



El licenciado en cultura física. Realidades y retos en el siglo XXI. Demandas ingentes de la vida moderna: Incremento de la expectativa de vida. Disminución de la mortalidad

The graduate in physical culture. Realities and challenges in the 21st century. Enormous demands of modern life: Increase in life expectancy. Decrease in mortality

¹Silvio Oraldo Abreu-Aday

Centro de Estudios para la Calidad Educativa y la Investigación Científica

<https://orcid.org/0009-0009-2572-7584>

silviooabreuaday@gmail.com

México, Monterrey

¹Doctor en Ciencias de la Cultura Física. Docente del Doctorado en Educación Física del Centro de Estudios para la Calidad Educativa y la Investigación Científica, México.

Fecha de recepción: 01-04-2026

Fecha de aceptación: 01-06-2026

Fecha de publicación: 01-07-2026

Las obras que se publican en STAR están licenciadas bajo [CC BY-NC-ND 4.0](#)



DOI: <https://doi.org/10.53591/star.v1i2.3428>

Resumen

Introducción: El aumento de la esperanza de vida, la reducción de la mortalidad y los cambios sociales, educativos y tecnológicos han modificado el perfil del licenciado en Cultura Física, ampliando su área de acción hacia la promoción de la salud, la prevención de enfermedades y el liderazgo educativo.

Objetivo: Revisar la evidencia científica sobre las realidades y los retos del licenciado en Cultura Física frente a las demandas del siglo XXI.

Metodología: Se llevó a cabo una revisión sistemática siguiendo las directrices PRISMA 2020. Se realizó una búsqueda en Scopus, Web of Science y ERIC de artículos publicados entre 2020 y 2026 en español, inglés y portugués. Luego de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se seleccionaron 12 estudios, cuya calidad metodológica fue evaluada utilizando el Mixed Methods Appraisal Tool, con un promedio de calidad del 92,1 %.

Resultados : La evidencia mostró una evolución del rol profesional hacia funciones relacionadas con la promoción de la salud, la alfabetización en salud, el liderazgo, la innovación educativa y el trabajo interdisciplinario. Igualmente se señaló la necesidad de fortalecer la formación universitaria mediante competencias digitales, evaluación formativa y enfoques preventivos para responder a los cambios demográficos y sociales.

Discusión: Los hallazgos muestran un cambio paradigmático que sitúa al licenciado en Cultura Física como un actor estratégico para la salud pública y el bienestar social.

Conclusiones: La profesión necesita una actualización curricular continua y la adquisición de competencias interdisciplinarias, tecnológicas y de liderazgo para enfrentar los desafíos contemporáneos de manera efectiva.

Palabras clave: Competencias profesionales; Educación física; formación profesional; promoción de la salud; salud pública.

Abstract

Introduction: The increase in life expectancy, the reduction in mortality, and social, educational, and technological changes have modified the profile of the Physical Education graduate, expanding their area of action towards health promotion, disease prevention, and educational leadership.

Objective: To review the scientific evidence on the realities and challenges faced by graduates in Physical Culture in response to the demands of the 21st century.

Methodology: A systematic review was conducted following the PRISMA 2020 guidelines. A search was conducted in Scopus, Web of Science, and ERIC for articles published between 2020 and 2026 in Spanish, English, and Portuguese. After applying the inclusion and exclusion criteria, 12 studies were selected, whose methodological quality was evaluated using the Mixed Methods Appraisal Tool, with an average quality of 92.1%.

Results: The evidence showed an evolution of the professional role towards functions related to health promotion, health literacy, leadership, educational innovation, and interdisciplinary work. Similarly, the need to strengthen university education through digital competencies, formative assessment, and preventive approaches to respond to demographic and social changes was highlighted.

Discussion: The findings show a paradigmatic shift that positions the graduate in Physical Culture as a strategic actor for public health and social well-being.

Conclusions: The profession needs continuous curricular updates and the acquisition of interdisciplinary, technological, and leadership competencies to effectively address contemporary challenges.

Keywords: Professional competencies; Physical education; vocational training; health promotion; public health.

Introducción

El siglo XXI se distingue por transformaciones significativas en las áreas demográficas, epidemiológicas, tecnológicas y educativas que han vuelto a definir lo que la sociedad necesita y, en consecuencia, el perfil de los profesionales que fomentan estilos de vida saludables. La tendencia ascendente de la esperanza de vida, el descenso en el número de muertes y la prevalencia de enfermedades crónicas no transmisibles han cambiado el enfoque de los sistemas sanitarios, pasando de un modelo enfocado en el tratamiento a uno que se basa en la prevención y promoción del bienestar y la salud integral. La actividad física es uno de los pilares esenciales para elevar la calidad de vida en todas las etapas del ciclo vital, en un contexto que requiere profesionales con habilidades capaces de afrontar retos cada vez más complejos (Czarnecki et al., 2022; Dowling & Lewandrowski, 2024). Además, los cambios sociales, económicos y culturales del siglo XXI requieren que la educación sea más inclusiva, innovadora y enfocada en el desarrollo sostenible. Esto obliga a reconsiderar las funciones convencionales de las profesiones relacionadas con la salud y la educación (Arruti & Paños-Castro, 2025).

En este sentido, el licenciado en Cultura Física deja de ser considerado simplemente un experto en pedagogía deportiva o entrenamiento físico, y pasa a ser un profesional que interviene estratégicamente en la promoción de la salud pública, la prevención de patologías, el desarrollo comunal y la educación integral. La evidencia científica en aumento señala que el ejercicio físico sistemático ayuda de manera importante a disminuir factores de riesgo vinculados con la diabetes, la obesidad, las enfermedades cardiovasculares, los trastornos musculoesqueléticos y el deterioro funcional relacionado con el envejecimiento, y también promueve el bienestar social y psicológico de los individuos (Czarnecki et al., 2022). En consecuencia, la práctica profesional supera los espacios deportivos convencionales y se convierte en interdisciplinaria en entidades educativas, organizaciones de la comunidad, centros sanitarios y políticas públicas que buscan mejorar la calidad de vida y promover el envejecimiento saludable (Dowling & Lewandrowski, 2024).

La evolución histórica de la Educación Física manifiesta de manera clara esta transformación de ideas. A lo largo de una buena parte del siglo XX, la disciplina se centró en el desarrollo del rendimiento físico, la preparación para el deporte y la mejora de las habilidades motrices. No obstante, estudios de vanguardia han evidenciado que la educación física es un componente clave en las estrategias de salud pública, por su potencial para elevar el grado de actividad física de las personas y prevenir diversas enfermedades (Sallis & McKenzie, 1991). Más tarde, las propuestas curriculares incluyeron puntos de vista enfocados en la educación para la salud, el aprendizaje significativo y la formación integral del alumno, fomentando metodologías activas y enfoques pedagógicos que reforzaban prácticas saludables desde los primeros años de vida (Devís & Peiró, 1992). Evolución que, de manera reciente, ha sido

corroborada por medio del análisis de la historia y los planes de estudio, lo cual demuestra el paso desde modelos principalmente deportivos a enfoques educativos basados en incluir a todos los individuos, fomentar estilos de vida saludables constantemente, la ciudadanía activa y el desarrollo humano (Carrillo-López et al., 2023).

Esta transformación ha hecho que la figura profesional del licenciado en Cultura Física se haya expandido de manera significativa en las últimas décadas. La literatura internacional contemporánea concuerda en que estas personas se ocupan de promover la salud, educar de manera preventiva, dirigir programas comunitarios de actividad física, diseñar intervenciones para diferentes grupos y coordinar iniciativas intersectoriales orientadas al bienestar colectivo. En este contexto, los estudiantes y profesionales universitarios reconocen que la promoción de la salud es uno de los pilares esenciales de su identidad profesional, y van más allá del enfoque clásico que solo se centra en el deporte competitivo (Nasário et al., 2020). Además, se ha propuesto que la Educación Física es un campo privilegiado para el desarrollo de habilidades relacionadas con la salud integral, lo cual permite adoptar comportamientos saludables mediante métodos pedagógicos novedosos (Harris & Cale, 2022).

