 10 años. Antes de empezar con la investigación ambos padres tienen que firmar un consentimiento informado, el cual va a informar de que trata el experimento y como se va a utilizar la información que se obtenga a lo largo de la investigación.

Procedimiento

Una vez seleccionada la muestra se aplicará el formulario BASC II a los padres o cuidadores principales, al infante y al docente que más contacto o que pase más tiempo con el niño. Esta es la medida utilizada como el dato pre tratamiento. Una vez que se tengan los resultados del test, se realizará el tratamiento. La duración de este será de 12 semanas (3 meses), en los cuales se realizará una mezcla entre actividades aeróbicas y anaeróbicas durante una hora 3 veces por semana. La hora de entrenamiento se divide en dos partes, la primera donde se realizarán actividades estructuradas que involucran saltos con dos piernas, en una pierna, en zig zag, saltar cuerda, correr de espaldas y de frente a alta velocidad, etc. Y la segunda donde se realizará una actividad aeróbica esta puede ser grupal o individual, y será escogida por el infante.

Una vez finalizados los 3 meses se volverá a tomar el test BASC II a los padres, al docente y al niño, los resultados serán utilizados como la medida post tratamiento.

Consideraciones éticas

Todos los individuos que van a participar en esta investigación van a ser respetados, por ello todos van a recibir un consentimiento informado, el cual va a informar al participante de que trata la investigación y cómo será utilizada la información que se saque de la misma. La participación en esta investigación es libre y voluntaria por ello si cualquier participante se quiere retirar lo puede hacer. Toda la información recogida será tratada cuidadosamente. Cada participante tendrá un código, y este será utilizado a lo largo de la investigación. Este código será utilizado a lo largo de la investigación y servirá para diferenciar los documentos que llenen los individuos (pre y post tratamiento). Toda la información será utilizada de forma académica y supervisada.

Todos los participantes contarán con apoyo psicológico a lo largo de la investigación.

RESULTADOS ESPERADOS

Los resultados de la investigación deberían mostrar un efecto positivo sobre los niños que están atravesando por un divorcio contencioso, estos resultados son basados en la literatura revisada y con la metodología utilizada.

La eficacia del tratamiento se va a demostrar mediante los resultados del BASC II, esto se va a demostrar con la comparación de los resultados del pre y post tratamiento. Se

mencionó anteriormente todas las escalas clínicas y adaptativas que mide el TRS, el PRS y el SRP, las escalas que van a ser tomadas en cuenta son los siguientes: agresión, atipicidad, problemas de conducta, actividades diarias, habilidades sociales, actitud hacia la escuela y hacia los profesores, búsqueda de sensaciones, estrés social, relaciones interpersonales y relación con los padres. Se van a poner más atención en dichas escalas ya que estas están relacionadas con los criterios diagnóstico del trastorno de conducta en el DSM 5. El primer test se lo va a realizar después de un mínimo de 6 meses del inicio del divorcio, esto es importante tener en cuenta ya que el individuo tiene que estar un poco más adaptado a la situación para que los síntomas o comportamientos sean más reales. Con los resultados del primer test se van a poder ver quienes son los sujetos propensos a desarrollar un trastorno de conducta, esto se va a lograr viendo la cantidad de síntomas que el niño presenta. El segundo test se va a realizar 3 meses después del primero, con este se va a lograr ver, si se desarrollaron más síntomas o si el tratamiento fue eficaz y los sujetos presentaron una actitud más funcional. Si el tratamiento fue aplicado correctamente, eso quiere decir que durante los 3 meses los niños participaron en actividades aeróbicas y en ejercicios estructurados, se esperaría que los sujetos propensos a desarrollar un trastorno de conducta no hayan creado más síntomas.

