

**LAS MUJERES JÓVENES
Y LAS ACTIVIDADES
FÍSICO-DEPORTIVAS**

46



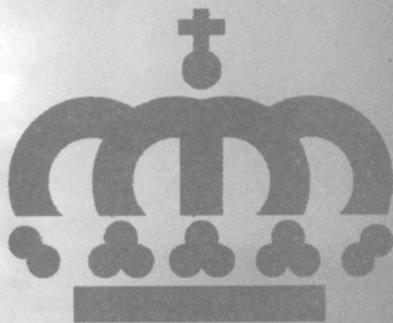
CSD

**CONSEJO SUPERIOR
DE DEPORTES**

**ESTUDIOS SOBRE
CIENCIAS DEL DEPORTE**

**MUJERES JÓVENES
Y LAS ACTIVIDADES
FÍSICO-DEPORTIVAS**

46



CSD

**CONSEJO SUPERIOR
DE DEPORTES**

**ESTUDIOS SOBRE
CIENCIAS DEL DEPORTE**



LAS MUJERES JÓVENES Y LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

Unidad editora:

Ministerio de Educación y Ciencia
Consejo Superior de Deportes
© 2006

Directora editorial:

Cecilia Rodríguez Bueno

Coordinación editorial:

Erika Schwarz

Coordinación científica:

Benilde Vázquez Gómez

Edición no venal.

N.I.P.O.: 663-09-045-X

Depósito Legal: M-14322-2009

Distribución e información:

Consejo Superior de Deportes.
Servicio de Documentación
C/ del Greco, s/n Tl. 915.89.05.28
28040 Madrid Fax 915.89.05.30

Web: <http://www.csd.mec.es>

Email: csd.publicaciones@csd.mec.es

Venta:

Ministerio de Educación y Ciencia
Subdirección General de Información
y Publicaciones
Ciudad Universitaria, s.n.
28040 Madrid
Tl. 914.53.98.00
Fax: 914.53.98.84
E-Mail: publicaciones@cuniv.mec.es

Librería del B.O.E.

C/ Trafalgar, 29 Tl. 915.38.21.11
28071 Madrid Fax 91/538.21.21
E-Mail: tienda@boe.es

Catálogo General de Publicaciones

Oficiales:

<http://publicaciones.administracion.es>

NOTA: Los trabajos presentados expresan el criterio y valoraciones de sus autores sin que el Consejo Superior de Deportes comparta necesariamente las tesis y conceptos expuestos en ellos. Permitida la reproducción parcial citando la fuente.

ÍNDICE

LAS MUJERES JÓVENES Y LAS ACTIVIDADES FÍSICO-DEPORTIVAS

Compilación y Coordinación científica:

Benilde Vázquez Gómez

Con la colaboración de:

Élida Alfaro Gandarillas

	<u>Pág.</u>
Presentación <i>(Presentation)</i>	9
La inclusión de la actividad física y el deporte en el estilo de vida de las mujeres adolescentes: estudio de los factores clave y pautas de intervención <i>(Lifestyle of adolescent women and adherence to physical activity and sport practice: a study of key factors and guidelines for intervention)</i> Fernández García, E. (Dir.); Vázquez Gómez, B.; Camacho Miñano, M ^a J.; Sánchez Bañuelos, F.; Martínez de Quel Pérez, O.; Rodríguez Galiano, I; Rubia Casado, A; Aznar Laín, S.	19
La mujer y la práctica de la actividad física y el deporte en la Universitat de València y en la Universitat Politècnica de València <i>(Woman and physical activity and sports practice at the Universitat de València and the Universitat Politècnica de València)</i> Quintanilla Pardo, I. (Dir.); Carrión Rubio, C.; Mundina Gómez, J. J.; López Yeste, A.; Balibrea Melero, E.	65

Icd - Nº 46

Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA
Consejo Superior de Deportes

Estrategias de intervención para promocionar la actividad deportiva en la población universitaria femenina

(Intervention strategies to promote sports activity in the female university population)

Capdevila Ortís, Ll. (Dir.); Pintanel Bassets, M.; Valero Herreros, M.;

Ocaña Mariné, M.; Parrado Romero, E. 95

Actitudes y relaciones de niñas y niños ante contenidos de la Educación Física de primaria estereotipados por el género: el caso del fútbol

Attitudes and relationships o girls and boys to gender stereotyped primary physical education contents: the case of football

Soler Prat, S. 119

MADRID 2003 – 2012. Modelo para la elaboración de una estrategia de futuro. Un nuevo escenario para la mujer en el deporte

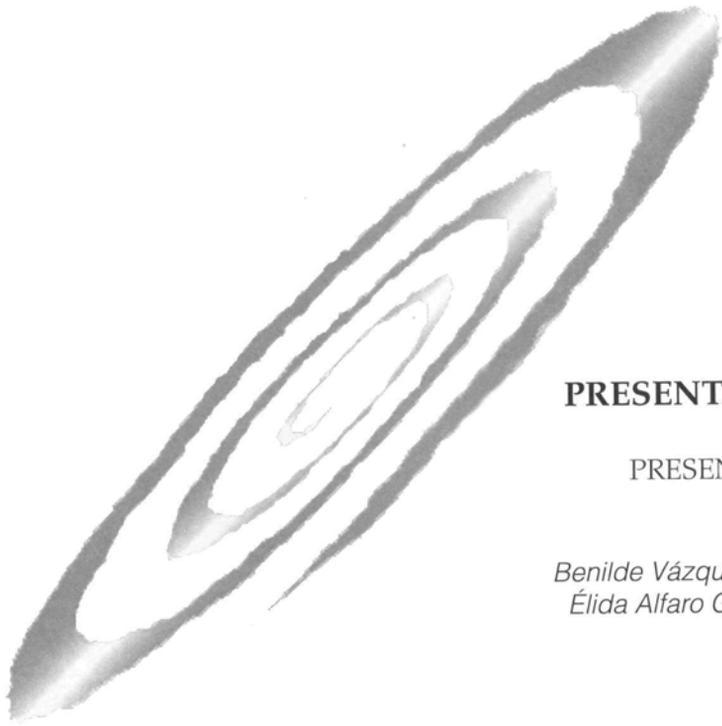
(MADRID 2003 – 2012. A model for the elaboration of a strategy for the future. A new scenario for woman in sport)

Vázquez Gómez, B. (Dir.); Lozano Sánchez, M. 151

Icd - N° 46

Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie de Investigación

MINISTERIO DE EDUCACIÓN Y CIENCIA
Consejo Superior de Deportes



PRESENTACIÓN

PRESENTATION

*Benilde Vázquez Gómez
Élida Alfaro Gandarillas*



Benilde Vázquez Gómez

Profesora de Pedagogía de la actividad física y los deportes durante cuarenta años (1966-2006) I.N.E.F. Directora durante 13 años del departamento de Pedagogía de la actividad física y el deporte en el I.N.E.F. de Madrid. Fundadora y directora durante 15 años (1990-2006) del Seminario Permanente Mujer y Deporte del I.N.E.F. Ganadora del 1º Premio Internacional de E. Física J.M. Cagigal (1985). Ganadora del premio a toda una vida dedicada a la docencia en Educación Física y Deportes concedido por el Ayuntamiento de Leganés. Coordinadora del Primer Seminario Nacional de Mujer y Deporte en 1990. Representante española en el EWS. Miembro fundador de la Comisión Mujer y Deporte del COE. Colaboradora habitual del CSD en los temas Mujer y deporte. Publicaciones en Educación física escolar y Deporte y mujer. Medalla al Mérito deportivo 2006. Premio Mujer y Deporte 2006 del Comité Olímpico Español.

Élida Alfaro Gandarillas

Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte y Master en Dirección y Administración del Deporte, Directora Departamento de Pedagogía de la Actividad Física y del Deporte, Directora del Seminario Mujer y Deporte, Profesora Titular de Desarrollo Motor y de Optimización del Rendimiento Deportivo de la Fac. de C.C. Actividad Física y Deporte-INEF de la Universidad Politécnica de Madrid. Secretaria General de la Sociedad Española para el Estudio de la Superdotación. Codirectora del Seminario Mujer y Superdotación, Vicepresidenta de la Red Iberoamericana de Centros Superiores de Ciencias del Deporte.



Ha sido Directora del INEF de Madrid, Presidenta de la Conferencia Española de Institutos y Facultades de Ciencias del Deporte, Presidenta de la Red Iberoamericana de Centros Superiores de Ciencias del Deporte. Ha participado como ponente en diversos Congresos nacionales e internacionales, presentando trabajos sobre la organización de los Estudios de Ciencias del Deporte en España y en Europa, Actividad Física y Deporte en Poblaciones Especiales, Mujer y Deporte, Desarrollo Motor y Atención a niños y jóvenes con altas capacidades. Medalla al Mérito Deportivo 2006.



PRESENTACIÓN



LAS MUJERES JÓVENES Y LA ACTIVIDAD FÍSICO-DEPORTIVA

A comienzos del siglo XXI la situación y estatus social de las mujeres son uno de los indicadores más expresivos de los cambios y de progreso en las sociedades avanzadas, situación que, sin embargo, se ve constantemente amenazada, sobre todo por la incorporación a estas sociedades de representantes de otras culturas que no comparten los mismos puntos de vista al respecto.

Si nos remitimos a la sociedad española, las últimas décadas han supuesto un cambio acelerado de actitudes y comportamientos de las mujeres así como su consideración en la sociedad. Por citar algunos indicadores, las mujeres españolas han accedido masivamente al ámbito educativo (en la Universidad representan más de la mitad), al del trabajo (hoy encontramos mujeres en los puestos más insospechados) y al deportivo (la representación femenina española en los Juegos Olímpicos de Atenas, 2004, ha superado con creces la participación en convocatorias anteriores).

A ello han contribuido numerosos cambios legales, promovidos mediante cuatro Planes de Igualdad establecidos por el Ministerio de Asuntos Sociales a través del Instituto de la Mujer, emanados de directrices de la Unión Europea, pero también de la concienciación y el esfuerzo de las propias mujeres. Estos planes han desembocado actualmente en el año en proyecto de ley de Igualdad entre Hombres y Mujeres.

Sin embargo, entre hombres y mujeres siguen existiendo desigualdades aunque de manera más invisible. Es frecuente que cuando las mujeres acceden, por fin, en igualdad a alguno de los bienes sociales se descubren nuevas desigualdades, más sutiles pero no menos discriminatorias para la vida de las mujeres, como es el caso del acceso al trabajo y el deporte. Todavía el nivel de empleo de las mujeres no se corresponde con su formación ni con la inversión de esfuerzo y dinero efectuada; el paro es mayor entre las mujeres que entre los hombres en cualquier tramo de edad. El principio de igualdad de oportunidades se enmascara frecuentemente con la simple igual-

dad de acceso o con la igualdad de modelos no siempre deseada, sin tener en cuenta otros factores tanto de la vida privada como de la social, como es evidente en los casos de doble o triple jornada que soportan muchas mujeres con cargas familiares y la falta de ayudas sociales al respecto (guarderías, centros de día para mayores o incapitados, ayudas domiciliarias, etc.).

Todo ello hace que un gran número de mujeres tampoco puedan disfrutar de ciertos bienes sociales del ámbito cultural o deportivo, actividades que tienen que ver con el bienestar personal y el tiempo libre. Como es bien sabido, la disponibilidad de tiempo libre es también menor en las mujeres que en los hombres. Como ya señalaba J. Hargreaves (1993) y refiriéndose al mundo del deporte, la vinculación de éste con el tiempo libre ha puesto de manifiesto otros problemas de las mujeres derivados de las concepciones dominantes del ocio y el trabajo.

La consideración de las actividades físico-deportivas como fuente de salud y bienestar avalada por los resultados científicos y por las numerosas narraciones personales ha hecho que organismos tanto del mundo de la educación como de la sanidad y de los servicios sociales promuevan acciones para incorporar a las mujeres a estas prácticas con el objetivo primordial de establecer hábitos de vida saludables.

De la documentación analizada sobre mujer y deporte destacan dos rasgos muy significativos, uno que la mayoría de las mujeres adultas que hacen deporte han empezado a hacerlo en edad escolar, y otro que es en la adolescencia cuando desciende el nivel de práctica, incluso con un alto nivel de abandono. Las primeras son, pues, las supervivientes, y las segundas serán, probablemente, las que vayan a engrosar las estadísticas de las mujeres inactivas desde el punto de vista físico, estando, por tanto, autoexcluidas de los beneficios vinculados a las actividades físico-deportivas.

Estos datos justifican que se haga una publicación sobre las mujeres jóvenes y su adherencia a la actividad física y deportiva, con el objetivo de investigar los factores clave que determinan su participación o su rechazo.

En España los estudios específicos sobre mujer y deporte son escasos, sobre todo a nivel nacional. Concretamente solo tenemos conocimiento de dos: uno de 1990, financiado por el Consejo Superior de Deportes y publicado por el Instituto de la Mujer, y otro reciente, 2006, financiado y publicado por el Instituto de la Mujer. En los estudios sobre juventud y deporte no aparece desarrollada específicamente la variable sexo, por lo que se conocen poco las circunstancias concretas de cada grupo de edad y el peso de otras variables. Tenemos que resaltar como pionero el estudio, a nivel nacional realizado por Emilia Fernández y colaboradores en 2003, en el que se estudia precisamente las adolescentes y la actividad física y deportiva.

La presente publicación aborda, a través de diversos estudios, esta problemática de las mujeres jóvenes referida tanto a la práctica de actividades físico-deportivas como ocupación del tiempo de ocio, como con objetivos de salud.

La población estudiada en los cuatro primeros trabajos es población femenina joven, concretamente las adolescentes y las jóvenes universitarias, presentando el último trabajo un estudio DELPHI sobre la posible situación de las mujeres en el deporte en la década 2003-2012.

El primero de los estudios, realizado por un amplio equipo investigador dirigido por la Dra. Emilia Fernández García, analiza la dimensión que la práctica deportiva tiene en las mujeres adolescentes. El estudio se centra, en primer lugar, en el reconocimiento de los factores clave que inciden en dicha práctica para así identificar diferentes pautas y líneas de acción, concluyendo con el análisis de programas aplicados en diversas instituciones de otros países, ya que, lamentablemente, en España no se ha encontrado base documental para hacer esta parte del estudio. El segundo trabajo, realizado por el Dr. Ismael Quintanilla Pardo (como director) y su equipo investigador, presenta un estudio realizado en las universidades de Valencia sobre la práctica de las actividades físico-deportivas de las universitarias, destacando como dato global, el escaso número de practicantes, 23 por ciento, al menos tres veces por semana, aunque la mayoría de las entrevistadas reconocen que el deporte es saludable, beneficioso y educativo, y para ellas su principal objetivo es la salud.

Dado que el diagnóstico de las mujeres universitarias es prácticamente el mismo que en otros estudios anteriores, acusando una fuerte caída de la práctica físico-deportiva con la llegada a la Universidad, el tercer trabajo, presentado por D. Lluís Capdevila y Ortiz, se refiere a la búsqueda de estrategias para promocionar el deporte entre las mujeres universitarias. El trabajo además introduce el uso de las nuevas tecnologías, como el correo electrónico y la página Web en la toma inicial de los datos, así como en la evaluación de las acciones realizadas.

El trabajo de Susana Soler Prat estudia uno de los condicionantes más citados en la literatura sobre el tema, como es la influencia de los estereotipos de género en la práctica de las actividades físico deportivas. Dado que la escuela se reconoce todavía como uno de los espacios en que se transmiten los estereotipos sociales, el trabajo se centra en el análisis de la cultura sexista en las clases de educación física y en la consideración de este espacio como posible lugar de cambio de los modelos dicotómicos de género.

Por último el trabajo realizado por Benilde Vázquez y Mar Lozano aporta una nueva perspectiva de estudio para la promoción de cambios que favorezcan la incorporación, en mayor medida, de las mujeres al ámbito deportivo. Aborda una línea de investigación prospectiva sobre cuestiones de importancia estratégica que tienen que ver con el posible desarrollo de políticas deportivas tomando en cuenta el principio de igualdad de oportunidades entre hombres y mujeres. El estudio hace patentes tanto las expectativas de futuro como las aspiraciones y propuestas de un grupo de expertos sobre la evolución de alguno de los factores que producen desigualdades por razón de sexo en el ámbito del deporte. Los estudios de futuro vienen siendo ampliamente aceptados en áreas del desarrollo humano como la salud, la educación o la ciencia, con una clara intención de intervenir en un futuro deseable y esto también es viable aplicable al deporte.



PRESENTATION

YOUNG WOMEN AND PHYSICAL AND SPORTS ACTIVITY

At the beginning of the 21st century the situation and social status of women is one of the most expressive indicators of change and progress in advanced societies, a situation, however, which is constantly being threatened, especially by the incorporation of representatives from other cultures who do not share the same views on the subject.

If we focus on Spain, the last few decades have seen an accelerated change in women's attitudes and behaviour as well as how they are considered in society. To cite some markers, Spanish women have entered the educational field in great numbers (they represent more than half the University students), the workplace (women are nowadays found in the most unexpected jobs) and the sports sphere (the Spanish women's Olympic team in Athens in 2004 was much larger than at any of the previous Olympics).

Many legal changes have contributed to this situation, promoted through four Equality Plans created by the Ministry of Social Affairs' Institute for Women, emanating from the directives issued by the European Union, but also from the awareness and effort made by women themselves. These plans have led to the present Bill for Equality between Men and Women.

However, inequality still exists between men and women although it is in a less visible form. It is often the case that when women finally gain access to some social advantages new examples of inequality are revealed, which are more subtle but not less discriminatory for women's lives, like their access to work and sport. The level of women's employment still does not correspond to their education or to the investment made in money and effort; and unemployment is greater among women than men in all age groups. The principle of equal opportunities is often disguised as simply equal access or an equality in not always desirable models, without bearing in mind other factors, both from their private and social lives, as is shown in the cases of the double or triple

working days borne by many women with family responsibilities and the lack of relevant social help (nurseries, day centres for older and disabled adults, home help, etc.).

All this means that a large number of women cannot enjoy certain social benefits in the cultural or sports context either, activities which have a lot to do with personal well-being and free time. As is well known, women have less available free time than men. As Hargreaves (1993) pointed out when referring to the world of sport, the link between sport and free time has revealed other women's problems which derive from the dominant concepts of leisure and work.

The consideration of physical and sports activities as a source of health and well-being supported by scientific results and numerous personal accounts has meant that organisms both from the world of education and the world of health and the social services promote action to incorporate women into these spheres with the primordial objective of establishing healthy life-style habits.

Two very significant characteristics emerge from the documentation studied on women and sport, one is that the majority of adult women who practice a sport began to do so when they were at school, and the other is that it is in adolescence when the level of practice goes down, with a high level of women who even abandon sport all together. The first group therefore represents the survivors, and the second group will probably represent those who will make up the statistics of inactive women as far as concerns physical activities, and will therefore be excluded from the benefits which physical and sports activities bestow.

These data justify this publication on young women and their adherence to physical activity and sport, aimed at studying the key factors which determine their participation or rejection.

In Spain specific studies on women and sport are few, especially on a national scale. To be precise we have only found two: one from 1990, financed by the Higher Sports Council and published by the Institute for Women, and another recent one carried out in 2006, financed and published by the Institute for Women. In the studies on youth and sport, the gender variable has not been specifically developed, so that little is known about the concrete circumstances of each age group and the weight of other variables. We should highlight the pioneering study, carried out on a national scale by Emilia Fernández and coworkers in 2003 in which the focus was precisely young women and physical and sports activities.

This publication approaches these problems of young women in relation to the practice of physical and sports activities as an occupation for leisure time and with health aims via several different studies.

The population studied in the first four papers is the young female population, in particular adolescents and young university students, with the last paper presenting

a DELPHI study on the possible situation of women in sport in the decade from 2003 to 2012.

The first of these studies, carried out by a large research group directed by Dr. Emilia Fernández, analyzes the dimension of sports practice in adolescent women. The study centres, firstly, on recognizing the key factors which affect this practice in order to be able to identify different norms or lines of action, and concludes with the analysis of programmes applied in different institutions and in other countries, as unfortunately in Spain no documentary basis has been found for this part of the study.

The second study, carried out by Dr. Ismael Quintanilla Pardo (as director) and his research team, presents a project from the universities of Valencia on the practice of physical and sports activities in women university students, and points out as a general fact, the small number of practitioners, 23 per cent, who participate at least three times per week, although the majority of those interviewed recognize that sport is healthy, beneficial and educational and that for them the main objective is health.

Given that the diagnosis of the women university students is practically the same as that in previous studies, showing a steep drop in participation in physical and sports activities on arrival at university, the third study, presented by Lluís Capdevila y Ortiz refers to the search for strategies to promote sport among women university students. The paper also introduces the use of new technologies like e-mail and the web page for the initial data collection, as well as the assessment of the action taken.

The study by Susana Soler Prat analyses one of the most quoted conditioners in the literature on the subject, i.e. the influence of gender stereotypes on the practice of physical and sports activities. Given that school is still recognized as one of the places where social stereotypes are transmitted, the study focuses on an analysis of the sexist culture in physical education classes and on the consideration of this context as a possible place in which to change the dichotomous gender models.

Lastly the study carried out by Benilde Vázquez and Mar Lozano brings a new research perspective to the promotion of changes which favour a greater incorporation of women into the changing sports scene. It approaches a prospective line of research on questions of strategic importance which have to do with the possible development of sports policies taking into account the principle of equal opportunities between men and women. The study makes patent some expectations for the future like the aspirations and proposals of a group of experts on the evolution of some of the factors which produce inequality for reasons of gender in the sports context. Studies of the future are being widely accepted in areas of human development like health, education or science, with the clear intention of intervening in a desirable future, and this is also viable when applied to sport.

**LA INCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y EL DEPORTE EN EL ESTILO DE VIDA
DE LAS MUJERES ADOLESCENTES:
ESTUDIO DE LOS FACTORES CLAVE
Y PAUTAS DE INTERVENCIÓN**

LIFESTYLE OF ADOLESCENT WOMEN
AND THE ADHERENCE TO PHYSICAL ACTIVITY
AND SPORTS PRACTICE:
A STUDY OF KEY FACTORS
AND GUIDELINES FOR INTERVENTION

*Emilia Fernández García (Dir.)
Benilde Vázquez Gómez
María José Camacho Miñano
Fernando Sánchez Bañuelos
Oscar Martínez de Quel Pérez
Isabel Rodríguez Galiano
Alicia Rubia Casado
Susana Aznar Laín*

Dirección para correspondencia:

Emilia Fernández García
Departamento de Expresión Musical y Corporal
Facultad de Educación. Universidad Complutense de Madrid
C/ Rector Royo Villanova s/n.
28040 Madrid
Tel.: 91 3946329
Fax: 91 394 61 51
E-mail: efgarcia@edu.ucm.es



Emilia Fernández García

Licenciada en Educación Física por la Universidad Politécnica de Madrid y Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad Nacional a Distancia. Profesora Catedrática de E.U. de la Facultad de Educación – C.F.P. de La Universidad Complutense de Madrid, donde ha desempeñado el cargo de Directora del Departamento de Expresión Musical y Corporal, es profesora titular de la asignatura de Didáctica de la Educación Física y Coeducación en Educación Física escolar. Directora del Grupo de Investigación 940096 “*Estudios de género en la actividad física y el deporte*”, reconocido por la Universidad Complutense de Madrid y la Comunidad de Madrid, está vinculada a esta temática desde la realización de su tesis doctoral, habiendo dirigido diferentes estudios y publicaciones científicas dentro de esta línea de investigación, así como colaboraciones sobre temas de género con el Consejo Superior de Deportes y otras instituciones. Actualmente dirige un proyecto, realizado en equipo e interuniversitario, orientado al estudio de los estereotipos de género en la Educación Primaria y Secundaria.

Benilde Vázquez Gómez

Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad Complutense de Madrid. Ha sido profesora de Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte – INEF de la Universidad Politécnica de Madrid y Directora del Departamento de Pedagogía de la Actividad Física y el Deporte durante trece años. Desde su creación, ha dirigido el Seminario Permanente “Mujer y Deporte” adscrito a dicha institución, del que actualmente es co-directora. Sus principales líneas de investigación son la Educación Física escolar y Deporte y Mujer. Ha sido representante española en el Grupo Europeo Mujer y Deporte (EWS) y miembro del Foro Mujer y Deporte en los países Mediterráneos. Miembro de la Asociación Española de Investigación social aplicada al deporte (AIESAD), Vocal de la Comisión Mujer y Deporte del Comité Olímpico Español, y colabora con el Consejo Superior de Deportes en temas de género. Tiene numerosas publicaciones sobre Coeducación en Educación Física y sobre la experiencia de las mujeres en el deporte, siendo autora de la I Encuesta Nacional sobre Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas.



M^a José Camacho Miñano

Licenciada en Educación Física por la Universidad Politécnica de Madrid y Doctora por la Universidad Complutense de Madrid actualmente es profesora en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense. Su investigación se centra fundamentalmente en la temática de género, actividad física e imagen corporal en población adolescente, labor que desarrolla a través de su participación en diferentes proyectos de investigación. Ha coordinado y participado en distintos seminarios y congresos, nacio-



nales e internacionales, particularmente en el ámbito de Actividad Física y Género. Pertenece al grupo de investigación 940096 "Estudios de género en la actividad física y el deporte" validado por la U.C.M. y la Comunidad Autónoma de Madrid.

Fernando Sánchez Bañuelos



Licenciado en Educación Física por la Universidad Politécnica de Madrid. Doctor en Psicología por la Universidad Autónoma de Madrid y Master en Alto Rendimiento Deportivo por la Universidad Autónoma de Madrid. Profesor Titular de Universidad en la Facultad de Ciencias del Deporte de La Universidad de Castilla La Mancha en Toledo en donde ha desempeñado el cargo de Decano de dicha Facultad hasta 2005. Ha sido: Profesor titular de la asignatura de Didáctica de la Educación Física y el Deporte en el INEF de Madrid; Director del INEF de Madrid; Decano de la Facultad de Ciencias del Deporte de Toledo, Director del Instituto de Ciencias de la Educación Física y el Deporte del Consejo Superior de Deportes; Director Técnico del programa ADO 92 para la preparación de los JJOO de Barcelona 92; Vocal asesor de la comisión técnica del programa ADO 96, y ADO 2000. Autor de numerosas publicaciones relacionadas con la enseñanza y la investigación dentro del ámbito de la Educación Física y el Deporte, entre las que se destacan "Bases para una Didáctica de la Educación Física y el Deporte" y "La Actividad Física Orientada hacia la Salud".

Oscar Martínez de Quel Pérez



Licenciado y doctor en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte por la Universidad Politécnica de Madrid y Licenciado en Psicología, con especialidad en Psicología de la Educación, por la Universidad Nacional de Educación a Distancia. Ejerce como profesor en la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid.

Sus principales líneas de investigación son: el entrenamiento de los deportes de combate, especialmente los aspectos perceptivos y condicionales, y la actividad física y la salud, particularmente en población femenina. Es autor de diversas publicaciones en estas áreas y en la promoción de la práctica deportiva e imparte clases de doctorado en la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Politécnica de Madrid. Deportista de alto nivel, ha conseguido dos títulos mundiales con el equipo español de Karate.

Isabel Rodríguez Galiano



Es profesora titular del Departamento de Inteligencia Artificial de la Facultad de Informática en la Universidad Politécnica de Madrid. Es Licenciada en CC. Matemáticas en el área de Estadística e Investigación Operativa y Doctora en Informática. Sus trabajos de investigación se centran en Modelización de Preferencias y en Modelos y Análisis Estadísticos, presentando sus trabajos en diversos foros de discusión y revistas especializadas, tanto a nivel nacional como internacional. Entre sus numerosas actividades, colabora activamente con el Departamento de Expresión Musical y Corporal de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, a través de su pertenencia al Grupo de Investigación "*Estudios de Género en la Actividad Física y el Deporte*", realizando el análisis estadístico en diversos estudios relacionados con la actividad deportiva.



Alicia Rubia Casado

Licenciada en Educación Física, pertenece al cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria, especialidad de Educación Física, y actualmente desarrolla su labor docente en el Instituto de Enseñanza Secundaria "Carlos Bousoño" de Majadahonda. Durante los años 2002 a 2005 trabajó como profesora asociada en el Departamento de Expresión Musical y Corporal de la Facultad de Educación de la Universidad Complutense de Madrid, impartiendo las asignaturas de Educación Física de Base, Ambientes de aprendizaje en Educación Física, Elaboración de materiales didácticos en Educación Física y Educación Física y su didáctica. Interesada por la temática de actividad física y género, ha realizado distintos trabajos y publicaciones que indagan sobre los rasgos asociados al género y los asociados a diferentes actividades deportivas así como sobre las percepciones del alumnado en relación con los referentes de éxito aportados por el profesorado.

Susana Aznar Laín



Licenciada en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, y Doctora en Ciencias de la Actividad Física y la Salud, Universidad de Bristol, (UK), ejerce como profesora asociada en la Facultad de Ciencias del Deporte de la Universidad de Castilla La Mancha. Acreditada como Especialista en Ejercicio y Salud por el "American college of Sports Medicine" (ACSM), ha cursado estudios de Master en Actividad Física y Salud, Universidad de Bristol (UK). Actualmente es Co-Directora de la Certificación de Entrenador Personal Avanzado (U.C.M.) y Co-Directora del I Curso de postgrado: método pilates matwork (U.C.L.M.). Autora de varios libros en el área de la Actividad Física y la Salud, ha realizado investigación y publicaciones científicas en: actividad física y la salud; cuantifica-

ción de la actividad física; actividad física en la infancia; inactividad y obesidad infantil; actividad física en poblaciones especiales y actividad física y salud de la espalda.

Resumen*

El estudio se orienta hacia el análisis de la dimensión que la práctica deportiva tiene en las mujeres adolescentes, ahondando en las relaciones que mantienen con la actividad física y el deporte e identificando los rasgos que definen dicha relación, prestando especial atención a la influencia del apoyo que se genera en su entorno social. El proyecto se centra, en primer lugar, en el reconocimiento de los factores clave que inciden en dicha práctica para, a continuación, identificar diferentes pautas y líneas de acción que puedan ser aplicadas en programas específicos de promoción de la práctica de la actividad físico-deportiva de las adolescentes.

Palabras clave:

Género y práctica de actividad física y deporte. Mujeres adolescentes. Estilos de vida activos. Pautas de intervención.

Abstract:

This study is oriented toward the analysis of the adherence to sports practice among adolescent women, focusing on the specific relationships between women and physical activity and sports practice due to their gender, and trying to identify the traits that define those relationships, paying special attention to the influence of the social support coming from their particular social environment. The aims of this project point to: in the first place, the identification of the key factors that influence practice, and in the second place, the development of orientations and guidelines that can be applied to specific programs for the promotion of, and adherence to, the practice of sport and physical activity among adolescent women.

Key words:

Gender and physical activity and sports practice. Adolescent women. Active lifestyles. Intervention guidelines.

* Proyecto subvencionado en la Convocatoria de ayudas a universidades y a entidades públicas para proyectos de apoyo científico y tecnológico al deporte y otras acciones de promoción y difusión de la investigación deportiva para el año 2004. Duración de la ayuda: Octubre 2004 – Octubre 2005.

LA INCLUSIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN EL ESTILO DE VIDA DE LAS MUJERES ADOLESCENTES: ESTUDIO DE LOS FACTORES CLAVE Y PAUTAS DE INTERVENCIÓN



INTRODUCCIÓN

El interés de los estudios que se dirigen hacia la población joven, en el ámbito de la promoción de la actividad física y el deporte, está motivado, principalmente, por dos cuestiones de gran vigencia, como son: la constatación del descenso progresivo de la práctica de actividad físico-deportiva desde edades tempranas y el creciente aumento del sedentarismo.