En el mismo sentido, el profesional actual tiene que tomar roles de liderazgo en modelos integrales de bienestar escolar y comunitario, cooperando con equipos interdisciplinarios responsables de cuidar los aspectos físicos, psicológicos y sociales de la salud (Fleming & Kearns, 2022). Esta responsabilidad incluye la coordinación de programas integrales de actividad física, liderar procesos dentro de la institución para fomentar estilos de vida saludables y participar activamente en la creación de políticas educativas y sanitarias (Shirotriya & Beighle, 2022). Igualmente, los enfoques más contemporáneos sostienen que el docente de educación física del siglo XXI debe convertirse en un facilitador del aprendizaje, un gestor de la inclusión y un agente de cambio social capaz de responder a las nuevas demandas que surgen del envejecimiento poblacional, la diversidad cultural y las tecnologías que cambian rápidamente (Dobson, 2026). En este escenario, se sostiene que la alfabetización en salud es una competencia esencial que posibilita a los profesionales elaborar procesos educativos enfocados en que las personas entiendan, interpreten y utilicen información vinculada con la salud para tomar decisiones responsables a lo largo de su vida (Hernaiz-Sánchez & Sal-De-rellán, 2026).

La creación de este nuevo perfil profesional requiere, sin lugar a dudas, una transformación integral de los programas universitarios encargados de la formación inicial. Varios estudios concuerdan en que para cumplir con los nuevos requerimientos de la sociedad, las instituciones de educación superior tienen que examinar sus planes de estudio constantemente, fortaleciendo habilidades digitales, interdisciplinarias, investigativas y de liderazgo. La adaptación de los programas de maestría en Educación Física y Deporte, en este sentido, resalta la necesidad de adecuar los procesos educativos a las demandas sociales y profesionales actuales (Mikhailova et al., 2020). Además, los procesos de desarrollo profesional sostenidos en la reflexión crítica, la innovación pedagógica y el aprendizaje constante son subrayados por las tendencias globales en formación docente (Lipovec y Tekavc, 2023).

Desde la formación inicial también se perciben desafíos significativos vinculados a capacitar a los profesionales del futuro para que afronten las demandas de los sistemas educativos actuales. El reforzamiento de la capacitación en la evaluación del estado físico relacionado con la salud, el uso de métodos interdisciplinarios y la actualización constante de los contenidos curriculares son algunos de los puntos más destacados (Liu et al., 2023). Igualmente, el examen de la formación docente en Educación Física, tanto en el pasado como en el presente y el futuro, revela que es necesario reconsiderar los métodos de enseñanza convencionales para abordar cuestiones nuevas, como la inclusión, la salud pública, la igualdad y la innovación educativa (Curtner-Smith & Fletcher, 2024).

Según estos cambios, el perfil de competencias del licenciado en Cultura Física actualmente incluye habilidades que superan el control técnico y disciplinario. Como lo indica la evidencia científica, los hábitos de salud de los profesores tienen impacto en su credibilidad como promotores de estilos de vida activos; por eso, el autocuidado es una competencia profesional importante (Nowak et al., 2024). La alfabetización crítica en salud se presenta, a la vez, como un elemento imprescindible para comprender información científica, tomar decisiones informadas y dirigir procesos educativos orientados a diferentes grupos poblacionales (Zhang et al., 2026). Además, se suma la rápida digitalización de la Educación Física, que incorpora tecnologías emergentes, inteligencia artificial, análisis de datos y

recursos digitales para optimizar los procedimientos de enseñanza, evaluación e investigación. Esto genera nuevos retos y oportunidades para el trabajo (Chai et al., 2025). Asimismo, la literatura especializada indica que un profesor de educación física de calidad debe tener una mezcla de habilidades pedagógicas, liderazgo, comunicación eficaz, ética profesional, capacidad para reflexionar y dedicación al aprendizaje continuo. Estos son factores fundamentales para encarar las condiciones educativas actuales (Villaverde-Caramés et al., 2021).

Las transformaciones sociales actuales exigen que la práctica profesional incluya perspectivas inclusivas y que sean conscientes de la diversidad en los contextos familiares y educativos. La diversidad creciente de las estructuras familiares y de los rasgos socioculturales del alumnado requiere que se diseñen intervenciones pedagógicas adaptables y flexibles, que respondan a las exigencias de cada comunidad educativa (Caminero-Medina et al., 2025). Asimismo, la promoción de la salud tiene que abarcar el bienestar de los educadores mismos, alentar ambientes laborales sanos y planes institucionales que ayuden a elevar la calidad de vida del equipo docente (Carmona et al., 2025). En esta línea, la evaluación tiene un rol estratégico como instrumento que guía el aprendizaje, retroalimenta el desarrollo de competencias y permite la mejora constante. La propuesta de Blázquez (2017) acerca del enfoque de la evaluación formativa se establece como un modelo para entender que la evaluación en Educación Física debe trascender a una mera medición del desempeño y transformarse en un proceso continuo, participativo y enfocado en el desarrollo completo de los alumnos y las habilidades profesionales.

A pesar del aumento en la cantidad de investigaciones sobre innovación educativa, formación docente, promoción de la salud y educación física, se mantiene dispersa la evidencia existente sobre el desarrollo del licenciado en Cultura Física como profesional capaz de afrontar los retos que surgen a raíz del envejecimiento poblacional, la transición epidemiológica y las emergentes exigencias sociales del siglo XXI. Por lo tanto, es imprescindible realizar una revisión sistemática que resuma el conocimiento científico existente acerca de los desafíos y las realidades actuales de esta profesión, reconociendo las competencias emergentes, los cambios en los planes de estudio y las posibilidades de desarrollo que faciliten robustecer su contribución a la salud pública, la educación y el bienestar social.

Método

Este trabajo se llevó a cabo mediante una revisión sistemática de la literatura, con el propósito de detectar, examinar y resumir las pruebas científicas relacionadas con los desafíos y las realidades del licenciado en Cultura Física ante las demandas del siglo XXI. Se enfoca sobre todo en aquellas que están asociadas con el aumento de la esperanza de vida, la reducción de la mortalidad, el fomento de la salud y los cambios en los contextos educativos y sociales. La revisión se programó y se llevó a cabo siguiendo las sugerencias de la declaración PRISMA 2020 (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses), que es el estándar global para la organización, ejecución y exposición de revisiones sistemáticas, ya que ofrece un marco metodológico que garantiza transparencia, reproducibilidad y rigor científico en los procesos de identificación, selección, evaluación e inclusión de investigaciones (Page et al., 2021).

La cuestión de investigación se formuló a partir del propósito del estudio y estuvo enfocada en determinar la evidencia científica existente acerca de cómo ha cambiado el papel del licenciado en Cultura Física, así como las habilidades profesionales requeridas para enfrentar los desafíos demográficos, tecnológicos, educativos y epidemiológicos del siglo XXI. Como resultado, el proceso metodológico comprendió definir la estrategia de búsqueda, escoger las bases de datos, determinar los criterios para incluir o excluir información, analizar la calidad metodológica de los estudios a través de la herramienta Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT, versión 2018) y llevar a cabo una síntesis cualitativa de la evidencia científica.

Fuentes de datos y estrategias de búsqueda

Se realizó la búsqueda bibliográfica en ERIC, Scopus y Web of Science, seleccionadas por su importancia para los campos de Ciencias de la Educación, Promoción de la Salud, Ciencias del Deporte y Educación Física, así como por su prestigio internacional y cobertura multidisciplinaria.