La presente investigación pretende determinar de qué manera el deporte puede evitar el desarrollo o a la presencia de síntomas relacionados al trastorno de conducta, que presentan los niños al atravesar divorcios contenciosos. Uno los síntomas más comunes en los divorcios es el estrés tanto en padres como en hijos; esto puede ocurrir por varias razones: por cambios en el ambiente familiar, por la situación que están atravesando los padres, decisiones que afectan al niño exclusivamente, etc (Robayo, 2005). El nivel de afectación en el niño depende

de cuanto este es involucrado en la situación. Los diferentes síntomas que siente el niño por el divorcio de sus padres pueden ser los precursores de un trastorno de conducta. Mientras más caótico sea el ambiente más posibilidades tiene el niño de crear dicho trastorno, ya que dentro de la etiología un divorcio, una condición caótica en el hogar, y/o falta de una red de apoyo pueden crear un trastorno de conducta (Vasquez, Feria, Palacios, & de la Peña, 2010).

Muchos de los trastornos destructivos del control de los impulsos y de la conducta tienen síntomas similares. Una investigación realizada en Israel con niños entre 8 y 12 años en el año 2011 demostró que el deporte puede ayudar a mejorar los síntomas en el trastorno de déficit de atención e hiperactividad, los síntomas que mostraron una disminución fueron: ansiedad, somáticos, agresión, atención y sociales (Lufi, & Parish, 2011). Estas mejoras también se podrían ver en el trastorno de conducta, especialmente en el ámbito social y en la agresión. El deporte puede ser tomado en cuenta como un tratamiento siempre y cuando sean ejercicios estructurados, eso quiere decir son ejercicios que siguen un orden, en la investigación mencionada anteriormente se realizaban 30 minutos de ejercicios individuales y 40 minutos de ejercicios grupales (Lufi, & Parish, 2011). Mientras mejor sea la planificación de la actividad física, mejores van a ser los resultados ya que esto va a aumentar la constancia de cada uno de los participantes.

En otra investigación realizada en el 2015 se encontró que el deporte mejora significativamente los niveles de epinefrina en niños con TDAH (Sun, Chung, & Jong, 2015). Esto también es importante ya que como se mencionó anteriormente el deporte influye en la cantidad de neurotransmisores que se transmiten, y estos están relacionados con diferentes síntomas. En la misma investigación se encontró que los niveles de serotonina también variaron después de 12 semanas de tratamiento, este neurotransmisor está relacionado con la

depresión, la agresión, miedo, problemas con el sueño, dolor, etc. (Sun, Chung, & Jong, 2015).

La relación que puede existir entre las investigaciones mencionadas anteriormente y lo que se está planteando en esta investigación es por lo que consideramos que el deporte puede ayudar a los niños que están atravesando por un divorcio contencioso a que no desarrollen un trastorno de conducta.

DISCUSIÓN

Con la información presentada en este documento se intentó demostrar cómo el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio contencioso. El objetivo es aplicar un tratamiento durante de 3 meses de ejercicios estructurados a niños que están atravesando por un divorcio por causal para que no desarrollen un trastorno de conducta.

Existe poca literatura sobre estos temas enfocada en la población ecuatoriana, y no existe literatura que demuestre cómo el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio por causal. Debido a que en el Ecuador los divorcios son comunes (INEC) por

ello es importante tener en cuenta cuales pueden ser las posibles causas de esto. Se quiere presentar un tratamiento sencillo, barato y relativamente rápido para prevenir la creación de diferentes síntomas como; agresión, problemas en la escuela, problemas sociales, ansiedad, depresión, ira, estrés, etc.

Si bien esta investigación se enfoca solo en el trastorno de conducta como consecuencia de un divorcio por causal, el tratamiento presentado también puede ser aplicado en otros escenarios.

Es importante prevenir que se desarrolle un trastorno de conducta ya que puede ser el precursor de otros trastornos en la juventud o en la adultez (Gómez, Santelices, Gómez, Rivera, & Farkas, 2014), además que puede perjudicar la vida de un niño desde temprana edad.

Esta investigación presenta una nueva herramienta para prevenir el desarrollo de un trastorno de conducta, esto es importante ya que con el tratamiento presentado se pretende mejorar la funcionalidad de la vida del niño luego de una manera sencilla y divertida para ellos.

