



Mover cuerpos, transformar mentes: el desafío docente ante la comodidad sedentaria en el aula

Adriana Berenice Celis Domínguez

Maribel Aragón García

Escuela Superior de Cómputo
Instituto Politécnico Nacional (IPN)

Nuestro cuerpo no está diseñado para permanecer sentado; sin embargo, el sedentarismo responde adecuadamente a un contexto globalizado cuyas relaciones humanas están determinadas por la dinámica entre el mercado, la tecnología y, la búsqueda incesante del poder cuyas prácticas, fieles a los postulados de Descartes, priorizan la racionalidad sobre la vitalidad del cuerpo. No hablamos, por tanto, de la razón como la facultad humana para operar la realidad, nos referimos al racionalismo que nos fragmenta en mente y cuerpo, el que nos mantiene en una permanente elección y renuncia, porque nuestras actividades están organizadas en busca del mayor rendimiento laboral o académico.



Desde la inauguración de la modernidad, la cultura sedentaria en el aula logró sostenerse en el tiempo gracias a múltiples y notables esfuerzos pedagógicos que, en su loable propósito de incrementar la inteligencia, han propuesto métodos cognitivos que, si bien consideran aspectos relevantes para la formación de los estudiantes, como el ambiente, la consciencia política o el papel de las etnias y la ciudadanía; mantienen fuera de su análisis la importancia del cuerpo en el proceso de enseñanza-aprendizaje. Desde esta perspectiva, la escuela contribuye al reforzamiento de un estilo de vida que nos mantiene sujetos, por largos periodos, a un escritorio, una silla y frente a nuestro ordenador personal, por lo general, con un estrés crónico y permanente.

Si bien resulta normal trabajar, estudiar, comer, socializar e incluso, dormir en nuestro escritorio, dichas prácticas son incompatibles con nuestro diseño evolutivo. Y es que el cuerpo humano está diseñado para moverse, caminar y correr, para sentarnos cuando estamos cansados y dormir acostados (Campillo, 2004). La normalización del mal uso que le damos a nuestro cuerpo representa una preocupación en las sociedades contemporáneas, debido a que comparten una realidad epidemiológica con tendencia a la *gestación de enfermedades no transmisibles (ENT)*.

Las ENT o *enfermedades crónicas* son afectaciones de progresión lenta e interrelacionadas entre sí (Campillo, 2004) por lo que su tratamiento, exige modificaciones significativas en diversos aspectos del estilo de vida de quien las padece. Los principales tipos son la diabetes, los trastornos cardíacos, los cánceres, la obesidad y las afectaciones respiratorias. Las ENT constituyen una pandemia silenciosa que reduce significativamente la calidad de vida de la persona afectada y provoca una muerte prematura con impactos a nivel individual,

familiar y social, por lo que, los costos son no solo emocionales y sociales, sino también económicos. Se estima que durante el periodo 2020-2050, tan sólo América del Sur sumará pérdidas de más de 7.3 billones de dólares, equivalente a 4% del Producto Interno Bruto (PIB) regional como consecuencia de estas afectaciones (Organización de las Naciones Unidas [ONU], 2025).

Según datos de la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2025) a nivel global, 75% de las muertes en 2021, estuvieron relacionadas con dichas afectaciones, mayoritariamente en países pobres; lo que revela que, además de ser enfermedades *poligénéticas*, ya que involucran gran número de genes en su desarrollo (Campillo, 2024), en su desencadenamiento o latencia influyen condiciones socioeconómicas y ambientales, en otros términos, podemos preservar la salud y prevenir la enfermedad crónica.



En México, datos del Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2025) revelan un escenario dantesco: no sólo más personas murieron por ENT en 2024, en comparación con las defunciones durante 2023 por la misma causa, sino que, además, las cifras alcanzaron más de 800 mil decesos en un solo año.

Si bien las ENT —identificadas por Fritjof Capra (1982) como **enfermedades de la civilización** y por José E. Campillo (2004) como *enfermedades de la opulencia*—, afectan fundamentalmente a sectores poblacionales longevos, existe un aumento significativo, en la región de las Américas, de jóvenes, adolescentes, niños e incluso bebés afectados (Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia [UNICEF], 2025), por lo que resulta fundamental implementar programas integrales de preservación de la salud y prevención de enfermedades en edades tempranas para evitar el desarrollo de ENT en etapas posteriores de la vida.