Se eligió Scopus porque es una de las bases de datos más extensas en cuanto a literatura científica revisada por pares, que incluye revistas con un alto impacto en los campos de salud, educación y ciencias del ejercicio. La Web of Science fue añadida debido a su precisión en los criterios de indexación y porque agrupa estudios con estándares metodológicos altos, lo cual permite la obtención de evidencia científica de alta calidad. Por último, se incorporó ERIC debido a que es la base de datos más importante en el ámbito educativo, así como en la capacitación docente y la innovación pedagógica. Esto permite acceder a investigaciones vinculadas con la formación profesional del licenciado en Cultura Física y al desarrollo de la Educación Física en los diversos niveles educativos.

La investigación abarcó publicaciones que se hicieron entre enero de 2020 y junio de 2026, una etapa en la que se concentró la producción científica más reciente acerca de temas como el liderazgo docente, la alfabetización en salud, las competencias profesionales, la innovación curricular, la transformación digital y el fomento de modos de vida saludables. Los trabajos que se publicaron en inglés, español y portugués fueron incorporados debido a que estos son los idiomas más utilizados en la producción científica internacional de este campo.

Para crear la estrategia de búsqueda, se unieron términos libres y descriptores de los tesauros Medical Subject Headings (MeSH) y Descriptores en Ciencias de la Salud (DeCS). Para extender o limitar la recuperación de registros, se emplearon los operadores booleanos OR y AND, además de filtros relacionados con artículos de investigación revisados por pares, disponibilidad del texto completo y periodo de publicación definido.

Educaciones de búsqueda

Scopus:

TITLE-ABS-KEY ("physical education" OR "physical educator" OR "physical education teacher" OR "physical education professional") AND TITLE-ABS-KEY ("health promotion" OR "health literacy" OR "healthy aging" OR "physical activity") AND TITLE-ABS-KEY ("teacher education" OR competencies OR "higher education")

Web of Science:

TS=("physical education" OR "physical educator") AND TS=("health promotion" OR "health literacy" OR "physical activity") AND TS=("teacher education" OR competencies)

ERIC:

("physical education") AND ("teacher education") AND ("health promotion") AND ("professional competencies")

Criterios de elegibilidad

Criterios de inclusión:

- Artículos originales de investigación que tengan una perspectiva cuantitativa, cualitativa o mixta.
- Estudios hechos con profesores de educación física, licenciados en cultura física, expertos en actividad física, alumnos universitarios de educación física o especialistas vinculados a la promoción de la salud.
- Estudios realizados en contextos de educación, universidades, comunidades, deportes o relacionados con la promoción de la salud.
- Estudios enfocados en habilidades profesionales, liderazgo, capacitación docente, alfabetización en salud, digitalización, innovación curricular, fomento de hábitos saludables o cambios en el rol

profesional.

- Artículos publicados entre 2020 y 2026.
- Artículos que están disponibles en inglés, español o portugués.
- Investigaciones accesibles en su totalidad (HTML o PDF).
- Investigaciones publicadas en revistas científicas que cuentan con arbitraje e indexación.

Criterios de exclusión:

- Tesis, resúmenes de congresos, capítulos de libros, cartas al director, informes técnicos y opiniones.
- Investigaciones duplicadas que se encuentran en diferentes bases de datos.
- Estudios que se centran únicamente en el desempeño deportivo y que no están relacionados con la práctica profesional competitiva, ni con la educación, ni con la promoción de la salud.
- Publicaciones que no tienen el texto completo.
- Investigaciones que no describan con claridad la metodología utilizada, la población analizada o los métodos empleados.
- Estudios cuyos hallazgos no se alineen con la cuestión de investigación propuesta.

Procedimiento de selección de artículos

La búsqueda en la bibliografía hizo posible que se encontraran 296 registros al principio, de los cuales 142 fueron encontrados en Scopus, 98 en la Web of Science y 56 en ERIC. Luego, se eliminaron 64 registros duplicados con el gestor de referencias Mendeley, lo que dejó un total de 232 registros únicos para la fase de selección.

En la fase inicial, se analizaron los títulos y resúmenes de 232 registros; se eliminaron 158 publicaciones porque no trataban sobre el tema del estudio, tenían poblaciones distintas o perseguían metas diferentes a las definidas. 74 artículos fueron considerados potencialmente elegibles a partir de este proceso y se pasaron al paso de recuperación del texto completo. No obstante, no fue posible recuperar 18 documentos porque no había acceso a ellos o el texto completo no estaba disponible.

Se evaluaron de manera completa 56 artículos para decidir si eran elegibles. Después de aplicar los criterios de inclusión y exclusión, se eliminaron 44 estudios: 18 porque estaban relacionados con contextos o poblaciones diferentes al objeto de estudio, 16 porque sus objetivos no coincidían con la pregunta de investigación establecida y 10 porque no cumplían los criterios metodológicos establecidos previamente. El proceso de selección culminó con 12 artículos científicos que se incorporaron a la revisión sistemática.

La evaluación de títulos, resúmenes y textos completos se realizó en secuencia por dos revisores independientes, quienes llevaron a cabo el proceso integral de selección. Cuando fue requerido, un tercer investigador se involucró para garantizar la transparencia y la capacidad de reproducir el proceso de selección en conformidad con las sugerencias de la declaración PRISMA 2020. Las diferencias se solucionaron a través del consenso y el debate académico.

Evaluación de la calidad metodológica de los estudios

La Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT), versión 2018, fue utilizada para evaluar la calidad metodológica de los doce estudios incluidos. Esta herramienta está destinada a valorar investigaciones

cualitativas, cuantitativas y de métodos mixtos (Hong et al., 2018). Diez criterios fueron tomados en cuenta para la evaluación: la claridad de los objetivos, la pertinencia del diseño metodológico, el rigor de los procesos, la validez y confiabilidad de las herramientas, el nivel de análisis de datos, los aspectos éticos considerados, la coherencia entre conclusiones y resultados, el reconocimiento de las limitaciones en términos metodológicos, la transparencia informativa y lo relevante que cada estudio es desde un punto de vista científico.

Los hallazgos mostraron que los 12 estudios presentaban una calidad metodológica promedio del 92,1 %, lo que los ubicó a todos en la categoría de alta calidad metodológica. Una investigación logró el 85%, tres investigaciones lograron el 95% y siete estudios lograron el 90%; todos estos resultados están dentro del rango de alta calidad. Los elementos que mostraron un rigor metodológico apropiado en todas las investigaciones analizadas fueron la claridad de los objetivos, la adecuación del diseño metodológico, la consistencia del análisis de datos y la relevancia científica de los hallazgos.

Las limitaciones que se encontraron en términos de metodología fueron, entre otras, la descripción incompleta de temas éticos, la escasa identificación de las restricciones metodológicas y la falta de información sobre cuán reproducibles son ciertos procedimientos. No obstante, estas debilidades fueron específicas y no impactaron la solidez general de la evidencia, porque todos los estudios se publicaron en revistas científicas indexadas y de arbitraje, exhibieron concordancia entre los objetivos, la metodología y los resultados, y brindaron información relevante para contestar a la pregunta de investigación.

Extracción y análisis de datos

Se confeccionó una matriz de extracción en Microsoft Excel a partir de los doce estudios seleccionados. En ella se anotaron variables tales como el autor, el año de publicación, la nación, la finalidad, la metodología empleada, la población objeto del estudio, las herramientas utilizadas y las variables que fueron analizadas. También se incluyeron los resultados más relevantes y las conclusiones. Simultáneamente, se llevó a cabo la gestión de las referencias bibliográficas con el gestor Mendeley. Esta herramienta ayudó en la organización de la literatura científica, así como en la identificación de registros duplicados y en la normalización de las referencias según los lineamientos establecidos por la APA (7.^a edición).