Limitaciones del Estudio

Una de las principales limitaciones de este estudio es el test psicométrico que se utiliza, el BASC II. Si bien este test se ajusta con las necesidades de la investigación, su aplicación no es sencilla ya que para que el test sea confiable y válido lo tiene que tomar un profesional de salud con entrenamiento tipo B, esto quiere decir que el profesional tiene que estar capacitado para tomar este tipo de pruebas. Esto limita la cantidad de personas que pueden recrear este experimento. El costo del test es otra limitación porque este tiene un precio elevado, y eso incrementa el precio total del experimento.

Otra limitación importante de este test es como determinar qué divorcios son contenciosos y cuales no lo son. Para esto hay que tener contacto tanto con los padres como con los abogados para tener una idea más real de la situación que están atravesando la pareja.

Algunos de los datos obtenidos provienen de expertos ya que no hay información en el Ecuador sobre: la cantidad de niños con trastorno de conducta y la cantidad de divorcios contenciosos. Esto es una limitación ya que son dos temas que no se han investigado en el Ecuador y por ello no hay datos estadísticos.

Recomendaciones para Futuros Estudios

A lo largo de esta investigación se planteó como el deporte puede ayudar a que un niño no desarrolle un trastorno de conducta cuando este está atravesando por un divorcio conflictivo, pero estos beneficios pueden llegar a ser mucho más importantes y efectivos si se complementa el tratamiento planteado con terapia psicológica. Si bien se han encontrado que el deporte ayuda con algunos síntomas o comportamientos de diferentes trastornos, algunos de esos síntomas pueden requerir ayuda psicológica e incluso fármacos para aliviar aún más los síntomas.

En un futuro estudio se podría aplicar esta investigación a niños con diferentes trastornos para ver la eficacia que puede tener el deporte con otros síntomas o ver cual el síntoma que más se logra disminuir con un tratamiento similar al expuesto en este trabajo.

Finalmente, realizar estudios sobre la salud mental en el Ecuador es importante ya que existen muy pocos datos sobre esta problemática, y esto beneficiaría a diferentes poblaciones

ya que se podría saber los trastornos más comunes, las poblaciones más afectadas, etc. También se podría saber qué sector o sectores necesitan profesionales o centros de salud mental.

REFERENCIAS

American Psychiatric Association. (1995). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (4th ed.). Washington, DC.

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders* (5th ed.). Washington, DC .
- Angulo, R., Jané, M., Bonillo, A., Viñas, F., Corcoll-Champredonde, A., González, G., et.al. (2010). Evaluación de la sintomatología negativista desafiante en niños de seis a ocho años: concordancia entre padres y maestros. *Psicothema*, 22(3).
- Arch, M. (2010). Divorcio conflicto y consecuencias en los hijos: implicaciones para las recomendaciones de guarda y custodia. *Papeles del psicólogo*, 31(2), 183-190.
- Baker, L., Frank, L., Foster-Schubert, K., Green, P., Wilkinson, C., et.al (2010). Effects of aerobic exercise on mild cognitive impairment. *Arch Neurol*, 67(1), 71-79.
- Bolaños, I., & Terapeuta, P. (2003). Mediación familiar en contextos judiciales. *Mediación Familiar y Social en diferentes contextos*. Sevilla.
- Cantero-García, M., & Alonso-Tapia, J. (2017). Brief questionnaire of parental response to disruptive behavior: Parental perspective. *Anales de psicología*, 33(3), 689-696.
- Carpio, C., Canales, C., Morales, G., Arroyo, R., & Silva, H. (2007). Inteligencia, creatividad y desarrollo psicológico. *Acta colombiana de psicología*, 10 (2), 41-50. Recuperado el 06 de diciembre de 2017 de <http://www.scielo.org.co/pdf/acp/v10n2/v10n2a05.pdf>
- Community-University Partnership for the Study of Children, Youth and Families. (2011). *Review of the behavior assessment system for children- second edition*, Edmonton, Alberta, Canada.
- Cooney, G., Dwan, K., Greig, C., Lawlor, D., Rimer, J., et.al. (2013). Exercise for depression. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 1-157.
- Dupret, M. A. (2005). Delincuencia juvenil y respuestas institucionales: hacia una política de rehabilitación. *Universidad Politecnica Saleciana*, 1 (1).
- Eguiluz, L. (2004). Las mujeres y el divorcio una visión de género. *Temas de mujeres*, 1(1), 5-15.
- Escapa, S. (2017). Los efectos del conflicto parental después del divorcio sobre el rendimiento educativo de los hijos. *Revista Española de Investigaciones Sociológicas*, 158: 41-58.
- Fletcher, G. F., Blair, S. N., Blumenthal, J., Caspersen, C., Chaitman, B. (1992). Statement on exercise: benefits and recommendations for physical activity programs for all Americans-a statement for health professionals by the Committee on Exercise and Cardiac Rehabilitation of the Council on Clinical Cardiology, American Heart Association. *Circulation*, 86(1), 340.
- Frisby, B., Booth-Butterfield, M., Dillow, M., Martin, M., & Weber, K. (2012). Face and