La Organización Mundial de la Salud (OMS), así como la Organización Panamericana de la Salud (OPS) destacan la relevancia de los esfuerzos coordinados por diversos sectores como el de salud, educación, deporte y gobierno en la promoción de estilos de vida saludables. Por tanto, hoy como nunca, el papel de la escuela es fundamental en la formación de ciudadanos que gestionen su propio bienestar; sin embargo, la escuela como promotora de la salud de todos y cada uno, enfrenta un reto importante: *la cultura sedente instalada en las aulas*.

Previamente, expusimos que el sedentarismo encuentra en el aula un aliado: el pensamiento racionalista, el cual, promueve la expansión de la inteligencia por medio de métodos cognitivos que además de no tocar el cuerpo, lo sacrifica en la búsqueda de un mejor rendimiento, lo cual, como hemos revisado representa un factor de riesgo para el desarrollo de ENT.

Planteamos, por tanto, que la docencia contemporánea y para el futuro representa un proyecto emancipador basado en la razón para, por un lado, cuestionar los modos de enseñanza estandarizados y sus efectos en el bienestar de los estudiantes y, por otro, instrumentar estrategias que faciliten a los alumnos no sólo la comprensión de contenidos, sino el aprendizaje con y sobre su cuerpo, como punto de origen en la erradicación del sedentarismo hegemónico y acrítico, en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Consecuentemente y siguiendo los principios de la *filosofía clínica*, asumimos la relevancia del docente para cumplir la *misión de enseñar a pensar la vida y vivir el pensamiento* (Infante, 2021).

Lógicamente, la pregunta es ¿cómo? La respuesta está muy lejos de ser contemplativa, ya que además de discursiva es práctica. En otros términos, el docente primero lo hace y luego lo dice. El profesorado no se conforma con reconocer la importancia del movimiento corporal tanto, para el proceso de enseñanza-aprendizaje, como para la vida misma, también lo encarna, lo experimenta, lo vive. Luego entonces, orienta sus esfuerzos para formar al estudiante en dicha dirección, tal y como lo establece el *Artículo 3º Constitucional* y, en el caso de la educación superior, la *Ley General de Educación Superior* que:

[...] en su artículo 3, la considera un derecho [...] que coadyuva al bienestar y desarrollo integral de las personas (*Ley General de Educación Superior*, 2021).

No obstante, y pese a que el término formación en el ámbito universitario representa un proceso intencional, dinámico e integral para configurar cuadros profesionales que resuelvan los problemas contemporáneos (García, 2021); los padecimientos que nos aquejan revelan lo inadecuado de nuestras prácticas académicas, profesionales y cotidianas, resultado de la *apaidusía o falta de formación integral*, de la cual, no están exentos los docentes. En consecuencia, el profesorado es el primer convocado a reflexionar sobre las creencias asumidas acríticamente y sobre las acciones que realiza de manera automática, por lo que, en primer término, deberá fortalecer su Esquema Conceptual Referencial Operativo (ECRO).



Esquema Conceptual Referencial Operativo (ECRO)

Se refiere a una propuesta del suizo Enrique Pichón Riviére (1993 citado en Zito, 1993) quien lo define como:

[...] un conjunto organizado de conceptos generales, teóricos, referidos a un sector de lo real, a un determinado universo de discurso, que permiten una aproximación instrumental al objeto particular (concreto).

De esta forma, el ECRO representa un sistema de pensamiento, un instrumento y, paralelamente, el campo de trabajo. La propuesta de Pichón Riviére *facilita aprender a pensar* desde un modelo conceptual, como base para elaborar y abordar procesos, ordenarlos e interpretarlos exponiendo el ECRO docente orientado a trastocar la cultura sedentaria en el aula (véase la figura 1).