Por otra parte, las actuales evidencias confirman que la problemática que rodea a las relaciones que mantienen los adolescentes con la actividad física afecta particularmente, y en mayor medida, a las chicas, hasta el punto de que éstas se han constituido como un grupo 'diana', siendo una de las poblaciones más necesitadas de estudios y programas de actuación específicos, en todo aquello que se refiere a la promoción de sus hábitos de actividad física y deporte dentro de estilos de vida físicamente activos (Aarnio, 2003).

De esta forma, ha tomado cuerpo una línea de investigación que trata de ahondar en este colectivo particular, analizando las peculiares circunstancias y mediadores que influyen para que las jóvenes adopten determinados modelos de relación con la actividad físico-deportiva. Desde esta perspectiva, las chicas adolescentes deben participar de los beneficios físicos, psicológicos y sociales que la actividad físico-deportiva proporciona, ya que el punto de referencia ha de situarse en que sólo a través de una práctica y vivencia personal de la actividad física se puede tener acceso a los efectos positivos que dicha actividad conlleva.

No obstante, la investigación sobre esta problemática tradicionalmente ha puesto el énfasis en los efectos positivos de la actividad física sobre la salud, desde una dimensión principalmente física y con un propósito básicamente preventivo. Siendo ello importante, existe una consideración igualmente substancial, que se encuentra relacionada con el concepto de bienestar: el reconocimiento que actualmente tiene la actividad física y el deporte como un bien social, que supone una opción notable de mejora de la

calidad de vida y del propio desarrollo personal. Esta consideración se relaciona con una comprensión más actual de la salud, entendida como un concepto amplio, que concierne al bienestar psicológico y social. En la infancia y en la adolescencia, y en lo que se refiere a la actividad física, estas dos dimensiones, la psicológica y la social, son al menos tanto o más importantes que la dimensión física (Telama, Naul, Nupponen *et al.*, 2002).

Por otra parte, el estudio de los factores que inciden en la implicación de las chicas con la actividad física y el deporte, dentro de un modelo de estilo de vida físicamente activo, debe abordarse desde la incorporación de una perspectiva de género que contribuya a explicar las influencias y los factores mediadores que afectan explícitamente a las chicas en esta etapa de su vida. Dentro de esta perspectiva, la aproximación cognitivo social (Bandura, 1986) que se sigue en este trabajo resulta adecuada, ya que proporciona un modelo interactivo en lo que se refiere a los determinantes de la actividad física. Su carácter multidimensional permite indagar sobre el conjunto de factores que se dan cita en ella y, particularmente, posibilita ahondar en las influencias del entorno y en las peculiares implicaciones que esta problemática tiene en las chicas, dirigiendo la atención más concretamente a los factores de género que se encuentran relacionados con ella.

Así, el análisis de dicha problemática, desde un enfoque psico-social, debe integrar la percepción que tienen las chicas adolescentes de las dificultades y trabas que todavía existen para una mayor implicación con el deporte (Sleap y Wormald, 2001), así como la influencia del apoyo social que reciben (Greendorfer, 1992; Weiss y Smith, 2002; Welk, Wood y Morss, 2003), o el estado actual de sus actitudes hacia el ejercicio físico dentro de un proceso gradual de cambio o asentamiento (Marcus y Lewis, 2003).

En este trabajo, la particular situación de las chicas dentro de esta etapa crítica, en lo que se refiere a su implicación con la actividad física y los factores influyentes, requiere de una mirada particular. Con esta mirada, se han realizado algunos estudios de investigación específicamente centrados en la adolescencia femenina. Sus resultados resaltan que la etnia, la participación en deportes organizados con un componente de competición, el apoyo de los amigos, las actitudes hacia la actividad física y las facilidades para hacer ejercicio son factores psicosociales claves que se asocian con la actividad física de las chicas (García, Broda, Frenn *et al.*, 1995; Bungum y Vincent, 1997). No obstante, otros factores como las experiencias negativas en la Educación Física recibida en la escuela, se han manifestado también relevantes (Sleap y Wormald, 2001). Paralelamente, las chicas muestran niveles más bajos que los chicos de competencia percibida, niveles más altos de dificultades percibidas y niveles más bajos de disfrute, resultando que el género, en lo relacionado con la actividad física de la gente joven, aparece como un reflejo de las desigualdades existentes en el conjunto de la sociedad (Cavill *et al.*, 2001).

En los trabajos españoles que abordan la temática de la actividad física específicamente orientados desde una perspectiva de género, se constata la representación que todavía mantiene la cultura de género y su influencia para la participación de las chicas y de las mujeres (Vázquez, 1993; Vázquez *et al.*, 2000; Puig, 2003; Fernández, 2005;

Blández, Fernández y Sierra, 2005), así como la relevancia que para ellas poseen los aspectos relacionados con la imagen corporal y el impacto de esta imagen según su vinculación con diferentes actividades físicas (Camacho *et al.*, 2002; Camacho, 2005). Si bien las adolescentes parece que otorgan una valoración positiva a los beneficios derivados de la práctica de actividad física, esto no impide que disminuya su implicación en ella según se incrementa la edad, mientras que empeora progresivamente la percepción que tienen de su estado general de salud (Fernández, Contreras, Sánchez *et al.*, 2002; Veiga, 2004), lo que lleva a suponer que, aunque la interiorización del discurso de los efectos y beneficios para la salud del ejercicio físico está bien asumido en la población de mujeres jóvenes, esto no es suficiente para mantenerlas comprometidas con una práctica de actividad física que pueda ejercer un impacto positivo en la consolidación de estilos de vida activos.

Todo lo expuesto, unido a la escasez de trabajos existentes en nuestro país que se orienten específicamente a esta población de chicas adolescentes, motiva el propósito central de este estudio que aborda, como temática general, el análisis de la dimensión que la práctica de la actividad física y el deporte tiene en esta población, intentando ahondar y explicar el conjunto de variables y factores determinantes que inciden en ella, como paso previo a la identificación de líneas y pautas de actuación dirigidas a este colectivo.

OBJETIVOS

Consecuentemente con lo tratado hasta aquí, los objetivos del presente trabajo de investigación se centran en el estudio de las siguientes cuestiones:

- Profundizar en los rasgos que caracterizan las relaciones de las adolescentes con la práctica de actividad físico-deportiva desde una perspectiva de actividad física – salud.
- Conocer el momento en que se encuentran las adolescentes en relación con su proceso de asentamiento, cambio o evolución de actitudes hacia el ejercicio físico dentro de estilos de vida activos.
- Caracterizar el apoyo que reciben del entorno social para participar en las actividades físico-deportivas.
- Determinar la influencia de la edad en el conjunto de los factores que se vinculan con la práctica de actividad física, identificando la posible evolución de los mismos a lo largo de los años de la adolescencia.
- Identificar y analizar actuaciones y pautas existentes de promoción y adherencia a la actividad físico-deportiva dirigidas específicamente a las chicas adolescentes, definiendo sus características principales.

- Proporcionar unas líneas de intervención que puedan ser aplicadas y desarrolladas en programas institucionales (escolares o de deporte municipal y escolar) específicamente orientados a la promoción y adherencia de las adolescentes a la actividad físico-deportiva.

DISEÑO DE LA INVESTIGACIÓN

En relación con los tres primeros objetivos anteriormente expresados, se ha definido un diseño de tipo descriptivo y correlacional, que explica las relaciones que existen entre las diferentes variables de la investigación. Para ello se combinan distintas aproximaciones metodológicas: por un lado, y encuadrándose dentro de la categoría de diseños transversales, se emplea la técnica de investigación de autoinforme, a través de encuesta, utilizándose como instrumento el cuestionario estandarizado; paralelamente, se emplea el análisis de contenido como técnica de análisis e interpretación de la información recogida a través de entrevistas semi-estructuradas.

Para dar respuesta al cuarto y quinto objetivo, se adopta un enfoque eminentemente cualitativo e interpretativo, orientado hacia el análisis documental, y aplicado al estudio de actuaciones de promoción de actividad física dirigidas a chicas adolescentes, empleándose igualmente como técnica el análisis de contenido.

Identificación de variables

El conjunto de las variables objeto de estudio de este trabajo se definen en las siguientes:

Variables relacionadas con la práctica de actividad física y la determinación de estilos de vida activos

- *Nivel de actividad física realizada*, o grado de vinculación que mantienen las adolescentes con el ejercicio físico dentro de su estilo de vida habitual.
- *Estados de actividad física*. Describen el momento en que se encuentran las adolescentes dentro de un continuo inactividad – actividad.
- *Tipo de actividad físico-deportiva practicada en el tiempo libre*. Esta variable se ha analizado en relación a dos aspectos:
 - a) el *modelo de práctica deportiva* al que se adscriben las chicas adolescentes, en el que se contemplan dos dimensiones de participación: la práctica de carácter *recreativo*, en ausencia de competición y la práctica orientada hacia algún tipo de *competición* y
 - b) la *tipología de actividades* o disciplinas practicadas por las adolescentes, estudiada a partir de un listado de actividades.

Variables relacionadas con factores psico-sociales

- Grado de satisfacción con la práctica de actividad físico-deportiva.
- Percepción de los beneficios de la práctica de actividad física y deporte.
- Dificultades percibidas para la práctica de actividad físico-deportiva.
- Apoyo social relacionado con la participación de las mujeres adolescentes en actividades físicas y deporte.

Variables relacionadas con la evolución de la práctica de actividad física y sus factores de influencia

- Edad: Consignada en años cronológicos.

Variables relacionadas con el análisis de programas de intervención

- Extensión y alcance del programa.
- Objetivos del programa.
- Tipo de propuestas / actividades que integra.
- Recursos.
- Resultados obtenidos.

Instrumentos de medida

Como instrumento para la recogida de la información se ha utilizado un cuestionario compuesto por un conjunto de cuestionarios específicos, que se describen a continuación, todos ellos validados y empleados previamente en la literatura, a excepción del cuestionario de Actividades Físicas Practicadas.

Cuestionario de Estados de Actividad Física. El instrumento empleado fue el cuestionario 'Physical Activity Stages' (Sallis, Calfas, Alcaraz *et al.*, 1999), que permite la identificación de diferentes estados de actividad física dentro de un continuo de inactividad – actividad. Los valores de confianza de este instrumento en el test-retest fueron .84.

Cuestionario sobre Dificultades para la práctica de Actividad Física. El cuestionario utilizado fue el 'Barriers to Physical Activity Scale' (Sallis, Hovell, Hofstetter, *et al.*, 1989). La confianza de este instrumento en el test-retest fue de $r=.79$.

Cuestionario sobre Beneficios de la Actividad física. El cuestionario aplicado fue el 'Benefits of Physical Activity' (Sallis, Hovell, Hofstetter, *et al.*, 1989). La confianza de este instrumento mediante test-retest fue de .55, habiéndose encontrado valores más altos ($r=.75$) en estudios posteriores (Sallis *et al.*, 1999; Sarkin, Nichols, Sallis *et al.*, 2000).

Cuestionario Escala de Disfrute de la Actividad física. Se ha empleado el 'Physical Activity Enjoyment Scales' (Kendzierski y Decarlo, 1991). Este instrumento de medida mostró buena consistencia interna en el estudio original (α de Cronbach=.93).

Cuestionario de Apoyo Social. El cuestionario utilizado fue el 'Social Support' (Sallis, Grossman, Pinski *et al.*, 1987), compuesto por dos escalas idénticas que miden el apoyo familiar y el apoyo de los amigos. Mediante el procedimiento de test-retest, en el instrumento original se obtuvieron valores de confianza de .79 y .77 respectivamente en las escalas de apoyo para el ejercicio (familiar y de amigos). La consistencia interna que arrojó el coeficiente alfa de Cronbach fue de .91 (apoyo familiar) y de .84 (apoyo de los amigos).

Cuestionario de Actividades Físicas Practicadas. Este cuestionario, de elaboración propia, se ha diseñado como una adaptación a partir del instrumento empleado por Sarkin *et al.* (2000) y el National Health Interview Survey (NHIS) (C.D.C., 1990). El cuestionario incluye dos listados de distintas actividades físicas referidas en el primer bloque a actividades recreativas y, en el segundo bloque, a actividades orientadas hacia algún tipo de competición. El listado de actividades se definió tomando como referencia los resultados de diferentes trabajos españoles en cuanto a los índices de participación femenina obtenidos en distintas actividades, tanto recreativas como de competición.

Hojas de registro: Cuando se ha empleado el análisis de contenido, tanto para el estudio de diferentes programas y actuaciones de promoción de actividad física para chicas adolescentes como para el análisis de las entrevistas, se han empleado como instrumentos hojas de registro que contemplan las diferentes variables de estudio, con las dimensiones y categorías analizadas.

Población y muestra

La población de este trabajo está constituida por mujeres estudiantes de Educación Secundaria Obligatoria en centros públicos de la Comunidad Autónoma de Madrid. Durante el curso 2004-05 dicha población ascendía a un total de 62.993 alumnas, distribuidas en 304 centros públicos¹.

¹ Datos aportados por la Consejería de Educación de la Comunidad de Madrid, a través de su Servicio de Estadísticas e Informes Económicos.

Determinación de la muestra

Para definir la muestra se ha utilizado, en primer lugar, un muestreo por conglomerados, en el que la unidad principal de muestreo son los centros y la unidad final de observación las estudiantes. La determinación del *tamaño muestral* se ha extraído a partir de la muestra piloto, tras el análisis de algunas de las variables relevantes en la investigación. En segundo lugar, para la *selección de la muestra* se empleó el muestreo aleatorio estratificado, considerando el criterio de zonificación geográfica para configurar los estratos, estableciéndose la distribución de la población, en cada zona geográfica, a partir de los datos proporcionados por la Comunidad de Madrid² para el curso 2004-05, según el criterio establecido por su Consejería de Educación en la demarcación de sus zonas geográficas (Norte, Sur, Este, Oeste y Capital). Para obtener una muestra en cada estrato se empleó la asignación proporcional, procediéndose para la selección final de la muestra a una selección aleatoria de los centros dentro de cada estrato.

Según lo anterior, la *configuración final de la muestra* se determinó en 2.800 mujeres estudiantes de E.S.O. en centros públicos de la Comunidad de Madrid. Se recogieron 2.822 cuestionarios, desestimándose, en el proceso de depuración, 11 de ellos. Así, finalmente, se han analizado los datos de 2.811 chicas adolescentes, de edades comprendidas entre 12 y 18 años, en un total de 22 centros públicos de la Comunidad de Madrid. Esta muestra es representativa de la población objeto de estudio con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 2,25% en la variable de *Beneficios de la actividad física* y del 1,3% en *Disfrute de la actividad física*.

Participantes en la entrevista

Se ha atendido a la representación equilibrada de representantes de diferentes sectores en función de los siguientes criterios:

- La zona geográfica, atendiendo a un equilibrio de participación entre Madrid Capital y su área Metropolitana;
- La caracterización profesional de los entrevistados, definida dentro de los perfiles de docente – responsables del desarrollo de planes y programas de promoción de actividad física, considerándose en el primer caso la doble función profesor/a – desempeño de tareas de gestión en el centro escolar.
- El equilibrio de género en la participación.
- En el caso de las instituciones oficiales, representatividad dentro de la Comunidad de Madrid, ámbito territorial en que se desarrolla este trabajo.

² Servicio de Estadísticas e Informes Económicos de la Consejería de Educación de la Comunidad Autónoma de Madrid.

A partir de la aplicación de estos criterios, se seleccionaron aleatoriamente representantes docentes, estableciéndose el contacto personal para la colaboración, en el caso de aceptación, o recabándose un nuevo participante hasta completar la selección. En el caso de los organismos oficiales, se estableció contacto personal con los organismos encargados del deporte y, dentro de ellos, de sus secciones de promoción, confirmando la colaboración en caso de aceptación así como el calendario de entrevistas.

Finalmente, han participado un total de nueve entrevistados (5 mujeres y 4 hombres), profesionales tanto de centros docentes (5 docentes) como de organismos oficiales vinculados a la promoción de la actividad física y el deporte (4 gestores/as de dos organismos). En el caso de los centros docentes, ha existido representación de Madrid Capital (2 I.E.S.) y de su área Metropolitana (2 I.E.S.).

Programas para el análisis documental

El procedimiento para la selección de los programas de promoción de actividad física dirigidos a chicas adolescentes que se analizan en este trabajo siguió diferentes momentos, que se presentan a continuación.

Búsqueda documental inicial, desarrollada mediante los siguientes procedimientos básicos:

- Revisión sistemática de la literatura científica publicada sobre esta temática, a partir de los artículos publicados en revistas científicas indexadas en las principales bases de datos.
- Búsquedas en Internet, realizadas a través de los motores de búsqueda *Google* y *Yahoo*, mediante descriptores y frases clave en español e inglés.
- Áreas o Departamentos de Salud, Educación y Deportes de las instituciones gubernamentales de los países consolidados en el ámbito de la promoción de la actividad física; Organismos internacionales de carácter general (Unión Europea, O.M.S., etc.) y Organizaciones relevantes en el ámbito de estudio que aborda este trabajo (IGWS; ICSSPE; CDC, etc.).

En España, se incluyeron las páginas gubernamentales pertenecientes a Consejerías, Servicios, Áreas, Departamentos y Concejalías de Educación, Sanidad, Mujer, Juventud y Deporte de ámbito estatal, regional, provincial (diputaciones provinciales) y local (ayuntamientos de municipios de más de 200.000 habitantes y, en el caso de la Comunidad de Madrid, de más de 50.000 habitantes).

Criterios de selección de programas. Mediante consenso del equipo, se determinó el conjunto de criterios que deberían cumplir los programas, de forma que guiaran la selección de aquella documentación más acorde con los propósitos de este trabajo.

La metodología para la aplicación de los criterios adoptados se basó en un sistema objetivo de notación dicotómica, según la existencia o no de los mismos dentro del programa, resultando más consistentes, en relación con los propósitos de este trabajo, aquellos que cumplían todos los parámetros definidos.

La decisión para la selección final de un programa se consensuó en el cumplimiento de cinco o más de los criterios definidos.

Tratamiento y análisis de los datos

Análisis estadístico

Para realizar los cálculos estadísticos aplicados en el presente estudio se utilizó el programa de estadística SPSS (*Statistical Package for Social Sciences*), versión 11.5. Los análisis realizados a los datos obtenidos han sido:

- Estadística descriptiva: *Medias, Desviaciones estándar, y Porcentajes* (en estos últimos con tablas de contingencia).
- Estadística inferencial: *Análisis de normalidad, Análisis de diferencias de Medias* (ANOVA de un factor o de Welch, con contraste de comparaciones múltiples post hoc de Tukey o Games-Howell) y *Análisis de dependencia entre variables categóricas* empleándose para ello el contraste de la χ^2 de Pearson, usándose, cuando procede, el test de la razón de verosimilitudes.

Análisis documental

La elaboración del sistema de codificación se llevó a cabo partiendo de las variables y dimensiones de análisis previamente establecidas en la investigación, y ha seguido un proceso de tipo deductivo-inductivo. Tras varios procesos de categorización, se han identificado, dentro de cada dimensión, una serie de subcategorías a partir de las cuales ha sido posible determinar finalmente el conjunto de categorías de carácter genérico que resultan emergentes (Bardin, 1986).

Una vez realizado el proceso de categorización, se ha procedido al análisis e interpretación de las categorías resultantes a través de análisis comparativo, empleándose una estrategia de análisis basada en las diferencias – coincidencias – divergencias entre subcategorías.

Para analizar la información recogida en las *entrevistas* se ha utilizado el Programa de Análisis de datos cualitativos Aquad Seis. Realizado el proceso de categorización, la introducción de categorías en el programa se ha realizado empleando códigos conceptuales, organizados en torno a las grandes dimensiones de análisis coincidentes con las variables de estudio de este trabajo, creándose en cada una de ellas diferentes subcategorías, así como códigos de perfil.

Análisis de la fiabilidad de las escalas

Una vez obtenidos los datos en el conjunto de la muestra, el análisis de fiabilidad de las escalas empleadas en este trabajo se calculó a través del coeficiente alfa de Cronbach. Los resultados fueron los siguientes: Escala de Dificultades $\alpha = 0,8745$; Escala de Beneficios $\alpha = 0,9018$; Escala de Disfrute $\alpha = 0,9047$; Apoyo Social Familia $\alpha = 0,8462$; Apoyo Social Amigos $\alpha = 0,8598$.

Como se observa, los valores en todas las escalas han sido lo suficientemente altos como para utilizar todos los ítems de la escala. Aunque los correspondientes al apoyo social resultaron algo más bajos que los anteriores, son suficientemente buenos tomando como referencia el valor de 0,7 (Nunnally, 1978). Por otra parte, no existió ningún ítem que al eliminarlo provoque un aumento significativo del alfa de las escalas. De los resultados del análisis, resultó adecuado no realizar ajustes en el número de ítems de las diferentes escalas.

Presentación y análisis de los resultados obtenidos a través de cuestionario

La muestra de este trabajo está compuesta por un total de 2.811 chicas adolescentes, estudiantes de 1º a 4º de Educación Secundaria, de centros públicos de la Comunidad de Madrid.

La distribución de la muestra de adolescentes en función del *curso* es similar para los cuatro cursos que integran la E.S.O., situándose en cada uno de ellos, aproximadamente, la cuarta parte (entre el 24,2% y el 26,1%) de las chicas del estudio.

El promedio de *edad* de la muestra se sitúa en 14,3 años (D.T.= 1,48). La distribución en función de la edad resulta condicionada por la adscripción al curso, existiendo un porcentaje similar de adolescentes en los 13, 14 y 15, y una menor representación en los 12, 16, 17 y 18. A los efectos de este trabajo, se han integrado estas dos últimas edades en un único grupo de 17 y más años.

El 78,4% de esta muestra de adolescentes es española, y del 21,6% cuya familia procede de otras nacionalidades, es de destacar la procedencia ecuatoriana (5,8%), colombiana (1,8%), peruana (1,4%) y dominicana (1,5%).

Práctica de actividad física y estados de actividad física

Sólo algo más de la mitad de las chicas (54,6%) declaran ser activas y *practicar actividad física* con cierta exigencia de ejercicio en su tiempo libre (Gráfico 1).

Cuando se indaga más en este grupo de practicantes, si bien la mayoría (68,4%) informa una *regularidad* en esta práctica, existe casi un tercio (31,6%) que manifiesta no alcanzar los niveles de regularidad estándar de, al menos, tres veces por semana, durante un periodo de veinte minutos o más cada vez (Gráfico 2).

PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA. TOTAL DE LA MUESTRA

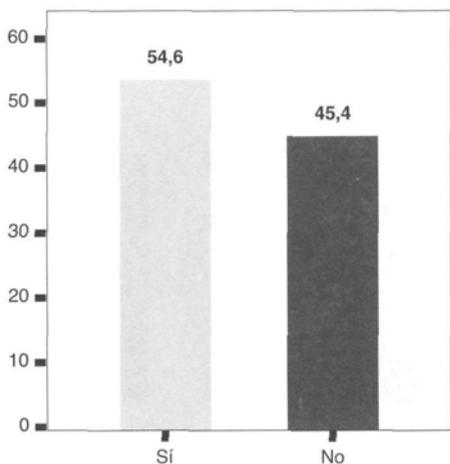


Gráfico 1

PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA REGULAR

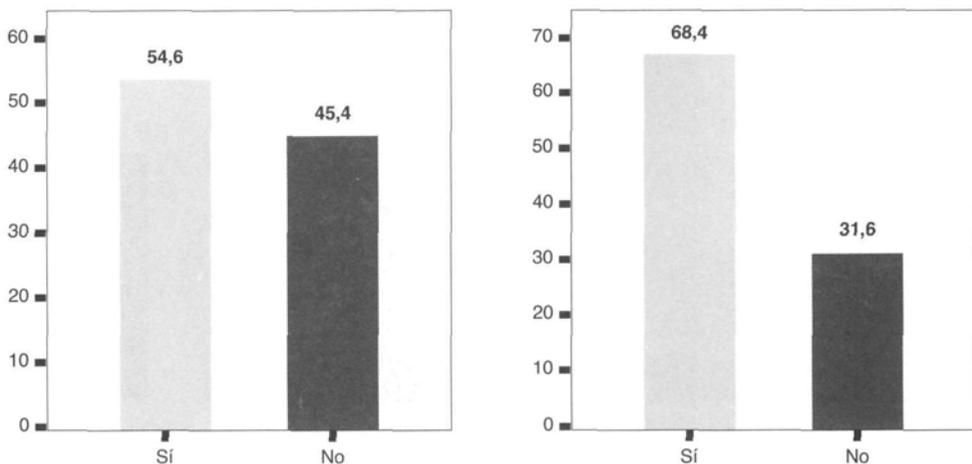


Gráfico 2

En consecuencia con los resultados anteriores, el modelo de *estados de actividad física* que emerge en las adolescentes de este trabajo (ver Gráfico 3) se relaciona preferentemente con una dimensión de inactividad (49,4%) frente a la dimensión de actividad (31,9%).

Dentro de la dimensión de inactividad, estas chicas se sitúan principalmente en el estado de 'recaída' (37,8%) y, dentro de la dimensión de actividad, en el estado de 'mantenimiento' (28,8%). El estado de 'preparación', tránsito entre las dos dimensiones, reúne a un 18,7% de las adolescentes (Gráficos 3 y 4).

DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA EN LAS DIMENSIONES INACTIVIDAD - PREPARACIÓN - ACTIVIDAD

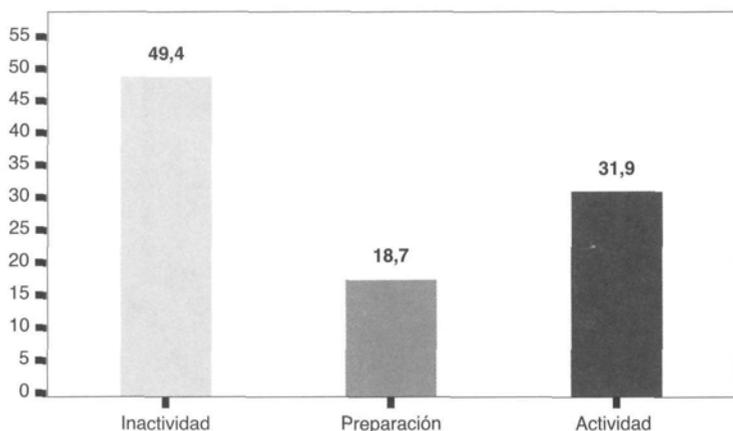


Gráfico 3

DISTRIBUCIÓN EN LOS DIFERENTES ESTADOS DE ACTIVIDAD FÍSICA. TOTAL DE LA MUESTRA

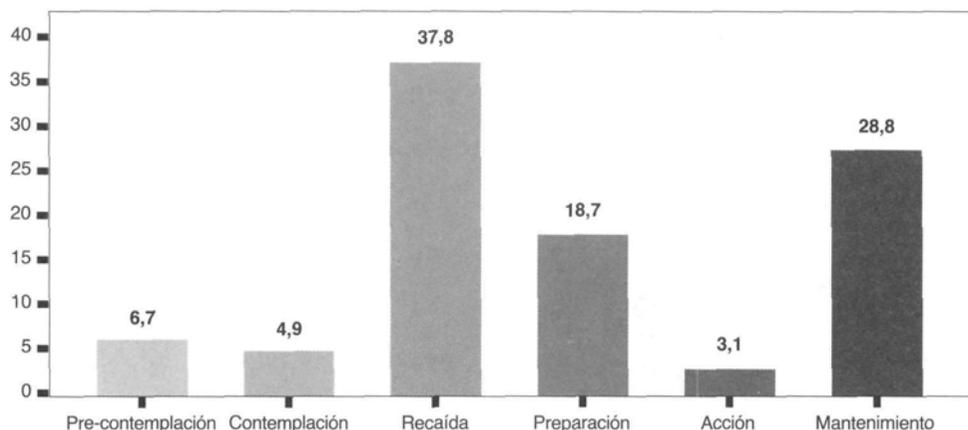


Gráfico 4

El tipo de práctica de actividad física que realizan el conjunto de las adolescentes se identifica marcadamente con un modelo recreativo más que con un modelo orientado hacia la competición, inscribiéndose muchas más chicas en el conjunto de actividades recreativas que en las actividades de competición. No obstante, y con las matizaciones que se analizarán posteriormente en función de la edad, en ambos modelos se constata que la frecuencia de práctica, para la gran mayoría de las chicas, se sitúa en el primer y más bajo nivel de frecuencia (1 a 5 veces en las dos últimas semanas) en todas las actividades estudiadas (Gráficos 5 y 6).

FRECUENCIA DE PRÁCTICA RECREATIVA, SEGÚN ACTIVIDAD

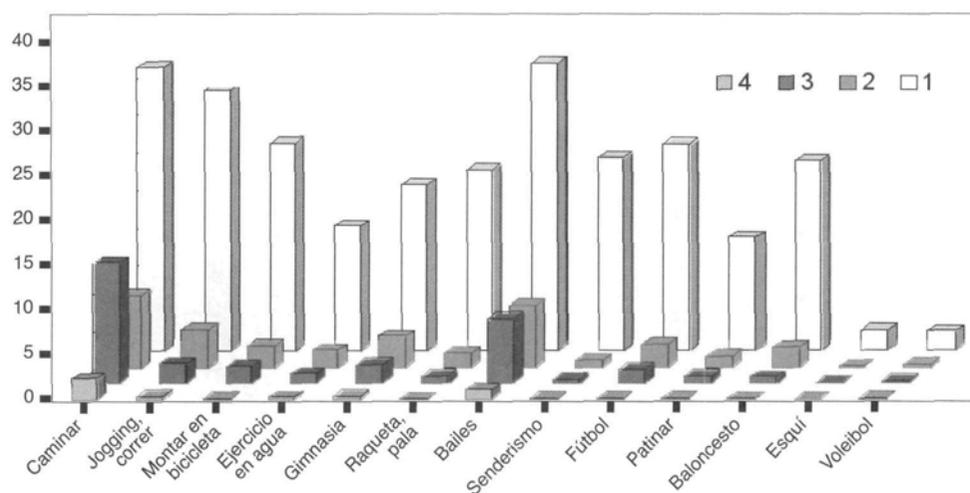


Gráfico 5

FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE COMPETICIÓN, SEGÚN ACTIVIDAD

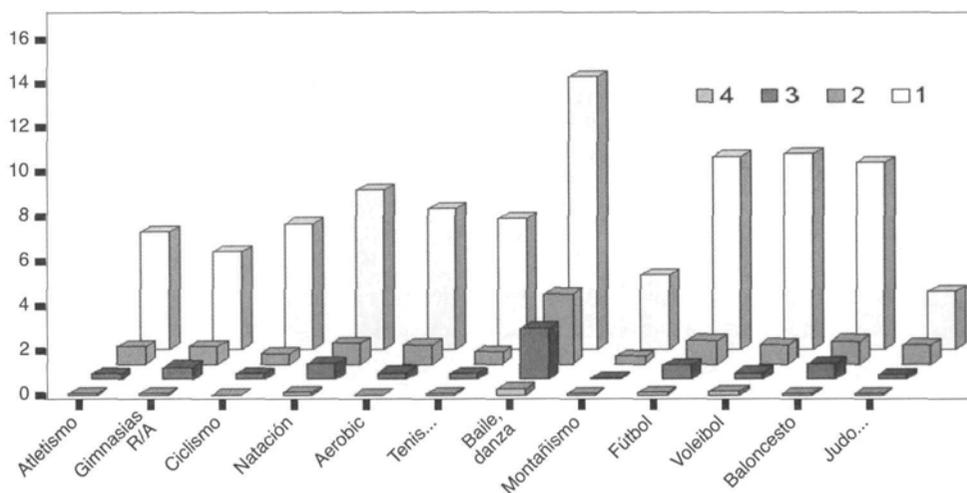


Gráfico 6

La participación en las diferentes actividades físico-deportivas observa tendencias diferentes. En el conjunto de categorías de frecuencia de práctica, y en el caso de las actividades recreativas (Gráfico 5), la prelación en la participación, a partir de dos actividades destacadas (caminar, 66,3%; y bailes, 56,7%), aglutina un conjunto amplio de disciplinas en el que se entremezclan, con valores similares, tipificaciones tradicionalmente femeninas (gimnasias 29,2%) con estereotipos de práctica masculina (fútbol, 32,7%; bicicleta, 33%) o actividades neutras (senderismo, 27,3%; juegos de pala, 27%). Por el contrario, en el caso del modelo de competición (Gráfico 6), y a partir de nuevo del baile como disciplina más practicada (21,7%), actividades como el fútbol, con una gran connotación de género masculina, reúnen, en el orden de prelación, a más chicas practicantes (12,6%) que otras actividades vinculadas habitualmente con la práctica femenina (gimnasias rítmica y/o artística, 6,9%; aeróbic, 9%), por lo que, en grandes líneas, el impacto de los roles y estereotipos de género vinculados a la actividad física y el deporte, y en cuanto a índices de distribución se refiere, queda casi más representado en el modelo recreativo que en el de competición.