- resilience in divorce: The impact on emotions, stress, and post-divorce relationships. *Journal of Social and Personal Relationships*, 29(6), 715-735.
- Gómez, A., Santelices, M. P., Gómez, D., Rivera, C., & Farkas, C. (2014). Problemas conductuales en preescolares chilenos: Percepción de las madres y del personal educativo. *Estudios pedagógicos*, 40(2), 175-187.
- Ho, C., Chiu, C., Tseng, C., Yeh, D., Hsieh, J., et.al. (2017). Benefits of different intensity of aerobic exercise in modulating body composition among obese young adults: a pilot randomized controlled trial. *Health and quality of life outcomes*, 15(1), 1-9.
- Huiracocha, L. (2013). Factores Asociados a problemas de conducta en preescolares. *Revista de la Facultad de Ciencias Médicas*, 31(2), 36-43.
- INEC. (2017). Los divorcios crecieron 83.45% en diez años en Ecuador. Recuperado el 09 de noviembre de 2017 de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/los-divorcios-crecieron-8345-en-diez-anos-en-ecuador/>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2009). *Costumbres y prácticas deportivas en la población ecuatoriana*. Ecuador: Talleres gráficos del INEC.
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2012). INEC presenta por primera vez estadísticas sobre religión. Recuperado el 03 de noviembre de 2017 de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/inec-presenta-por-primera-vez-estadisticas-sobre-religion/>
- Instituto Nacional de Estadísticas y Censos. (2014). La mujer ecuatoriana en números. Recuperado el 25 de octubre de 2017 de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/la-mujer-ecuatoriana-en-numeros/>
- Jayakody, K., Gunadasa, S., & Hosker, C. (2013). Exercise for anxiety disorders: systematic review. *Br J Sports Med*, 1-11.
- Jiménez-Moral, J., Zagalaz, M., Molero, D., Pulido-Martos, M., & Ruiz, J. (2013). Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2).
- Kreidl, M., Štípková, M., & Hubatková, B. (2017). Parental separation and children's education in a comparative perspective: Does the burden disappear when separation is more common?. *Demographic Research*, 36, 73-110.
- Lee, S., Lee, C., & Park, J. (2015). Effects of combined exercise on physical fitness and neurotransmitters in children with ADHD: a pilot randomized controlled study. *Journal of physical therapy science*, 27(9), 2915-2919.
- Ley N 110, Congreso Nacional, Quito, Ecuador. Recuperado el 06 de diciembre de 2017 de

<http://www.epn.edu.ec/wp-content/uploads/2015/06/Codigo-Civil1.pdf>.

Lin, T., & Kuo, Y. (2013). Exercise Benefits Brain Function: The Monoamine Connection. *Brain. Sci*, 3(1), 39-53. Recuperado el 13 de octubre de 2017 de <http://www.mdpi.com/2076-3425/3/1/39/htm>.

Lufi, D., & Parish-Plass, J. (2011). Sport-based group therapy program for boys with ADHD or with other behavioral disorders. *Child & Family Behavior Therapy*, 33(3), 217- 230.