FIGURA 1. ECRO docente para incorporar el movimiento corporal al proceso de enseñanza y aprendizaje



El fortalecimiento del ECRO docente está lejos de ser un proceso lineal, debido a que el profesorado contemporáneo también se formó con procesos de escolarización que, al contemplar el cuerpo como una máquina (Capra, 1982), y al sujeto como un organismo no sintiente y mecánico (García, 2025)

ha normalizado el sedentarismo como la única forma posible de enseñar y aprender.

Aprender a visibilizar nuestro cuerpo, asumir que es nuestro y que cada uno de nosotros decide si lo cuidamos o no, es un ejercicio de autoconocimiento crítico.

Se considera, por tanto, que estamos frente a un desafío mayúsculo que nos demanda autoformarnos integralmente, como condición *sine qua non* para construir conocimientos que sirvan para vivir, en el sentido más amplio de la palabra. En este sentido, el *modelo de la holoversidad para la educación superior* propuesto por García (2008; 2012; 2021; 2025) ofrece una perspectiva que concibe a las organizaciones educativas, como sistemas vivos, lo cual, posibilita la resignificación de las percepciones y los saberes, así como de las prácticas sociales y escolares.

Según García (2012) los contenidos curriculares y su despliegue didáctico, así como la biosfera y antroposfera provienen del multiverso —todos los universos posibles, reales, paralelos, imaginarios, presentes y por venir—, cuya articulación se verifica en el holoverso. Desde dicha perspectiva, las funciones de la educación superior se constituyen en un proyecto pedagógico cuyas categorías relevantes u holones, se despliegan, de manera informativa y formativa, en las comunidades ecosóficas, a través de la interacción generalizada y holística.

La holoversidad explica y reconoce un doble sentido en la educación, el primero, relacionado al hecho social y, por ende, a la reproducción del orden socialmente establecido y el segundo, a la conjunción utopía-racionalidad que promete la construcción de un mundo mejor para todos y cada uno, mediante la implementación de un proyecto pedagógico producto de la inteligencia proyectada al futuro (García, 2021).



Observar la educación como proyecto, reivindica el papel de la escuela como espacio institucional y, por tanto, legítimo, para exponer a quienes concurren a ella, la importancia del cuidado de su *bio-materialidad*, como estrategia para forjar su carácter corporal para la vida genuina, ese tipo de vida que no reprime sino por el contrario despliega todas las capacidades de un cuerpo finito, con limitaciones y que no está hecho de aparatos intercambiables (García, 2021; Infante, 2021).

En una escuela que admite su responsabilidad en el cuidado del bienestar de alumnos, profesores, personal administrativo y de intendencia, así como directivos reconoce que, así como existen hábitos intelectuales buenos que nos vuelven muy competentes en varios aspectos, también existen hábitos intelectuales malos que entorpecen, por ejemplo, la identificación de comportamientos que atentan contra el bienestar de quien los practica como resultado de la *apaideusía* o *falta de educación integral*.

Si admitimos que, en el contexto epidemiológico actual, la escuela y sus *prácticas lancinantes* son un factor de riesgo para el bienestar de todos y cada uno de los miembros de sus comunidades, estamos dando el primer paso hacia una práctica docente para la vitalidad, que recurre al desaprendizaje —proceso consciente y voluntario para abandonar conductas y hábitos dañinos para nuestra salud—, como base para aprender y enseñar de forma distinta y ensayar metodologías de aprendizaje diferentes, críticas y fundamentalmente, respetuosas de nuestra bio-materialidad.

Evidentemente, no hablamos sólo del discurso a favor de la salud, sino de la práctica cotidiana de conductas de autocuidado, por parte del docente que las promueve. Predicar con el ejemplo, es un principio esencial de la *filosofía cínica* que, aplicado al tema que nos convoca y parafraseando a Infante (2021) declara que: *los profesores primero lo hacen y luego lo dicen; y si no lo hacen, no lo dicen*. Un docente, desde la *filosofía cínica*, *no se permite argumentar a favor de principios que no vive*.