La información fue analizada de manera temática después, utilizando un enfoque inductivo que permitió reconocer patrones comunes, similitudes y diferencias entre las investigaciones. Seis categorías temáticas, que sirvieron para estructurar la síntesis de la evidencia, se desprendieron de este proceso: (1) el cambio del papel profesional del licenciado en Cultura Física; (2) el fomento de la salud y la prevención de las enfermedades; (3) nuevas competencias profesionales; (4) la modificación de la formación universitaria; (5) liderazgo e innovación educativa; y (6) retos que surgen a causa de las transformaciones demográficas, tecnológicas y sociales ocurridas en el siglo XXI. Esta estrategia posibilitó la integración crítica de los resultados de los estudios incluidos y la elaboración de un resumen interpretativo orientado a dar respuesta a la pregunta de investigación y conseguir las metas propuestas.

Resultados

Tabla 1. Resultados de la evaluación de la calidad metodológica de los estudios incluidos

Estudio	C1	C2	C3	C4	C5	C6	C7	C8	C9	C10	Puntaje total	% calidad metodológica	Categoría
Nasário et al. (2020)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	1	9.0	90%	Alta calidad
McLoughlin y Graber (2021)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	1	9.0	90%	Alta calidad
Berrigan et al. (2022)	1	1	1	1	1	1	1	0.5	1	1	9.5	95%	Alta calidad
Centeio et al. (2023)	1	1	1	1	1	0.5	1	1	1	1	9.5	95%	Alta calidad
Villaverde-Caramés et al. (2021)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	1	9.0	90%	Alta calidad
Liu et al. (2023)	1	1	1	1	1	1	1	0.5	1	1	9.5	95%	Alta calidad

Nowak et al. (2024)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	1	9.0	90%	Alta calidad
Mellon et al. (2024)	1	1	1	1	1	1	1	0.5	1	1	9.5	95%	Alta calidad
Bezeau et al. (2025)	1	1	1	1	1	0.5	1	1	1	1	9.5	95%	Alta calidad
McKown et al. (2025)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	1	9.0	90%	Alta calidad
Drenowatz et al. (2025)	1	1	1	1	1	0.5	1	0.5	1	0.5	8.5	85%	Alta calidad
Zhang et al. (2026)	1	1	1	1	1	1	1	0.5	1	1	9.5	95%	Alta calidad
Promedio general											9.21	92.1 %	Alta calidad

Nota 1:

- C1= Los objetivos o preguntas de investigación están claramente formulados y justifican el estudio.
- C2= El diseño del estudio (cualitativo, cuantitativo, revisión, etc.) es adecuado para responder al objetivo.
- C3= Se describen de manera clara los métodos, procedimientos, criterios de inclusión/exclusión y muestreo.
- C4= Los instrumentos o técnicas de recolección de datos son válidos, confiables y apropiados.
- C4= El análisis (estadístico, temático, comparativo, etc.) es coherente con los objetivos y tipo de estudio.
- C6= Se mencionan aspectos éticos (consentimiento informado, aprobación institucional, confidencialidad).
- C7= Las conclusiones derivan de los resultados y responden al objetivo planteado.
- C8= El estudio reconoce sus limitaciones metodológicas o sesgos potenciales.
- C9= La información metodológica permite la replicación del estudio o su comprensión completa.
- C10= El estudio aporta evidencia útil, actual y pertinente para el campo de conocimiento.

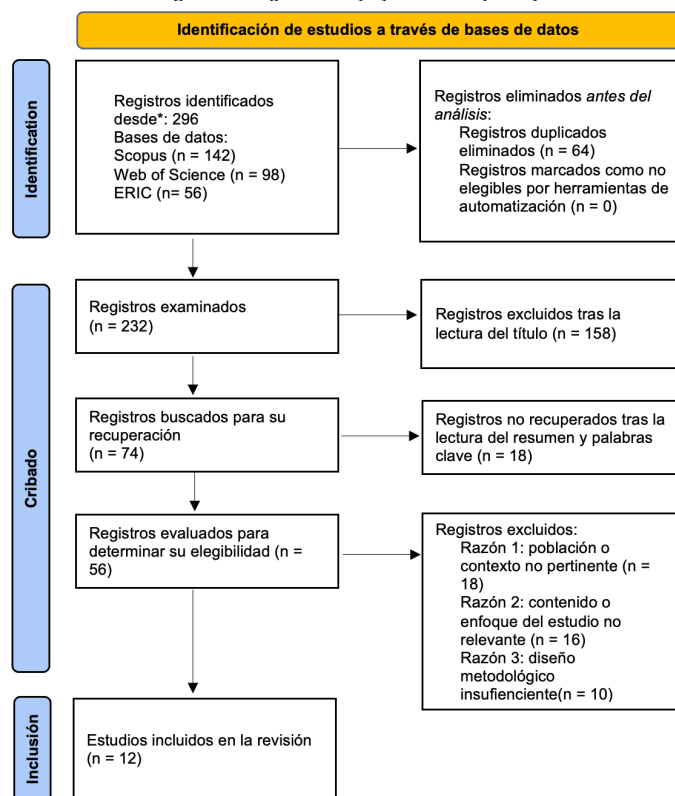
Nota 2: Puntuación global: Sí = 1 punto; Parcial = 0.5 puntos; No / No se determina = 0 puntos

Nota 3: Cálculo final: Suma total ÷ 10 × 100 = % de calidad metodológica

Nota 4: Categorías: 80–100% = Alta calidad 60–79% = Calidad moderada <60% = Baja calidad

Fuente: Adaptado de Hong et al. (2018). MMAT.

Figura 1. Diagrama de flujo PRISMA (2020)



Fuente: Page et al. (2021).

Tabla 2. Principales características y hallazgos de los estudios incluidos en la revisión sistemática

#	Autor (año)	País	Muestra / Edad	Objetivo	Diseño / Instrumentos	Variables	Resultados principales	Conclusión
1	Nasário et al. (2020)	Brasil	Profesionales y estudiantes universitarios de Educación Física (adultos)	Análisis de las actitudes y valores sobre el papel del profesional de educación física en la promoción de la salud.	Estudio transversal con un cuestionario estructurado.	Valores profesionales, actitudes profesionales, promoción de la salud.	Los participantes coincidieron en que la promoción de la salud constituye una responsabilidad esencial del profesional de la Educación Física, mostrando actitudes	La formación universitaria debe fortalecer la promoción de la salud como eje transversal para consolidar el rol del profesional en