Evolución, en función de la edad, de las distintas variables de estudio: estados de actividad física, tipo de práctica, beneficios, dificultades, disfrute y apoyo social percibido

Cuando se ha explorado la relación existente entre la edad y las diferentes variables de estudio incorporadas en la investigación, se han obtenido resultados diversos (ver Tabla 1). En primer lugar, debe señalarse que no se ha hallado asociación entre la edad y la percepción que poseen las adolescentes de la muestra sobre los *beneficios de la actividad física regular*. La valoración del conjunto de posibles beneficios, que en el total de la muestra obtiene unos valores intermedios ($M=2,61$, $DT=0,83$, dentro de un rango de 0 a 4), no denota diferencias significativas según los grupos de edad ($W=2,118$, $p>.05$).

ANOVA ESCALAS* EDAD																
	12 años		13 años		14 años		15 años		16 años		17 + años		Total		ANOVA	
Variabes	Media	D.T	Media	D.T	Media	D.T	F-W	p valor								
Dificultad	0,83	0,58	0,81	0,52	0,92	0,55	0,98	0,57	1,01	0,53	1,10	0,64	0,93	0,56	W=15,035	.000
Beneficios	2,53	0,88	2,67	0,87	2,60	0,85	2,63	0,82	2,64	0,75	2,50	0,82	2,61	0,83	W=2,118	.061
Disfrute	5,29	0,91	5,27	0,82	5,13	0,85	5,14	0,90	5,10	0,93	4,91	0,84	5,16	0,88	F=7,562	.000
Apoyo familiar	2,41	0,83	2,40	0,82	2,29	0,79	2,18	0,75	2,17	0,73	1,98	0,79	2,26	0,79	F=14,284	.000
Apoyo amigos	2,41	0,85	2,41	0,82	2,36	0,80	2,29	0,81	2,30	0,78	2,22	0,77	2,34	0,81	F=3,025	.010

Tabla 1

Sin embargo, sí se hallaron diferencias significativas en un conjunto amplio de variables cuando éstas se analizan en función de la edad. Una síntesis de dichos resultados es la siguiente:

- El modelo de *estados de actividad física* difiere en función de la edad (104,594, $p < .001$), identificándose una tendencia progresivamente ascendente de la dimensión de inactividad en sus estados de 'recaída' (27,3% al 49,3%) y, en menor medida de 'precontemplación' (4% al 12,9%), asociada al incremento de la edad (Tabla 2, Gráfico 7). Al mismo tiempo, según avanza la edad disminuye la proporción de las adolescentes integradas en los estados de 'mantenimiento' (30,2% al 21,7%) y 'preparación' (28% al 10,1%), permaneciendo relativamente estable en las diferentes edades el estado de 'acción'. Estos resultados confirman que, si bien las chicas de 12 años pueden caracterizarse por identificarse en la dimensión de actividad, el modelo, llegados los 17+ años, se relaciona muy acusadamente con la dimensión de inactividad.

DISTRIBUCIÓN DE LA MUESTRA, SEGÚN GRUPOS DE EDAD, EN LOS ESTADOS DE ACTIVIDAD FÍSICA Y PRUEBA DE CHI-CUADRADO							
Estados de actividad física	12 años	13 años	14 años	15 años	16 años	17 + años	Chi2
Pre-contemplación	4,0	4,6	5,8	8,0	7,7	12,9	
Contemplación	4,7	4,9	4,7	4,4	6,4	3,7	
Recaída	27,3	30,9	40,4	39,9	41,5	49,3	104.594
Preparación	28,0	24,1	18,2	16,3	14,1	10,1	p= ***
Acción	5,8	3,4	3,2	3,0	1,0	2,3	
Mantenimiento	30,2	32,1	27,7	28,5	29,2	21,7	

* .05 ** .01 *** .001

Tabla 2

Por otra parte, el modelo de *práctica recreativa – competición* se asocia igualmente con la edad (Tabla 3 y Gráfico 8), estableciéndose diferencias entre ésta y el tipo de práctica realizada (100,10, $p < .001$). En concreto, y según avanza la edad desde los 12 a los 16 años, la tendencia que emerge se identifica con un descenso progresivo de la participación dentro del modelo de competición (63,8% de las chicas de 12 años frente al 39,3% de 16 años) y, paralelamente, con un incremento de la participación de las chicas dentro del modelo recreativo (32,9% de las chicas de 12 años frente al 53% de 16 años). La edad de 17 y más años constituye un momento de acercamiento entre ambos modelos.

ESTADOS DE ACTIVIDAD FÍSICA SEGÚN GRUPOS DE EDAD

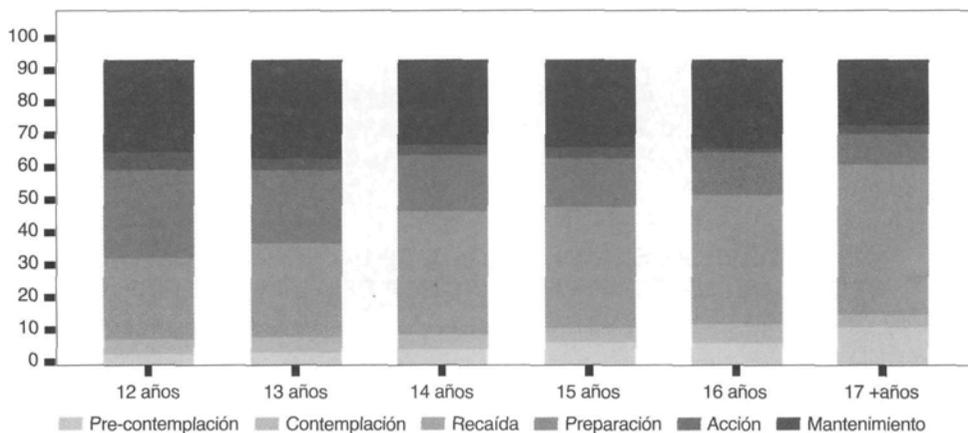


Gráfico 7

DISTRIBUCIÓN DEL TIPO DE PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA, SEGÚN LA EDAD				
Edad	Compiten	No compiten	No practican deporte	Chi2
12	63,7	32,8	3,3	
13	59,5	38,5	1,8	
14	47,3	47,9	4,7	100,71
15	42,2	51,0	6,6	p= ***
16	39,3	52,9	7,6	
17+	44,4	45,7	9,7	

* .05 ** .01 *** .001

Tabla 3

EVOLUCIÓN, SEGÚN LA EDAD, DE LA PRÁCTICA RECREATIVA Y DE COMPETICIÓN

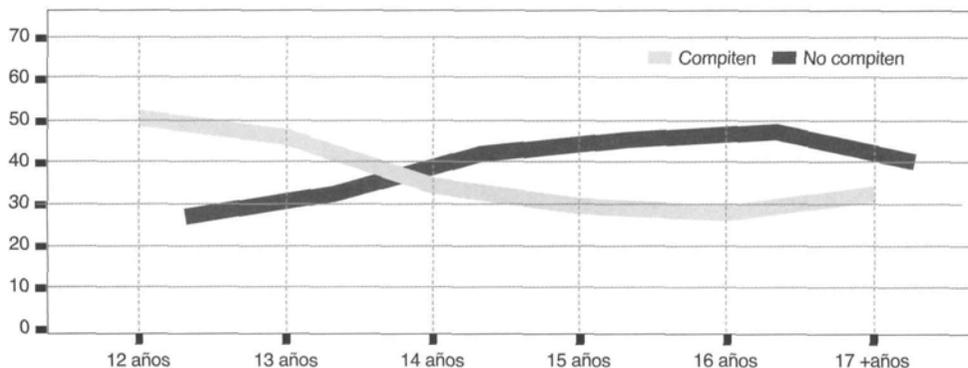


Gráfico 8

- En general, las adolescentes no tienen la percepción de que existan grandes *dificultades para la práctica de su actividad física* ($M=0,92$, $DT=0,56$ dentro de un rango de 0 a 4). No obstante, esta percepción de dificultades es diferente según la edad ($W=15,035$, $p<.001$), estableciéndose una relación en la dirección de que a mayor edad, mayor valoración del conjunto de dificultades (Tabla 1, Gráfico 9). De esta forma, si bien los grupos de 12 y 13 años recogen los valores de puntuación más bajos ($M=0,80$, $DT=0,51$), dicha percepción difiere de los restantes grupos de edad, que informan más dificultades que las chicas más jóvenes, incrementándose progresivamente las diferencias, hasta alcanzar su mayor rango entre la edad de 12 y 17+ años ($p<.001$).

EVOLUCIÓN, SEGÚN LA EDAD, DE LA PERCEPCIÓN DE DIFICULTADES PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA

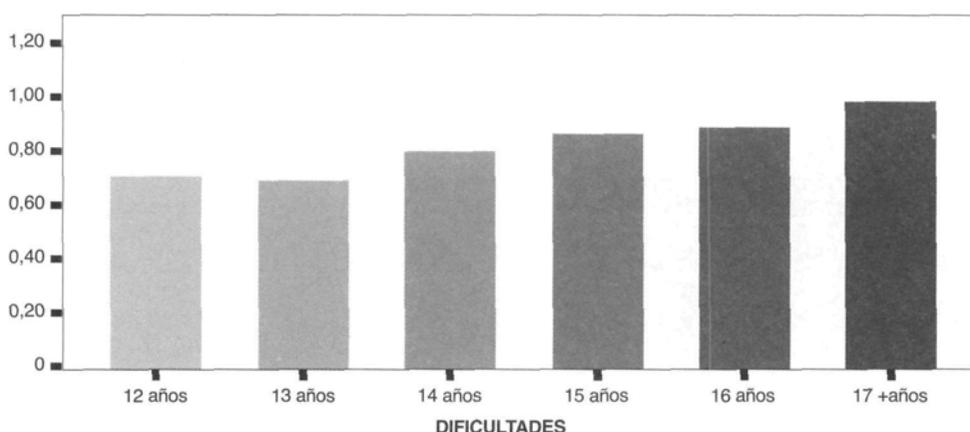
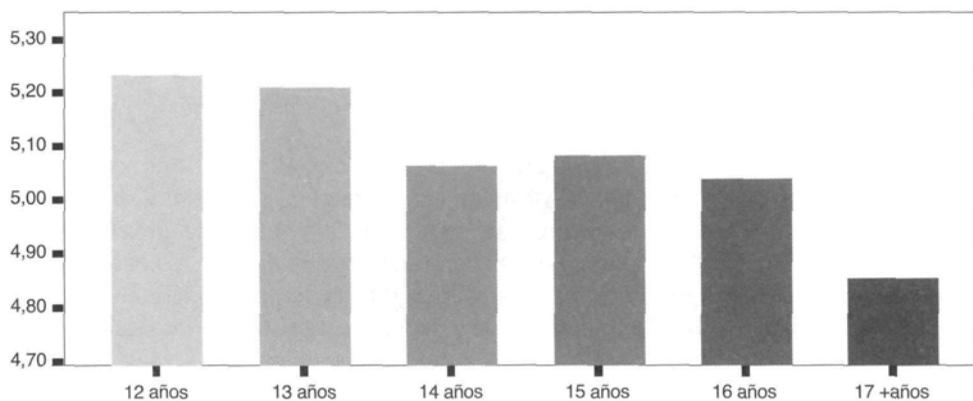


Gráfico 9

- El grado de *disfrute con la actividad física*, satisfactorio en general en el conjunto de la muestra ($M=5,1$, $D.T=0,87$ en un rango de 1 a 7), se encuentra igualmente asociado con la edad (Tabla 1, Gráfico 10). Las diferencias encontradas ($F=7,562$, $p<.001$) reflejan una dirección de inversión en relación con la edad, siendo mayor el grado de disfrute en los grupos de menos edad y observándose la tendencia de disminución de esta sensación según avanzan los años, dándose las mayores diferencias entre los 12 y los 17+ años ($p<.001$).
- El *apoyo social familiar* que perciben las adolescentes para llevar a cabo su actividad física es apreciado como escaso por el conjunto de la muestra ($M=2,25$, $D.T=0,79$ en un rango de 1 a 5). Esta percepción está relacionada con la edad de las chicas (Tabla 1 y Gráfico 11), y las diferencias halladas entre los grupos ($F=14,284$, $p<.001$) se sitúan en una dirección de disminución de la percepción de apoyo familiar según el grupo de adolescentes es de mayor edad, siendo las chicas de 12 y 13 años las que más aprecian esta ayuda, encontrándose las mayores diferencias en estas edades con la edad de 17+ años ($p<.001$).

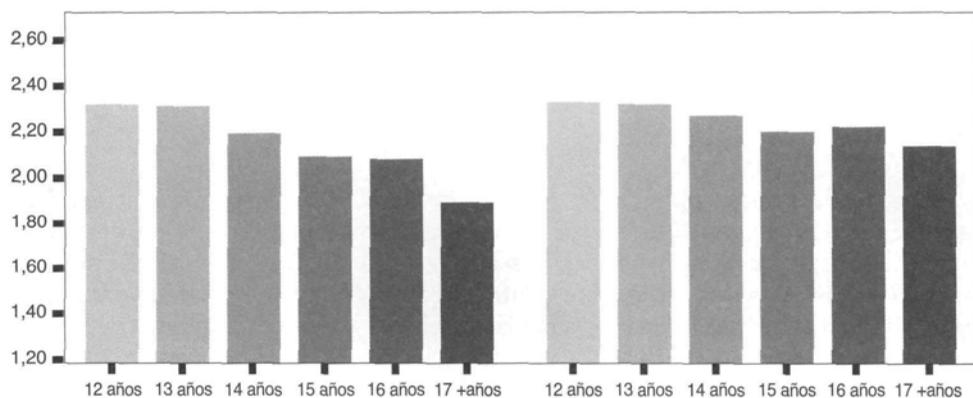
EVOLUCIÓN, SEGÚN LA EDAD, DE LA PERCEPCIÓN DE DISFRUTE CON LA ACTIVIDAD FÍSICA



DISFRUTE

Gráfico 10

EVOLUCIÓN, SEGÚN LA EDAD, DE LA PERCEPCIÓN DEL APOYO SOCIAL RECIBIDO PARA LA PRÁCTICA DE ACTIVIDAD FÍSICA



APOYO FAMILIAR

APOYO AMIGOS

Gráfico 11

Paralelamente, las chicas también estiman el *apoyo social* que reciben *del grupo de iguales* de forma diferente en función de la edad (Tabla 1 y Gráfico 11). Las diferencias entre grupos ($F=3,025$, $p=.01$) se establecen en un sentido de menor apoyo percibido según aumenta la edad, y se encuentran situadas en este caso entre los grupos de 13 y 17+ años ($p<.05$). Consecuentemente, se establece una relación entre la edad y las distintas variables de estudio, confirmándose la hipótesis de que ésta influye en la percepción que mantienen las adolescentes sobre el conjunto de factores psico-sociales analizados, y detectándose en todos los casos una evolución en dirección inversa con dichos factores.

Esta evolución se traduce en que son las edades más jóvenes las que en mayor medida responden a un modelo de vinculación regular con la actividad física, mayor disfrute con ella, mayor percepción de apoyo social y menor estimación de dificultades para llevar a cabo su actividad. Por el contrario, según los grupos son de mayor edad, se produce un descenso en los factores anteriores, parejo a un incremento de la percepción de dificultades para realizar actividad física.

La única excepción hallada se encuentra en la estimación de beneficios asociados a la actividad física, que no presenta asociación con la edad y se mantiene similar a lo largo de los años. No obstante, ello confirma igualmente la hipótesis de que, incluso en las edades tempranas de la adolescencia, el conjunto de posibles efectos beneficiosos de la actividad física es ya reconocido por las chicas, y se encuentra suficientemente asumido, lo cual refuerza los planteamientos que vinculan la casuística de las relaciones de las adolescentes con el ejercicio físico dentro de modelos cognitivo-sociales frente a aquellos modelos más apoyados en los enfoques cognitivos.

Presentación y análisis de la información obtenida a través de entrevistas

Las entrevistas realizadas al *profesorado* han sido cinco, de las cuales tres han sido a profesores y dos a profesoras. Todos los entrevistados ejercen su profesión en IES de la Comunidad de Madrid. Cuatro de ellos, dos mujeres y dos hombres, llevan impartiendo docencia durante 15 o más años, y sólo una mujer lo hace desde un periodo de 8 años atrás. Además, cuatro de los entrevistados han desempeñado su docencia en la ESO y en Bachillerato, siendo sólo un profesor el que ha trabajado en Primaria y primer ciclo de la ESO.

Igualmente, se han entrevistado a cuatro *responsables de la organización y gestión de actividades de promoción físico-deportiva* en organismos institucionales: uno en el Ayuntamiento de Madrid y tres en la Consejería de Cultura y Deportes de la Comunidad de Madrid. De ellos, dos son mujeres y dos son hombres. La mayor antigüedad en el cargo la ostenta una mujer, con cinco años de desempeño de tareas de promoción deportiva, oscilando el promedio en torno a los dos años.

La relación de las adolescentes con la actividad física en el marco de los centros docentes participantes

Desde la opinión del profesorado, el análisis del conjunto de situaciones y experiencias que perciben cotidianamente los docentes, en los distintos espacios de intervención de los centros educativos, y en todo aquello que se refiere a la relación que mantienen las chicas adolescentes con la actividad física y el deporte, se sintetiza en las siguientes características:

En cuanto a las *Clases de Educación Física*, la participación de las chicas en ella se estima aceptable, según la mayoría de los entrevistados, aunque destacan la escasa capacidad de esfuerzo de las jóvenes. Es opinión también generalizada que la participación

de las chicas es inferior a la de los chicos, y que a poco que se les deje, éstas abandonan o argumentan dificultades. Para el grupo de profesorado entrevistado, las mayores dificultades en relación al género son:

- El *impacto negativo de la edad* que sitúan los entrevistados a partir de 1º o 2º de la ESO, y en los chicos uno o dos años más tarde. Este impacto estaría relacionado en las chicas con el cambio rápido de su configuración corporal.
- El *tipo de actividades*, ya que para el total de los entrevistados, éstas siguen asociadas a los estereotipos de género, mostrándose las chicas más interesadas en las actividades rítmicas, gimnásticas o de expresión y los chicos en los deportes convencionales.
- La *interacción profesor/a alumno/a*, grupo de dificultades relacionado con el acercamiento y el contacto físico, ya que en opinión de algunos de los entrevistados, éstos contactos físicos pueden ser 'mal interpretados', adoptando el profesor o profesora una postura de extrema cautela en este sentido.
- *Poca eficacia en la formación de grupos mixtos*, ya que los chicos son más activos y expansivos, y las chicas se sienten más cohibidas.

La práctica de actividad física de las adolescentes en su tiempo libre

La apreciación sobre la práctica de actividad física de las chicas adolescentes en su tiempo libre no difiere mucho entre los entrevistados docentes. Podríamos resumir esta opinión del profesorado en que dicha práctica no sólo es muy minoritaria, sino también poco regular, salvo en algunas chicas que están implicadas en una práctica de competición. En general, la competencia motriz que aprecian los docentes en ellas es baja, casi siempre por falta de hábito y por falta de interés. En cuanto a su motivación, consideran que juega un papel decisivo la edad, ya que a partir de 2º de ESO disminuye progresivamente. Estas opiniones las comparten tanto profesores como profesoras.

La mayor participación de las chicas suele depender de la oferta y las instalaciones del entorno, llamando la atención también la ausencia de asociacionismo por parte de los centros. Las diferencias en la opinión sobre la práctica de actividad física de las chicas, desde el punto de vista de los docentes y los gestores, se pone de manifiesto en que, mientras que para los docentes factores como la *motivación*, el *impacto de la edad*, el *grado de competencia*, la *regularidad* y el *tipo de actividad* están muy presentes en su discurso, en el caso de los gestores entrevistados no es así. Los docentes se encuentran preocupados por los problemas de esta etapa adolescente que entroncan más con factores biológicos y psicológicos personales, como la competencia y el impacto de la edad, con los cambios físicos y biológicos que conlleva, que los observan como factores negativos en el caso de las chicas. En sentido contrario, aparecen los temas del *asociacionismo*, *acciones positivas* y *participación general*, que son más citados por los entrevistados gestores que por los docentes. No obstante, tanto para unos como para otros, la participación de las chicas es menor que la de los chicos y su orientación es mayor al deporte recreativo

y, sobre todo, al individual, que parece estar muy vinculado a la resolución de problemas estéticos.

Las acciones positivas surgen desde organismos ajenos al centro escolar, aunque se concrete posteriormente la colaboración con éstos, ya sea desde el Ayuntamiento, o desde la Comunidad Autónoma, por ejemplo con el programa IES. Aunque en general estas acciones van dirigidas al conjunto de todos los escolares, chicos y chicas, se han identificado acciones positivas específicas para las chicas: la unificación de dos categorías de competición cuando no hay suficiente número de participantes y las subvenciones desde la CAM a los clubes para incentivar la participación de las adolescentes.

Disfrute de las chicas adolescentes con la actividad física

El análisis realizado confirma que la permanencia en la práctica de actividades físico-deportivas se encuentra asociada al grado de disfrute que en ella se experimenta, ya que para la mayoría de los entrevistados el bajo nivel de práctica de las chicas está relacionado con la falta de hábito y, por lo tanto, de competencia motriz, por lo que evidentemente las chicas se aburren y lo pasan mal. La opinión mayoritaria es que su disfrute es mayor en actividades de ritmo, ballet, etc., si bien es cierto que, para algunas profesoras, cuando las chicas se comprometen seriamente en el aprendizaje, acaban disfrutando.

También se señala, como causa del poco disfrute, el tipo de actividad que hacen las adolescentes, que son o bien deportes individuales, o bien actividades relacionadas con el ritmo y la expresión corporal, en las que no hay competición. En realidad, nos movemos en un círculo vicioso ya que, por una parte, las chicas no se inclinan por los deportes colectivos, que suelen ser más lúdicos, y por otra, si no participan en ellos no se divierten.

No obstante, sí se aprecian diferencias significativas entre la opinión de los docentes y de los gestores. Por un lado, la opinión de los entrevistados que se encargan de la organización y gestión de la promoción deportiva se ha formado a partir del contacto que habitualmente mantienen con una población de adolescentes particular: las chicas que participan en actividades físico-deportivas fuera del centro escolar o del horario escolar, que son un colectivo ya seleccionado, dado que las actividades son voluntarias y, naturalmente, tienden a participar en ellas las adolescentes que previamente mantienen una relación positiva con la actividad físico-deportiva. Sí parece, en opinión de algunos gestores, que hay una diferencia importante entre chicos y chicas en la aceptación o rechazo de la violencia que se produzca en el juego; así, las chicas suelen rechazar las actitudes y movimientos violentos en mayor medida que los chicos, los cuales parece que incluso se sienten más motivados cuando se desarrolla un cierto grado de agresividad. Por otro lado, existe una diferencia entre los chicos y las chicas, en opinión de alguno de los gestores, y está en que las chicas disfrutan más con el proceso que conlleva su participación en la actividad física y los chicos más con el resultado. En lo que sí hay unanimidad en la opinión de docentes y gestores es en señalar que las chicas,

mayoritariamente, se interesan por actividades físico-recreativas y sobre todo, aquellas que utilizan los componentes de ritmo y de expresión.

Parece que una de las causas por la que explican la baja participación deportiva es que las chicas no se sienten identificadas con el modelo deportivo, quizás porque desde pequeñas lo que han practicado es ballet o gimnasia rítmica. En opinión de una docente haría falta tener una alternativa para las chicas que cumpliera la función que tiene el fútbol para los chicos, que ya desde pequeños se sienten identificados con él o con algún club.

Beneficios de la actividad físico-deportiva

La opinión que el profesorado entrevistado tiene en relación a la percepción de los beneficios de la actividad físico-deportiva por parte de las adolescentes es muy similar, no habiendo diferencias significativas en cuanto al sexo del entrevistado/a. Profesores y profesoras coinciden en que el conocimiento de los beneficios es meramente teórico, pues las chicas no son conscientes de ello, no lo interiorizan, lo cual impide que adopten comportamientos especiales tendentes a conseguir dichos beneficios, salvo cuando aparece la cuestión estética. En este caso, ya sea por convencimiento individual o por presión social, suelen apuntarse a alguna actividad de tipo aeróbic.

Para el conjunto de los entrevistados las chicas están más motivadas por los temas estéticos; sobre todo se preocupan por el control de peso. En cambio, los beneficios para la salud, que remiten a medio y largo plazo, no es una motivación presente en las chicas, que no relacionan el tema de salud con la prevención, sino que consideran que es un objetivo relacionado con las personas mayores o con deficiencias, y obviamente ellas se consideran en la plenitud de la vida; para ellas la salud se da por supuesta. En cuanto a los beneficios de la socialización, los docentes tiene claro que para las chicas el deporte no es un medio de socialización: no suelen encontrar a sus amigas en este medio; incluso en algunos casos, la práctica de un deporte les aleja de su grupo de amigas.

Actitudes de las adolescentes hacia su implicación físico-deportiva y su implicación en procesos de cambio

Lo que aparece claramente, según la opinión del profesorado entrevistado, es un cambio de actitudes muy lento, tanto referente al número de participantes en actividades físico-deportivas como a las motivaciones, intereses y vivencias que experimentan en la actividad. Podemos decir, en general, que se expresan acordes con el hecho de que todavía se mantienen actitudes muy estereotipadas, tanto en las alumnas como en los alumnos. También es cierto que los docentes observan un gran cambio en la manera de relacionarse de las chicas con los chicos, ya que éstas han prescindido del pudor tradicional, incluso en juegos de contacto, probablemente por el hábito de estar juntos desde los primeros niveles escolares. Por otra parte, estiman que la implicación de las chicas es mayor cuando se trata de actividades no convencionales, como los llamados 'deportes alternativos', donde los elementos técnicos son menos exigentes, o

actividades relacionadas con el ritmo y la música, donde no se compite; en cambio, tienen menos interés en los deportes convencionales tipo baloncesto, voleibol o fútbol.

El análisis de las actitudes de las chicas hacia la práctica de actividad físico-deportiva arroja unos resultados coincidentes en el colectivo de docentes y gestores. Entre las chicas que no practican o practican poco el deporte, éste no forma parte importante de sus intereses, ya sea por falta de competencia, o por ser irregulares, practicando sólo cuando tienen alguna necesidad, por ejemplo reducir peso, o cualquier otro motivo estético. Este mismo grupo de chicas tienen un bajo nivel de competencia, por lo que la actividad se vuelve muchas veces disuasoria; en realidad, se convierte en un círculo vicioso: no practican porque no tienen competencia y no tiene competencia porque no practican. Los docentes entrevistados señalan también que las actividades físico-deportivas las toman como una asignatura más, y no las extienden fuera de la clase. Así mismo afirman que, cuando logran que estas chicas se impliquen, les gusta, pero siempre más inclinadas a las actividades de ritmo y expresión, estando más decididas a participar cuando se perciben con mejor apariencia corporal y están más seguras de sí.

El otro grupo de chicas que practican con más frecuencia y que son analizadas, sobre todo, por los entrevistados gestores, presentan algunas diferencias con lo relatado anteriormente. En cuanto a la integración de género, estas chicas no parecen tener problemas, y la barrera más fuerte es el poco número de ellas que se apuntan a los deportes colectivos. En opinión de los gestores, suelen darse dos situaciones; o bien no se pueden formar varios equipos en el centro, o fuera del centro y las posibilidades de competir son pocas, y entonces acaban dejándolo, o bien se integran en grupos mixtos que funcionan aceptablemente hasta la adolescencia donde la superioridad de los chicos es manifiesta. Por otra parte, la apreciación de los gestores entrevistados es que la motivación varía entre chicos y chicas, orientándose los primeros hacia el éxito y las segundas hacia la tarea.

Barreras y dificultades que tienen las chicas para la práctica de la actividad físico-deportiva

El profesorado entrevistado, en general, no percibe, y por ello no entra en el análisis, que existan barreras intrapersonales para las chicas que les impidan practicar actividades físico-deportivas. Sólo uno de los docentes señala el miedo al ridículo de alguna chica, por no hacerlo bien o porque va a 'perder' siempre. Sin embargo, en relación a su sentimiento de igualdad con los chicos, parece que hay un cambio grande, pues las chicas se atreven a todo con ellos: contactos, juegos, provocaciones, etc., en opinión de uno de los centros. Por otro lado, aparece como telón de fondo, en casi todas las entrevistas, la falta de interés generalizado por el deporte por parte de las chicas. En el mismo sentido podemos referirnos al esfuerzo personal, ya que la mayoría del profesorado entrevistado está de acuerdo en que, en muchas ocasiones, hay un cierto interés, pero desaparece cuando hay que acompañarlo de esfuerzo personal.

En cuanto a las barreras objetivas que se apuntan, algunas son muy directas, como puede ser el acceso a la información, las normativas de algunos deportes, la oferta y el

tipo de actividades o la implicación en tareas familiares. Otras, que condicionan igualmente la participación, son la cultura familiar y el reconocimiento de las actividades físico-deportivas de las chicas dentro del ámbito familiar, o la influencia de la cultura deportiva del entorno o del grupo de iguales; en la misma línea, se señala el poco reconocimiento de los medios de comunicación, o los problemas de interculturalidad surgidos a raíz de la inmigración.

En relación al primer grupo de cuestiones, que en muchos casos son determinantes para la acción, como es el caso de la disponibilidad y acceso a la información, la opinión mayoritaria del profesorado es que las chicas tienen suficiente información, porque se les da en el centro, pero sin embargo no la tienen en cuenta, y tampoco perciben un interés en las chicas por ampliarla. En ciertos casos, se estima que las adolescentes están ya condicionadas por la información de la familia, que suele ser poca y de baja calidad, o incluso es negativa. También es opinión mayoritaria el poco interés de las chicas cuando la oferta es de tipo convencional (baloncesto, voleibol, fútbol), y el poco apasionamiento que muestran por los juegos competitivos, lo que marca una diferencia crucial con los chicos. Como barrera objetiva, también es mayoritaria la opinión del profesorado de que la implicación de las chicas en las tareas familiares es superior a la de los niños, lo que puede entenderse como una barrera para el tiempo de ocio de las chicas.