Caminata y construcción del estado del arte en la investigación

La experiencia que se reporta se instrumentó para la unidad de aprendizaje de Metodología de la Investigación y Divulgación Científica, la cual, se imparte en el 5° semestre de la licenciatura de Ciencia de datos, en la Escuela Superior de Cómputo. El programa de estudios consta de tres unidades temáticas:

- I. Metodología de la investigación científica
- II. Protocolo de investigación
- III. Comunicación y divulgación científica (ESCOM, 2020)

La enseñanza de la metodología de la investigación tiene como propósito instruir al estudiante sobre el conjunto de teorías, métodos, procedimientos y técnicas para investigar un tema de manera sistemática, rigurosa y confiable. Si bien la investigación es una actividad innata del ser humano, el que la metodología, generalmente, esté arropada por un lenguaje y que sus tareas estén orientadas por clasificaciones arbitrarias (Baena, 2017) así como que, paralelamente, requiera esfuerzos significativos de lectura y redacción académica, vuelve el camino del aprendiz de investigador en un trayecto denso y confuso.

Por tanto, el reto docente es brindar al estudiante experiencias de aprendizaje escribles; es decir, que contengan contenidos que merecen y deben saberse y, por tanto, ofrezcan significados relevantes al proceso metodológico, que allanen el camino sin perder el orden, rigor y sistematicidad y, además, que no comprometan su bienestar durante el proceso.

¿Qué deseamos que aprendan los estudiantes? ¿para qué?, y ¿cómo lograremos los objetivos de aprendizaje?, son preguntas que requieren el conocimiento, la experiencia y la creatividad docente para responderlas.



Por lo general, la instrumentación didáctica más pertinente para explicar los diversos temas de un programa de estudio está relacionada con las experiencias tanto, de la vida estudiantil del profesor, así como la adquirida en el ejercicio de su práctica docente; sin embargo, en algunas ocasiones, la respuesta a cómo enseñar un tema, surge de manera espontánea y con el cuerpo en marcha.

Y es que, en el caso que se reporta, tanto la pregunta sobre cómo trabajar los contenidos del programa de estudios de Metodología de la investigación, como su respuesta, surgieron durante la caminata habitual de una de las autoras, en la pista de IPN-Zacatenco, tras recibir la notificación en el teléfono móvil, de una aplicación deportiva cuya función es registrar y medir los entrenamientos del usuario a través de métricas como la distancia, el tiempo, la velocidad y el ritmo.

Tras recibir los datos, en audio, surgió una pregunta con respecto al tipo de diseño de investigación en el que se basa el seguimiento de un entrenamiento mediante dichas aplicaciones; es decir, ¿el registro y medición del entrenamiento está basado en una investigación transeccional o longitudinal? En ese momento, surgió la posibilidad de emplear los móviles y las aplicaciones deportivas para running, con el propósito de construir un estado del arte a partir de la identificación de sus características, similitudes y diferencias. Para tal efecto, los estudiantes debían poner su cuerpo en movimiento,

a través de una caminata suave, con el propósito de recolectar los datos.

Tras ubicar en el cronograma, la revisión del tema *El estado del arte*, y comprobar que el total de los estudiantes contaban con un dispositivo móvil, se les solicitó que descargaran en sus dispositivos móviles tres aplicaciones deportivas orientadas al running o la caminata, sin ahondar en el propósito de la instrucción como estrategia para sostener la expectativa en el estudiante sobre el uso de las herramientas.

En sus marcas, listos... ¡a caminar!

Al inicio de la sesión, se explicó el propósito didáctico de la descarga de las herramientas deportivas, así como las condiciones necesarias para su funcionamiento. Además, y en tanto, cualquier actividad motora involucra un riesgo, se consideró prudente actuar con cautela y evitar asumir que la juventud es sinónimo de buena condición física, o bien que ésta es inmune a los accidentes, lo que se tradujo en condicionar la participación al llenado previo, por parte de los estudiantes, de una responsiva para la práctica corporal en la que, además, de dar fe sobre su aptitud física para caminar de 1.5 a 2.0 kilómetros, con un ritmo promedio de 12 minutos por kilómetro, se asumiera la responsabilidad frente a cualquier lesión derivada de la participación en dicha dinámica (véase figura 2).

FIGURA 2. Responsiva para la práctica corporal.