Mandic, S., Bengoechea, E., Stevens, E., de la Barra, S., & Skidmore, P. (2012). Getting kids active by participating in sport and doing it more often: focusing on what matters. *International journal of behavioral nutrition and physical activity*, 9(1), 1-9.

McDermott, R., Fowler, J., & Christakis, N. (2014). Breaking Up is Hard to Do, Unless Everyone Else is Doing it Too: Social Network Effects on Divorce in a Longitudinal Sample. *Soc Forces*, 92(2), 491-519. Recuperado el 06 de diciembre de 2017 de <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3990282/>

Ministerio de educación, cultura y deporte. (2015). *Anuario de estadísticas deportivas*. España: Secretaría general técnica.

Ministerio del Deporte. (2012). *Actividad física de la población ecuatoriana demanda y hábitos de consumo deportivo*. Ecuador: dirección de comunicación.

Morgado, B. (2010). La relación con el padre tras el divorcio: la mirada de niños y niñas. *Estudios de Psicología*, 31(1), 39-51.

Mustonen, U., Huurre, T., Kiviruusu, O., Haukkala, A., & Aro, H. (2011). Long-term impact of parental divorce on intimate relationship quality in adulthood and the mediating role of psychosocial resources. *Journal of Family Psychology*, 25(4), 615.

Navarro-Pardo, E., Meléndez, J., Sales, A., & Sancerni, M. (2012). Desarrollo infantil y adolescente: trastornos mentales más frecuentes en función de la edad y el género. *Psicothema*, 24(3).

Odendahl, M. (2017). Divorce discord. *Focus family law*, 7-9.

Orgiles, M., & Samper, M. (2011). El impacto del divorcio en la calidad de vida de los niños de 8 a 12 años de edad en la provincia de Alicante. *Gac Sanit*, 25(6), 490-494

Peña-Olvera, F., & Palacios-Cruz, L. (2011). Trastornos de la conducta disruptiva en la infancia y la adolescencia: diagnóstico y tratamiento. *Salud mental*, 34(5), 421-427.

Ramirez, R. (2008). La pedagogía crítica: una manera ética de generar procesos educativos. *Universidad de Nariño*, 2(28), 108-119. Recuperado el 23 de noviembre de 2017 de <http://www.scielo.org.co/pdf/folios/n28/n28a09.pdf>.

- Reverdito, R., Galatti, L., Carvalho, H., Scaglia, A., Côté, J., et.al. (2017). Developmental Benefits of Extracurricular Sports Participation Among Brazilian Youth. *Perceptual and Motor Skills*, 124(5), 946-960.
- Ringlespaugh, C. (2017). Parenting coordination: the good, the bad and the ugly. *Focus family law*. 7-9.
- Robayo, D. (2012). *Consecuencias del divorcio parental en el adolescente: una perspectiva biopsicosocial* (Tesis de pregrado, Universidad de La Sabana, Colombia).
- Robles, Z., & Romero, E. (2011). Programas de entrenamiento para padres de niños con problemas de conducta: una revisión de su eficacia. *Anales de psicología*, 27(1).
- Romero, M. (2015). El niño ante el divorcio de sus padres. *Familias, Pediatras y Adolescentes en la Red. Mejores padres*, 8(1).
- Rosenstrom, T. , Fawcett, T., Higginson, A., Metsa-Simola N, Hagen, H., Houston, A., et al. (2017) Adaptive and non-adaptive models of depression: A comparison using register data on antidepressant medication during divorce, *Plos one*, 12(6).
- Ross, A., & Thomas, S. (2010). The health benefits of yoga and exercise: a review of comparison studies. *The journal of alternative and complementary medicine*, 16(1), 3-12.
- Rotz, D. (2014). Why have divorce rates fallen? The role of women's age at marriage. *The journal of human resources*, 51(4), 961-1003.
- Reynolds, C. & Kamphaus, R. (2004). Behavior assesment for children (2nd ed.) *Manual supplement for the clinical report*. Minneapolis, MN: Pearson.
- Reynolds, C., & Kamphaus, R. (2010). Behavior assesment for children (2nd ed.) *Manual supplement for the clinical report*. Bloomington, MN: Pearson.
- Stroh, S., Reinhardt, R., Thone, J., Hille, K., Schneider, M., & et al. (2010). Impact of aerobic exercise training on cognitive functions and affect associated to the COMT polymorphism in young adults. *Neurobiology of learning and memory*, 94, 364-372.
- Stroth, S., Reinhardt, R, Thöne, J., Hille, K., Schneider, M., Härtel, S., et.al. (2010). Impact of aerobic exercise training on cognitive functions and affect associated to the COMT polymorphism in young adults. *Neurobiology of learning and memory*, 94(3), 364-372.
- Tejedor, M. (2012). El interés de los menores en los procesos contenciosos de separación o divorcio. *Anuario de Psicología Jurídica*, 61-75.
- Tello, V. (2010). *Los trastornos de conducta en los adolescentes infractores de la visión*