							favorables a la adopción de un enfoque preventivo e interdisciplinario. Sin embargo, se encontraron diferencias entre los estudiantes y los profesionales con experiencia en la forma en que perciben sus competencias.	los sistemas educativo y sanitario.
2	McLoughlin y Graber (2021)	Estados Unidos	Estudios incluidos en programas escolares de promoción de la salud	Estudiar la aportación de la Educación Física en los programas escolares integrales de promoción de la salud.	Revisión de investigaciones sobre programas escolares.	Actividad física, salud escolar, promoción de la salud.	La Educación Física propició el aumento de los niveles de actividad física moderada y vigorosa, favoreciendo el desarrollo de hábitos saludables y mejorando la coordinación entre escuela, familia y comunidad.	La Educación Física es un elemento estratégico en los programas integrales de salud escolar.
3	Berrigan et al. (2022)	Canadá	Estudiantes de educación básica participantes en un programa escolar	Evaluación de los beneficios de un programa de actividad física diaria supervisado por profesores especializados.	Estudio mixto cuantitativo y entrevistas.	Actividad física diaria, bienestar, percepción estudiantil.	La práctica diaria de actividad física aumentó la participación activa de los estudiantes, mejoró su condición física y fortaleció la motivación hacia estilos de vida saludables. Los docentes destacaron mayor interacción y compromiso escolar.	Los programas dirigidos por docentes especializados producen beneficios físicos, sociales y educativos sostenibles.
4	Centeio et al. (2023)	Estados Unidos	Profesores de Educación Física	Análisis de la influencia de los atributos y actitudes de los docentes en la promoción de la actividad física.	Estudio correlacional con cuestionarios.	Actitudes, liderazgo docente, promoción de actividad física.	Los docentes con mayor autoeficacia, liderazgo y compromiso profesional desarrollaron más estrategias para promover la actividad física dentro y fuera del horario escolar.	Las competencias personales del docente, influyen de manera directa en la promoción de los estilos de vida activos.
5	Villaverde-Caramés et al. (2021)	España	Literatura científica sobre formación docente	Determinar las características que identifican a un buen docente de Educación Física.	Revisión bibliográfica.	Habilidades docentes, liderazgo, innovación pedagógica.	Se encontraron habilidades recurrentes como liderazgo, comunicación, innovación metodológica, capacidad reflexiva, motivación y compromiso ético.	La formación inicial debe orientarse al desarrollo integral de las competencias profesionales y no únicamente al dominio técnico.
6	Liu et al. (2023)	Estados Unidos	Profesores universitarios responsables de la formación docente	Analizar la preparación universitaria en torno a la evaluación del estado físico para la salud.	Estudio descriptivo mediante cuestionarios.	Capacitación universitaria, evaluación física, habilidades profesionales.	Se encontraron diferencias entre universidades en cuanto al tiempo dedicado a la enseñanza de pruebas de condición física, lo que pone de relieve la necesidad de reforzar la formación práctica e interpretación de resultados.	La condición física ha de evaluarse como una competencia esencial del futuro profesional.

7	Nowak et al. (2024)	Polonia	Docentes y estudiantes universitarios de Educación Física	Determinar los factores que influyen en los comportamientos saludables.	Estudio transversal con cuestionarios validados.	Hábitos saludables, actividad física, alimentación y autocuidado.	Los docentes tuvieron mejores indicadores de estilos de vida saludables que los estudiantes, aunque ambos grupos mostraron debilidades en relación con la alimentación equilibrada y el manejo del estrés.	Durante su formación y ejercicio laboral, el profesional debe ser modelo de estilos de vida saludables.
8	Mellon et al. (2024)	Canadá	Docentes de educación básica	Explorar la percepción de los docentes sobre la promoción del sueño saludable en las escuelas.	Entrevistas semiestructuradas: estudio cualitativo.	Sueño, bienestar escolar, promoción de la salud.	Los docentes reconocieron la importancia del sueño para el rendimiento escolar, aunque señalaron limitaciones institucionales y escasa capacitación para desarrollar intervenciones educativas sobre esta temática.	La promoción de la salud escolar debe incluir la educación del sueño como parte complementaria de la actividad física.
9	Bezeau et al. (2025)	Canadá	Profesores de Educación Física	Examinar los métodos de evaluación empleados en la educación para la salud.	Investigación cualitativa mediante entrevistas y análisis documental.	Evaluación, educación sanitaria, competencias docentes.	Las estrategias de evaluación formativa, orientadas al seguimiento del aprendizaje, fueron las que más se utilizaron. Sin embargo, todavía existen diferencias entre las instituciones en el uso de criterios e instrumentos de evaluación.	La evaluación es fundamental para fortalecer la alfabetización en salud y el aprendizaje significativo.
10	McKown et al. (2025)	Estados Unidos	Programas universitarios de formación docente	Explorar la preparación de los futuros docentes como líderes de programas integrales de actividad física escolar.	Estudio descriptivo a nivel nacional a través de encuesta institucional.	Liderazgo. Formación profesional. Programas escolares.	A pesar de que la mayoría de los programas incluyen contenidos sobre liderazgo, persisten importantes diferencias en la formación práctica para la implementación de programas integrales de actividad física.	Es necesario reforzar el liderazgo profesional desde la formación universitaria inicial.
11	Drenowatz et al. (2025)	Austria	Adolescentes escolarizados	Estudiar la importancia que se le da y la actitud hacia la Educación Física según el sexo, la edad y el estado nutricional.	Estudio transversal con la aplicación de cuestionarios.	Actitudes, percepción, Educación Física.	Con la edad disminuyó la valoración positiva de la Educación Física, observándose diferencias según sexo y estado nutricional. Los estudiantes que hacían actividad física presentaron actitudes más favorables.	Los profesores de Educación Física se enfrentan al reto prioritario de fomentar la motivación y participación de los alumnos.
12	Zhang et al. (2026)	China	Profesores de Educación Física	Elaborar un modelo teórico de alfabetización crítica en salud.	Investigación cualitativa basada en teoría fundamentada.	Alfabetización sanitaria, competencias docentes, pensamiento crítico.	Se identificaron dimensiones relacionadas con conocimientos científicos, pensamiento crítico, comunicación, toma de decisiones y liderazgo para la promoción de la	La alfabetización crítica de la salud es una competencia necesaria para el profesional de la educación física del siglo XXI.

Fuente: Elaboración propia a partir de los estudios incluidos en la revisión sistemática.

Síntesis narrativa

Las investigaciones analizadas revelan una transformación significativa en el rol del licenciado en Cultura Física, que ha evolucionado de desempeñar una función tradicional enfocada en la enseñanza de habilidades motoras y el desempeño deportivo a desarrollar un perfil profesional que promueve la salud, la educación integral y la participación comunitaria. De acuerdo con Nasário et al. (2020), la promoción de la salud es vista por estudiantes y profesionales como un componente fundamental de su identidad profesional, mientras que McLoughlin y Graber (2021) apuntan que la Educación Física es una parte clave de los programas escolares integrales de salud, lo que ayuda a incrementar los índices de actividad física y fomentar costumbres saludables. Asimismo, Berrigan et al. (2022) han evidenciado que los programas de actividad física diaria liderados por maestros especializados generan avances no solo en la condición física, sino también en la motivación, el bienestar general del alumnado y su participación en la escuela. Estos descubrimientos son concordantes con las ideas de Dobson (2026), que sostiene que el profesional del siglo XXI tiene que superar la función de instructor y transformarse en un agente de cambio social con la habilidad para actuar en los sectores sanitario, educativo y comunitario.

La promoción de la salud y la prevención de enfermedades son, en la actualidad, uno de los pilares fundamentales del desempeño profesional, según lo respalda también la evidencia revisada. Según la investigación hecha por Nowak et al. (2024), los hábitos sanos que tiene el profesorado afectan directamente su habilidad de promover en los alumnos un estilo de vida activo, lo cual fortalece la función del maestro como ejemplo de comportamiento saludable. Siguiendo la misma línea, Mellon et al. (2024) amplían el concepto de promoción de la salud al incluir la educación sobre el sueño como un componente fundamental del bienestar integral, mientras que Bezeau et al. (2025) enfatizan que las prácticas de evaluación en la materia de Educación Física no solo deben enfocarse en el desempeño físico, sino también en el seguimiento de habilidades vinculadas con la salud. Asimismo, el modelo de alfabetización crítica en salud que Zhang et al. (2026) han desarrollado demuestra que la comunicación efectiva, la reflexión crítica y la toma de decisiones informada son aspectos fundamentales para abordar los desafíos actuales de salud pública. Estos resultados concuerdan con la sugerencia de Sal-De-rellán y Hernaiz-Sánchez (2026), que plantean que la alfabetización en salud debería ser instaurada como una habilidad transversal en la capacitación y el crecimiento profesional de los educadores de Educación Física.