Respecto a aquellas barreras señaladas en el segundo grupo, hay una opinión unánime en cuanto a la poca cultura deportiva de las familias, que es definida fundamentalmente como una cultura deportiva estereotipada desde el punto de vista del género, lo que se traduce en un menor apoyo a las chicas, salvo si es la danza, o el baile. Por otra parte, opinan que la cultura deportiva del entorno está más orientada a los chicos que a las chicas y esto es lo que los propios adolescentes reproducen. El otro factor influyente en el comportamiento de los/las adolescentes es el grupo de iguales: en el caso de las chicas, el profesorado detecta que tienen poca información sobre el deporte, poco interés, e incluso cuando alguna se interesa por él, si el resto del grupo no tiene ese interés, deja de participar.

Las diferencias entre el colectivo de docentes y el de responsables de promoción deportiva respecto a las subcategorías que especifican una dificultad concreta para la práctica de las actividades físico-deportivas de las chicas, se agrupan en torno a las siguientes:

- La capacidad de esfuerzo, que aparece citada por los docentes con cinco frecuencias, y en ninguna ocasión por los responsables de promoción deportiva. En el primer caso, la percepción de profesorado es que las chicas no se sienten atraídas por el esfuerzo físico. En el segundo caso, el silencio sobre esta cuestión, hace pensar que evidentemente las chicas que asisten a actividades físico-deportivas fuera del centro escolar tienen una relación con el esfuerzo más positiva ya que su asistencia es voluntaria. No así en el caso del centro escolar, en el que la clase de Educación Física tiene un carácter obligatorio, y están presentes habitualmente todas las alumnas.

- En sentido contrario, aparece la oferta de competición, que por parte del profesorado entrevistado no recibe ninguna frecuencia, apareciendo en cambio en cinco ocasiones en el caso de los gestores de promoción deportiva. En este último caso, se citan algunas barreras para acceder a competiciones deportivas por el poco número de chicas que asisten a las prácticas deportivas.

Finalmente, existe unanimidad, tanto en los docentes como en los gestores, en considerar que los medios de comunicación tratan muy desigualmente el deporte femenino. También hay acuerdo en señalar que los chicos son más estables en el deporte convencional, y las chicas se interesan más en el aeróbic, gimnasia de mantenimiento, etc.

Apoyo social para la práctica de actividades físicas de las chicas adolescentes

El apoyo social desde el análisis de docentes y gestores se ha estudiado a través de varios factores como la clase social, la cultura deportiva del entorno, el reconocimiento social y el reconocimiento de iguales, y el trato dispensado por los padres o por la sociedad. La opinión de los docentes y los gestores entrevistados es casi unánime en afirmar que:

- La clase social influye en los estereotipos de género corporales. Así, se apoyan ciertos deportes en las chicas y otros no porque están mal vistos.
- La inexistencia de cultura deportiva en la mayor parte de las familias. Así los gestores se quejan de que los padres llevan a los hijos/as a hacer deporte como recurso, porque ellos no pueden atenderles.
- El reconocimiento social en general es bajo, aunque depende del barrio. Cuando la población del mismo es joven, el apoyo es mayor tanto para los chicos como para las chicas.
- Por parte de los padres, el apoyo es más visible en la Educación Primaria, ya que les llevan y les traen, pero al llegar a la adolescencia el apoyo se difumina, bien porque chicos y chicas son más libres y deciden qué hacer ellos mismos, o bien porque los padres dan el apoyo a otras cosas.
- En general, se potencia más a los chicos que a las chicas para que hagan deporte. Para las chicas hay más reconocimiento social para que hagan baile o actividades rítmicas. Este distinto tratamiento se percibe muy claramente en los medios de comunicación, en los que el deporte de las mujeres está poco presente.

Presentación e interpretación de los resultados obtenidos en el análisis documental

Los programas de promoción de práctica de actividad física dirigidos a la población femenina adolescente analizados en este trabajo han sido los siguientes:

- **Girl First.** Implementado por el *Sports Council for Wales* (Reino Unido).
- **Go Girl un día.** Desarrollado por *In Motion Network*, organización para la actividad física femenina en Alberta (Canadá).
- **Go Girls! Healthy Bodies, Healthy Minds.** Desarrollado en Canadá por la *Ontario Physical and Health Education Association*, en colaboración con la Universidad de Toronto y financiado por el Ontario Women's Health Council.
- **Go Girl Go!** Iniciativa de carácter comunitario de la organización nacional estadounidense *Womens's Sport Foundation*.
- **LEAP (Lifestyle Education for Activity Program).** Desarrollado por universidades estadounidenses y financiado por el *National Heart Lung and Blood Institute*.
- **Project FAB (Fitness and Bone).** Programa de la Universidad de California y financiado por el *National Institute of Child Health and Human Development* (NICHD) de EEUU.
- **New Moves.** Desarrollado por la Universidad de Minnesota con la financiación de la *American Heart Association*.

Para el conjunto de estos programas, se presentan a continuación los resultados obtenidos en las variables de análisis de este trabajo, configurándose en torno a diferentes dimensiones con sus correspondientes categorías emergentes.

Objetivos del programa

Dentro de esta dimensión de objetivos (ver tabla 4), existe coincidencia en que los programas implementados han de incidir positivamente en los *estilos de vida* de las jóvenes adolescentes, que deben configurarse básicamente como estilos saludables y activos, y que además han de mantenerse en la edad adulta, aspecto este último estrechamente vinculado con la adquisición a lo largo de la adolescencia de habilidades y destrezas útiles para el futuro. La *práctica de actividad física* como componente clave de dichos estilos de vida, surge como otra categoría emergente, dentro de la cual se distinguen dos subcategorías íntimamente relacionadas entre sí, que se formulan con el propósito de hacer frente a los bajos niveles de actividad física de este colectivo. Estas son: aumentar el nivel de actividad físico-deportiva y enrolar a las chicas inactivas.

Uno de los aspectos fundamentales para lograr esa implicación de las chicas adolescentes en la práctica de actividad física, además del *apoyo social* proporcionado por el centro escolar u organizaciones de la comunidad, se refiere a la categoría *orientación de las actividades*, que aglutina otro conjunto de objetivos de los programas analizados. Concretamente, se especifica que la oferta de actividades físicas para las chicas debe ser fundamentalmente variada, aspecto que permite básicamente atender las diferentes necesidades individuales de este colectivo, haciendo que la mayoría de

las chicas vivencien experiencias de éxito, y desarrollen, en consecuencia, actitudes positivas hacia la práctica de actividad física.

DIMENSIÓN OBJETIVOS DEL PROGRAMA: CATEGORÍAS EMERGENTES	
Estilos de vida (EV)	Actitudes hacia la práctica de actividad física (A-PAF)
Práctica de actividad física (PAF)	Ámbito social (AS)
Orientación de las actividades (OA)	Salud Psicofísica (SPf)
Efectos de la practica de actividad física (E-PAF)	Apoyo Social (ApS)

Tabla 4

Otra categoría emergente se sitúa precisamente dentro del ámbito de las *actitudes hacia la práctica*, identificándose como subcategorías el aumento de la autoeficacia y el disfrute y, de forma más genérica, la mejora de la actitud general hacia la práctica deportiva femenina por parte de los padres, el profesorado y las propias chicas. Paralelamente, y como objetivos integrados en la categoría *ámbito social*, son de destacar el desarrollo de la capacidad de liderazgo entre las chicas, que se orienta a la promoción de modelos de vida activa saludable. Además de la práctica de actividad física, se persigue desarrollar la *salud psicofísica* de las chicas, categoría que integra un conjunto de aspectos vinculados con los hábitos de nutrición, la autoestima, la imagen corporal y la prevención de conductas vinculadas con la salud.

Actividades/contenido del programa

Dentro de esta dimensión (ver tabla 5), las *sesiones prácticas de actividad física* se configuran como contenido predominante a desarrollar en este tipo de programas; dichas sesiones se enmarcan fundamentalmente dentro de un modelo de carácter recreativo, en el que destacan las actividades de acondicionamiento físico y estéticas y las realizadas en el medio natural; la práctica competitiva es minoritaria, presentándose en forma de juegos competitivos de carácter cooperativo.

DIMENSIÓN ACTIVIDADES/CONTENIDOS DEL PROGRAMA: CATEGORÍAS EMERGENTES
Sesiones prácticas de actividad física (SP)
Contenido de las sesiones (SP_C)
Orientación / enfoque didáctico de las sesiones (SP_OD)
Acciones formativas (AFo)
Acciones Informativas (AI)
Salidas (S)
Visitas (V)

Tabla 5

La adopción de estilos de vida activos relativamente permanentes, se vincula con la adquisición de cada vez mayor autonomía en la práctica, idea que resulta coherente con la identificación de dos subcategorías, íntimamente relacionadas: desarrollo de un plan de actividad física autodiseñado, en el que las chicas se marcan sus propios objetivos y actividades a desarrollar, y automonitorización y autoevaluación

de la práctica, como forma de motivarse al constatar sus progresos. Por otra parte, la subcategoría autoplanificación del tiempo para la actividad física se centra en adquirir estrategias para aprender a integrar dicha actividad dentro de las actividades que se realizan a lo largo del día, aspecto que resulta de interés puesto que se orienta a solventar el problema de la falta de tiempo que aluden muchas chicas como impedimento para la práctica.

Respecto a la *orientación y enfoque* que ha de darse a estas sesiones prácticas, se insiste en la realización de una amplia variedad de actividades y/o deportes, aspecto que trata de dar respuesta a una categoría de objetivos centrada específicamente en proporcionar esa diversidad de opciones para la práctica, y que se vincula necesariamente con su impartición por parte de expertos que doten a dichas clases de la calidad suficiente.

Dentro de las *acciones formativas* propuestas, es de destacar, en primer lugar, la proporción de recursos para enrolarse en un programa que se implementa en la comunidad, como forma de asegurar la continuidad y, en consecuencia, el éxito del programa a medio y a largo plazo. El desarrollo de sesiones debate sobre la actividad física para fomentar actitudes positivas hacia la práctica se constituye como una acción que se centra en la enseñanza de estrategias para que las chicas sean físicamente activas. Asimismo, la amplia temática relativa a la salud de las chicas adolescentes se aborda también desde la discusión en grupo, tratándose contenidos como la autoestima, la imagen corporal el manejo del estrés y conductas de riesgo para la salud. Otras propuestas, dentro de esta categoría de acciones formativas, se centran en instruir a las personas que van a desarrollar e implementar el programa (profesores, chicas jóvenes, monitores), o en implicar a los padres activamente para que colaboren en el fomento de la práctica físico-deportiva de sus hijas.

Dentro de la categoría de *acciones informativas* se identifican cinco subcategorías que aglutinan al conjunto de aspectos vinculados con la práctica de actividad física y la salud y que se imparten, tanto a las chicas como a las personas que las rodean (padres y profesores), en sesiones tipo exposición o conferencia, complementando así las sesiones debate de la categoría anterior. Las últimas categorías dentro de esta dimensión de actividades/contenidos son las correspondientes a las *salidas* y a las *visitas*. En el primer caso, existe la posibilidad de practicar actividad física por el entorno (barrio, parques) y asistir a eventos deportivos para que las chicas puedan ver y admirar a mujeres deportistas que pueden servirles como modelos. Las visitas se circunscriben a las realizadas a gimnasios de la comunidad y a centros recreativos.

Evaluación del programa

Configurando esta dimensión (ver tabla 6) pueden distinguirse dos tipos de evaluación: la del programa de intervención, que valora la adecuación del diseño y el proceso de desarrollo, y la evaluación de los resultados obtenidos con el programa, centrada en conocer la efectividad de la intervención.

DIMENSIÓN EVALUACIÓN DEL PROGRAMA: CATEGORÍAS EMERGENTES	
EVALUACIÓN DE LA INTERVENCIÓN	EVALUACIÓN DE LOS RESULTADOS DE LA INTERVENCIÓN
Actividades (EL_A)	Impacto del programa (ER_IP)
Recursos Humanos y Materiales (EL_RHM)	Nivel de actividad física y participación deportiva (ER_NAF-P)
Valoración subjetiva (EL_VS)	Variables psicosociales (ER_VPs)
Seguimiento /Adhesión al programa (EL_S-A)	Efectos sobre la condición física y motriz (ER_ECF-M)
	Salud psicofísica (ER_SPF)
	Conocimiento estilo vida saludable (ER_CEVS)

Tabla 6

Dentro de la *evaluación del programa de intervención*, y según la categoría de *actividades*, existe acuerdo en valorar como un indicador de la calidad del programa la variedad y el tipo de propuestas ofertadas, así como la adecuación de las mismas a las características de las participantes. Otros elementos que proporcionan información relevante sobre el programa aluden a aquellas subcategorías referidas a los aspectos positivos más destacados y a las sugerencias de mejora, que se integran dentro de la categoría de *valoración subjetiva*. En esta línea, y dentro de que la satisfacción general con los programas, ha resultado ser muy alta, se coincide en destacar la segregación de las clases (sólo para chicas), la calidad de los materiales y el interés que suscitan las temáticas planteadas. Paralelamente, se ha valorado en qué medida la puesta en práctica del programa se ajustaba a lo inicialmente previsto en su diseño, dentro de la categoría denominada *seguimiento/adhesión al programa*. En síntesis, este tipo de evaluación, se configura como clave al proporcionar, desde el punto de vista de las personas participantes, una retroalimentación fundamental sobre la adecuación del programa.

En relación a la *evaluación de resultados*, pueden identificarse seis categorías emergentes, que se centran en valorar tanto el impacto de los programas como sus efectos directos sobre las chicas adolescentes. El conocimiento del *impacto* de la intervención, que se ha realizado a través de la valoración del número de participantes implicados (chicas, centros escolares o personas que desarrollan el programa) resulta clave en aquellos programas orientados fundamentalmente a incidir de forma significativa en la población de chicas adolescentes, siendo de destacar el alcance obtenido por los programas *Go Girl Go!* (80.000 chicas) y *Girl First* (10.000 chicas, 144 centros escolares).

Respecto a la evaluación de resultados centrada en conocer los efectos del programa sobre las chicas adolescentes, es de destacar que se coincide en la necesidad de valorar el *nivel de actividad física y participación deportiva*, aspecto que resulta muy coherente en este tipo de programas en los que ésta se configuraba como una categoría de objetivos prioritaria; además del nivel de actividad física global, se valora la actividad física cotidiana, la implicación en las clases de Educación Física, la participación deportiva, así como la intensidad desplegada. Aunque cinco programas obtie-

nen resultados positivos en relación a esta categoría, los beneficios sólo se constatan empíricamente en dos de ellos (*LEAP* y *Project FAB*) que consiguen, gracias a la aplicación de la intervención, un aumento del recuento de actividad física global desplegada por las adolescentes.

Pero sin duda, la categoría que centra en mayor medida los esfuerzos de valoración de los programas analizados es la relativa a las *variables psicosociales* que se vinculan, directa o indirectamente, con la realización de actividades físicas, siendo de destacar las subcategorías de disfrute y autoeficacia. Asimismo se valoran, en relación con la actividad física, los impedimentos o *barreras percibidas*, y paralelamente, los *beneficios percibidos*, aspectos que pueden ser indicadores de una vinculación estable de las chicas hacia la práctica. El *apoyo social* que reciben las jóvenes para enrolarse en la práctica de actividades físicas, y la valoración del *estadio* en que se encuentran las adolescentes dentro de los estados de cambio hacia dicha práctica, se configuran también como elementos para la evaluación, consiguiendo el *New Moves* una progresión en los estados de cambio, de forma que existe una mejora en la posibilidad de convertirse en activa gracias al seguimiento de este programa.

Dentro de la categoría de *efectos sobre la condición física y motriz* que se derivan de la práctica de actividad física, además de la valoración de la condición física y motriz, es de destacar la medición de parámetros corporales (% de grasa e IMC) que se realiza con el objeto de evaluar la efectividad de la intervención para invertir la tendencia hacia la obesidad entre las jóvenes. Los resultados obtenidos por los diferentes programas se concretan en un desarrollo y aprendizaje de nuevas habilidades deportivas (*Girl First*) y una mejora de la condición física, no obteniéndose en ninguno de los programas una mejora de los parámetros corporales anteriormente citados.

Asimismo, se coincide en valorar los *conocimientos* que han adquirido las adolescentes sobre la práctica física y la nutrición y otros aspectos vinculados con la *salud psicofísica*. En esta última categoría, se consiguen mejoras en relación a la autoestima, apreciándose también cambios positivos en la imagen corporal, aunque sigue siendo crítica en esta etapa evolutiva; la mejora en las conductas de riesgo vinculadas a la salud y un descenso de la actividad sedentaria.

Recursos humanos

El personal que es necesario en cada caso para llevar a cabo los diferentes programas resulta coherente tanto con el ámbito en el que estos programas se desarrollan como con las *características fundamentales* de los mismos (ver tabla 7). Así, dentro de la categoría de *personal vinculado al centro escolar* se identifican aquellos programas que se relacionan con este contexto educativo, ya sea porque están ligados a las actividades físicas extraescolares o porque se desarrollan dentro de la materia de Educación Física. En este último grupo de programas el *profesorado de Educación Física* es el elemento clave, ya que se trata de las personas responsables en último término de su implementación.

DIMENSIÓN RECURSOS HUMANOS: CATEGORÍAS EMERGENTES	
Personal vinculado al centro escolar (PCE)	Personal contratado (PC)
Voluntarios (PV)	Personal técnico que diseña el programa (PT)

Tabla 7

Otra de las categorías emergentes identificadas en esta dimensión es la correspondiente a los *voluntarios*, que pueden ser tanto de apoyo al programa como encargado de su impartición. La mayoría de los programas cuentan además con *personal contratado*, que son entrenadores o monitores pertenecientes a gimnasios o clubes y que imparten clases de calidad sobre actividades muy diversas, sirviendo, a su vez de vínculo con la comunidad y con la infraestructura de las actividades físicas que allí se ofrecen.

Conclusiones y aplicaciones

Las conclusiones finales que se exponen a continuación, reúnen y relacionan los resultados principales obtenidos en este trabajo a través de distintas técnicas, y su presentación se estructura a partir de los objetivos planteados inicialmente en la investigación.

Rasgos que caracterizan las relaciones de las adolescentes con la práctica de la actividad física

Como primera conclusión, de carácter general, señalar que la práctica de actividad física de las chicas adolescentes estudiadas en este trabajo no ofrece unos resultados satisfactorios, ya que casi la mitad de ellas son inactivas o practicantes muy ocasionales. Así, y para este grupo, su estilo de vida se caracteriza por ser básicamente sedentario, ya que su nivel de actividad física no alcanza las prescripciones actuales sobre ejercicio para estas edades. De todo ello, se deriva que este grupo de chicas está excluido del conjunto de beneficios que conlleva una práctica regular de actividad física, particularmente de aquellos que inciden en el bienestar y en la adopción de estilos de vida activos que tengan un impacto sobre la salud.

Por otra parte, la tendencia actual identificada en el ámbito internacional se dirige hacia el desarrollo de programas de promoción de práctica de actividad física, orientados específicamente a las chicas adolescentes, en los que la responsabilidad y participación de los centros escolares, y concretamente de la Educación Física, se revela como uno de los motores principales y más importantes para la implementación de estos programas de intervención, de forma que contrarresten la intensificación de las desigualdades de género en la práctica de actividad física que se produce en esta fase tan crítica del ciclo vital. Sin embargo, de la información recogida al profesorado de Educación Secundaria, se infiere que los centros, en este caso Institutos de Educación Secundaria, no están todavía suficientemente implicados como protagonistas en esta problemática, no ofreciéndose en estos momentos una alternativa real de respuesta desde el ámbito de la educación.

Otro de los rasgos que caracterizan a las adolescentes es una percepción moderadamente positiva de los beneficios que se obtienen de la práctica de actividad física

regular. Esta moderada valoración es explicada por el profesorado entrevistado, que afirma que las chicas de estas edades tienen información suficiente y conocimiento de los efectos positivos del ejercicio físico, -de hecho la percepción de beneficios no muestra diferencias en función de la edad a lo largo de la Secundaria-, y que, a pesar de conocerlos, no adoptan comportamientos para ponerlos en práctica. Las causas principales de esta contradicción, a juicio del profesorado, es el esfuerzo que requeriría asumir y mantener comportamientos físicamente activos, ya que actualmente el esfuerzo no prima como valor en la escala de prioridades de los jóvenes.

No obstante, el profesorado observa que uno de los aspectos que juega un papel importante para ellas, es el de los posibles efectos sobre la apariencia física que puede tener la práctica deportiva. Aunque, en opinión de las chicas, el atractivo físico no es un beneficio tan valorado por éstas como cabría esperar, quizás por motivos de deseabilidad social en la respuesta, sí lo son otros aspectos relacionados, como el sentirse mejor con su cuerpo o el perder peso. Esta problemática que se genera en las chicas de estas edades vinculada a la apariencia física, surge como un eje de intervención en los programas de promoción de actividad física, estructurándose en torno al desarrollo de una imagen corporal positiva.

Las adolescentes del estudio no perciben grandes dificultades para poder realizar actividad física. Aunque el impedimento que se manifiesta de forma más general es la falta de tiempo, destacan también la falta de interés y de fuerza de voluntad. Dentro de esta opinión general, resalta que son las chicas físicamente inactivas frente a las activas las que mayores dificultades informan, y, paralelamente, dentro del grupo de chicas practicantes, perciben más impedimentos aquellas que están vinculadas con una práctica recreativa, que quienes integran en su práctica algún tipo de competición.

Lo anterior, no deja de corroborar el fuerte componente subjetivo del impedimento principal alegado, la falta de tiempo, ya que son las adolescentes que más implicadas se encuentran con la actividad física quienes menos acusan esta dificultad. La percepción de falta de tiempo es tratada en los programas de intervención ofreciendo pautas para la autoorganización de las chicas en su planificación del tiempo libre.

Por otra parte, esta percepción de dificultades aumenta paulatinamente, según avanza la edad de las chicas, y a partir de los 13 años. El profesorado entrevistado aprecia como una, entre las posibles causas, la mayor implicación en las tareas familiares que se demandan de las chicas a partir de determinada edad, así como el hecho de que éstas posean, en su opinión, menos competencia motriz que sus compañeros y sean más torpes que ellos o la existencia de un mayor espíritu competitivo -motivación hacia el logro- en los alumnos, que no aprecian tanto en las alumnas.

Esta problemática, reconocida habitualmente en la literatura, queda incluida dentro de los programas de intervención con chicas adolescentes, con un tratamiento orientado al desarrollo de su habilidad motriz, dentro de un modelo de retroalimentación

caracterizado por: a mayor competencia, mayor refuerzo, mayor experimentación del éxito y mayor disfrute con la actividad. Este enfoque justifica además la amplia gama de actividades que incorporan los programas con el fin de que puedan dar respuesta a las diferentes necesidades de las chicas y sus distintos niveles de habilidad.

Evolución de las adolescentes en relación con su proceso de asentamiento o cambio de actitudes hacia el ejercicio físico dentro de estilos de vida activos

Dentro del panorama general anteriormente expuesto, la edad constituye uno de los factores claves de influencia. La participación de las chicas en la actividad física desciende progresivamente, según avanza la edad, incrementándose paulatinamente el grupo de chicas que abandonan la práctica de actividad físico-deportiva regular durante esta etapa de la adolescencia. De esta forma, desde los 12 hasta los 17 y más años, se produce una inversión del modelo del estilo de vida de las adolescentes, que pasa de ser básicamente activo, a situarse, mayoritariamente, en la dimensión de inactividad.

Esta transición es apreciada unánimemente por el profesorado entrevistado, que informa de las grandes diferencias de participación e implicación con la actividad física que se producen ya entre las chicas de 1º y 2º de Educación Secundaria, situando en este momento el periodo crítico. En general, el profesorado achaca este cambio en la actitud e implicación de las chicas con la actividad física, al propio cambio corporal de las jóvenes, que las desestabiliza, y que redundo en su rechazo a exponerse al juicio, a la comparación o a la crítica de los demás en todo lo que se refiera al cuerpo, su manejo, su apariencia o competencia, produciéndose en ellas un grave conflicto.

En general, la edad se configura como un factor de influencia negativo en la relación que las adolescentes mantienen con la actividad física, ya que en todas las variables estudiadas, a excepción de la percepción de beneficios, desciende progresivamente su valoración según van avanzando las edades de la Educación Secundaria. Esta evolución negativa se traduce en que son las edades más jóvenes las que en mayor medida responden a un modelo de vinculación regular con el ejercicio físico, mayor disfrute con él, mayor percepción de apoyo social y menor estimación de dificultades.

Esta casuística está incorporada habitualmente dentro de los programas de intervención analizados en este trabajo, ya que principalmente prestan más atención al comienzo de la etapa de Secundaria así como a su final, diferenciándose entre adolescencia temprana / adolescencia tardía y sus momentos de transición. Las estrategias de intervención se inclinan por ofrecer una respuesta específica a las necesidades de las chicas en estas edades, destacando el papel que en ello puede tener la Educación Física, insistiendo en la necesidad de una práctica diaria y promoviendo unas acciones específicas, en formas variadas de clases, programas o actuaciones puntuales, dirigidas sólo a las chicas, como medida de discriminación positiva que permita tratar los problemas concretos de las adolescentes.

Caracterización del apoyo social que reciben para la práctica de actividad física y su evolución dentro de estilos de vida activos

Aunque las chicas no otorgan una alta valoración al apoyo que perciben del grupo de amigos en general, dentro de él, puede destacarse un factor de influencia positiva, que está representado por el conjunto de situaciones y actuaciones en las que este grupo se implica en una práctica de actividad física conjuntamente con las adolescentes. Puesto que existe un alto porcentaje de la muestra de este estudio que es físicamente inactiva, esta influencia se ejerce, principalmente, en las chicas activas.

Sobre esta cuestión, el profesorado entrevistado considera que, en estas edades, las chicas son más dependientes que los chicos del grupo de iguales, y que están más influidas por éste que ellos, estimando igualmente que, en muchas ocasiones, la influencia puede ser negativa, ya que la tendencia mayoritaria entre los adolescentes en general, es la de emplear su tiempo libre en otro tipo de actividades más sedentarias. No obstante, también resaltan la influencia positiva cuando este grupo de iguales es un grupo activo o se ha formado a partir de la socialización producida a través de la participación en distintas actividades físicas. Este papel e influencia social que juega el grupo de iguales en estas edades se reconoce y aprovecha en los programas de intervención diseñados para promover la actividad física en las adolescentes, con estrategias de emplear a chicas jóvenes y activas como modelos y líderes, que implementan diferentes actuaciones contenidas en los programas, dinamizando a las adolescentes.

Paralelamente, el apoyo social familiar que perciben las adolescentes de este trabajo se manifiesta escaso, siendo inferior al percibido en el grupo de iguales. Entre los distintos factores se destaca solamente cierta influencia en el ánimo que les ofrecen para realizar actividad física, pero no perciben, como en el caso de los amigos, un modelo familiar vinculado a la práctica de actividad física que les influya para llevar a cabo su actividad. Además, según avanza la edad, decrece la percepción que tienen del apoyo otorgado por los padres y la familia, resultando ello consecuente con el mayor protagonismo que pasa a tener en su lugar el grupo de amigos.

Esta pérdida de influencia familiar es corroborada por el profesorado entrevistado, que expresa cómo al llegar la adolescencia los padres no pueden ya 'imponer' o 'sugerir' a estas jóvenes la práctica de actividad física como pueden hacerlo en edades más tempranas. No obstante, resaltan que, cuando existe esta influencia familiar, no observan generalmente un interés deportivo como causa principal, sino más bien un conjunto de intereses preventivos que en estas edades constituyen el objeto de preocupación principal, opinando además que existe todavía escaso reconocimiento familiar a la práctica deportiva de las chicas, así como la falta de una cultura deportiva en el entorno que se oriente a favorecer su inmersión en ella.

Este aspecto es contemplado, dentro de los programas de intervención con las adolescentes, implicando a los padres activamente para que colaboren en el fomento de la práctica físico-deportiva de sus hijas. Para ello, se establecen actividades informativas

con la familia e incluso actividades físicas conjuntas que, en última instancia, tratan de lograr que los padres sean físicamente activos con el fin de que puedan ser un modelo de influencia positivo para sus hijas.

Principales pautas de intervención específicamente orientadas a la promoción de la actividad física en el colectivo de chicas adolescentes

Derivado del análisis de los programas de promoción realizado en este trabajo, las principales estrategias y líneas de intervención que pueden extraerse como aplicaciones a la problemática que nos ocupa se sintetizan en el siguiente decálogo:

I. Los programas de promoción de actividad física dirigidos a las chicas adolescentes, en su conjunto, han de integrar actuaciones específicas adecuadas a los diferentes perfiles de estas chicas, considerando aspectos como la edad, la vinculación con la práctica, o el modelo deportivo, concediendo prioridad a las jóvenes que se encuentran en períodos de transición (adolescencia temprana y tardía), a las chicas inactivas y a aquellas enroladas en un modelo de competición, para prevenir el abandono.

II. Debe favorecerse la toma de conciencia, por parte del profesorado y los responsables de la institución escolar, de su responsabilidad en el desarrollo e implementación de propuestas que palien la intensificación de las desigualdades de género que se produce en estas edades en relación con la práctica de actividades-físico-deportivas. Un primer paso se orienta a incorporar esta problemática dentro de las acciones de formación inicial y permanente del profesorado.

III. Realizar una revisión crítica del currículum de Educación Física escolar, tanto en su fase de diseño como en su desarrollo, de forma que se incorporen de forma efectiva los intereses y preocupaciones de las jóvenes respecto a la actividad física, explorando e indagando las posibilidades que ofrecen distintas acciones de Educación Física dirigidas específicamente a las chicas.

IV. Orientar las propuestas de intervención con las chicas adolescentes también hacia el desarrollo de la competencia motriz, fundamentalmente en el caso de aquellas chicas inactivas y/o menos hábiles, de forma que puedan proporcionarse, y vivenciarse por ellas, experiencias de éxito vinculadas al disfrute con la actividad física, actitud ésta que se configura como clave para lograr una relación estable y duradera con la práctica.

V. Incorporar en los programas, como estrategia de intervención con las adolescentes, una amplia variedad de actividades que permitan atender las diferentes necesidades individuales de estas chicas, así como la heterogeneidad en sus niveles de habilidad.

VI. Fomentar en las adolescentes la adquisición de una progresiva autonomía, tanto en el diseño como en la puesta en práctica de sus propios planes de actividad física, integrando a su vez estrategias para la autoplanificación del tiempo libre, entre las que

se incluya la realización de ejercicio físico regular como componente de un estilo de vida físicamente activo.

VII. Impulsar también la orientación hacia el logro como un valor fundamental a desarrollar en los programas de promoción de actividad física, incluso dentro del modelo deportivo recreativo, aspecto éste que podría relacionarse con el dominio de la tarea y la orientación de la competición desde una perspectiva de excelencia (competición consigo misma - autosuperación).

VIII. Implementar estrategias efectivas para lograr que las chicas cuenten con el apoyo social necesario para la práctica de actividad física, incorporando, además de actuaciones dirigidas a los padres, propuestas específicas orientadas a la mejora del apoyo social del grupo de amigas. Este último grupo de propuestas han de incidir en el fomento de la capacidad de liderazgo y la promoción de modelos de vida activa entre las jóvenes.

IX. Incluir, dentro de estas intervenciones, y a partir de su relación con la actividad física como eje clave, otros aspectos vinculados con la adopción de un estilo de vida saludable y que son críticos en esta etapa, como el fomento de la autoestima, el desarrollo de una imagen corporal positiva y la adopción de hábitos de nutrición saludables.

X. Establecer los cauces apropiados para coordinar las actuaciones implementadas en estos programas con la oferta de actividades físico-deportivas de la comunidad y las infraestructuras y recursos deportivos que allí existen, como una forma de aunar los esfuerzos en la misma dirección en lo referido a la problemática de la práctica de actividad física femenina en la adolescencia.