- jurídica y psicológica* (Tesis de Pregrado. Universidad de Cuenca. Cuenca, Ecuador).
- Texas Statewide for Austin Training (TSLAT). *Behavior assessment system for children-second edition* (BASC-2).
- Torres, L., Garrido, A., & Navarro, N. (2015). La paternidad en el divorcio. *Universidad autónoma de México*, 1(1), 117-130.
- Ultimas Noticias. (2017). Carrera 15k. Recuperado el 06 de diciembre de 2017 de <https://www.quitoultimasnoticias15k.ec/#info>
- Valim, V., Natour, J., Xiao, Y., Pereira, A., da Cunha Lopes, B., et.al.(2013). Effects of physical exercise on serum levels of serotonin and its metabolite in fibromyalgia: a randomized pilot study. *Revista Brasileira De Reumatologia (English Edition)*, 53(6).
- Vásquez, J., Feria, M., Palacios, L., & de la Peña, F. (2010). *Guía clínica para el trastorno disocial*. México: Patricia Fuentes de Iturbe.
- Yook, Y., Kang, S., & Park, I. (2017). Effects of physical activity intervention combining a new sport and mindfulness yoga on psychological characteristics in adolescents. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(2), 109-117.

ANEXO A: CARTA PARA RECLUTAMIENTO DE PARTICIPANTES

Estudio Jurídico xxx

A quien corresponda,

Se está llevando a cabo un estudio en la Universidad San Francisco de Quito relacionado con los divorcios contenciosos, en el cual se quiere ver el efecto que tiene el deporte en niños que

están atravesando por un divorcio contencioso para que no desarrollen un trastorno de conducta. Queremos invitarlos a participar en esta investigación, para esto les solicitamos parejas que estén atravesando por un divorcio por causal, que tengan hijos menores de edad, y cuyos trámites legales hayan empezado hace mínimo 6 meses.

La participación en este estudio es libre y voluntaria, por lo cual si un participante se quiere retirar o no quiere formar parte de la investigación lo pueden hacer.

Durante esta investigación se contará con asistencia médica y con especialistas en la salud mental, que brindaran su asistencia en el caso que sea necesario.

Los resultados de esta investigación pueden ser de gran ayuda para la sociedad por ello su participación es muy importante.

Les agradecemos de antemano por su tiempo y colaboración. Si desea comunicarse puede hacerlo por medio de los siguientes datos:

0993646867, nicolegomezjurado.ng@gmail.com

Saludos,

Nicole Gomezjurado

ANEXO B: FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

Formulario Consentimiento Informado (tutores legales)

Título de la investigación: Cómo y hasta qué punto el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio contencioso a que no desarrolle un trastorno de conducta

Organización del investigador: Universidad San Francisco de Quito

Nombre del investigador principal: Andrea Nicole Gomezjurado Casares

Datos de localización del investigador principal: 0993646867,
nicolegomezjurado.ng@gmail.com

Descripción del estudio

Introducción: En este formulario usted encontrará toda la información necesaria e importante de este estudio. Con esta información se pretende aclarar cualquier duda que tenga, y si tiene cualquier pregunta adicional la puede hacer. La participación en esta investigación es libre y voluntaria. En esta investigación se la va a realizar con niños menores de edad por ello se requiere la autorización de los tutores legales.