La revisión indica que las competencias profesionales emergentes requieren habilidades más allá de la maestría disciplinaria para el desempeño del licenciado en Cultura Física. En su revisión, Villaverde-Caramés et al. (2021) consideran como competencias fundamentales el compromiso ético, la capacidad reflexiva, la comunicación, la innovación metodológica y el liderazgo; a su vez, Liu et al. (2023) subrayan la importancia de reforzar la formación universitaria en cuanto a evaluación de la condición física vinculada con la salud e interpretación de indicadores funcionales para tomar decisiones en el ámbito profesional. De manera similar, McKown et al. (2025) evidencian que la formación inicial continúa mostrando diferencias importantes en la capacitación de los docentes futuros para dirigir programas integrales de actividad física, lo cual destaca la necesidad de actualizar los planes de estudio universitarios. Esta transformación educativa cobra especial importancia ante el rápido proceso de digitalización de la Educación Física que Chai et al. (2025) describen, y que señalan la inclusión de tecnologías digitales, inteligencia artificial y análisis de datos como una de las tendencias globales más destacadas que cambiarán las habilidades profesionales en el futuro cercano.

Finalmente, las investigaciones analizadas señalan que los retos derivados de cambios demográficos, tecnológicos y sociales exigen del profesional una mayor capacidad para adaptarse e intervenir de manera interdisciplinaria. La disminución en la valoración de la Educación Física que Drenowatz et al. (2025) han detectado en algunos conjuntos de adolescentes evidencia que es preciso crear estrategias pedagógicas más inclusivas y motivadoras, que se ajusten a las expectativas de las generaciones

recientes. Simultáneamente, Centeio et al. (2023) encuentran que el liderazgo, la autoeficacia y la dedicación de los maestros tienen un impacto importante en la puesta en marcha de programas eficaces para promover el ejercicio físico. A esto se le suman las transformaciones en los ámbitos laboral y educativo, que exigen prestar más atención al bienestar de los mismos profesionales. Según Carmona et al. (2025), es importante desarrollar políticas institucionales para respaldar la salud y la calidad de vida del personal docente. La totalidad de la evidencia científica demuestra que el licenciado en Cultura Física se enfrenta a un panorama caracterizado por el envejecimiento poblacional, la innovación tecnológica, la diversidad de contextos educativos y el aumento de las exigencias en términos de intervenciones preventivas. Esto requiere una capacitación constante, habilidades interdisciplinarias y un compromiso activo con las políticas para fomentar el desarrollo social y la salud.

Discusión

Los hallazgos de esta revisión sistemática indican un cambio importante en el papel del licenciado en Cultura Física, lo que confirma que el paradigma clásico enfocado en la instrucción de destrezas motrices y el rendimiento deportivo ha progresado hacia un modelo profesional más extenso, dirigido a fomentar la salud, prevenir las enfermedades, liderar en educación e intervenir en la comunidad. La transición se debe a nuevas demandas que han surgido debido al envejecimiento de la población, el cambio epidemiológico, la digitalización y la variedad de entornos educativos, elementos que han reconfigurado las competencias y los deberes del especialista en Cultura Física en el siglo XXI.

Los hallazgos corroboran que la transformación de paradigma profesional es uno de los procesos más importantes experimentados por la educación física en las últimas décadas. Aunque las primeras aproximaciones sostenían que la función primordial de la Educación Física era colaborar con la salud pública mediante el aumento de la actividad física de los ciudadanos (Sallis & McKenzie, 1991), más tarde se estableció un enfoque pedagógico enfocado en el desarrollo completo del individuo y en educar para la salud (Devís & Peiró, 1992). Según los hallazgos de esta revisión, esta transformación continúa consolidándose. Nasário et al. (2020) descubrieron que los mismos profesionales consideran que fomentar la salud es parte de su identidad profesional. Esta transformación se alinea con las posiciones de Harris y Cale (2022), quienes sostienen que la Educación Física tiene que ir más allá de la instrucción de contenidos motrices y transformarse en un espacio educativo enfocado en adoptar estilos de vida saludables. Asimismo, Dobson (2026) sostiene que el profesional actual tiene la responsabilidad de ser un agente de cambio social, con la habilidad de incidir en espacios sanitarios, educativos y comunitarios; esta interpretación está totalmente respaldada por las pruebas sintetizadas en esta revisión.

El rol del licenciado en Cultura Física ante el envejecimiento de la población y la subida de las enfermedades crónicas no transmisibles es otro aspecto que cuenta con un amplio respaldo por parte de los estudios revisados. Que las personas vivan más años ha producido nuevas demandas en cuanto a la prevención de enfermedades, el mantenimiento de la capacidad funcional y un envejecimiento saludable. En esta línea, Czarnecki et al. (2022) han evidenciado que el ejercicio físico regular brinda ventajas psicológicas, funcionales y fisiológicas a lo largo de todo el ciclo de vida, mientras que Dowling y Lewandrowski (2024) subrayan que para alcanzar una longevidad saludable se necesitan modelos preventivos donde la actividad física es uno de los elementos fundamentales. Esta perspectiva se confirma en los hallazgos de McLoughlin y Graber (2021), que muestran que los programas escolares integrales para promover la salud contribuyen a crear tempranamente costumbres saludables, lo que ayuda a disminuir los factores de riesgo relacionados con las enfermedades crónicas en etapas más avanzadas de la vida. El modelo de alfabetización crítica en salud que sugieren Zhang et al. (2026), por otro lado, desarrolla esta perspectiva al indicar que la habilidad para entender, analizar y aplicar información científica vinculada con la salud es una competencia esencial para hacer frente a los desafíos epidemiológicos actuales.

Además, la revisión confirma que hoy en día, la promoción de la salud es el eje central del ejercicio profesional del licenciado en Cultura Física. Los análisis seleccionados demuestran que la Educación Física ha ido más allá del aumento de la eficiencia motora y ha incluido aspectos vinculados con el bienestar físico, psíquico y social. Fleming y Kearns (2022) sostienen, en esta línea, que los educadores físicos tienen que integrarse a los modelos escolares que combinan servicios de educación, salud y comunidad para fomentar el bienestar completo de los estudiantes. Shirotriya y Beighle (2022), al

mismo tiempo, piensan que los maestros tienen la responsabilidad de liderar los programas de actividad física integral en las escuelas, organizando acciones a nivel institucional que promuevan la adopción de estilos de vida activos. Los hallazgos de Centeio et al. (2023) revelan que la implementación de estrategias para fomentar la actividad física es directamente afectada por el liderazgo docente, las actitudes y la autoeficacia, en tanto que Bezeau et al. (2025) demuestran que las prácticas de evaluación dirigidas a la educación para la salud benefician el aprendizaje significativo y la autorregulación del alumnado. Mellon et al. (2024), de manera adicional, añaden la educación sobre el sueño como un aspecto más del bienestar, extendiendo así el enfoque clásico de promoción de la salud que se ha desarrollado a partir de la Educación Física.

Los datos muestran que las instituciones de educación superior tienen el desafío de ajustar sus programas académicos a un ambiente laboral cada vez más complicado en cuanto a la formación universitaria. Según Mikhailova et al. (2020), la transformación de los programas de posgrado ha sido promovida precisamente por la necesidad de preparar profesionales con habilidades interdisciplinarias para afrontar los nuevos desafíos sociales. Lipovec y Tekavc (2023) afirman que el desarrollo profesional continuo y la innovación pedagógica son esenciales para la capacitación de los profesores en la actualidad, apoyando así esta necesidad. Además, según Curtner-Smith y Fletcher (2024), la formación del profesorado tiene que abordar de manera simultánea las demandas de innovación educativa, salud pública e inclusión. Los hallazgos de Liu et al. (2023) evidencian que persisten diferencias significativas entre las universidades en cuanto a la capacitación en evaluación del estado físico y promoción de la salud. Por su parte, Villaverde-Caramés et al. (2021) y McKown et al. (2025) subrayan que desde la formación inicial del futuro licenciado en Cultura Física es necesario fortalecer habilidades como el liderazgo, la comunicación, la evaluación formativa, la toma de decisiones y la gestión de programas escolares.