Como conclusión final, resaltar que el desarrollo de programas específicos de intervención para este colectivo de chicas adolescentes, no se ha abordado todavía institucionalmente, y de forma concreta, en España. Aunque se reconoce su necesidad, y si bien es cierto que existen algunas experiencias muy locales, las políticas y actuaciones se han dirigido a la promoción de la actividad física y el deporte en la edad escolar en general, no contemplándose aún iniciativas que se dirijan a la problemática particular que viven las chicas de estas edades. Incluso en estos casos, y aunque algunas de las acciones implican a la institución escolar, sigue siendo frecuente una desconexión entre la promoción del deporte y la Educación Física escolar.

Consecuentemente, parece urgente y necesario que, tanto desde las instituciones educativas estatales, autonómicas y locales, como de las instituciones y organismos responsables de la promoción deportiva, se atienda esta problemática concreta, arbitrándose planes y acciones que tomen como núcleo la institución escolar, implicando e integrando a los centros docentes y su profesorado, y facilitando el conjunto de medios y recursos que permitan su buen desarrollo.

En esta adopción de actuaciones, las conclusiones de este trabajo pueden servir de guía tanto para la formulación de propósitos y objetivos, como para el diseño de su

intervención y sus actividades, ya que se ha mostrado cómo existen diferentes perfiles que identifican a las chicas, tanto en función de la edad como según su estado de actividad física o su modelo de práctica deportiva. De esta forma, podrían diferenciarse las actuaciones dirigidas a los distintos grupos, por ejemplo para las chicas que han abandonado la práctica de actividad física, o para las chicas de 12 y 13 años que participan en ella dentro de un modelo vinculado a la competición, adecuando las características de la intervención a las necesidades particulares de los diferentes grupos.

BIBLIOGRAFÍA

- AARNIO, M. (2003). Leisure-time physical activity in late adolescence. *Journal of Sports Science and Medicine*, 2, (S2), 1-41.
- BANDURA, A. (1986). *Social foundations of the thought and action*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- BARDIN, L. (1986). *El análisis de contenido*. Madrid: Akal.
- BLÁNDEZ, J., FERNÁNDEZ, E. y SIERRA, M.A. (2005). La percepción del alumnado de educación primaria y secundaria sobre los estereotipos de género vinculados con la actividad física. Comunicación presentada al Congreso Internacional "Año del deporte y la Educación Física". Junta de Comunidades de Castilla La Mancha, Cuenca.
- BUNGUM, T.J. y VINCENT, M.L. (1997). Determinants of physical activity among female adolescents. *American Journal of Preventive Medicine*, 13, 115-122.
- CAMACHO, M.J. (2005). Imagen corporal y práctica de actividad físico-deportiva en la adolescencia. Tesis Doctoral. Madrid: Universidad Complutense de Madrid.
- CAMACHO, M.J., RODRÍGUEZ, M.I. y MORENO, A. (2002). La insatisfacción corporal de las adolescentes y la práctica de ejercicio físico como método de control de peso, en *Mujeres y actividades físico-deportivas*. Revista IcD de Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie Investigación. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 35, 97- 134.
- CAVILL, N., BIDDLE, S. y SALLIS, J.F. (2001). Health enhancing physical activity for young people: Statement of the United Kingdom expert consensus conference. *Pediatric Exercise Science*, 13, 12-25.
- CENTERS FOR DISEASE CONTROL AND PREVENTION (1990). *National Health Interview Survey*. Washington DC: Department of Health and Human Services.
- FERNÁNDEZ, E. (2005). Los estereotipos de género en la asignatura de Educación Física. Libro de Actas. Seminario Mujer y Deporte 'La Educación Física escolar y las conductas agresivas relacionadas con los estereotipos de género'. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid. (en prensa)
- FERNÁNDEZ, E., CONTRERAS, O., SÁNCHEZ, F. y FERNÁNDEZ-QUEVEDO, C. (2002). Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud, en *Mujeres y actividades físico-deportivas*. Revista IcD de Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie Investigación. Madrid: Consejo Superior de Deportes, 35, 21-60.

- GARCIA, A.W., BRODA, M.A.N., FRENN, M., COVIK, C., PENDER, N.J. y RONIS, D.L. (1995). Gender and developmental differences in exercise beliefs among youth and prediction of their exercise behavior. *Journal of School Health*, 65, 213-219.
- GREENDORFER, S.L. (1992). Differences in childhood socialization. Influences of women involved in sport and women not involved in sport, en Yiannakis, A. y Greendorfer, S. L. (Eds.), *Applied Sociology of Sport*. Illinois: Human Kinetics, 111-124.
- KENDZIERSKI, D. y DECARLO, K.J. (1991). Physical activity enjoyment scale: Two validation studies. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 50-64.
- MARCUS, B.H y LEWIS, B.A. (2003). Physical Activity and The Stages of Motivational Readiness for Change Model. *PCPFS. Research Digest*, 4, 1, 1-8.
- MARCUS, B.H., SELBY, V.C., NIAURA, R.S. y ROSSI, J.S. (1992). Self-Efficacy and the Stages of Exercise Behavior Change. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 53,1, 60-66.
- NUNNELLY, J.C. (1978). *Psychometric Theory*. New York: McGraw Hill.
- PUIG, N. (2003). La permanencia de estereotipos tradicionales en el deporte femenino, en Mosquera, M.J. et al. (Comps.), *Deporte y postmodernidad*. Investigación social y Deporte nº6. AEISAD, 145-154. Madrid: Esteban Sanz S.L.
- SALLIS, J.F., CALFAS, K.J., ALCARAZ, J.E., GEHRMAN, C. y JONSON, M.F. (1999). Potential mediators of change in a physical activity promotion course for university students. *Annals of Behavioral Medicine*, 21 (2), 149-158 .
- SALLIS, J.F., GROSSMAN, R.M., PINSKI R.B., PATTERSON, T.L. y NADER, P.R. (1987). The development of scales to measure social support for diet and exercise behaviours. *Preventive Medicine*, 16, 825-836.
- SALLIS, J.F., HOVELL, M.F., HOFSTETTER, C.R. ET AL. (1989). A multivariate study of determinants of vigorous exercise in a community sample. *Preventive Medicine*, 18, 20-34.
- SARKIN, J.A., NICHOLS, J.F., SALLIS, J.F. y CALFAS, K.J. (2000). Self-report measures and scoring protocols affect prevalence estimates of meeting physical activity guidelines. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 32 (1), 149-156.
- SLEAP, M. y WORMALD, H. (2001). Perceptions of physical activity among young women aged 16 and 17 years. *European Journal of Physical Education*, 6, 26-37.
- TELAMA, R., NAUL, R., NUPPONEN, H., RYCHTECKY, A. y VUOLLE, P. (2002). *Physical fitness, sporting lifestyles and olympics ideals: Cross-cultural studies on youth sport*

in Europe. International Council of Sport Science and Physical Education. Schorndorf, Germany: Verlag Karl Hofman.

- VÁZQUEZ, B. (1993). *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: Ministerio de Asuntos Sociales - Instituto de la Mujer.
- VÁZQUEZ, B., FERNÁNDEZ, E., FERRO, S. ET AL. (2000). *Educación Física y género*. Madrid: Instituto de la Mujer-Ministerio de Asuntos Sociales, Gymnos.
- VEIGA, O.L. (2004). *Género, refuerzo social y actitud hacia el deporte como determinantes de la práctica de actividad física y deportiva en el tiempo de ocio de los escolares adolescentes. Análisis de sus relaciones con el estado de salud percibida. Estudio sobre la población del municipio madrileño de Leganés*. Tesis Doctoral. Madrid: Universidad Politécnica de Madrid.
- WEISS, M.R. y SMITH, A.L. (2002). Friendship quality in youth sport: relationship to age, gender, and motivation variables. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 24, 420-437.
- WELK, G.J., WOODS, K. y MORSS, G. (2003). Parental influences on physical activity in children: an exploration of potential mechanisms. *Pediatric Exercise Science*, 15, 19-33.

LA MUJER Y LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA UNIVERSITAT DE VALÈNCIA Y EN LA UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

WOMAN AND PHYSICAL ACTIVITY AND SPORTS
PRACTICE AT THE UNIVERSITAT DE VALÈNCIA
AND THE UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA

*Ismael Quintanilla Pardo (Dir.)
Celia Carrión Rubio
Jose Javier Mundina Gómez
Alicia López Yeste
Enriqueta Balibrea Melero*

Dirección para correspondencia:

Celia Carrión Rubio
Departamento de Educación Física
IES Distrito Marítim
Av. Balears, 62
46023 Valencia
Tel.: 963 309 770
Fax: 963 304 058
E-mail: ccarrion236@cv.gva.es



Ismael Quintanilla Pardo

Licenciado en Filosofía. Doctor en Psicología por la Universitat de València (1982). Es Profesor Titular de Psicología Social de la Universidad de Valencia. Ha sido Vicedecano de la Facultad de Psicología (1987-1992). Desde 1998 es Presidente de la Sociedad Valenciana de Psicología Social. Actualmente dirige la Unidad de Investigación de Psicología Económica y del Consumidor (UIPEC) y el Master de Gestión de los Servicios Culturales de la Universidad de Valencia. Destacan sus investigaciones en los proyectos

Participación y desarrollo del rendimiento en la empresa española (1996-1997) y *La influencia de la cultura en los flujos de conocimiento en grupos* (2005-2008). Destacamos sus publicaciones: (1984) *El hombre en el trabajo. Insatisfacción y conflicto*, Valencia: Promolibro; (1987) *La participación en las organizaciones*, Valencia: Promolibro; (1991) *Recursos humanos y marketing interno*, Madrid: Pirámide; (1993) *Técnicas de dirección participativa*, Madrid: Eudema; (1997) *Psicología Económica* Madrid: Mac Graw-Hill; (2002) *Psicología del consumidor*. Madrid: Prentice-Hall; (2003) *Empresas y personas. Gestión del conocimiento y capital humano*. Madrid: Díaz de Santos; (2005) *Psicología y economía*. Valencia: PUV, Universitat de Valencia

Celia Carrión Rubio



Licenciada en Educación Física. Doctora en Educación Física y Deportiva por la Universidad de Valencia. Ha colaborado en diferentes estudios sobre la práctica de la actividad física y el deporte en la universidad, destacando su participación en el proyecto de investigación "Mujer y Deporte en la Universidad" (2001) y su tesis doctoral, "La mujer universitaria y el consumo de actividad físico-deportiva" (2006). Pertenece al Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria de la Comunidad Valenciana. Actualmente imparte docencia de Educación Física y de los módulos de formación profesional "Actividades Físicas para Personas con Discapacidades" y "Metodología Didáctica de las Actividades Físicas y Deportivas", en el IES Distrito Marítim de Valencia.



José Javier Mundina Gómez

Profesor titular de la Universidad de Valencia (facultad de ciencias de la actividad física y el deporte de Valencia) Doctor por esta universidad. Director de la Unidad de Investigación de Análisis de la Práctica Deportiva. Ha dirigido varias tesis relacionadas con el mundo de la Gestión Deportiva en los campos de la Calidad, la satisfacción y la formación del gestor deportivo. Dirige el master titulado Gestión del Deporte en la Universidad de Valencia. Ha impartido clases en diferentes Universidades Españolas, Madrid, Lérida, Barcelona. Ha colaborado con empresas privadas de consultoría como Deloitte

en trabajos de formación de directivos. La última investigación ha sido la *Estudio de la calidad percibida y la satisfacción de los espectadores y los deportistas de los XV Juegos Mediterráneos de Almería 2005*.

Alicia López Yeste

Directora técnica del Vicerrectorado de Deportes de la Universidad Politécnica de Valencia. Licenciada en ciencias de la actividad física y el deporte. Doctora por la Universidad de Valencia.



Ha realizado diferentes publicaciones centradas por un lado en el estudio de la mujer y el deporte y, por otro lado, en la gestión de la actividad física en entornos como la universidad y los deportistas de alto nivel. Destacamos su participación en el proyecto de investigación "Mujer y Deporte en la Universidad" (2001), su tesis doctoral "El deporte en la Universidad Politécnica de Valencia. Un estudio desde la Psicología social del consumidor" (1999) y su tesis de master "Análisis de la situación del deporte de elite en la Comunidad Valenciana" (1998), junto con diversos proyectos de investigación como "Definición de las condiciones arquitectónicas de un Centro Náutico" (2005) o "My heart" proyecto del II Programa Marco de la Comisión Europea (2003-2007). Resultado del trabajo en el campo de mujer y deporte participa como autora en la publicación "Mujeres en forma contra la exclusión: experiencias europeas de inserción por el deporte" (2004).



Enriqueta Balibrea Melero

Técnica Superior. Vicerrectorado de Deportes. Universidad Politécnica de Valencia. Miembro del grupo de investigación Deporte e Inserción Social de la Universidad de Valencia. Ha desarrollado sus investigaciones por un lado en el estudio de la mujer y el deporte y, por otro lado, en la aplicación de la actividad física como medio de inserción social de jóvenes socialmente desfavorecidos. Destacamos su participación en el proyecto de investigación "Mujer y Deporte en la Universidad" (2001). Sobresale su tesina doctoral "Actividad física, deporte e inserción juvenil: una aproximación a la intervención social en zonas urbanas desfavorecidas" (2000) junto con diversas publicaciones y proyectos de investigación como "Actividad física e inserción social: mejorar la cohesión social en poblaciones desfavorecidas" (2001), "Actividad física, deporte e inserción juvenil: una aproximación a la intervención en zonas urbanas desfavorecidas" (2002) o "Habitat Sport" (2003). Resultado de su interés por ambos colectivos participa como autora en la publicación "Mujeres en forma contra la exclusión: experiencias europeas de inserción por el deporte" (2004).

RESUMEN*

La creencia en los múltiples beneficios de la práctica regular de la actividad física y el deporte sobre la salud y la calidad de vida, ha llevado al desarrollo de una gran variedad de intervenciones para el fomento del deporte desde diversos estamentos institucionales. Así, las universidades han adquirido igualmente esta política impulsora en sus programas deportivos. Sin embargo, estos esfuerzos han alcanzado levemente a la participación de la mujer en el deporte universitario, que se mantiene reducida en comparación con la de los hombres.

Esta investigación analiza la práctica de la actividad física y el deporte de la mujer universitaria, concretamente en el contexto de la Universitat de València y en la Universitat Politècnica de València. Para ello, hemos llevado a cabo un análisis exploratorio sobre las conductas, los motivos y las actitudes de la estudiante hacia la práctica, a través de dinámicas de grupo y de técnicas cuantitativas. La muestra alcanza las 1566 mujeres.

Los resultados obtenidos señalan un nivel escaso de práctica, pues únicamente el 23% manifiesta realizar actividad física o deporte al menos tres veces por semana. Además, la preferencia femenina por prácticas de tipo gimnástico concuerda con otras investigaciones anteriores. Las jóvenes piensan que el deporte es saludable, beneficioso y educativo, y su principal motivo para hacer ejercicio es mejorar la salud y la forma física.

La discusión sobre éstos y otros datos nos conducirá a la comprensión de las características particulares de la práctica físico-deportiva femenina, imprescindible para adaptar las propuestas institucionales y lograr la verdadera participación de la mujer en el deporte universitario.

Palabras clave:

Mujer, universidad, conducta deportiva, creencia, actitud, motivo, estilo de vida.

Abstract:

The belief in the multiple benefits of the regular practice of physical activity and sport for health and quality of life, has led to the development of a great variety of interventions for the promotion of sport, from several institutions. In this way, universities have also acquired this driving policy in their sports programmes. However, these efforts have hardly affected women's participation in university sports, which remains greatly reduced in comparison to men.

* Artículo elaborado a partir del Estudio REF. 03/UPB20/01, titulado "Mujer y Deporte en la Universidad" y sujeto a las ayudas para la realización de trabajos de investigación del CSD para el año 2001.

This research analyses physical activity and sports practice in university woman, specifically in the context of the Universitat de València and the Universitat Politècnica de València. For this, we have carried out an exploratory analysis of the behaviours, motives and attitudes of women students towards physical activity and sports practice, using group dynamics and quantitative techniques. The sample used was of 1566 women.

The results obtained point to a low level of female participation in sport. Only 23% state that they do physical activity or sports at least three times a week. Moreover, the recorded female preference for gymnastic type exercise brings the results into line with previous research. The young women think that sport is healthy, beneficial and educational and their main motive for practicing is to improve health and fitness.

The discussion about these and other results will lead us to an understanding of the particular characteristics of female physical and sports practice, something that is essential to achieve the true participation of women in university sport.

Key words:

Women, university, sports behaviour, beliefs, attitude, motives, life style.

LA MUJER Y LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE EN LA UNIVERSITAT DE VALÈNCIA Y EN LA UNIVERSITAT POLITÈCNICA DE VALÈNCIA



INTRODUCCIÓN

La práctica de la actividad física y el deporte en el ámbito universitario es una realidad evidente dentro del panorama de la organización y la planificación de la práctica físico-deportiva nacional actual. El conjunto de universidades españolas dispone de instalaciones deportivas propias y, a través de sus servicios deportivos, ofrece una gran variedad de posibilidades de práctica, organizando actividades y competiciones a distintos niveles y destinando varios miles de euros hacia el fomento y el desarrollo de la práctica deportiva interna y su infraestructura.

Dentro de los objetivos de estos servicios o áreas de deportes universitarios, encontramos metas tan diversas como la consecución de éxitos deportivos, la divulgación de hábitos saludables, la organización de grandes eventos y el entretenimiento. En general, constituyen un servicio opcional, complementario, que ayuda a la interacción social y a la integración y que enriquece al colectivo de estudiantes. No obstante, el diferente grado de participación según género en estas actividades y, por tanto, de enriquecimiento, es un hecho constatado (París, 1996; López, 1999; Cechini, 1999).

A lo largo de los siglos, han coexistido distintas barreras que han mantenido a la mujer alejada de las prácticas físicas y deportivas, barreras a cuyo desmoronamiento hemos asistido en las últimas décadas. La propia evolución político-social de la sociedad española, la municipalización del deporte y la mejora de las infraestructuras, han propiciado la expansión cuantitativa y cualitativa de los hábitos deportivos de los españoles y de la mujer española en particular. Este gran avance social, ha quedado reflejado en la participación femenina española en los Juegos Olímpicos de Atenas 2004, cuando las mujeres representaron el 45% del equipo olímpico español. Sin embargo, como decíamos, en el caso de la participación femenina en el deporte universitario, este porcentaje varía considerablemente. Basándonos en los datos aportados por el CSD (1999), el primer estudio sobre mujer universitaria y deporte a escala nacional muestra que:

- A pesar del evidente aumento de la práctica femenina de la actividad física y el deporte, acontecido en la última década, ésta es claramente inferior a la masculina en campos tan diversos como el deporte escolar, el deporte federado y el deporte universitario.
- La diferencia entre la práctica de la actividad física y el deporte entre el hombre y la mujer en la universidad es excesiva y negativa, aunque es menor que la existente en el deporte regulado por las federaciones.
- A pesar de las campañas, seminarios y estudios realizados en los últimos años, se avanza muy poco.
- El abandono de la práctica deportiva de la mujer se produce antes de la llegada a la universidad.
- La oferta de las universidades no satisface plenamente las necesidades femeninas, pues conserva aspectos de competición tradicionalmente masculinos y se aleja de elementos relacionales, estéticos de salud y expresión, más cercanos al interés de la universitaria.

La oferta deportiva que realiza la universidad debe tener en cuenta la realidad social en la que se enmarca, estando vinculada necesariamente a la misma. Esto implica el estudio de un sector de población determinado, las universitarias, sus conductas de práctica de actividad física y deporte y sus actitudes hacia la misma. En general, el deporte ocupa, o ha ocupado hasta periodos muy próximos temporalmente, una parte importante del tiempo libre de los/las jóvenes que acceden a la universidad. Durante la vida universitaria, el alumnado va adquiriendo una progresiva independencia, transformándose poco a poco en adultos, tomando decisiones de trascendencia y adquiriendo unos hábitos de conducta que difícilmente modificarán en el futuro. Es, por tanto, un momento clave para estudiar las conductas, los motivos y las actitudes con respecto a la práctica de actividad física y deporte, pues, el planteamiento de una adecuada oferta, junto a una concienciación sobre los beneficios de la práctica regular sobre la salud física y psicológica, puede determinar la adquisición de un hábito físico-deportivo que se mantenga durante toda la vida.

La práctica de la actividad física y el deporte según género en las universidades públicas de Valencia

La Universitat de València

Desde 1985, el Servei d'Educació física i Esports de la Universitat de València (en adelante SEFE), es el órgano encargado de la planificación y el control de la actividad física y el deporte dentro de esta universidad. Desde su fundación, ha asumido las funciones de organización de competiciones universitarias de carácter tanto interno como externo, añadiendo en 1989 las Escuelas Deportivas y las Actividades en la Naturaleza.

Actualmente, este servicio estructura tres bloques distintos de propuestas de práctica: las competiciones deportivas, las actividades deportivo-recreativas y los cursos curriculares de libre elección.

En un estudio interno que data de 1993, se reflejaba la preferencia de participación por género, encontrando una tendencia femenina por las actividades rítmicas y un alejamiento de otras asociadas tradicionalmente al estereotipo masculino, así como el surgimiento de una serie de actividades consideradas neutras, no caracterizadas según género. No obstante, para la mayoría de propuestas, las memorias anuales de participación editadas por el SEFE, no distinguen el género de los participantes. Tomando como referencia la memoria correspondiente al curso 2002/2003, la participación por género únicamente se recoge en tres grupos de propuestas correspondientes al bloque de competiciones deportivas: Las Ligas Interna de Deportes de Equipo (3.444 hombres frente a 82 mujeres), el Deporte Federado (253 hombres frente a 72 mujeres) y el Campeonato de España Universitario (133 hombres frente a 33 mujeres).

Por lo tanto, ha sido a partir de las conversaciones mantenidas con los responsables de la organización y el control de los bloques de actividades descritos, como hemos podido saber que:

- En el conjunto competiciones deportivas ofrecidas por el SEFE durante el curso 2002/2003, la mayor parte de los participantes son de género masculino.
- En el bloque de actividades deportivo-recreativas (tanto de gimnasio y tatami como de iniciación deportiva), la mayoría de los involucrados son mujeres. En ciertas actividades como aikido, atletismo, esgrima, kendo, lucha olímpica, taekondo y tenis de mesa la distribución de participantes según género es similar.
- La mayor parte de inscritos en los cursos curriculares de libre elección son mujeres.

Es decir, en conjunto, la práctica de la actividad física y el deporte de la mujer en la Universitat de València se concentra en aquellas actividades de tipo deportivo-recreativo, bien asociadas al estereotipo femenino o bien consideradas mixtas o neutras, y en las actividades de formación, alejándose de las actividades de tipo competitivo.

La Universitat Politècnica de València

El Àrea d'Esports de la UPV, dependiente del Vicerrectorado de Cultura, es el servicio centrado en las actividades físicas y el deporte para "fomentar la práctica deportiva y el deporte dentro de la población universitaria, con la intención de mejorar la calidad de vida y complementar la oferta de formación de la propia universidad."¹

¹ López, A. (1999). *El deporte en la Universidad Politècnica de Valencia. Un estudio desde la psicología del consumidor*. Valencia: Tesis Doctoral. Universidad de Valencia.

En los últimos años el número de practicantes universitarios en las propuestas del Área d'Esports se ha multiplicado por cinco, siendo sorprendentes las estadísticas que reflejan el diferente grado de participación femenina y masculina. Las mujeres, que constituyen en términos porcentuales tan solo un tercio de la población de la UPV, aun distan mucho de acercarse a los índices de participación de los hombres.

Los datos recogidos sobre la participación de los jóvenes en las actividades y competiciones gestionadas por el Área d'Esports de la UPV durante el curso 2002/2003 evidencian este distinto nivel de implicación femenino y masculino. De una población que ronda los 25.000 individuos practicantes dentro de la universidad, tan solo 9.000 son mujeres.

Profundizando en estas cifras, se encuentra además que la mayoría de mujeres de la politécnica reúnen sus prácticas en actividades gimnásticas, existiendo distancias todavía mayores, según género, cuando se observa exclusivamente las competiciones organizadas por el servicio.

PARTICIPACIÓN FEMENINA Y MASCULINA EN EL DEPORTE UNIVERSITARIO. UPV. (1999-2000)

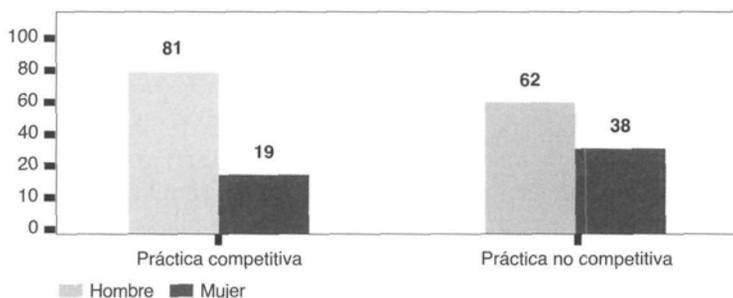


Gráfico 1

Los índices de participación por género en el conjunto de las universidades españolas son bastante similares. Un informe de la Universidad Politécnica de Madrid (García de Martitegui, 1993) señalaba la mayor preferencia de los hombres por el deporte competitivo y organizado, siendo el carácter lúdico, antes que el competitivo, el que mueve a las mujeres a hacer deporte.

Conocida la realidad actual de la participación femenina en el deporte estructurado desde las universidades públicas de Valencia, podemos apreciar la importancia del estudio de ciertas variables psicológicas y sociales que determinan, en gran medida, esta situación.

Variables psicológicas objeto de estudio

Conducta de práctica de la actividad física y el deporte

Existen diferentes opiniones sobre la relación entre las experiencias físico-deportivas previas y la realización de actividad físico-deportiva. Varios modelos indican la importancia de la experiencia y de la existencia de hábito en la probabilidad para que una conducta aparezca. Desde este punto de vista, las experiencias físico-deportivas pueden contribuir a la adquisición de conocimientos, habilidades y predisposiciones útiles para realizar actividad físico-deportiva en la vida como adulto. Pero hay que ser cautos al interpretar estas correlaciones.

Harris (1970) encontró que los varones activos eran también los que más habían participado en actividades físico-deportivas durante la infancia. Sin embargo, estos resultados también se relacionaron con el estímulo familiar, pues el 70% había recibido un estímulo de participación por parte de sus padres. Otros autores como Yoesting y Burkhead (1973) también señalaron, en esta línea, la relación entre las experiencias deportivo-recreativas previas y la realización de actividad físico-deportiva a lo largo de la vida. Del mismo modo, Dishman et al (1985) señalaron que la participación anterior en programas de actividad físico-deportiva era el determinante más fiable de la participación actual y futura en programas supervisados.

Si las conductas de práctica futuras dependen de las conductas de práctica presentes o pasadas, las personas activas tendrán más probabilidad de practicar en el futuro, mientras que para las personas sedentarias será menos probable adquirir la conducta de práctica. Estudios posteriores han reiterado la importancia de la experiencia y de la adquisición del hábito de práctica físico-deportiva sobre las conductas de práctica de actividad físico-deportiva presentes y futuras, destacando los de Godin y Shephard (1986) y los de Willis y Campbell (1992).

Motivos para practicar

Los primeros estudios en psicología del deporte relacionados con los motivos de práctica físico-deportiva comenzaron en la década de los 70. Alderman y Wood (1976), hablaban de las razones de los jóvenes para participar en deportes competitivos y Orlick (1973), sobre el abandono deportivo en la infancia. Estos trabajos dieron lugar a otros descriptivos, sobre los motivos de participación y abandono, elaborados en distintas culturas, como EEUU, Inglaterra, Canadá, Australia, Israel y España. Estas investigaciones demostraron que el contexto social de las diferentes culturas ejerce una gran influencia sobre los motivos de participación.

Centrándonos en la cultura occidental, diversos investigadores se han preocupado en conocer los motivos de práctica físico-deportiva de niños y adolescentes (Balaguer y Atienza 1994). En general, los motivos señalados han sido muy similares tanto en niños como en niñas (Ewing y Seefeldt, 1989), independientemente de

que se tratase de actividad físico-deportiva en la escuela o fuera de ella. Las razones más apuntadas son varias: porque es divertido, por estar en forma, por mejorar las habilidades o por estar con los amigos y hacer otros nuevos. Otros trabajos han agrupado estos motivos en factores, encontrando tres dimensiones: motivos de aprobación social y de demostración de capacidad, motivos de salud y motivos de afiliación o sociales (Castillo, 1995).

En cuanto a la población adulta, el trabajo de Kenyon (1968) ha sido el más riguroso a la hora de clarificar las razones por las que las personas realizan actividad físico-deportiva, dando lugar a la determinación de seis subáreas: actividad física como experiencia social, actividad física para mejorar la salud y la forma física, actividad física como búsqueda de sensaciones, actividad física como experiencia estética, actividad física como catarsis y actividad física como experiencia ascética. Los resultados de estos trabajos demuestran que las motivaciones por la actividad física y el deporte están sujetas tanto a cambios interculturales, como a las distintas poblaciones con las que se realicen los estudios (Godin y Shephard, 1986).

Centrándonos en los estudios descriptivos con mujeres adultas, varios son los que han hablado de sus motivos para practicar. Vázquez (1993) preguntó por los motivos para hacer y para no hacer deporte, encontrando que las participantes lo hacían principalmente por gusto y por estar en forma, mientras que las que no practicaban lo achacaban a la falta de tiempo. Otros investigadores se han preocupado específicamente por los motivos de práctica de los jóvenes universitarios.

En 1995, Gutiérrez y González aplicaron el cuestionario experimental de motivos para la práctica de actividad física y deportiva a una muestra de estudiantes universitarios de distintas especialidades de la Universitat de València. Establecieron cinco factores: Competición y triunfo, Salud y forma física, Reto y aventura, Hedonismo y relación social y Motivos extrínsecos a la actividad física. Considerando el género de la muestra, encontraron que los motivos de las mujeres estaban más relacionados con aspectos sociales, de salud y disfrute, mientras que los hombres buscaban más el estar en forma, la competición y el riesgo. Para los autores, este hecho confirmaba que, a pesar del aumento de la implicación femenina en actividades físicas y deportivas, ésta se produce asociada a argumentos de carácter biológico, a estereotipos culturales y a la estimulación diferenciada durante en la niñez, que marcan la pauta de la incorporación de la mujer a la conducta de práctica.

En este sentido, Koivula (1999) estudió la relación entre los motivos de participación y género, en una muestra de estudiantes de la Universidad de Estocolmo. Encontró que los hombres señalaban la competición como un motivo más importante mientras que las mujeres apuntaron la apariencia. En cuanto a la diversión, no hubo diferencias significativas por género. Sin embargo, en contraposición a investigaciones anteriores, esta investigadora encontró que la socialización no era un factor importante para las mujeres, pues la mayoría estacan involucradas en prácticas de carácter individual.

Por otra parte, Pintanel y Capdevila (1999) realizaron una intervención motivacional para la creación del hábito de práctica deportiva, en un grupo de mujeres estudiantes de la Universidad Autónoma de Barcelona. La intervención psicológica resultó de efecto positivo tanto para el inicio de la actividad como en su mantenimiento, pues el porcentaje de abandono tras seis meses fue considerablemente menor en el grupo experimental que en el de control.

Actitudes hacia la práctica de la actividad física y el deporte

Desde la psicología del deporte se han realizado varias aportaciones al estudio de las actitudes. El cuestionario ATPA (Kenyon, 1968) ha sido empleado y modificado en varias investigaciones sobre las actitudes en niños (Simon y Smoll, 1974) y en las mujeres (Theodorakis, 1992). En este último, se encontró que la actitud de la mujer hacia la actividad física y el deporte depende del tipo de práctica del que se trate.