Emitida la responsiva, se estableció que el punto de inicio y término del recorrido sería el salón de clases y se indicó que, en ambos momentos, las aplicaciones debían activarse y detenerse al mismo tiempo para establecer igualdad de condiciones y valorar el desempeño. Asimismo, se estableció que, para salvaguardar la seguridad, la caminata debía ser ligera (aproximadamente 12 minutos por km) y debía efectuarse al interior de las instalaciones de la unidad académica.

Durante el recorrido con el propósito de analizar la funcionalidad de las herramientas al detener y activar de nuevo la marcha, se solicitó a los estudiantes que tomaran una fotografía sobre algún aspecto que les resultará agradable, llamativo o interesante durante el trayecto. Al término, los alumnos realizaron dos actividades para reflexionar sobre la experiencia en dos aspectos, el primero, apoyado en la técnica de *Fotovoz* y en la plataforma *Microsoft Teams*, para identificar su nivel de confort al realizar la actividad, así como su valoración sobre la utilidad de la práctica corporal para el estudio de temas de investigación.

El segundo ejercicio, desarrollado tanto en la plataforma *Teams*, como a través de un cuestionario digital en *Microsoft Forms* se orientó a analizar la funcionalidad de las aplicaciones deportivas utilizadas, con respecto a la gestión de los resultados obtenidos, la notificación de logros y objetivos

alcanzados, así como a la posibilidad de compartirlos en redes sociales. La recuperación de dicha información tuvo como propósito, por un lado, cerrar la sesión correspondiente enfatizando la importancia del movimiento corporal dentro de las jornadas académicas y sus beneficios en el logro de aprendizajes; y, por otro, introducir al tema del *Estado del arte en la investigación*.

Caminata y aprendizaje: significados estudiantiles

El diseño anatómico del ser humano le posibilita caminar y, aunque en tiempos remotos, la caminata por largos periodos representaba una lucha por sobrevivir en la búsqueda de alimentos; actualmente, en nuestra sociedad hiperalimentada y con muy baja actividad deportiva (Campillo, 2004), caminar representa una estrategia para preservar nuestra salud, así como para prevenir y mejorar la eficacia de los tratamientos contra las *enfermedades no transmisibles*, ya que mejora el funcionamiento cardiovascular y fortalece nuestra estructura musculoesquelética. Pero no sólo eso, expertos en la materia indican que la caminata regular mejora el estado de ánimo, la mentalidad positiva y la cognición (Bayrakdar y Günes, 2025; ISSSTE, 2017; Munro, Innocenti y Dunlop, 2025), tal y como reportaron 65.2% de los estudiantes al reflexionar sobre su nivel de confort al realizar la práctica corporal.

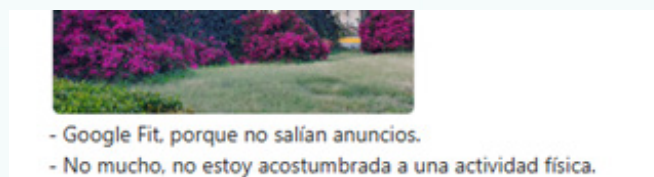
A través de conceptos como agrado, confort y satisfacción, los participantes valoraron su experiencia en función de beneficios psicoemocionales percibidos como la relajación y la sensación de bienestar al afrontar un reto físico, así como por su contacto con la naturaleza, en un contexto en el que no son frecuentes dichas experiencias.

De igual forma, algunos estudiantes reportaron mayor claridad mental, así como mejoras en la concentración para realizar el reporte de la experiencia. Los beneficios cognitivos derivados de la caminata, como la capacidad de memoria y el rendimiento cognitivo fueron estudiados con mayor profundidad en estudiantes universitarios en Turquía con buenos resultados, en relación con los alumnos cuyos estilos de vida era predominantemente sedentarios (Bayrakdar y Günes, 2025).

Al respecto, en el caso de ESCOM, se identificó que los alumnos que percibieron un menor grado de

confort al realizar la actividad no suelen practicar regularmente la caminata como ejercicio, lo cual, se tradujo en expresiones de cansancio y una desaprobación del uso del cuerpo en el aprendizaje de contenidos (véase la figura 3).