La innovación educativa y la transformación digital están relacionadas con otro hallazgo relevante de la revisión. Las tecnologías digitales están alterando de forma significativa los métodos de evaluación, enseñanza, aprendizaje e investigación en Educación Física, según lo que indican los resultados. De acuerdo con el estudio bibliométrico realizado por Chai et al. (2025), los entornos virtuales, el análisis de datos, la inteligencia artificial y los dispositivos inteligentes son las tendencias más destacadas que definirán el futuro del campo. Estas modificaciones coinciden con lo que Arruti y Paños-Castro (2025) han argumentado: los desafíos educativos del siglo XXI requieren de profesionales que sean capaces de adecuarse a contextos marcados por la constante innovación y el veloz desarrollo tecnológico. Desde esta perspectiva, Dobson (2026) afirma que el experto en Cultura Física debe adquirir habilidades digitales que le faciliten la creación de tácticas pedagógicas más individualizadas, emplear tecnologías para monitorear el aprendizaje y tomar parte activa en procesos de innovación educativa.

Finalmente, las investigaciones analizadas indican que la diversidad en aumento de los ambientes sociales y educativos requiere una actuación profesional interdisciplinaria e inclusiva. Las alteraciones en las estructuras familiares, estudiadas por Caminero-Medina et al. (2025), requieren prácticas pedagógicas que puedan atender a una población estudiantil con creciente diversidad. Carmona et al. (2025), por otra parte, destacan que las estrategias de promoción de la salud deben tener en cuenta el bienestar del profesorado, pues la salud de los maestros es un elemento fundamental para el éxito de las acciones educativas. La propuesta de Hernaiz-Sánchez y Sal-De-rellán (2026) también se añade a esto. Ellos afirman que la alfabetización en salud tiene que consolidarse como una habilidad transversal que permita al profesorado dirigir procesos educativos fundamentados en pruebas científicas y en la toma de decisiones responsables. Estos resultados, en general, indican que el licenciado en Cultura Física juega un papel estratégico en la creación de ambientes educativos que sean saludables, inclusivos y sostenibles desde el punto de vista social.

Es necesario considerar ciertas limitaciones de este análisis cuando se interpreta sus resultados. Primero, la búsqueda de literatura se restringió a las bases de datos Scopus, Web of Science y ERIC. Por lo tanto, puede que no se hayan recuperado investigaciones únicamente indexadas en fuentes especializadas distintas. Además, se incluyeron solamente publicaciones en inglés, español y portugués, lo que podría haber restringido la incorporación de evidencias publicadas en otros idiomas. Todos los estudios incluidos tenían una metodología de alta calidad, pero había mucha disparidad en sus diseños, población, entorno educativo y variables analizadas. Esto imposibilitó un metaanálisis cuantitativo, por

lo que se realizó un análisis narrativo. Al final, se revisaron publicaciones de 2020 a 2026; por lo tanto, los estudios futuros podrían extender el periodo de análisis, incluir nuevas bases de datos e implementar comparaciones entre regiones geográficas o niveles educativos con el fin de profundizar en la evolución del papel del licenciado en Cultura Física ante los retos emergentes de la sociedad actual.

Conclusiones

El licenciado en Cultura Física ha experimentado una profunda transformación de su perfil profesional para responder a las demandas derivadas del incremento de la expectativa de vida, la disminución de la mortalidad y la creciente complejidad de los escenarios educativos y sociales del siglo XXI. La evidencia científica analizada demuestra que el ejercicio profesional ha trascendido el enfoque tradicional centrado en la enseñanza del deporte y el desarrollo de capacidades físicas, consolidándose como un campo interdisciplinario orientado a la promoción de la salud, la prevención de enfermedades, la alfabetización en salud, el liderazgo educativo y la implementación de programas integrales de actividad física. Asimismo, la revisión confirma que las competencias profesionales actuales requieren integrar conocimientos pedagógicos, científicos, tecnológicos y sociales que permitan responder de manera efectiva a los desafíos contemporáneos, cumpliéndose así el objetivo de sintetizar las principales realidades y retos que enfrenta el licenciado en Cultura Física en el contexto actual.

En el ámbito académico, los programas de pregrado y posgrado deben fortalecer la formación basada en competencias, incorporando contenidos relacionados con la promoción de la salud, la alfabetización crítica en salud, la transformación digital, el liderazgo, la evaluación formativa, la investigación aplicada y el trabajo interdisciplinario. Desde la práctica profesional, el licenciado en Cultura Física debe consolidar su participación en equipos multidisciplinares, instituciones educativas, programas comunitarios y políticas públicas dirigidas a fomentar estilos de vida activos y saludables durante todo el ciclo vital. De igual manera, resulta necesario promover estrategias de actualización permanente que favorezcan el desarrollo de competencias digitales, el uso de tecnologías emergentes y la toma de decisiones fundamentadas en evidencia científica, fortaleciendo así su contribución a la salud pública, la educación y el bienestar social.

Como proyección futura, se recomienda ampliar la investigación sobre el impacto del licenciado en Cultura Física en diferentes contextos poblacionales y sistemas educativos mediante estudios longitudinales, comparativos e interculturales que permitan evaluar la efectividad de nuevas competencias profesionales frente a los cambios demográficos, tecnológicos y epidemiológicos. Asimismo, resulta pertinente desarrollar investigaciones sobre la integración de la inteligencia artificial, la analítica de datos, la alfabetización digital y las tecnologías emergentes en la formación y el ejercicio profesional, así como analizar la contribución de estos profesionales al envejecimiento saludable, la prevención de enfermedades crónicas y la reducción de las desigualdades en salud. Estas líneas de investigación favorecerán la consolidación de un modelo profesional más innovador, sostenible e interdisciplinario, capaz de responder a las necesidades presentes y futuras de la sociedad.

Referencias bibliográficas

- Arruti, A. y Paños-Castro, J. (2025). Retos educativos del siglo XXI para una sociedad en transformación: Una revisión bibliográfica. *Qualitative Research in Education*, 14(2), 96–115. <https://doi.org/10.17583/qre.16374>
- Berrigan, F., Beaudoin, S., Dubuc, M. M., Bernier, P. M., & Turcotte, S. (2022). Benefits of a daily physical activity program supervised by a physical and health education teacher: utility of a mixed methods study using an ecological approach. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 27(2), 200–213. <https://doi.org/10.1080/17408989.2021.1999915>
- Bezeau, D., Turcotte, S., Desbiens, J. F., Spallanzani, C., Roy, M., Vanderclayen, F., & Beaudoin, S. (2025). Physical education teachers' assessment practices in health education. *Physical Education and Sport Pedagogy*, 30(4), 403–415. <https://doi.org/10.1080/17408989.2023.2230280>