La práctica de determinadas actividades en la mujer es una conducta que plantea muchas barreras, particularmente en cuanto a factores externos. Esta percepción disminuye el control sobre la acción y, por lo tanto, la probabilidad de que esas conductas sean adoptadas. Es este sentido, Gatch y Kendzierski (1990) predijeron la intención de 100 mujeres estudiantes americanas para acudir a clases de ejercicio aeróbico. Observaron que el factor de control percibido de la conducta aumentaba significativamente la predicción de la intención de participación, más que los factores de actitudes mostradas o normas subjetivas influyentes. Aunque desconocemos su aplicación en otros estudios, este modelo ensalza uno de los mayores problemas asociados a la implicación físico-deportiva femenina: las barreras comunes, tales como la falta de tiempo tras el trabajo y las tareas del hogar, la falta de oportunidades, o la dependencia de la cooperación de otras personas en el caso del cuidado de los hijos.

En relación con estas barreras, Vázquez y Álvarez (1990) analizaron los prejuicios y actitudes de los niños y las niñas frente a la práctica de actividad física. Mientras que hasta los 10/11 años no aparecían diferencias en los resultados, a partir de los 12 años estas diferencias comenzaban a surgir. Las niñas rechazaban el esfuerzo de media intensidad así como la participación con chicos en el mismo juego y los niños despreciaban "las cosas de chicas", considerándose mejores en el deporte. Posteriormente, Vázquez (1993) realizó un estudio a escala nacional, sobre las actitudes de las mujeres adultas hacia la práctica deportiva. En él reflejaba que determinados deportes eran socialmente considerados más apropiados para las mujeres, como por ejemplo la natación, la gimnasia, el tenis o el baloncesto, frente a otros que parecían menos apropiados, como el fútbol o el boxeo. La creencia normativa sobre esta mayor propiedad femenina de determinadas actividades físicas y deportivas, influirá como norma social en la intención de práctica de las mujeres y, en consecuencia, determinará su futuro comportamiento.

En la siguiente figura aparecen las variables que nos ocupan, agrupadas en función de su carácter: variables socio demográficas, antecedentes de participación, conducta de ejercicio y por último, las variables psicológicas.

VARIABLES DEL ESTUDIO			
Variables socio demográficas	Experiencia de práctica	Conducta de práctica	Variables psicológicas
Escuela o facultad	Tipo de escuela	Práctica actual	Motivos para practicar
Edad	Práctica extraescolar	Frecuencia	Motivos para no practicar
Estado civil	Tipo de práctica extraescolar	Intensidad	Actitudes hacia la práctica
Residencia	Edad de abandono	Modo	
Trabajo		Intención de práctica futura	
Clase social			
Transporte			

Tabla 1

Objetivos del estudio

La presente investigación tiene dos objetivos generales:

- Estudiar las características propias de las conductas de práctica de la actividad física y el deporte de las universitarias valencianas.
- Determinar los motivos para practicar y para no practicar y las actitudes de las universitarias valencianas hacia la práctica de la actividad física y el deporte.

Los objetivos operativos correspondientes al primer objetivo general planteado "Estudiar las características propias de las conductas de práctica de la actividad física y el deporte de las universitarias valencianas", son los siguientes:

1. Elaborar un instrumento de medida de la conducta de práctica de la actividad física y el deporte.
2. Describir el tipo de actividad física y/o deporte más practicada entre las universitarias valencianas.
3. Averiguar la relación entre la práctica de la actividad física y el deporte realizada durante la infancia y la adolescencia y la práctica actual.
4. Determinar la edad media de abandono de la práctica de la actividad física y el deporte de las universitarias valencianas y las intenciones reales de práctica futura.

Respecto al segundo objetivo general, "Determinar los motivos para practicar y para no practicar y las actitudes de las universitarias valencianas hacia la práctica de la actividad física y el deporte", los objetivos operativos planteados son los siguientes:

1. Determinar los motivos descritos como más importantes para realizar y para no realizar actividad física y deportiva de las universitarias valencianas.

2. Analizar las actitudes hacia la práctica de actividades físicas y deportivas de las universitarias valencianas y encontrar y comparar las diferencias de actitud entre las universitarias practicantes y no practicantes de actividad física y/o deportiva.

FUENTES, MÉTODOS, MATERIALES Y EQUIPOS

Población y muestra

La población analizada recoge todas las jóvenes valencianas que cursan sus estudios en una de las dos universidades públicas de la provincia de Valencia: la Universitat de València y la Universitat Politècnica de València. Atendiendo a los datos estadísticos generales de estas universidades, correspondientes al curso 2001/2002, esta población comprende un total de 42.928 sujetos.

La muestra es de 1566 sujetos, cuyos datos se recopilaron en entre los meses de septiembre y octubre del 2002.

La distribución de la muestra se hizo en función del número de alumnas matriculadas en cada escuela o facultad, de modo que la representatividad de todas ellas quedase asegurada (muestra estratificada). Para su administración se contó con un total de 4 encuestadores, que se repartieron las escuelas y facultades equitativamente. Así, se visitaron los campus de Blasco Ibañez, Los Naranjos, Burjassot y Cheste, en el caso de la Universitat de València, y los Campus de Vera y de Gandia en el caso de la Universitat Politècnica de Valencia. En esta última se descartó el campus de Alcoy por la pertenencia de esta ciudad a la provincia de Alicante.

El instrumento de medida

Para la correcta elaboración del instrumento de medida, desarrollamos un procedimiento cualitativo previo. Éste consistió en el desarrollo de dos dinámicas de grupo con alumnas universitarias, utilizando la técnica de grupo de encuentro. El objetivo era encontrar los aspectos más importantes para ellas, en relación con la práctica de la actividad física y el deporte y con nuestro objeto de estudio.

La duración de los encuentros rondó entre una hora y hora y media, siendo grabados en cintas de audio y transcritas al programa Word 7.0 por audición personal.

A partir del análisis de las dinámicas de grupo, se procedió a la creación de una serie de categorías o temáticas.

De la consideración de estas categorías, junto a la consulta de diferentes expertos en la materia y la revisión del material bibliográfico existente sobre mujer y deporte en España, en general, y en las universidades españolas, en particular, se procedió a la construcción de nuestro instrumento de medida.

El cuestionario esta estructurado en una serie de bloques temáticos: la conducta de práctica de actividad física y/o deportiva de las universitarias, sus experiencias físico-deportivas durante la infancia y la adolescencia, sus motivos para practicar y para no practicar y sus actitudes hacia la práctica de la actividad física y el deporte. Además, incluye otro bloque que recoge las variables socio-demográficas, para la descripción de la muestra.

El primer bloque se refiere a la conducta de práctica física y/o deportiva actual de la universitaria, así como de sus antecedentes de práctica en la infancia y adolescencia. Este bloque comprende un total de 25 ítems.

El segundo bloque consiste en dos escalas tipo Likert de rango 5 (desde "muy importante" a "nada importante"), una para los motivos para practicar y otra para los motivos para no practicar. Cada una de ellas ofrece 18 ítems.

El tercer bloque esta constituido por 31 ítems, en forma de escala tipo Likert de rango 6 (desde "muy en desacuerdo" a "muy de acuerdo"). Hablan de las actitudes de las universitarias hacia la práctica de la actividad física y deporte.

Por último, el cuarto bloque incluye las variables socio-demográficas, y posee un total de 11 ítems, la mayoría de ellos de respuesta codificada.

Análisis realizados

Para las variables de conducta de práctica de actividad física y/o deportiva actual, antecedentes de práctica en la infancia y la adolescencia y motivos para practicar y para practicar, hemos empleado análisis de tipo descriptivo.

Para valorar las actitudes hacia la práctica de la actividad física y el deporte, hemos utilizado el análisis factorial (técnica estadística multivariada). Esta metodología es de uso común en temas de investigación sociológica y estudios de opinión, pues su finalidad es obtener, a partir de unas variables observadas (ítems o preguntas en un cuestionario), un número menor ($n-K$) de variables abstractas, denominadas variables latentes o factores.

En consecuencia, nuestro interés por el análisis factorial ha consistido en representar las variaciones conjuntas entre las variables presentadas en las escalas de actitudes en un número reducido de variables conceptuales.

El método que hemos empleado ha sido el de componentes principales, con rotación varimax y criterio de Kaiser igual a 1. Posteriormente, una vez realizado el análisis de fiabilidad de cada uno de los factores encontrados, hemos diferenciado con tablas de frecuencia las puntuaciones obtenidas para cada uno de los factores de las jóvenes practicantes y no practicantes. Todo ello, mediante el programa estadístico SPSS 9.0.

EXPOSICIÓN DE RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Conducta de práctica de la actividad física y el deporte de las universitarias valencianas

Conducta actual de práctica de la actividad física y el deporte

El 49,36% de las encuestadas afirma realizar algún tipo de actividad física o deporte, mientras que un 50,63% manifiesta no practicar ninguna actividad.

La frecuencia de práctica más apuntada es la de una o dos veces por semana (43,1%). El 29,1% afirma practicar con una frecuencia de tres veces por semana, considerada la mínima saludable. Por otra parte, el 10,1% manifiesta practicar menos de una vez cada 15 días. Si consideramos que esta frecuencia no puede relacionarse con un hábito de práctica, encontramos que el total de universitarias que no practican actividad física y/o deporte, alcanza un 60,73%. Estos resultados son semejantes a los encontrados en poblaciones adolescentes: a los 16 años, únicamente el 35% de las chicas mantiene una participación regular y de cierta intensidad con la actividad física o deportiva (Fernández, Contreras, Sánchez y Fernández, 2002).

FRECUENCIA DE PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS		
¿Con qué frecuencia realizas esa actividad?	Frecuencia	Porcentaje
Una vez al mes	17	2,2
Una vez cada 15 días	61	7,9
Una o dos veces por semana	333	43,1
Tres veces por semana	225	29,1
Cuatro o cinco veces por semana	111	14,4
Seis o siete veces por semana	26	3,4

Tabla 2

El 22,6% de las universitarias activas practican aeróbic. Ésta actividad, junto a la natación (15,8%) y la práctica de varias actividades físicas de tipo individual de forma indistinta (15,5%), son las actividades más realizadas. La preferencia femenina por las prácticas de tipo gimnástico ya ha sido apuntada anteriormente (Vázquez, 1992; Mendoza, 1994; Balaguer y Castillo, 1998; García Ferrando, 2001) (ver tabla 3).

En lo que respecta a la intensidad de la práctica, el 75,6% de las estudiantes practi-cantes lo hacen a una intensidad de entre el 50 y el 80%.

En relación con los últimos datos recogidos por García Ferrando (2005), los españoles prefieren practicar actividad físico-deportiva por su cuenta (68%) y con un grupo de amigos (51%), hemos encontrado que el principal modo de práctica es la actividad dirigida realizada en compañía de los amigos/as, con un porcentaje del 38,8%.

ACTIVIDADES FÍSICAS Y DEPORTES PRACTICADOS POR LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS		
¿Qué deporte o actividad física practicas?	Frecuencia	Porcentaje
Aeróbic	175	22,6
Mantenimiento	45	5,8
Natación	14	1,8
Musculación	122	15,8
Yoga-Taichi	6	0,8
Artes Marciales	9	1,2
Fútbol	20	2,6
Baloncesto	27	3,5
Balonmano	11	1,4
Volleyball	15	1,9
Water polo	2	0,3
Jogging	20	2,6
Ciclismo	24	3,1
Tenis	23	3,0
Frontenis	7	0,9
Atletismo	21	2,7
Deportes de montaña	4	0,5
Gimnasia	9	1,2
Varios individuales	120	15,5
Varios colectivos	4	0,5
Varios	41	5,3
Patinaje	4	0,5
Baile	26	3,4
Esquí	1	0,1
Equitación	2	0,3
Hockey	2	0,3
Remo	2	0,3
Badminton	1	0,1
Andar	8	1,0
Rugby	1	0,1
Squash	5	0,6
Béisbol	1	0,1
Bucear	1	0,1

Tabla 3

El lugar de práctica preferido es el centro privado (36,6%), aunque la práctica en la universidad (21,6%) y en instalaciones públicas (23,4%) también es importante. La práctica menos apuntada es la práctica por libre (18,4%) (ver tabla 4).

Únicamente el 10,6% (82 sujetos) de las universitarias tiene licencia federativa. Estos datos concuerdan con los aportados por Moreno, Martínez y Alonso (2006), quienes escriben que tan solo el 8% de las alumnas universitarias practican deporte federado.

LUGAR DE PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS		
¿Dónde practicas habitualmente?	Frecuencia	Porcentaje
En la universidad	167	21,6
En un centro deportivo privado	283	36,6
En instalaciones públicas	181	23,4
Por libre	142	18,4

Tabla 4

Destacan las federaciones de baloncesto y fútbol, que concentran un 17,1% y un 15,9% respectivamente de las prácticas federadas.

LICENCIAS FEDERATIVAS DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS		
¿Estas federada en algún deporte? ¿Cuál?	Frecuencia	Porcentaje
Artes marciales	9	11,0
Fútbol	13	15,9
Baloncesto	14	17,1
Balonmano	5	6,1
Voleibol	6	7,3
Tenis	5	6,1
Atletismo	8	9,8
Otras (menos de 2 licencias por cada una)	21	26,7

Tabla 5

A la pregunta de si les gustaría practicar más de lo que hacen, el 79,4% respondieron que sí. En este sentido, García Ferrando (2002) apunta que mientras tres de cada cuatro varones manifiesta estar muy o bastante interesados por el deporte, esto sólo lo hace una de cada dos mujeres.

Por otra parte, las estudiantes que no practican ninguna actividad física ni deporte, contestaron a una serie de ítems, en relación con su práctica anterior y con su intención de práctica futura.

De las universitarias que no practican, el 86,8% contestaron que les gustaría realizar alguna actividad física y/o deporte, aunque únicamente el 66% afirma que se ha planteado seriamente iniciar alguna actividad de este tipo en el futuro. El 84,2% de las universitarias inactivas manifiesta haber practicado en el pasado. La edad media de abandono es de 17,13 años, concentrándose el 62% de los abandonos entre los 15 y los 18 años. Diversos estudios elaborados en nuestro país coinciden en apuntar el suceso del mayor número de abandonos deportivos durante la adolescencia (Balaguer et al., 1994; Castillo, 1995; García-Merita y Fuentes, 1996; Fernández, Contreras, Sánchez y Fernández, 2002).

Con respecto al periodo de tiempo de práctica, en años, se expresó en función del tipo de actividad. De las jóvenes actualmente pasivas, el 56,4% afirma haber mantenido una media de 5 años de práctica de actividad física y/o deporte de tipo extraescolar;

el 17,5% una media de 5 años de práctica de deporte federado, y el 38,5% una media de 4,7 años de práctica de deporte no federado.

Experiencia y práctica anterior de la actividad física y el deporte

El 48% de las universitarias activas y el 53% de las pasivas estudiaron en colegios de carácter público, mientras que el 19,7% de las activas y el 14,8% de las inactivas estudiaron en colegios privados. En ambos casos, el 32% cursó la enseñanza obligatoria en un centro concertado. Con ello, son más las universitarias practicantes de actividad física y deporte que estudiaron en centros privados que las que estudiaron en centros públicos. Otros estudios han señalado que las mujeres que asistieron a centros educativos privados tienen una actitud más favorable hacia la práctica de la actividad física y el deporte (Macías y Moja, 2002).

TIPO DE CENTRO ESCOLAR DONDE CURSARON LOS ESTUDIOS OBLIGATORIOS LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS				
Tipo de centro escolar	Practican		No practican	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Colegio Público	371	48,0	420	53,0
Centro Concertado	250	32,3	256	32,3
Centro Privado	152	19,7	117	14,8

Tabla 6

Durante la infancia, el 75,4% de las estudiantes que practican actividad física y/o deporte, participaron en algún tipo de actividad física o deporte de carácter extraescolar. Este porcentaje se reduce al 67,3% en el caso de las estudiantes que no practican actualmente. Diversos estudios respaldan la existencia de una relación entre el nivel de actividad de un individuo en la niñez y el nivel de actividad de un individuo como adulto, señalando que la participación anterior en programas de ejercicio físico es el determinante más fiable de la participación actual y futura (Blasco, 1997).

PRÁCTICA EXTRAESCOLAR DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS				
Practica extraescolar durante la infancia	Practican		No practican	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Si	583	75,4	534	67,3
No	190	24,6	259	32,7

Tabla 7

El 15,6% de las universitarias activas que afirma haber realizado alguna actividad durante su infancia, apunta que participaron en deportes varios (individuales y colectivos) al tiempo, sin concretar alguno por encima del otro. El 13,9% determina que practicaron el baloncesto, el 11,5% varios deportes individuales al tiempo y el 9,6% la gimnasia. En cuanto a las inactivas que si realizaron actividad física o deporte de carácter extraescolar durante la infancia, el 19,1% hizo baloncesto, el 12% gimnasia y otro 12% deportes varios de todo tipo al tiempo.

En general, coincidiendo con Vázquez, Fernández y Ferro, (2000), la práctica de las actividades físicas está asociada, en gran medida, a los estereotipos de género, así las chicas practican más los deportes de adscripción femenina (aeróbic, baloncesto, gimnasia rítmica, baile, natación).

Además, a pesar de la diversidad de prácticas desarrolladas durante la infancia y la adolescencia, existe un descenso considerable de la adherencia a programas de actividad físico-deportiva a lo largo de la etapa adulta (Moreno, Martínez y Alonso, 2006), así como un marcado incremento del abandono en la participación de este tipo de actividad, fundamentalmente en el sexo femenino.

TIPO DE PRÁCTICA EXTRAESCOLAR REALIZADA POR LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS DURANTE SU ESCOLARIZACIÓN OBLIGATORIA				
¿Cuál?	Practican		No practican	
	Frecuencia	Porcentaje	Frecuencia	Porcentaje
Aeróbic	24	4,1	18	3,4
Natación	35	6,0	45	8,4
Artes marciales	26	4,5	18	3,4
Baloncesto	81	13,9	102	19,1
Balonmano	31	5,3	27	5,1
Voleibol	36	6,2	45	8,4
Tenis	34	5,8	13	2,4
Atletismo	16	2,7	20	3,7
Gimnasia	56	9,6	64	12,0
Ballet	33	5,7	28	5,2
Otros (<2%)	32	5,5	35	6,3
Varios individuales	67	11,5	44	8,2
Varios de equipo	21	3,6	11	2,1
Varios de todo tipo	91	15,6	64	12,0

Tabla 8

Motivos para practicar y para no practicar

Para valorar los motivos de práctica y de no práctica, las estudiantes contestaron una serie de 18 ítems organizados en una escala tipo Likert de rango 1-5, desde nada importante hasta muy importante.

Las razones apuntadas como más importantes para implicarse en la práctica de la actividad física y el deporte son "Mejorar mi salud", "Estar en forma", "Hacer algo positivo por mi cuerpo" y "Divertirme". Del mismo modo, "Reducir el estrés" y "Relajarme" aparecieron como motivos importantes. Otros, considerados como algo importantes fueron "Pasar un buen rato con los amigos", "Mejorar mi imagen corporal" y "Sentir emociones". Estos resultados refuerzan otros encontrados en adolescentes valencianos (Balaguer y Castillo, 2002), en universitarios (Gutiérrez y González, 1995) y en el conjunto de mujeres españolas adultas (Vázquez, 1993).

MOTIVOS PARA PRACTICAR DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS	
Marca la importancia que tienen estos motivos para ti	Media
Hacer algo positivo por mi cuerpo	4,28
Reducir el estrés	4,26
Divertirme	4,28
Disfrutar de la naturaleza	3,43
Sentir emociones	3,53
Relajarme	4,13
Correr riesgos	2,43
Hacer algo por mejorar mi salud	4,37
Conocer gente simpática	3,50
Estar al aire libre	3,28
Sentir el riesgo	2,41
Pasar un buen rato con los amigos	3,86
Por evasión	3,59
Para mejorar mi imagen corporal	3,85
Para estar en forma	4,30
Por prescripción médica	2,80
Para hacer nuevos amigos	3,23
Para adelgazar	3,21

Tabla 9

Los motivos considerados como más importantes para no practicar la actividad física y el deporte son "No tengo tiempo", "No me van bien los horarios" y "Me da pereza". El resto de razones se consideran poco importantes.

En general, la falta de tiempo parece ser el principal motivo, en poblaciones universitarias (López, 1999), para no implicarse en la práctica. Además, diferentes estudios han apuntado este factor como una barrera común frente a la práctica de la actividad física y el deporte de las mujeres (Vázquez, 1993).

MOTIVOS PARA NO PRACTICAR DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS	
Marca la importancia que tienen estos motivos para ti	Media
Es una perdida de tiempo	1,81
Me da vergüenza porque no se jugar	2,02
Tiene riesgos para la salud	1,78
Es incómodo llevar los trastos de la ducha	2,18
Es aburrido practicar sola	2,92
No hay instalaciones accesibles	2,59
Vivo lejos de instalaciones deportivas	2,89
Puedo sufrir lesiones	2,41
No hay equipos de mi nivel, bajo	2,15
No tengo tiempo	3,65
No se lo suficiente para jugar	2,36
Me da pereza	3,34

MOTIVOS PARA NO PRACTICAR DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS	
Marca la importancia que tienen estos motivos para ti	Media
No me van bien los horarios	3,46
No me gusta el deporte	2,21
No lo he intentado	2,41
Por prescripción medica	2,03
Tengo otras cosas más importantes que hacer	2,89
No aprendí de pequeña	1,97

Tabla 10

Actitudes hacia la práctica de la actividad física y el deporte de las universitarias valencianas

La escala de actitudes, (tipo Likert, rango 6) presenta 31 ítems referentes a distintas formas de plantearse la práctica de la actividad física y el deporte, en función de la actitud de la universitaria con respecto a la idea planteada. Los análisis factoriales realizados muestran la existencia de 6 factores de actitud. Estos son: actitud de fidelidad, actitud de sexismo, actitud estética, actitud de la familia, actitud ante la práctica mixta y actitud de competitividad. Para simplificar la lectura de los resultados, hemos agrupado las posibles respuestas de la escala (tipo likert de rango 6) en 3, de forma que el valor 1 corresponde a "muy o bastante en desacuerdo", el valor 2 para "algo de acuerdo o algo en desacuerdo", como indecisión ante el factor, y el valor 3 para "muy o bastante de acuerdo" con el factor.

El primer factor se refiere al compromiso con la práctica, frente a elementos adversos como la lluvia o el frío. Le llamamos actitud de fidelidad. Como era previsible, la mayoría de las activas tienen una actitud fiel ante la práctica, mientras que las inactivas puntúan bajo en esta actitud.

El segundo factor se ha llamado actitud frente al sexismo, por su referencia a aspectos sexistas o discriminatorios a la hora de practicar. Tanto las estudiantes que practican actividad física y/o deporte regularmente como las que no, tienen una actitud unánime de desaprobación ante el sexismo en las prácticas: El 76,2% y el 73,3% respectivamente se oponen al mismo.

El tercer factor, llamado actitud estética, habla de la importancia que se le da al efecto de mejora del aspecto físico atribuido a determinadas prácticas. Las universitarias que participan en actividades física o deportivas dan más importancia a la apariencia física que las que no (61,6% y 55,7% respectivamente).

Diversos estudios refuerzan la idea de que las chicas muestran actitudes más favorables hacia actividades físicas que enfatizan la estética, mejoran la salud y las relaciones sociales (Moreno, Martínez y Alonso, 2006)

El cuarto factor, denominado actitud familiar, apunta la influencia de la familia sobre la práctica de la actividad física y el deporte. Los resultados revelan la importancia del

apoyo de la familia para la implicación de los estudiantes en actividades físicas o deportivas. Las activas puntúan más alto que las pasivas en la actitud positiva de las familias, y viceversa.

El quinto factor incluye ítems que determinan la actitud hacia la práctica conjunta de chicos y chicas, por lo que se le ha llamado actitud de integración. Los resultados en este factor indican ligeras diferencias de actitud ante la práctica conjunta de mujeres y hombres entre universitarias practicantes y no practicantes de actividad física y deporte. En este sentido, Vázquez, Fernández y Ferro (2000) han encontrado que el alumnado escolar prefiere las actividades diferenciadas según el sexo en las clases de Educación Física, sobre todo los chicos.

El último factor, denominado actitud competitiva, habla de la posición de las universitarias hacia la práctica competitiva. Tanto las estudiantes que participan en actividades físicas o deportivas como las que no manifiestan una actitud contraria a la competición. Podemos, sin embargo, observar, que esta posición se afirma con mayor firmeza en las practicantes (68%).

ACTITUDES HACIA LA PRÁCTICA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y EL DEPORTE DE LAS UNIVERSITARIAS VALENCIANAS				
Actitud		desacuerdo	Indecisión	acuerdo
fidelidad	Practica	18,1%	35,5%	46,4%
	No practica	64,0%	27,4%	8,6%
sexismo	Practica	76,2%	13,3%	10,5%
	No practica	73,3%	15,5%	11,2%
estética	Practica	27,1%	11,3%	61,6%
	No practica	34,2%	10,1%	55,7%
Apoyo familiar	Practica	17,2%	10,3%	72,5%
	No practica	35,6%	13,4%	51,0%
practica mixta	Practica	32,5%	25,3%	42,2%
	No practica	44,8%	24,3%	30,9%
competitividad	Practica	16,0%	16,0%	68,0%
	No practica	18,7%	22,3%	59,0%

Tabla 11

Comparando esos resultados con los de López (1999), encontramos actitudes comunes entre los universitarios con respecto al apoyo familiar recibido, la desaprobación de las actitudes sexistas y la baja fidelidad en determinadas situaciones. Otros resultados discordantes son las actitudes hacia la competición y hacia la práctica mixta, pensamos que debidos al hecho de tratarse, aquella, de una muestra principalmente masculina.

CONCLUSIONES FINALES

A lo largo de la exposición de nuestro estudio, hemos tratado de justificar el cumplimiento de los objetivos planteados en la investigación.

La universitaria valenciana es una mujer joven, soltera, de clase media, que preferentemente vive con sus padres y se dedica casi exclusivamente a estudiar, aunque trabaja de manera esporádica, que utiliza preferentemente el transporte público para desplazarse a clase y que pasa sentada de 4 a 8 horas diarias. Esta descripción es global, pues recoge tanto a las que practican actividad física y deporte, como a las que no.

La distribución la muestra en función de la práctica, realizada para llevar a cabo comparaciones en el estudio, puede considerarse subjetiva, pues depende de cómo la propia estudiante se ha definido. Inicialmente, la segregación es homogénea (49,4% de activas y 50,6% de inactivas) y, como tal, hemos estructurado los análisis. Sin embargo, si atendiéramos a la regularidad de sus prácticas, llegaríamos a la conclusión de que, en realidad, únicamente un 40% de las universitarias practican actividad física y/o deporte con una regularidad igual o superior a una vez cada quince días (y, por tanto, pueden considerarse practicantes habituales).

Respecto a las actividades físicas y los deportes practicados, la preferencia por las actividades individuales, organizadas en centros deportivos y gimnasios, es evidente. La práctica del aeróbic y musculación destaca claramente sobre los deportes reglados más tradicionales, mientras que deportes aún poco integrados en la cultura física española, como el béisbol, el rugby o el bádminton, casi no aparecen entre las prácticas del sector femenino.

La actitud de las jóvenes hacia la práctica física y deportiva es, en general, contraria a la competición y, como hemos visto, se decantan por las actividades que mejoran su aspecto físico. Por otra parte, aunque todas son contrarias al sexismo en el deporte, las universitarias activas están más de acuerdo con la participación conjunta de hombres y mujeres, de tal forma que su predisposición hacia la práctica mixta es mayor y, consecuentemente, sus opciones aumentan.

Existen otras variables, más que la falta de voluntad, que impiden a la universitaria participar: la falta de tiempo, la incompatibilidad de horarios producida por las obligaciones propias de la vida de estudiante, son las más representativas. Dependerá de la información, las ofertas y las posibilidades que se les brinden en su entorno más cercano (la universidad), el que estas mujeres pueden crear y consolidar un hábito de práctica duradero.

Mientras que los antecedentes de participación en actividades físicas y deportivas durante la niñez son generales, en el transcurso de la adolescencia algunas chicas las abandonan, de forma que la mayoría de las mujeres que en la universidad no practican actividad física ni deporte, durante el bachillerato tampoco lo hacían.

La universitaria practica, principalmente, por mejorar su salud y su estado físico, es decir, su imagen corporal. Pero también le motiva el hecho pasar un rato divertido y agradable en compañía de sus amistades y reducir el estrés causado por el estudio que requiere la universidad. La influencia de la importancia de la imagen y la apariencia

física en las adolescentes es un factor que determina la decisión de incorporarse a prácticas consideradas femeninas y estilizantes. De acuerdo con los motivos de práctica, esta es una de las causas que más afectaron a las universitarias, a la hora de implicarse en la práctica de la actividad física y el deporte.

La pereza, junto a la falta de asociación del concepto de deporte con el aprovechamiento del tiempo, indica que la joven que no hace ejercicio es, en la mayoría de los casos, por que tiene demasiadas obligaciones y que cuando dispone de tiempo, prefiere descansar o realizar otras tareas. Quizás tampoco encuentra facilidades horarias, instalaciones cercanas, u amistades que le empujen a practicar.

Concluyendo, es conveniente considerar la importancia de los resultados obtenidos en este estudio, para la elaboración, aplicación y proyección de programas de intervención encaminados a afianzar el concepto positivo de la práctica de la actividad física y el deporte entre las mujeres universitarias, a promocionar la adhesión a prácticas regulares y fomentar la creación de un hábito duradero entre la población femenina.

Varias son las líneas de investigación que se abren a partir de este trabajo. No cabe duda que una de ellas sería trasladar este estudio a otras universidades, en especial aquellas con un contexto social diferente a la Universitat de València y a la Universitat Politècnica de València, lo cual nos permitiría confirmar la realidad que se ha planteado.

Creemos haber cumplido con los objetivos que nos habíamos propuesto, y esperamos haber contribuido a enriquecer el conocimiento de la relación entre la mujer y el deporte, en nuestro país.