FIGURA 3. Nivel de confort al realizar la caminata



No obstante, salir a caminar previo a la realización de un cuestionario sobre los diseños de investigación, facilitó que 74% de los estudiantes respondieran con certeza reactivos sobre la diferencia entre un diseño longitudinal y uno transversal; así como que 56.5% opinarán a favor del uso de su cuerpo en movimiento con apoyo digital, como estrategia para estudiar temas metodológicos como *Diseños de investigación no experimental* y *El estado del arte* (véase la figura 4).

Hacia la recta final

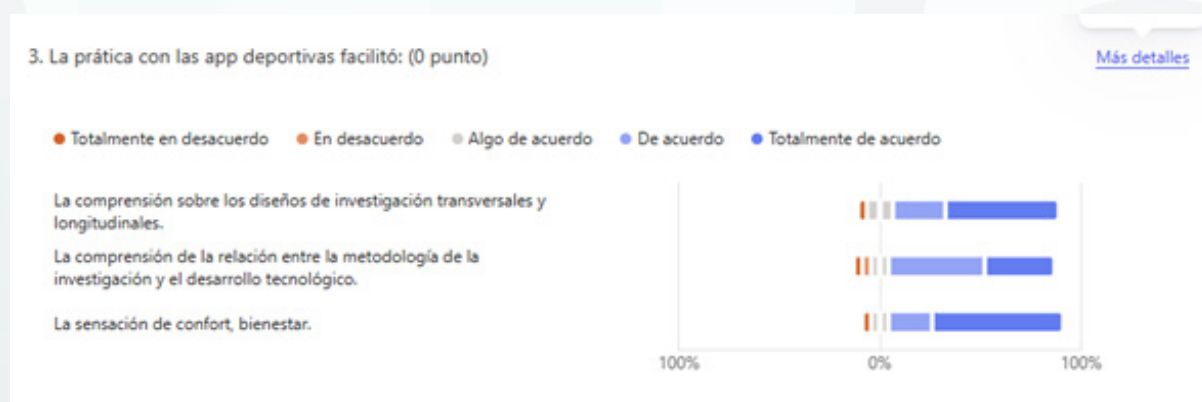
Los desafíos docentes van más allá de la incorporación racional de las TIC en el aula como sello de modernidad o de la transformación de la enseñanza y la evaluación didáctica, en tiempos en los que la emancipación intelectual se ve amenazada por una creciente y acrítica demanda de servicios de inteligencia artificial. Ahora, no solo es necesari-

rio sino urgente, practicar una docencia para la vida, que no se conforme con usar las aulas para concientizar sobre la importancia de la preservación de la salud, sino que la implementación de estrategias didácticas en movimiento, incida en una dinámica institucional que establezca límites razonables a conductas que han demostrado su efecto nocivo sobre nuestro bienestar y, consecuentemente, en nuestra salud, incluso cuando éstas sean normalizadas y algunas hasta celebradas socialmente.

Permanecer largas jornadas sentados, por lo general estresados, postergar nuestro descanso y realizar una mínima o nula actividad deportiva, en una sociedad que fomenta la hiperalimentación forma parte de un estilo de vida, común, sí, pero no por esto, benéfico para las poblaciones modernas. Recordemos que la escuela, por sí misma, promete progreso y, por tanto, el desarrollo armónico de todas nuestras capacidades es respetuoso con nuestro diseño evolutivo.

En una sociedad civilizada como la nuestra, la mayoría de los mexicanos están muriendo prematuramente; por lo que es momento de reivindicar las funciones de nuestras escuelas para cuestionar todas las creencias aceptadas acríticamente, en las que se privilegia el sacrificio del cuerpo, como formas únicas de acceso al conocimiento. Es momento de transitar del discurso del desarrollo integral de todos y cada uno de quienes concurren en nuestra sociedad, sean estos, estudiantes, profesores, personal administrativo o directivos, a la vivencia de una existencia auténtica y plena, como acto de emancipación.