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es comprobar si el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio contencioso a que no desarrolle un trastorno de conducta

Descripción de procedimientos: Una vez este formulario sea firmado, se podrá empezar con la investigación. Al firmar, usted afirma que entiende la investigación y autoriza a su hija o hija a participar en este estudio.

La investigación consiste:

- Evaluación de la conducta del participante por sus representantes legales, profesor(a), y a través de un autoinforme.
- Cada participante deberá cumplir con una rutina de ejercicios estructurados por un lapso de 3 meses. Durante estos meses, el participante debe realizar los ejercicios una hora por día, tres veces a la semana.
- Al finalizar los tres meses de entrenamiento, el participante, sus representantes legales y el profesor(a) responderán otro formulario para comparar resultados iniciales y de finalización.

La rutina de ejercicios estructurados consiste: media hora de ejercicios estructurados como saltos con dos piernas, con una pierna y en zig zag, correr a alta velocidad distancias cortas, etc. La media hora restante el niño escogerá un deporte de su agrado.

Riesgos y beneficios: En esta investigación se van a realizar ejercicios físicos por ello contaremos con especialistas en el área para evitar cualquier lesión física o muscular, también contaremos con asistencia médica durante toda la investigación.

Confidencialidad de los datos

1. Cada participante contará con un número de identificación para mantener su anonimato
2. Solo el investigador tendrá acceso a la información de los participantes
3. En los reportes solo aparecerá el código de cada participante y no su nombre

Información de contacto

Si usted tiene cualquier duda o pregunta sobre esta investigación se puede comunicar al 0993646867 que pertenece a Nicole Gomezjurado o escribir un mail a nicolegomezjurado.ng@gmail.com

Consentimiento informado

En pleno uso de mis capacidades, comprendo mi participación en este estudio ya que, he sido debidamente informado sobre los riesgos y beneficios que conlleva realizar esta investigación. Todas mis dudas fueron aclaradas.

Firma del participante:

Cédula:

Fecha:

Nombre del investigador:

Firma:

Fecha:

Formulario Consentimiento Informado (docente)

Descripción del estudio

Introducción: En este formulario usted encontrará toda la información necesaria e importante de este estudio. Con esta información se pretende aclarar cualquier duda que tenga, y si tiene cualquier pregunta adicional la puede realizar.

Propósito del estudio: El propósito de este estudio es comprobar si el deporte puede ayudar a un niño que está atravesando por un divorcio contencioso a que no desarrolle un trastorno de conducta

Descripción de procedimientos: Una vez los padres del niño menor de edad hayan autorizado su participación en este estudio, usted como docente del niño llenará 2 formularios sobre el comportamiento del participante.

Confidencialidad de los datos

1. Cada participante contará con un número de identificación para mantener su anonimato
2. Solo el investigador tendrá acceso a la información de los participantes
3. En los reportes solo aparecerá el código de cada participante y no su nombre

Información de contacto

Si usted tiene cualquier duda o pregunta sobre esta investigación se puede comunicar al 0993646867 que pertenece a Nicole Gomezjurado o escribir un mail a nicolegomezjurado.ng@gmail.com

Consentimiento informado

En pleno uso de mis capacidades, comprendo mi participación en este estudio ya que, he sido debidamente informado sobre los riesgos y beneficios que conlleva realizar esta investigación. Todas mis dudas fueron aclaradas.

Firma del docente:

Cédula:

Fecha:

Nombre del investigador:

Firma:

Fecha:

ANEXO C: HERRAMIENTAS PARA LEVANTAMIENTO DE INFORMACIÓN

Características de las familias	Cumple	No cumple
Estrato socioeconómico medio alto		
Duración del divorcio mínimo 6 meses		
El divorcio es contencioso		
La pareja que se está divorciando tiene hijos entre 8 y 10 años		
Todos los miembros de la familia viven en Quito, Ecuador		