BIBLIOGRAFÍA

- ALDERMAN, R. B. Y WOOD, N. L. An analysis of incentive motivation in young Canadian athletes. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences (Canada)*, 1976, vol 1, p. 1-9.
- BALAGUER, I. Y ATIENZA, F. L. Principales motivos de los jóvenes para jugar al tenis. *Apunts (Barcelona)*, 1994, vol. 31, p. 258-299.
- BALAGUER, I. Y CASTILLO, I. Actividad Física, Ejercicio Físico y Deporte en la adolescencia temprana. En BALAGUER, I. (Ed) *Estilos de Vida en la Adolescencia*. Valencia: Promolibro, 2002, p. 37-64.
- BLASCO, P. *Beneficios Psicológicos de la Práctica Deportiva en Estudiantes Universitarios Valencianos*. Valencia: Tesis Doctoral. Universidad de Valencia, 1997.
- BUÑUEL, A. Aspectos sociológicos de las actividades físico deportivas de las mujeres en España. *Revista Sistema (Barcelona)*, 1992, vol. 110-111, p. 105-117.
- CASTILLO, I. *Socialización de los estilos de vida y de la actividad física: un estudio piloto con jóvenes valencianos*. Tesis de Licenciatura. Valencia: Universidad de Valencia, 1995.
- CECHINI, J. A. La Universidad de Oviedo, un modelo diferente. *ACTAS del I Congreso sobre la Actividad Física y el Deporte*, 1999, abril 29-30 y mayo 1, Valencia.
- CSD – PARÍS, F. y LIZALDE, E. (AFP Grupo Consultores del Deporte). *Oferta y demanda del deporte en las universidades españolas orientada a la práctica femenina (1999)*. Documento no publicado
- DISHMAN, R.K.; SALLIS, J.F. y ORENSTEIN, D.R. The determinants of physical activity and exercise. *Public Health Reports (New York)*, 1985, vol. 100, p.158-171.
- EWING, M. E. y SEFELDT, V. *Participation and attribution patterns in American agency-sponsored and interscholastic sports: An executive summary final report*. North Palm Beach FL: Sporting Goods Manufacturer's Association, 1989.
- FASTING, K.; SCRATON, S.; VÁZQUEZ, B.; BUÑUEL, A. *Experiencia y significado del deporte y del ejercicio físico en la vida de las mujeres de algunos países europeos*. Madrid: IM-MTAS, 2000.
- FERNÁNDEZ, E., CONTRERAS, O. R., SÁNCHEZ, F., FERNÁNDEZ-QUEVEDO, C. Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud. En CSD, *Mujeres y Actividades Físico-Deportivas, Estudios sobre Ciencias del Deporte*, 35. Madrid: MECED, 2002, p. 21-60

- GARCÍA FERRANDO, M. Estructura social de la práctica deportiva. En GARCÍA FERRANDO M, PUIG, N; LAGARTERA, F (comp.). *Socialización Deportiva*. Madrid: Alianza, 2002 (2ª ed.) p. 43-68.
- GARCÍA FERRANDO, M.; PUIG, N.; Y LAGARTERA, F. Cultura deportiva y socialización. En GARCÍA FERRANDO M, PUIG, N; LAGARTERA, F (comp.). *Socialización Deportiva*. Madrid: Alianza, 2002 (2ª ed.) p. 69-96.
- GARCÍA FERRANDO, M. *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamiento en la última década del siglo XX*. Madrid: CSD, 2001.
- GARCÍA FERRANDO, M. *Encuesta sobre los hábitos deportivos de los españoles: avance de resultados*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas, 2005.
- GARCÍA DE LA TORRE, F.; ANTÓN, P. (1990) Motivaciones para la practica física deportiva entre los alumnos del campus universitario de Álava. *Apunts* (Barcelona), 1999, vol. 22, p.71-88.
- GARCÍA DE MARTITEGUI, J. *El deporte en la Universidad Politécnica de Madrid*. Madrid: Vicerrectorado de alumnos. UPM, 1993.
- GATCH C. J. y KENDZIERSKI, D. Predicting exercise intentions: the theory of planned behaviour. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1990, vol. 61, p.100-102.
- GODIN, G. y SHEPHARD, R.J. Importance of type of attitude to the study of exercise behaviour. *Psychological Reports*, 1986, vol. 58 (3), p.991-1000.
- GUTIÉRREZ, M. y GONZÁLEZ, E. Motivos por los que los jóvenes practican actividad física y deportiva. Análisis de una muestra de estudiantes universitarios. En: *Aplicaciones y fundamentos de las actividades físicas y deportivas. II Congreso de CC del deporte, la educación física y la recreación*. Lleida: INEFC, 1995.
- HARRIS, D.V. Physical activity history and attitudes of middle-aged men. *Medicine and Science in Sport*, 1970, vol. 2 (4), p.203-208.
- KENYON, G.S. A conceptual model for characterizing physical activity. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1968, vol. 39, p. 96-105.
- KOIVULA, N. Sport Participation Differences in Motivation and Actual Participation due to Gender Typing. *Journal of Sport Behaviour*, 1999, vol. 22 (3), p. 360-380.
- LÓPEZ, A. *El deporte en la UPV. Un estudio desde la Psicología del consumidor*. Valencia: Tesis Doctoral. Universidad de Valencia, 1999.
- MACÍAS, M., MOYA, M. C. Estereotipos y deporte femenino. La influencia del estereo-

- tipo en la práctica deportiva de niñas y adolescentes. En CSD, *Mujeres y Actividades Físico-Deportivas, Estudios sobre Ciencias del Deporte*, 35. Madrid: MECED, 2002, p. 61-96
- MORENO, J. A., MARTÍNEZ, C., ALONSO, N. Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. En *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 2006, vol. 3 (2), p. 20-43
 - MUNDINA, J. J. *Conducta y actitudes de los espectadores de baloncesto. Una visión desde el marketing*. Valencia: Tesis Doctoral. Universidad de Valencia, 1996.
 - NICHOLLS, J.G. Conceptions of ability and achievement motivation. En AMES, R. y AMES, C. (ed) *Research on motivation in education. Student motivation*. New York: Academic Press, 1984, vol. 1, p. 39-73.
 - ORLICK, T.D. Children's sport: A revolution is coming. *Canadian Association for Health Physical Education and Recreation Journal*. (Canada), 1973, January/February, p.12-14.
 - PARÍS, F. *El deporte en las universidades españolas. Análisis de la encuesta sobre su organización, práctica y equipamientos*. Madrid: CSD, 1996.
 - PINTANEL, M. Y CAPDEVILA, LL. Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias. *Revista de Psicología del Deporte*, 1999, vol. 8 (1), p.53-66.
 - SIMON, J.A. y SMOLL, F.L. An instrument for assessing children's attitudes toward physical activity. *Research Quarterly*, 1974, vol. 45, p.407-415.
 - THEODORAKIS, Y., DOGANIS, G. y BAGIATIS, K. Attitudes toward physical activity in female programs participants. *International Journal of Sport Psychology*, 1992, vol. 23, p.43-52.
 - VÁZQUEZ, B. y ÁLVAREZ, G. Análisis de los prejuicios y actitudes de los niños y las niñas. En *Guía para una Educación no Sexista*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, Secretaría de Estado de Educación, 1990.
 - VÁZQUEZ, B. *Actividades y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid: MTAS, 1993.
 - VÁZQUEZ, B., FERNÁNDEZ, E. y FERRO, S. *Educación Física y Género*. Madrid: Gymnos, 2000.
 - WILLIS, J. D. y CAMPBELL, L. F. *Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1992.
 - YOESTING, D. y BURKHEAD, D. Significance of childhood recreation experiences on adult leisure behaviour: An exploratory analysis. *Journal of Leisure Research*, 1973, vol. 17 (5), p. 25-36.



**ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN PARA
PROMOCIONAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA
EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA FEMENINA**

INTERVENTION STRATEGIES TO PROMOTE SPORTS
ACTIVITY IN THE FEMALE UNIVERSITY POPULATION

*Lluís Capdevila Ortís (Dir.)
Mònica Pintanel Bassets
Montse Valero Herreros
Marta Ocaña Mariné
Eva Parrado Romero*

Dirección para correspondencia:

Lluís Capdevila Ortís
Dept. de Psicologia Bàsica, Evolutiva y de la Educaci3n
Universitat Aut3noma de Barcelona
08193 Bellaterra
Tel.: 93 581 14 34
Fax: 93 581 33 29
E-mail: lluis.capdevila@uab.es



Lluís Capdevila Ortís

Doctor en Psicología por la *Universitat Autònoma de Barcelona* (UAB) y profesor titular de *Psicología de la Actividad Física y Salud*, y de *Psicología del Deporte* en la Facultad de Psicología de la UAB. Es director del Postgrado en *Estilo de Vida Saludable y Calidad de Vida*, y de los cursos de formación continuada a distancia en *Salud, Ejercicio Físico y Deporte*, y es coordinador del *Máster de Psicología del Deporte y de la Actividad Física*, organizados por la UAB. Dirige un grupo de investigación sobre estos temas en el Laboratorio de Psicología del

Deporte de la UAB, consolidado por la *Generalitat de Catalunya* y financiado en diversas convocatorias de I+D+I.

Mònica Pintanel Bassets

Doctora en psicología y Máster en psicología del deporte y de la actividad física por la Universidad Autónoma de Barcelona. Es profesora de la facultad de psicología de la misma universidad impartiendo docencia en la asignatura de Psicología de la Actividad Física y la Salud, y en los cursos de doctorado. Pertenece al grupo SGR2005-00318 e investiga en la línea de actividad física y estilo de vida saludable. Ha aplicado técnicas de activación y relajación en arqueros, nadadores y atletas. Es co-autora del libro "Psicología de la actividad física: guía práctica".



Montse Valero Herreros

Licenciada en psicología por la Universidad Autónoma de Barcelona, Máster en psicología del deporte y de la actividad física y estudiante del programa de Doctorado "psicología del aprendizaje humano", por la misma universidad. Pertenece al grupo SGR2005-00318 e investiga en la línea de actividad física y estilo de vida saludable. Aplica la psicología deportiva en un grupo de atletas medio-fondistas y fondistas.

Marta Ocaña Mariné

Licenciada en Psicología por la Universidad Autónoma de Barcelona y estudiante de doctorado en Psicología del Aprendizaje Humano en la misma universidad. Colabora con el grupo de investigación en actividad física y el estilo de vida saludable SGR2005-00318 disfrutando de una beca predoctoral de la *Generalitat de Catalunya*.





Eva Parrado Romero

Licenciada en psicología, Máster en psicología del deporte y de la actividad física y estudiante del programa de doctorado de "Aprendizaje Humano" por la Universidad Autónoma de Barcelona. Es becaria de investigación de la facultad de psicología de la misma universidad. Pertenece al grupo SGR2005-00318 e investiga en la línea de actividad física y estilo de vida saludable. Ejerce de psicóloga aplicada en atletas mediofondistas e imparte clases de relajación en el Servicio de Actividad Física de la Universidad Autónoma de Barcelona.

RESUMEN*:

El objetivo principal del estudio es potenciar la práctica deportiva entre las estudiantes universitarias, desarrollando y aplicando estrategias de promoción en función de su actitud y de su motivación. La muestra es de 3.138 alumnos universitarios (Media de edad=22.1 años; DT=4.0), con un 71.3% de mujeres. Mediante una entrevista electrónica inicial y dos seguimientos, a los 6 y a los 12 meses, se han evaluado los estadios de cambio hacia la conducta deportiva, la salud percibida y el impacto de la intervención basada en ofrecer contenidos informativos a los precontempladores (n=614). Los resultados indican que sólo un 31,5% de las mujeres estudiantes practican deporte -significativamente menos que los hombres-, y que han abandonado la práctica deportiva al ingresar en la universidad. La estrategia que más ha mejorado la actitud positiva respecto al deporte y que ha originado más cambios hacia la práctica regular, ha sido ofrecer un *feedback* inmediato sobre la propia autoevaluación y sobre contenidos informativos relacionados con beneficios del deporte y con riesgos del sedentarismo. La práctica deportiva muestra relación con un estilo de vida saludable, ya que las mujeres deportistas presentan una alimentación más saludable, una percepción de salud mayor y fuman menos que las mujeres no-deportistas. La entrevista electrónica aplicada se ha mostrado como una herramienta válida y eficaz para evaluar una comunidad acerca de su conducta deportiva y de los efectos de una intervención para promocionarla.

Palabras clave:

Deporte, mujer, Psicología del Deporte, estadios de cambio, salud, estrategias de intervención, motivación, actitud.

* Agradecimientos: este trabajo se ha realizado gracias a las ayudas 01/UPB32/03 y 01/UPB31/04 concedidas por el Consejo Superior de Deporte, a la ayuda SEJ2005-05113 concedida por el Ministerio de Educación y Ciencia, y al proyecto SGR2005-00318.

Abstract:

The main purpose of this study was to promote sports practice in female university students by developing and applying promotion strategies, depending on their attitude and motivation. The sample was made up of 3.138 university students (mean age=22.1, SD=4.0; 71.3% women, 28.7% men). An initial electronic interview and two follow-ups after 6 and 12 months, were used to evaluate stages of change in exercise behaviour, perception of health and the effects of an information intervention for precontemplators (n=614). The results show that only 31.5% of the women students do sport – significantly less than men- and they have dropped out the moment they went to university. The most effective strategy to enhance a positive attitude towards sport and its regular practice was immediate feedback on self-evaluation and informative contents about the benefits of sport and risks of sedentariness. Sports practice shows a relationship with a healthy life-style, as women who practice sports have healthier eating habits, a better perception of health and smoke less than non-practicing women. To conclude, the electronic interview has been a valid and effective tool for evaluating the exercise behaviour of a community with regard to its sports behaviour and the effects of the intervention promotion strategies to encourage it.

Key words:

Sport, Sport Psychology, stages of change, health, intervention strategies, motivation, attitude.

ESTRATEGIAS DE INTERVENCIÓN PARA PROMOCIONAR LA ACTIVIDAD DEPORTIVA EN LA POBLACIÓN UNIVERSITARIA FEMENINA



INTRODUCCIÓN

Los resultados de estudios previos indican que los estudiantes universitarios abandonan la práctica deportiva al llegar a la universidad, constatándose más de un 50 % de estudiantes totalmente sedentarios. Este porcentaje es aún más elevado en el colectivo de mujeres universitarias (alrededor del 60 %) (Blasco, Capdevila, Pintanel, Valiente, y Cruz, 1996; Pintanel y Capdevila, 1999). En la misma línea, en la población general la participación en la práctica de actividad física en el tiempo libre disminuye a medida que se incrementa la edad, y las mujeres participan menos que los hombres en actividades físicas moderadas o vigorosas (Jones et al, 1998; Kann et al, 1998). Parece ser que el ingreso en la universidad es un punto de inflexión importante, ya que la mayoría de los alumnos pasa de una práctica físico-deportiva obligatoria en el bachillerato, al sedentarismo o a un nivel de práctica mínimo y esporádico (Capdevila, 2005). La escasa motivación por el deporte de las estudiantes y la falta de estrategias para aumentarla, entre otros factores, pueden ser la causa del escaso impacto del deporte universitario en nuestro país. En este sentido, tal como sucede en otros países, el deporte universitario debería ser la lanzadera para el deporte profesional de jóvenes deportistas e incluso de equipos deportivos.

Por ello es necesario desarrollar e implementar estrategias para promocionar el deporte competitivo universitario, tanto a nivel comunitario como a nivel individual. En el ámbito más amplio de la promoción de la actividad física saludable se han desarrollado y adaptado modelos teóricos y estrategias de intervención (Azjen y Fishbein, 1980; Bandura, 1986; Bartholomew, Parcel y Kok, 1998; Fishbein, Bandura, Triandis, et al., 1992; Sallis y Hovell, 1990). En este sentido, un modelo muy utilizado a nivel de intervención comunitaria para segmentar una población e identificar los individuos más susceptibles al cambio de conducta, es el modelo de los estadios de cambio (DiClemente et al., 1991; Prochaska et al. 1992). Este modelo, permite clasificar a los individuos en cinco categorías o estadios, en nuestro caso, en función de su intención de practicar o de la práctica real de actividades deportivas: precontemplación, contemplación, preparación para la acción, acción y mantenimiento. Una estrategia de promoción de la actividad deportiva

tendría su mayor eficacia sobre los individuos situados en los estadios de contemplación y de preparación para la acción, ya que manifiestan la intención de practicar deporte pero no consiguen hacerlo. El porcentaje estimado de la población que se encuentra en el conjunto de estos dos estadios es del 43% (U.S. *Department of Health and Human Services*, 1999), porcentaje similar al observado por nosotros en la comunidad universitaria (Pintanel y Capdevila, 1999).

La promoción del deporte debe incluir estrategias para que la mayor parte posible de la población adopte hábitos deportivos, entre las que cabe destacar: a) programas para educar a la gente sobre el valor saludable y social del deporte, a través de conferencias, cursos o seminarios informativos; b) programas para proporcionar a los individuos y a las comunidades el soporte necesario para adoptar hábitos deportivos o para continuar con ellos (Marcus et al., 1992, 1996; Owen et al., 1998).

Para conseguir un cambio en la conducta de una comunidad es necesario actuar simultáneamente sobre objetivos individuales y sobre las organizaciones comunitarias (USDHHS, 1999). En nuestro caso, después de constatar el elevado porcentaje de sedentarismo en la comunidad universitaria, es necesario el desarrollo y la aplicación de estrategias a los dos niveles, para aumentar la motivación y la adhesión hacia el inicio y el mantenimiento de la conducta deportiva.

OBJETIVOS

Los objetivos del presente trabajo están relacionados con uno de los objetivos principales del proyecto SEJ2005-05113 del Plan Nacional de I+D+I: *Intervención comunitaria e individual en el ámbito universitario para promocionar un estilo de vida saludable en relación al sedentarismo, la conducta alimentaria y el tabaquismo*. (Entidad financiadora: Ministerio de Educación y Ciencia).

El objetivo principal es potenciar la práctica deportiva entre las estudiantes universitarias para contribuir decisivamente al aumento de la participación de este colectivo en el deporte universitario y a la consolidación de deportistas y de equipos competitivos a nivel nacional e internacional.

Concretamente, se pretende desarrollar y aplicar estrategias de promoción de actividad deportiva adaptada a las estudiantes universitarias, en función de sus características y necesidades. Se partirá de la evaluación de la historia personal y de los hábitos actuales referentes a la práctica de ejercicio físico y de deporte.

MÉTODO

Sujetos

La muestra inicial fueron los 27.437 alumnos de la *Universitat Autònoma de Barcelona* (UAB) durante el año 2003, de los cuales 17.281 eran mujeres (63.0 %). La muestra del estu-

dio la formaron 3.138 alumnos de la misma universidad, con un promedio de edad de 22.1 años (DT = 4.0), de los cuales 2.237 eran mujeres (71.3 %). La intervención de estrategias se centró en los estudiantes n=614 precontempladores (21,7% hombres y 78,3% mujeres).

Instrumentos

- Sistema CAPI (*Computer Assisted Personal Interviewing*): Sistema informático para enviar una entrevista a los sujetos, mediante correo electrónico (Birkett, 1988; Kinsey & Jewell, 1998, y Saris, 1991). La encuesta está identificada por un número único generado a partir del código de identificación del sujeto en la base de datos de personal proporcionada por la universidad, y tratada mediante técnicas de cifrado para garantizar su confidencialidad. De este modo se protege la duplicación de entrevistas, se facilita la tarea de seguimiento de los sujetos, y se evita preguntar por aquellos datos de tipo censal ya existentes en nuestra base de datos (como la fecha de nacimiento o el género). El uso del CAPI en nuestro estudio permite obtener información de alta calidad, al tiempo que reduce enormemente el coste de la introducción y gestión de los datos. La entrevista electrónica se implementa mediante *Macromedia Dreamweaver MX*, un software que permite la edición de páginas Web y que provee soporte para la programación en lenguaje *JAVA*. Las respuestas de los sujetos se registran en una base de datos relacional implementada en *MS-Access*, la cual calcula en tiempo real, mediante consultas diseñadas con este objetivo, los resultados de cada entrevista. Para garantizar la calidad de la información recogida, nuestro CAPI incluye un exhaustivo chequeo de rangos y de consistencia entre respuestas, programados en términos de expresiones lógicas relacionales que deben ser satisfechas antes de aceptar las respuestas como válidas. En caso de detección de errores o inconsistencias el CAPI informa al sujeto de los mismos y solicita su corrección para continuar con la entrevista. Gracias a estos controles de calidad automatizados es posible pasar al análisis de los resultados tan pronto como se realiza la última entrevista. Como afirma Lepkowski (1998), esta metodología evita la fase posterior de depuración de datos, y todos los programas de transformación de variables y análisis estadísticos pueden estar preparados durante la fase de diseño del estudio y ser ejecutados inmediatamente al cerrar la etapa de captura de datos.

A través del CAPI, en formato electrónico, se utilizaron los siguientes cuestionarios y autoinformes:

- Autoinforme del Estadio de Cambio para la Actividad Física (AECAP): evalúa la conducta actual respecto a la realización de actividad física cotidiana, clasificando a las personas en cinco categorías o estadios de cambio (según el modelo de Prochaska et al., 1992; Capdevila, 2005): *precontemplación, contemplación, preparación para la acción, acción y mantenimiento* (ver Anexo 1).
- Autoinforme del Estadio de Cambio para el Ejercicio Físico (AECEF): evalúa la conducta actual respecto a la realización de ejercicio físico programado, clasificando a las personas en los cinco estadios de cambio, según el mismo modelo anterior (U.S. Department of Health and Human Services, 1999; Capdevila, 2005): *precontemplación, contemplación, preparación para la acción, acción y mantenimiento* (ver Anexo 2).

- Autoinforme sobre hábitos de salud: percepción de estilo de vida saludable, alimentación saludable, tabaquismo y horas de sueño.
- Autoinforme sobre estrategias utilizadas –sólo para la segunda y tercera encuesta–.
- SF-12: El cuestionario de salud SF-12 es la versión reducida del SF-36 *Health Survey*, uno de los instrumentos sobre calidad de vida relacionada con la salud más utilizados y evaluados. El SF-36 fue desarrollado a principios de los años noventa en Estados Unidos para su uso en el *Estudio de los resultados médicos* (Medical Outcomes Study, MOS). El SF-12 está formado por 12 ítems y proporciona un perfil del estado de salud aplicable tanto a pacientes como a la población general (Ware et al, 2002).
- Video informativo para las estudiantes *precontempladoras*. Se elaboró siguiendo un formato didáctico y divertido, donde un personaje virtual, el dragón PAFS, ejerce el rol de entrenador personal y ofrece información variada sobre la importancia y los beneficios de la práctica deportiva, así como las principales barreras que suele tener la población general para no ser activa. El personaje transmite un mensaje positivo para cambiar la conducta sedentaria, ofreciendo la posibilidad de que la persona se ponga en contacto con nosotros y obtener el asesoramiento que sea necesario. También informa sobre los beneficios del deporte y los riesgos del sedentarismo. Las estudiantes *precontempladoras* podían acceder al video didáctico descargándolo a través de un enlace que se distribuyó utilizando el correo electrónico institucional.

Procedimiento

Metodología de encuesta comunitaria

Todos los alumnos de la Universidad Autónoma de Barcelona fueron invitados a participar en nuestro estudio vía correo electrónico institucional. En el contenido del mensaje se incluía un enlace a una página web de evaluación que implementaba una entrevista personal en formato electrónico, siguiendo las recomendaciones de diseño metodológico CAPI.

Al finalizar cada entrevista, el CAPI generaba una página web personalizada, en la que se resumían los resultados obtenidos por el sujeto acerca de su conducta actual respecto a la realización de actividad física y ejercicio físico (según el modelo de los estadios de cambio de Prochaska et al., 1992), así como sobre su estado general de salud en base a los criterios de corrección del SF-12 (Ware et al, 2002). Además, en esta página de resultados se incluyó un enlace a una web de información general para que el sujeto pudiera interpretar correctamente sus resultados.

Etapas

El estudio se desarrolló en tres etapas, detallándose a continuación el procedimiento de cada una:

A. Evaluación de la comunidad universitaria mediante entrevista electrónica con la finalidad de obtener la información necesaria para desarrollar y aplicar las estrategias de promoción de actividades deportivas. A partir de la entrevista los sujetos de la muestra cumplieron el AECAF, el AECEF, el SF-12 y el autoinforme sobre hábitos de salud.

B. Desarrollo, planificación y elaboración de estrategias de promoción de actividad deportiva, adaptadas específicamente a las estudiantes universitarias, en función del análisis de la información obtenida en la etapa A.

Una vez se analizó el perfil de las estudiantes universitarias teniendo en cuenta la práctica deportiva actual y la actitud hacia el deporte en el futuro inmediato, se planificaron estrategias para promocionar la actividad deportiva.

Por una parte, en la misma web de resultados se incluyó información específica para cada estadio de cambio acerca de las características de las personas y de las estrategias propuestas para mejorar el estilo de vida en relación a la actividad deportiva. Todas las estudiantes que contestaron la entrevista tuvieron acceso a esta información en función de sus resultados previos, a través del mismo enlace o dirección de internet.

En segundo lugar, se elaboró un vídeo didáctico con contenidos informativos específicos para el grupo de mujeres estudiantes que se encontraban en el estadio de cambio de *precontemplación*.

En tercer lugar, se desarrollaron seminarios adaptados a las características concretas de este grupo, fruto de conclusiones extraídas de sesiones de trabajo con el equipo de investigación del proyecto global de I+D, y de la consulta de bibliografía específica (Marcus et al., 2003).

C. Aplicación de las estrategias de promoción de actividad deportiva desarrolladas en la etapa B.

Para todas las universitarias sedentarias, se pretendía promover un cambio en sus intenciones hacia la práctica de ejercicio físico y generar un estilo de vida más activo. Se planificó un sistema de difusión de la información que proporcionaba los conocimientos necesarios para hacer una reflexión, e incluía diferentes canales informativos como un vídeo explicativo, la revista de la universidad, la página web confeccionada para este fin y charlas gratuitas sobre el estilo de vida saludable.

Según las definiciones expresadas en la Tabla 2 y de acuerdo con la bibliografía especializada (Marcus et al., 2003), se aplicaron las estrategias específicas para las estudiantes *precontempladoras*:

a) Difusión del vídeo didáctico para las estudiantes *precontempladoras*. Se envió un correo electrónico institucional a las estudiantes que se encontraban en el estadio de

precontemplación, con el enlace para poder descargar el vídeo didáctico elaborado. Se automatizaba el registro en la base de datos de los usuarios y se descargaban voluntariamente el vídeo.

b) Difusión de resultados divulgativos del estudio a través de la revista informativa oficial de la universidad y de la página web de información general. Se publicó un artículo en la revista mensual "*El campus de l'Autònoma*", que se distribuyó por todo el campus universitario, donde quedaban reflejados los datos de participación en la encuesta que enviamos a la población universitaria sobre *Calidad y Estilo de vida saludable*. En el artículo se informaba sobre los niveles de sedentarismo que predominan entre la población universitaria, así como sobre los beneficios del deporte y sobre los riesgos del sedentarismo. Los contenidos de la web se elaboraron conjuntamente con los diferentes profesionales que formaban parte del proyecto. La página web fue individualizada y permitió realizar una encuesta para valorar e interpretar el estilo de vida de la persona, dando resultados respecto a la conducta actual hacia el Ejercicio Físico (que situaba a la persona en un *Estadio de Cambio*) y al estado general de salud obtenido mediante parámetros médicos. Para cada estadio de cambio, había información específica sobre las características que presentaban las personas situadas en cada uno de ellos y las recomendaciones a seguir para disfrutar de un estilo de vida saludable.

c) Para todas las mujeres universitarias, se realizaron conferencias divulgativas con los resultados de nuestra investigación. Se impartieron un total de 4 conferencias para las estudiantes universitarias, 2 en la Facultad de Psicología, una en la Facultad de Económicas y una en el Servicio de Actividad Física (SAF) de la universidad. En estas conferencias, al igual que en la web desarrollada específicamente, se ofreció información sobre los beneficios del deporte y los riesgos del sedentarismo, para las estudiantes *precontempladoras*.

D. Seguimiento.

A partir de los datos recogidos en la encuesta electrónica inicial, se hizo un seguimiento a los alumnos al cabo de 6 y 12 meses. Se administró otra encuesta en formato electrónico donde se reunían los mismos cuestionarios que en la primera y, otros aspectos sobre la actitud que tenían los estudiantes hacia el ejercicio físico y cómo se habían informado en los últimos meses de los efectos saludables del ejercicio.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Evaluación de la comunidad universitaria

Resultados descriptivos

La entrevista electrónica fue enviada a todos los alumnos (10156) y alumnas (17281) de la *Universitat Autònoma de Barcelona*, dejándose un margen de 88 días para contestarla desde que se envió la encuesta. Los alumnos/alumnas respondieron en una media

de 8'69 días (D.E.= 15'52). El porcentaje de mujeres estudiantes (62.98 %) es mayor que el de hombres (37.02 %) para el total de alumnos de la universidad.

Esta diferencia es aún mayor al comparar las respuestas a la entrevista: del total de mujeres han contestado 2237 (12.94 %), mientras que para los hombres lo han hecho 901 (8.87 %). Por ello, en nuestra muestra el porcentaje es de un 71.3 % de mujeres y de un 28.7 % de hombres (ver Figura 1).

El promedio de edad de los estudiantes es de 21.78 años (DT= 3.9), no habiendo diferencias entre hombres y mujeres.

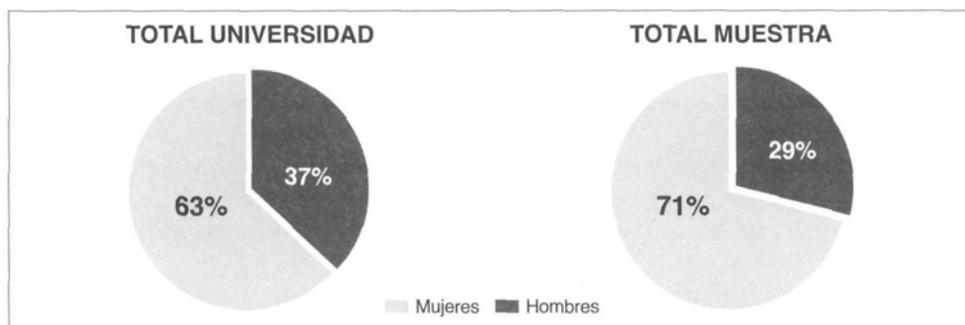


Gráfico 1. Distribución de la población universitaria de estudiantes y de la muestra del estudio en función del género.

Deporte versus Actividad física cotidiana

En la Tabla 1 se exponen las definiciones de *actividad física cotidiana* y de *ejercicio físico programado*, tal como han sido evaluados en nuestro estudio. En la Tabla 2 se define el significado de cada estadio de cambio para las dos conductas.

CONDUCTA ACTIVA	DEFINICIÓN
Actividad Física Cotidiana	Son actividades moderadas que implican cierto nivel de esfuerzo físico y que no están estructuradas en sesiones específicas con una planificación concreta. Por ejemplo, andar como medio de desplazamiento, hacer jardinería o <i>bricolage</i> , o realizar tareas domésticas duras. La actividad es <i>regular</i> si se acumulan actividades moderadas en un tiempo total de 30 o más minutos por día y se realiza al menos 5 días por semana.
Ejercicio Físico Programado	Son actividades físicas vigorosas que implican esfuerzo, realizadas a una intensidad suficiente como para sudar o experimentar fatiga, y que están estructuradas en sesiones específicas, habitualmente con una planificación concreta. Por ejemplo, hacer <i>footing</i> , nadar, ir en bicicleta, practicar algún deporte, o realizar sesiones de esfuerzo físico en algún gimnasio o club. El ejercicio físico es <i>regular</i> cuando se practica en sesiones específicas de un tiempo total de 20 o más minutos seguidos por día y se realiza al menos 3 días por semana.

Tabla 1. Definiciones de *actividad física cotidiana* y de *ejercicio físico programado* utilizadas en nuestra evaluación (Capdevila, 2005).

ESTADIO DE CAMBIO	DEFINICIÓN
Precontemplación	Persona no activa en cuanto a la práctica de actividad física o de ejercicio físico, sin la intención actual de ser activa.
Contemplación	Persona no activa en cuanto a la práctica de actividad física o de ejercicio físico, pero con la intención de ser activa en los próximos 6 meses.
Preparación para la acción	Persona activa de forma irregular que está intentando ser regular en cuanto a la práctica de actividad física o de ejercicio físico.
Acción	Persona activa regularmente, en cuanto a la práctica de actividad física o de ejercicio físico, pero desde hace menos de 6 meses.
Mantenimiento	Persona activa regularmente, en cuanto a la práctica de actividad física o de ejercicio físico, desde hace 6 o más meses.

Tabla 2. Definiciones de cada estadio de cambio, válidas tanto para la conducta de *actividad física cotidiana* como para la de *ejercicio físico programado*, tal como han sido definidas en la Tabla 1.