- Blázquez Sánchez, D. (2017). *Cómo evaluar bien en Educación Física: El enfoque de la evaluación formativa*. INDE.
- Caminero-Medina, P., Crisol-Moya, E., Peregrina-Nievas, P., Caurcel-Cara, M. J. y María Scierri, I. D. (2025). La diversidad familiar desde la perspectiva de los docentes en ejercicio en Educación Infantil y Primaria en la provincia de Granada. *Profesorado, Revista de Currículum y Formación del Profesorado*, 29(3), 1–20. <https://doi.org/10.30827/profesorado.v29i3.32523>
- Carmona, B. A., Deng, L., & Bellows, L. L. (2025). Prioritizing early childhood educators health: Insights for worksite health promotion efforts. *Childhood Obesity*, 21(3). <https://doi.org/10.1089/chi.2024.0366>
- Carrillo-López, P. J., Rosa-Guillamón, A., & García-Cantó, E. (2023). Historical, curricular and conceptual evolution of school physical education: A Spanish view. *Acta Paedagogica Vilnensia*, 50, 70–87. <https://doi.org/10.15388/ActPaed.2023.50.5>
- Centeio, E. E., Jung, Y., & Castelli, D. M. (2023). ACTIVE YOU: Teacher Attributes and Attitudes Predicting Physical Activity Promotion. *Behavioral Sciences*, 13(3), 210. <https://doi.org/10.3390/bs13030210>
- Chai, H., Li, R., Xue, Q., Liang, J., Xue, R., Xiao, S., Jiang, M., & Wang, Q. (2025). Digital transformation in physical education: A bibliometric analysis of global trends, hotspots, and future directions through CiteSpace. *SAGE Open*, 15(4), 1–17. <https://doi.org/10.1177/21582440251395582>
- Curtner-Smith, M. D., & Fletcher, T. (2024). Physical Education Teacher Education: The Past, Present, and Future Questions. *Kinesiology Review*, 13(2), 263-273. <https://doi.org/10.1123/kr.2024-0005>
- Czarnecki, D., Skalski, D. W., Kowalski, D., Graczyk, M., Kindzer, B., & Gaynulina, I. (2022). Positive influence of exercise and physical activity on the human body. *Rehabilitation and Recreation*, 12, 113–120. <https://doi.org/10.32782/2522-1795.2022.12.16>
- Devís Devís, J., & Peiró Velert, C. (1992). *Nuevas perspectivas curriculares en Educación Física: La salud y los juegos modificados*. INDE.
- Dobson, M. J. (2026). *The role of physical educators in the 21st century*. En *Developing inclusive physical education programs in the 21st century* (1st ed., pp. 1–21). Routledge.
- Dowling, Á., & Lewandrowski, K.-U. (2024). *The implications of low back pain on prolonged lifespan and future targeted care models to support the pursuit of healthy longevity*. En *Regenerative Medicine & Peripheral Nerve Endoscopy: Neuroendoscopy and Interventional Pain Medicine* (pp. 1–15). Bentham Science Publishers. <https://doi.org/10.2174/9789815274462124010003>
- Drenowatz, C., Ferrari, G., Greier, C., Ruedl, G., & Greier, K. (2025). Perceived importance of and attitude towards physical education in Austrian adolescents: The role of sex, age and weight status. *AIMS Public Health*, 12(2), 520–535. <https://doi.org/10.3934/publichealth.2025028>
- Fleming, L., & Kearns, J. (2022). Health Services, Counseling, Psychological, and Social Services: Implementing the Whole School, Whole Community, Whole Child Model. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 93(2), 35–40. <https://doi.org/10.1080/07303084.2022.2020053>
- Harris, J., & Cale, L. (2022). *The role of physical education in health: Expectations, challenges and opportunities*. En L. Cale & J. Harris (Eds.), *Physical education pedagogies for health* (1st ed., pp. 1–14). Routledge. <https://doi.org/10.4324/9781003225904-1>
- Hernaiz-Sánchez, A., & Sal-De-rellán, A. (2026). *The expanded role of physical education teachers in fostering health literacy*. En *Fostering Health Literacy Through Physical Education in Primary and*

Secondary Schools. Springer.

- Hong, Q. N., Pluye, P., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., Dagenais, P., Gagnon, M. P., Griffiths, F., Nicolau, B., O'Cathain, A., Rousseau, M. C., & Vedel, I. (2018). *Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT), version 2018: User guide*. McGill University.
- Lipovec, A., & Tekavc, J. (Ur.). (2023). *Perspectives on Teacher Education and Development*. Univerzitetna založba Univerze v Mariboru. <https://doi.org/10.18690/um.pef.1.2023>
- Liu, X., Hamilton, X. D., Shangguan, R., Liu, J., Wall, S. J., & Guerra, R. (2023). Preservice Physical Education Teacher Preparation for Health-Related Fitness Testing: A Faculty Perspective. *Journal of Teaching in Physical Education*, 42(3), 471-479. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2021-0264>
- McKown, H. B., Merica, C. B., & Egan, C. A. (2025). Preparing Teachers for Physical Activity Leadership: Status of Comprehensive School Physical Activity Program in Physical Education Teacher Education. *Journal of Teaching in Physical Education*, 44(1), 154-162. <https://doi.org/10.1123/jtpe.2023-0271>
- McLoughlin, G. M., & Graber, K. C. (2021). The Contribution of Physical Education to Physical Activity Within a Comprehensive School Health Promotion Program. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 92(4), 669–679. <https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1765952>
- Mellon, P., Montemurro, G., Sulz, L., Torrance, B., & Storey, K. (2024). “Your kid has potential, but they need sleep”: Teacher perspectives on school-based sleep promotion in Alberta, Canada. *Journal of School Health*, 94(4), 357–365. <https://doi.org/10.1111/josh.13439>
- Mikhailova, E. Ya., Zakrevskaya, N. G., Utisheva, E. V., & Apoyko, R. N. (2020). Institutional transformation of master's degree in physical education and sports. *Teoriya i Praktika Fizicheskoy Kultury*, (12), 10–12. <https://www.scopus.com/pages/publications/85098561933?origin=document-preview-flyout>
- Nasário, J. C., Zaia, V., Martins Trevisan, C., Garzon, S., Laganà, A. S., & Montagna, E. (2020). Attitudes and Values of Physical Education Professionals and Undergraduate Students about Their Role in Health Promotion. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), 2288. <https://doi.org/10.3390/ijerph17072288>
- Nowak, P. F., Lelonek, M., Suliga, E. & Choła, Ł. (2024). Determinants of health behaviors of physical education teachers and students. *Med. Pr. Work Health Saf.*, 75(4), 355–365. <https://doi.org/10.13075/mp.5893.01487>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Sallis, J. F., & McKenzie, T. L. (1991). Physical education's role in public health. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 62(2), 124–137. <https://doi.org/10.1080/02701367.1991.10608701>
- Shirotriya, A. K., & Beighle, A. (2022). Physical Education Teachers as Leaders of Comprehensive School Physical Activity Programs: A S.M.A.R.T. Approach. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 93(9), 33–38. <https://doi.org/10.1080/07303084.2022.2120127>
- Villaverde-Caramés, E. J., Fernández-Villarino, M. Ángeles, Toja-Reboredo, B. Y González-Valeiro, M. Ángel. (2021). Revisión de la literatura sobre las características que definen a un buen docente de Educación Física: consideraciones desde la formación del profesorado. *Retos*, 41, 471-479. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i41.84421>

Zhang, Y., Yin, Z., Xu, R. et al. (2026). Exploring a model of critical health literacy among Chinese physical education teachers: a grounded theory approach. *BMC Public Health*, 26, 1119. <https://doi.org/10.1186/s12889-026-26561-8>

Conflicto de intereses

El autor declara no tener conflicto de intereses.

Contribución de autores

Autor 1: conceptualización, investigación, administración del proyecto, redacción, administración del proyecto, revisión, validación y edición.

Cómo citar este artículo:

Abreu-Aday, S. (2026). El licenciado en cultura física. Realidades y retos en el siglo XXI. Demandas ingentes de la vida moderna: Incremento de la expectativa de vida. Disminución de la mortalidad. *Sport Science, Training and Research (STAR)*, 1(2), 40-56. <https://doi.org/10.53591/star.v1i2.3428>