FIGURA 4. Perspectivas estudiantiles sobre la práctica corporal y su relación con aspectos cognitivos y de bienestar



FUENTE: Microsoft Forms

Referencias

- Baena, G. M. E. (2017). *Metodología de la investigación* (3.ª ed.). Grupo Editorial Patria.
- Bayrakdar, A., y Güneş, E. (2025). Efectos del ejercicio y la caminata en entornos naturales sobre la salud fisiológica y cognitiva. *Educación Física del Estudiante*, 29(1), 73–84. <https://doi.org/10.15561/20755279.2025.0108>
- Campillo, J. E. (2010). *El mono obeso: La evolución humana y las enfermedades de la opulencia: obesidad, diabetes, hipertensión, dislipemia y aterosclerosis*. Editorial Crítica.
- Capra, F. (1982). *El punto crucial*. Troquel
- García, J. V. (2012). *Holoversidad como modelo para los sistemas abiertos universitarios*. *Espacio I+D, Innovación más Desarrollo*, 1(1), 1-24. <https://doi.org/10.31644/IMASD.1.2012.a02>
- García, J. V. [Red Pedagógica Contemporánea]. (4 de septiembre de 2021). *Sistema curricular, didáctico y de gestión* [Video]. YouTube. <https://www.youtube.com/watch?v=nnzMDYQvLqE&t=3459s> Recuperado el 20 de agosto de 2025.
- García, J.V. (2008). *Hacia un modelo pedagógico contemporáneo: proyectos de las comunidades ecosóficas de aprendizaje*. [Tesis de Doctorado]. Facultad de Filosofía y Letras, Universidad Nacional Autónoma de México.
- Instituto Nacional de Estadística y Geografía. (5 de septiembre de 2025). *Estadísticas de Defunciones Registradas (EDR)*. Recuperado el 10 de septiembre de 2025. https://www.inegi.org.mx/contenidos/saladeprensa/boletines/2025/edr/edr2025_09_RR.pdf
- Infante, E. (2021). *No me tapes el sol: Cómo ser un cínico de los buenos*. Ariel
- ISSSTE. (2017). *¿Conoces los beneficios de caminar diariamente? Te los compartimos en este blog: empieza a caminar y siéntete bien*. Gobierno de México. Recuperado el 20 de septiembre de 2025. <https://www.gob.mx/issste/articulos/conoces-los-beneficios-de-caminar-diariamente-te-los-compartimos-en-este-blog-empieza-a-caminar-y-sientete-bien?idiom=es>
- Ley General de Educación Superior. (2021) Diario Oficial de la Federación. Recuperado el 20 de septiembre de 2025. https://www.diputados.gob.mx/LeyesBiblio/pdf/LGES_200421.pdf
- Munro, K., Innocenti, P. y Dunlop, M. (2025). La vida vuelve a fluir: explorando el senderismo, el bienestar y el comportamiento informativo en el West Highland Way. *Information Research, una revista electrónica internacional*, 30 (CoLIS), 141–158. <https://doi.org/10.47989/ir30CoLIS52303>
- Organización de las Naciones Unidas. (27 de julio de 2025). *Las enfermedades no transmisibles le costarán 7,3 billones de dólares a América del Sur*. <https://news.un.org/es/story/2025/07/1540174> Recuperado el 10 de agosto de 2025.
- Organización Mundial de la Salud. (27 de junio de 2025). *Nuevos datos: Las enfermedades no transmisibles causan 1,8 millones de muertes evitables y cuestan 514 000 millones de dólares al año, revela el nuevo informe de la OMS/Europa* [Comunicado de prensa]. Organización Mundial de la Salud. Recuperado el 10 de agosto de 2025. <https://www.who.int/europe/news/item/27-06-2025-new-data--noncommunicable-diseases-cause-1-8-million-avoidable-deaths-and-cost-us-514-billion-USD-every-year--reveals-new-who-europe-report>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (2025). *Non-communicable diseases*. Recuperado el 10 de agosto de 2025. <https://www.unicef.org/health/non-communicable-diseases>
- Zito, V. (1993). *Conversaciones con Enrique Pichón Riviére: Sobre el arte y la locura*. Ediciones Cinco.