Dado que la práctica de la mayoría de deportes se realiza en sesiones programadas que contemplan la práctica de ejercicio físico, nos basaremos en el análisis de los estadios de cambio respecto al *ejercicio físico programado* para referirnos a la *conducta deportiva*.

Diferencias entre géneros

En la Figura 2 se representa la segmentación según el *estadio de cambio hacia la conducta deportiva* (AECEF), comparando mujeres y hombres estudiantes. Se observan diferencias significativas (*Chi-cuadrado* de Pearson $(4) = 100.79$; $p < .001$), destacando un porcentaje más alto de hombres en *mantenimiento* (36.8 %), mientras que para las mujeres el porcentaje más elevado corresponde al estadio de *contemplación* (34.1 %). También se encuentra un mayor porcentaje de mujeres en *precontemplación* (21.3 %, frente al 14.8 % para los hombres). Así, el conjunto de los dos estadios que representan una actitud más sedentaria, *precontemplación* y *contemplación*, suponen un 56.4 % de las mujeres estudiantes, mientras que para los hombres suponen un 36.8 %. Estas diferencias van en el mismo sentido que las que se encuentran en otros estudios, como las observadas para la población catalana (*Generalitat de Catalunya*, 2002) o para la norteamericana (*USDHHS*, 1999).

Las mujeres mostraron un porcentaje de sedentarismo del 68.5 % respecto a la práctica deportiva. Tal como se observa en la Tabla 3, las mujeres del estudio se distribuyen en los siguientes estadios de cambio: un 21.3 % de *precontempladoras*, un 34.1 % de *contempladoras*, un 13.1 % de *preparadas para la acción*, un 8.8 de *acción* y un 22.7% de *mantenimiento*.

Por tanto, una conclusión importante es que las estudiantes universitarias practican poca actividad deportiva, en mucho menor grado que los hombres, y que para incrementar la se necesitan estrategias específicas para los estadios que indican más sedentarismo. Así, de acuerdo con la bibliografía existente, las estrategias más eficaces serán las que promuevan un cambio de actitud respecto al deporte y en la intención de practicarlo, basadas principalmente en contenidos informativos claros sobre los beneficios de practicarlo y sobre los riesgos del sedentarismo.

	Género		Total
	Masculino	Femenino	
Deporte / Ejercicio Físico	% col.	% col.	% col.
PreContemplación	14.8%	21.3%	19.4%
Contemplación	22.0%	34.1%	30.6%
Preparación	17.2%	13.1%	14.3%
Acción	9.2%	8.8%	8.9%
Mantenimiento	36.8%	22.7%	26.8%
Total	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 3. Comparación de los estadios de cambio respecto al deporte y al ejercicio físico en cuanto al género (*Chi-cuadrado* (4) = 100.79; $p < .001$).

DEPORTE / EJERCICIO FÍSICO

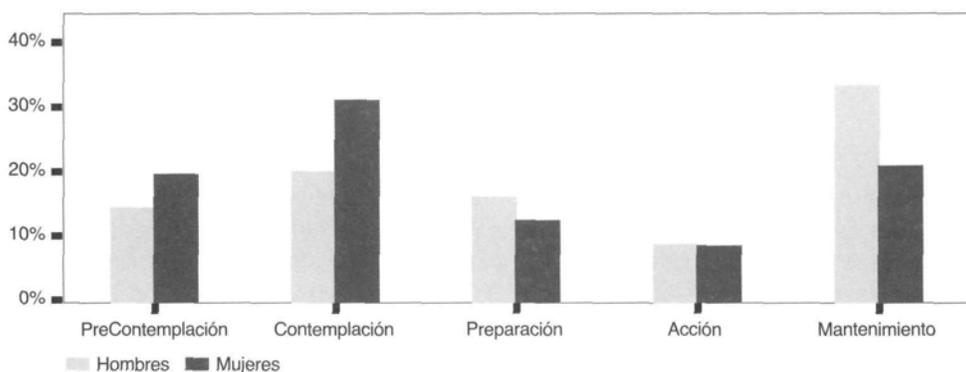


Gráfico 2. Porcentaje de la muestra de deportistas en función del estadio de cambio y el género.

Estas diferencias entre mujeres y hombres se observan de forma más clara cuando agrupamos las categorías de los estadios de cambio en dos grupos: a) *Deportistas*: es la agrupación de los estadios de *acción* y *mantenimiento*, y representa a los estudiantes que practican actividades físico-deportivas de forma regular, al menos 3 veces por semana; b) *No-Deportistas*: es la agrupación de los estadios de *precontemplación*, *contemplación* y *preparación*, y representa al conjunto más sedentario formado por una mayoría que no practica ninguna actividad deportiva.

	Estudiantes		Total de grupo
	Hombres	Mujeres	
Deporte / Ejercicio Físico	% col.	% col.	% col.
No-Deportistas	53.9%	68.5%	64.3%
Deportistas	46.1%	31.5%	35.7%
Total de grupo	100.0%	100.0%	100.0%

Tabla 4. Comparación de los estudiantes *deportistas* y los *no-deportistas* en cuanto al género (*Chi-cuadrado* (1) = 59.58; $p < .001$).

Por tanto, siguiendo el criterio especificado en la Tabla 4, en nuestro estudio encontramos sólo un 31.5 % de mujeres estudiantes que practican deporte regularmente, significativamente diferente del 46.1 % de hombres que lo practican ($Chi-cuadrado (1) = 59.58$; $p < .001$). Esto contrasta con el dato, también recogido en nuestro estudio, de que un 63.6 % de mujeres practicaba ejercicio físico de manera regular en el pasado, es decir, tenían antecedentes deportivos antes de entrar en la universidad. En cambio, esta cifra se invierte al preguntarles por los últimos 6 meses, ya en la universidad, donde sólo el 33'3% ha practicado actividades deportivas, bajando al 31.5 % de práctica deportiva actual. Estos datos confirman los resultados obtenidos anteriormente respecto a la tendencia al abandono del deporte y al sedentarismo cuando se inician los estudios en la universidad, mucho más elevada en las mujeres que en los hombres (Pintanel y Capdevila, 1999). Posiblemente, hay dos motivos que pueden influir en este abandono de la práctica deportiva: a) por un lado, la desaparición de la asignatura de educación física como materia obligatoria ya en el último curso de bachillerato, antes de entrar en la universidad; b) por otro lado, el abandono progresivo de las actividades deportivas extraescolares a medida que se avanza en los estudios de ESO y de bachillerato, y naturalmente, al llegar a la universidad.

Tal como se observa en la Figura 3, considerando sólo los estudiantes *deportistas*, hay diferencias significativas entre hombres y mujeres respecto al lugar donde se practican regularmente las actividades deportivas. Sólo un 13.9 % de las estudiantes deportistas utiliza las instalaciones del Servicio de Actividad Física (SAF) de la universidad, frente a un 20.8 % de los hombres deportistas que acude al SAF regularmente. Del otro 86.1 % de mujeres deportistas, un 69.2 % practica el deporte en un centro deportivo fuera de la universidad (56.1 % para los hombres), mientras que el restante 16.9 % hace deporte por su propia cuenta (23.1 % para los hombres).

PRÁCTICA DEPORTIVA

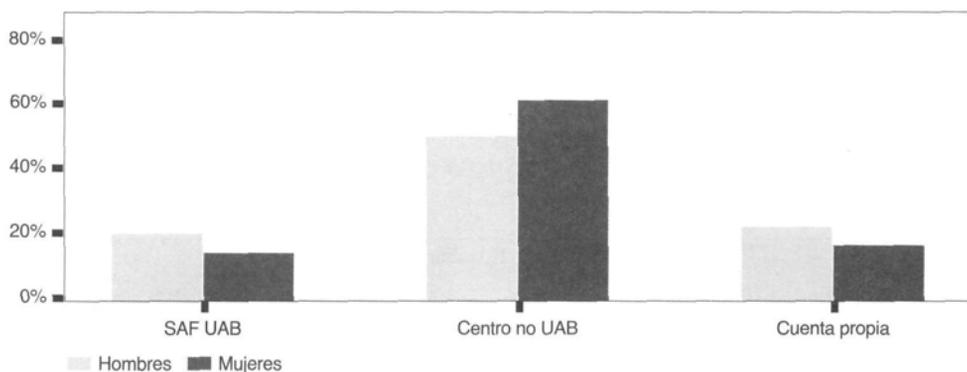


Gráfico 3. Distribución de los estudiantes deportistas según género y lugar de práctica deportiva.

Deporte y Actividad Física Cotidiana en las mujeres estudiantes

En la Tabla 5 se comparan los estadios de cambio respecto a la actividad física cotidiana con los estadios de cambio respecto al ejercicio físico programado, para las mujeres

estudiantes. Según una prueba de *Chi-Cuadrado de Pearson*, se observan diferencias estadísticamente significativas (*Chi-cuadrado* = 272.79; $p < .001$), lo que indica que las estudiantes no presentan el mismo estadio de cambio respecto a las dos conductas activas. Así por ejemplo, un 62.8 % de las estudiantes en *mantenimiento* para el deporte también están en *mantenimiento* respecto a la actividad física cotidiana, mientras que sólo un 15.7 % de las estudiantes en *precontemplación* para el ejercicio físico también lo están respecto a la actividad física.

	Actividad Física Cotidiana					Total
	PreContemplación	Contemplación	Preparación	Acción	Mantenimiento	
Deporte / Ejercicio Físico	% fila	% fila	% fila	% fila	% fila	% fila
PreContemplación	15.7%	7.1%	28.5%	8.8%	39.8%	100.0%
Contemplación	4.2%	16.3%	35.8%	6.4%	37.4%	100.0%
Preparación	3.1%	7.2%	36.9%	5.8%	47.1%	100.0%
Acción	6.6%	4.6%	27.0%	21.9%	39.8%	100.0%
Mantenimiento	6.3%	3.0%	24.4%	3.5%	62.8%	100.0%
Total de grupo	7.2%	9.1%	31.0%	7.6%	45.1%	100.0%

Tabla 5. Cruzamiento entre los estadios de cambio para el deporte/ejercicio físico (en filas) y los estadios de cambio para la actividad física cotidiana (en columnas), para las mujeres estudiantes ($n = 2237$) (*Chi-cuadrado* (16) = 272.79; $p < .001$).

En la Tabla 6, para los dos aspectos, se han agrupado en una categoría los estadios de *acción* y de *mantenimiento* (*deportistas* para el deporte y *activas* para la actividad física cotidiana), y en otra categoría el resto de estadios de cambio (*No-deportistas* para el deporte y *No activas* para la actividad física). Se observa que el porcentaje más alto de mujeres deportistas (65.1 %) son *activas* de forma regular respecto a las actividades cotidianas, mientras que el porcentaje más alto de mujeres *no-deportistas* (53 %) no son *activas* de forma regular (*Chi-cuadrado* (1) = 62.88; $p < .001$). Es decir, las mujeres deportistas tienen un estilo de vida más activo durante las actividades cotidianas, al margen de la práctica deportiva.

	Actividad física cotidiana		Total de grupo
	No activas	Activas	
Deporte	% fila	% fila	% fila
No-Deportistas	53.0%	47.0%	100.0%
Deportistas	34.9%	65.1%	100.0%
Total de grupo	47.3%	52.7%	100.0%

Tabla 6. Comparación de las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* en cuanto a la práctica regular de actividad física cotidiana ($n = 2237$) (*Chi-cuadrado* (1) = 62.88; $p < .001$).

Las estudiantes deportistas practican deporte regularmente de forma mayoritaria en un centro deportivo fuera de la universidad (69.2 %), mientras que la gran mayoría de las *no-deportistas* lógicamente no practica deporte (80.9 %) y tan sólo un 10.3 lo hacen esporádicamente en este tipo de centros (*Chi-cuadrado* (3) = 1311.192; $p < .001$).

	Práctica Deportiva				Total grupo
	No practico	SAF UAB	Centro No UAB	Cuenta propia	
Deporte	% fila	% fila	% fila	% fila	% fila
No-Deportistas	80.9%	2.3%	10.3%	6.5%	100.0%
Deportistas	0%	13.9%	69.2%	16.9%	100.0%
Total de grupo	55.4%	6.0%	28.8%	9.7%	100.0%

Tabla 7. Comparación de las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* en cuanto al lugar de práctica deportiva (*Chi-cuadrado* (3) = 1311.192; $p < .001$).

Tal como se ha indicado, una proporción importante del total de alumnas de nuestra muestra tiene antecedentes deportivos, ya que el 63.6% practicaba ejercicio físico de manera regular en el pasado. En la Tabla 8 se puede observar que la media de años anteriores de práctica deportiva es significativamente mayor para las mujeres *deportistas* (3.62 años; DT = 4.52) que para las *no-deportistas* (0.53 años; DT = 2.23) ($F(1) = 470.87$; $p < .001$). Las *deportistas* practican deporte más días por semana (3.42 días; DT = 1.16; $F(1) = 6240.93$; $p < .001$), y cada sesión de práctica dura más minutos (73.17 minutos; DT = 42.15; $F(1) = 1412.06$; $p < .001$) que para las *no-deportistas*. Ya que la media de edad de nuestra muestra es de 21.78 años y que la mayoría de estudiantes entran en la universidad alrededor de los 18 años, se puede suponer que las mujeres *deportistas* (un 31.5 % del total) mantienen esta práctica durante los años de universidad, mientras que la gran mayoría (68.5 % de *no-deportistas*) abandona la práctica deportiva al ingresar en la universidad.

	DÍAS SEMANALES DE PRÁCTICA		MINUTOS POR SESIÓN		AÑOS DE PRÁCTICA DEPORTIVA	
	Media	DT	Media	DT	Media	DT
No-Deportistas	.30	.69	11.92	32.47	.53	2.23
Deportistas	3.42	1.16	73.17	42.15	3.62	4.52
p (ONEWAY)	<.001		<.001		<.001	

Tabla 8. Medias y desviaciones típicas referentes a la práctica deportiva para las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas*. Se especifica la significación del análisis de la variancia (ONEWAY).

Deporte y Salud en las mujeres estudiantes

Hay diferencias significativas entre las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* respecto al seguimiento de una dieta saludable (ver Tabla 9). En concreto, hay un 81 % de *deportistas* que considera que sigue una alimentación saludable, frente a un 76.1 % para las *no-deportistas* (*Chi-cuadrado* (1) = 6.51; $p = .006$). Por otra parte, en la Tabla 10 se puede observar que las *deportistas* fuman menos que las *no-deportistas* (26.4 % y 33 %, respectivamente) (*Chi-cuadrado* (1) = 9.79; $p = .001$). No se observan diferencias entre *deportistas* y *no-deportistas* respecto a las horas diarias de sueño, ya que los dos grupos de estudiantes duermen una media de 7.36 horas diarias (DT=0.85). Finalmente, hay un porcentaje mucho más alto de *deportistas* (86.6 %) que considera que sigue un estilo de vida saludable, en comparación con las *no-deportistas* (64.5 %) (*Chi-cuadrado* (1) = 115.94; $p < .001$) (Tabla 11).

En conclusión, la práctica del deporte parece estar relacionada con un estilo de vida saludable, ya que las mujeres deportistas son más activas en general, tienen una alimentación más saludable, fuman menos y muestran una percepción de salud mayor que las mujeres que no practican deporte de forma regular. Estos resultados están de acuerdo con numerosas evidencias científicas acerca de los beneficios sobre la salud del ejercicio aeróbico regular y sobre los riesgos del sedentarismo. Recordemos que se considera *deportista* a la persona que practica actividades físico-deportivas aeróbicas de forma regular, al menos tres días por semana, en sesiones programadas de una duración mínima de 20 minutos seguidos.

	Dieta Saludable		Total de grupo
	SÍ	NO	
Deporte	% fila	% fila	% fila
No-Deportistas	76.1%	23.9%	100.0%
Deportistas	81.0%	19.0%	100.0%
Total de grupo	77.6%	22.4%	100.0%

Tabla 9. Comparación de las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* en cuanto al seguimiento de una dieta saludable (*Chi-cuadrado* (1) = 6.51; $p = .006$).

	Fumador		Total de grupo
	NO	SÍ	
Deporte	% fila	% fila	% fila
No-Deportistas	67.0%	33.0%	100.0%
Deportistas	73.6%	26.4%	100.0%
Total de grupo	69.1%	30.9%	100.0%

Tabla 10. Comparación de las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* en cuanto al hábito de fumar (*Chi-cuadrado* (1) = 9.79; $p = .001$).

	Estilo de vida		Total de grupo
	Poco saludable	Saludable	
Deporte	% fila	% fila	% fila
No-Deportistas	35.5%	64.5%	100.0%
Deportistas	13.4%	86.6%	100.0%
Total de grupo	28.5%	71.5%	100.0%

Tabla 11. Comparación de las estudiantes *deportistas* y las *no-deportistas* en cuanto al seguimiento de un estilo de vida saludable (*Chi-cuadrado* (1) = 115.94; $p < .001$).

Aplicación de las estrategias de promoción de actividad deportiva y seguimiento

De los alumnos clasificados como *precontempladores* al inicio del estudio ($n=614$) un 90,6% mostró una mejora en la intención de práctica deportiva o realizó pasos decisivos en su inicio o mantenimiento, durante el periodo de un año en que se realizó la intervención. En concreto, un 56,1 % fue clasificado a los 6 meses en un estadio de cambio más positivo que el inicial de *precontemplación* ($n=180$). Al cabo de un año, este porcentaje fue del 62 % ($n=100$). No se observaron diferencias entre géneros en nin-

guno de los dos seguimientos, respecto a los alumnos que se mantuvieron en el mismo estadio inicial de *precontemplación*.

Los resultados de la intervención para los alumnos *precontempladores* indican que en el primer seguimiento (n=180) la estrategia más utilizada fue la consulta de los resultados en la web a partir de la encuesta inicial (40,6%); en segundo lugar, un 15% leyó el artículo publicado en la revista de la universidad; un 8,3% se informó sobre los beneficios del ejercicio físico a través del vídeo didáctico; y un 1,7% se informó a través de las sesiones informativas específicas. En el segundo seguimiento (n=100), las dos estrategias más utilizadas fueron las mismas, ya que la más frecuente también fue la consulta de los resultados en la web a partir de la encuesta inicial o de la segunda encuesta al (47%) y, en segundo lugar, un 13% leyó el artículo publicado en la revista de la universidad. Un 6 % se informó a través de las sesiones informativas específicas; y un 4% se informó sobre los beneficios del ejercicio físico a través del vídeo didáctico.

Quizás no quede justificada una estrategia costosa, especialmente en cuanto a tiempo consumido, como es la confección del vídeo didáctico. No obstante, 81 alumnos manifestaron haber descargado el vídeo de nuestra web, un 22.1 % del total de *precontempladores* (77.8% mujeres, 22.2% hombres). No hay diferencias significativas entre géneros respecto a los alumnos que no descargaron el vídeo. De este 22.1% de personas que descargaron el vídeo, un 61,1 % mantenían la misma actitud que meses atrás en cuanto a la práctica de ejercicio físico, mientras que un 21,1 % cambió a una actitud más positiva y un 17,8 % a cambió a una actitud más negativa.

Los resultados de la segunda encuesta enviada al cabo de seis meses (primer seguimiento; n=180) para los estudiantes *precontempladores* indican la siguiente distribución en cuanto a los estadios de cambio respecto al ejercicio físico: un 43,9% seguían siendo *precontempladores*, un 38,9% pasaron a ser *contempladores*, un 4,4% pasaron a estar *preparados para la acción*, un 6,7% pasaron al estadio de *acción*, y un 6,1 % cambiaron al de *mantenimiento*. En este primer seguimiento se observó una relación significativa entre el cambio de *precontemplación* a un estadio de cambio superior y la actitud que los estudiantes manifestaron hacia el ejercicio físico (Chi-cuadrado₍₂₎ = 21,904; p<.001). Así, de los estudiantes que mantuvieron la misma actitud hacia al ejercicio físico durante estos meses, un 46.4% pasó a un estadio de cambio superior. El porcentaje fue significativamente mayor, de un 89.5%, para aquellos que mostraron una actitud más positiva que meses atrás y que también cambiaron a un estadio superior. En cambio, para los estudiantes que mostraron una actitud más negativa, un 50% cambió a un estadio superior.

Los resultados de la tercera encuesta enviada al cabo de un año (segundo seguimiento; n=100) para los estudiantes *precontempladores* indican la siguiente distribución en cuanto a los estadios de cambio respecto al ejercicio físico: un 38 % seguían siendo *precontempladores*, un 21 % pasaron a ser *contempladores*, un 11 % pasaron a estar *preparados para la acción*, un 16 % pasaron al estadio de *acción*, y un 14% cambiaron al de *mantenimiento*. En este segundo seguimiento también se observó una relación

significativa entre el cambio de *precontemplación* a un estadio de cambio superior y la actitud que los estudiantes manifestaron hacia el ejercicio físico ($\text{Chi-cuadrado}_{(2)} = 33,208; p < .001$). Así, de los estudiantes que mantuvieron la misma actitud hacia al ejercicio físico durante los meses previos, sólo un 38,5 % pasó a un estadio de cambio superior. En cambio, todos los estudiantes (100 %) que mostraron una actitud más positiva que los meses previos cambiaron a un estadio superior. Para los estudiantes que mostraron una actitud más negativa, un 57,1 % cambió a un estadio superior. Estos resultados pueden corroborar los resultados de otros trabajos que sugieren el interés de fomentar una actitud positiva respecto al ejercicio físico, especialmente en los estadios de cambio inferiores como el de *precontemplación*, para favorecer así el paso a estadios superiores.

CONCLUSIONES

En nuestro estudio encontramos sólo un 31.5 % de mujeres estudiantes que practican deporte regularmente, un porcentaje significativamente menor que el 46.1 % de hombres que lo practican. Esto contrasta con el dato, también recogido en nuestro estudio, de que un 63.6 % de mujeres practicaba ejercicio físico de manera regular en el pasado; es decir, tenían antecedentes deportivos antes de entrar en la universidad. Se puede suponer que el 68.5 % de mujeres *no-deportistas* de nuestro estudio ha abandonado la práctica deportiva al ingresar en la universidad.

Para incrementar la práctica deportiva en mujeres universitarias –o para conseguir que no se abandone al ingresar en la universidad–, se necesitan estrategias específicas para los estadios de cambio relacionados con el sedentarismo. Las estrategias para las estudiantes *precontempladoras* deben ir encaminadas al cambio hacia una actitud más positiva respecto al deporte y hacia la intención de practicarlo, que sería el primer paso para ejecutar acciones concretas que llevarían a estadios de cambio superiores, más cercanos al de *mantenimiento*. Parece que la mejor de estas estrategias es ofrecer un *feedback* inmediato sobre la propia autoevaluación y sobre contenidos informativos claros acerca de los beneficios de practicarlo y de los riesgos del sedentarismo. Esta es la utilidad principal que ofrecía la consulta inmediata en la web de resultados, después de cumplimentar cada encuesta.

Por otra parte, la práctica del deporte parece estar relacionada con un estilo de vida saludable, ya que las mujeres *deportistas* son más activas también en general, en la vida cotidiana, presentan una alimentación más saludable, fuman menos y muestran una percepción de salud mayor que las mujeres que no practican deporte de forma regular. La entrevista electrónica aplicada con la rigurosa metodología de nuestro estudio se ha mostrado como una herramienta válida y eficaz para evaluar una comunidad acerca de la conducta deportiva actual, de los estados de cambio para el ejercicio físico, del estado general de salud y de bienestar, y de algunos indicadores para intervenir en la promoción del deporte. En este sentido, la consulta inmediata de los resultados individuales y de contenidos informativos contingentes se ha mostrado como la estrategia más eficaz para fomentar la participación en actividades deportivas.

BIBLIOGRAFÍA

- AZJEN, I.Y FISHBEIN, M. (1980). *Understanding Attitudes and Predicting Social Behavior*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- BANDURA, A. (1986). *Social foundations of Thought and Action: A social cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- BARTHOLOMEW, L. K., PARCEL, G. y KOK, G. (1998). Intervention Mapping: A process for developing Theory- and Evidence- Based Health Education Programs. *Health, Education and Behavior*, 25 (V), 545-563.
- BIRKETT, N.J. (1988). Computer-aided personal interviewing: a new technique for data collection in epidemiologic surveys. *American Journal of Epidemiology*, 127, 684-690.
- BLASCO, T. (1994). *Actividad física y salud*. Barcelona: Martínez Roca.
- BLASCO, T., CAPDEVILA, LL., PINTANEL, M., VALIENTE, L. y CRUZ, J. (1996). Evolución de los patrones de actividad física en estudiantes universitarios. *Revista de Psicología del Deporte*, 9-10, 51-63.
- CAPDEVILA, L. (2005). *Actividad física y estilo de vida saludable*. Girona: Documenta Universitaria.
- DICLEMENTE, C.C.; PROCHASKA, J.O. y FAIRHURTS, S. (1991). The process of smoking cessation: an analysis of precontemplation, contemplation and preparation of stage of change. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 59, 295-304.
- FISHBEIN, M., BANDURA, A. y TRIANDIS, H.C. (1992). *Factors influencing Behavior and Behavior Change: Final Report—Theorist's Workshop*. Rockville, MD: National Institute of Mental Health.
- GENERALITAT DE CATALUNYA, DEPARTAMENT DE SANITAT I SEGURETAT SOCIAL. (2002), *Pla de Salut de Catalunya*. Barcelona: Generalitat de Catalunya.
- JONES, D.A., AINSWORTH, B.E. y CROFT J.B. (1998). Moderate-Leisure-Time Physical Activity: Who is meeting the Public Health Recommendations? A national Cross-Sectional Study. *Archives of Family Medicine*, 7, 285-289.
- KANN, L., KINCHEN, S.A.; WILLIAMS, B.I.; ROSS, J.G.; LOWRY, R. y HILL, C.V. (1998). Youth Risk Behavior - United States 1997. *Morbidity and Mortality Weekly report*, 47 (No SS-3) 1-89.

- KINSEY, S. y JEWELL, D. (1998). A Systematic Approach to Instrument Development in CAI. In Couper, M.P. et al. (Ed.): *Computer Assisted Survey Information Collection*. New York: Wiley.
- LEE, I. y Paffenbarger, R.S. (1998), *Physical activity and stroke incidence: the Harvard Alumni Health study (2049-2054)*. Boston: Harvard School of Public Health.
- LEPKOWSKI, J. (1998). Mode, Behavior, and Data Recording Error. In Couper, M.P. et al. (Ed.): *Computer Assisted Survey Information Collection*. New York: Wiley.
- MARCUS, B., COLE, S.J., FORSYTH, L.H. y BLAIR, S. (2003). Motivating People To Be Physically Active. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- MARCUS, B.H., SIMKIN, H.R. y ROSSI, J.S. (1996). Longitudinal shifts in employees' stages and processes of exercise behavior change. *American Journal of Health Promotion*, III, 10, 195-200.
- MARCUS, B.H.; ROSSI, J.S. y SELBY, V.C. (1992). The stages and processes of exercise adoption and maintenance in worksite sample. *Health Psychology*, VI, 11, 386-395.
- OWEN, N.; BAUMAN, A. y BOOTH, M. (1998). Serial mass-media campaigns to promote physical activity: reinforcing or redundant?. *American Journal of Public Health*, II, 85, 244-248.
- PINTANEL, M. y CAPDEVILA, LL. (1999). Una intervención motivacional para pasar del sedentarismo a la actividad física en mujeres universitarias. *Revista de Psicología del Deporte*, 8, 53-66.
- PROCHASKA, J.O.; DICLEMENTE, C.C. y NORCROSS, J.C. (1992). In search how people change: applications to addictive behaviors. *American Psychologist*, IX, 47, 1102-1114.
- SALLIS, J.F. y HOVELL, M.F. (1990). Determinants of exercise behavior. *Exercise and Sport Science Reviews*, 18, 307-330.
- SARIS, W.E. (1991). *Computer-assisted interviewing*. Newbury Park, California: SAGE Publications, Inc. U.S. Department of Health and Human Services. (1999). *Promoting physical activity. A guide for community action*. Champaign, Il.: Human Kinetics.
- U.S. Department of Health and Human Services (1999). *Promoting physical activity. A guide for community action*. Champaign, Il.: Human Kinetics.
- WARE, J.E, KOSINSKI, M. y KELLER, SD. (1996). A 12-Item Short-Form Health Survey: construction of scales and preliminary tests of reliability and validity. *Medicine Care*, 34, 220-33.
- WARE, J.E., KOSINKI, M., TURNER-BOWKER, D.M. y GANDEK, B. (2002). *How to score Version 2 of the SF-12 Health Survey*. Lincoln, Rhode Island: QualityMetric Incorporated.

ANEXOS



ANEXO 1

Autoinforme del Estadio de Cambio para la Actividad Física (AECAF)

Instrucción: Lee las siguientes definiciones antes de contestar las preguntas.

Actividad física **MODERADA**: Son actividades cotidianas que implican cierto nivel de esfuerzo físico y que no están estructuradas en sesiones específicas con una planificación concreta. Por ejemplo, andar como medio de desplazamiento, hacer jardinería o *bricolage*, o realizar tareas domésticas duras.

Actividad física moderada **REGULAR**: la actividad es regular si se acumulan actividades moderadas en un tiempo total de 30 ó más minutos por día y se realiza al menos 5 días por semana.

Instrucción: Para cada cuestión, marcar SI o NO.

1. Actualmente estoy realizando **actividad física moderada** (alguna actividad que implique cierto nivel de esfuerzo físico). SÍ NO
2. Durante los próximos seis meses, intentaré aumentar mi participación en **actividades físicas moderadas** (alguna actividad que implique cierto nivel de esfuerzo físico). SÍ NO
3. Actualmente estoy realizando **actividad física moderada** de forma **regular** (actividades que impliquen cierto nivel de esfuerzo físico, al menos, 30 minutos por día y 5 días por semana). SÍ NO
4. Durante los últimos seis meses, he estado participando en **actividades físicas moderadas** de forma **regular** (actividades que

impliquen cierto nivel de esfuerzo físico, al menos, 30 minutos por día y 5 días por semana). SÍ NO

5. En el pasado, antes de los últimos 6 meses, estuve participando en **actividades físicas moderadas** de forma **regular**, durante al menos tres meses (actividades que impliquen cierto nivel de esfuerzo físico, al menos, 30 minutos por día y 5 días por semana). SÍ NO

Instrucción: Contesta las siguientes cuestiones, indicando un 0 (cero) si no estás realizando **actividad física moderada**.

6. ¿Cuántos días por semana realizas **actividad física moderada**? __ días/semana

7. Aproximadamente, ¿cuántos minutos por día realizas **actividad física moderada**?(en los días que la realizas) __ minutos/día

8. ¿Cuánto tiempo hace que estás realizando sin interrupción la **actividad física moderada** actual? __ días/semana __ años, __ meses

(Fuente: USDHHS, 1999).

ANEXO 2

Autoinforme del Estado de Cambio para el Ejercicio Físico (AECEF)

Instrucción: Lee las siguientes definiciones antes de contestar las preguntas.

Ejercicio físico: Son actividades físicas vigorosas que implican esfuerzo, realizadas a una intensidad suficiente como para sudar o experimentar fatiga, y que están estructuradas en sesiones específicas, habitualmente con una planificación concreta. Por ejemplo, hacer *footing*, nadar, ir en bicicleta, practicar algún deporte, o realizar sesiones de esfuerzo físico en algún gimnasio o club.

Ejercicio físico REGULAR: consideramos el ejercicio como regular cuando se practica en sesiones específicas de un tiempo total de 20 ó más minutos seguidos por día y se realiza al menos 3 días por semana.

Instrucción: Para cada cuestión, marcar SI o NO.

1. Actualmente estoy practicando **ejercicio físico**. SÍ NO

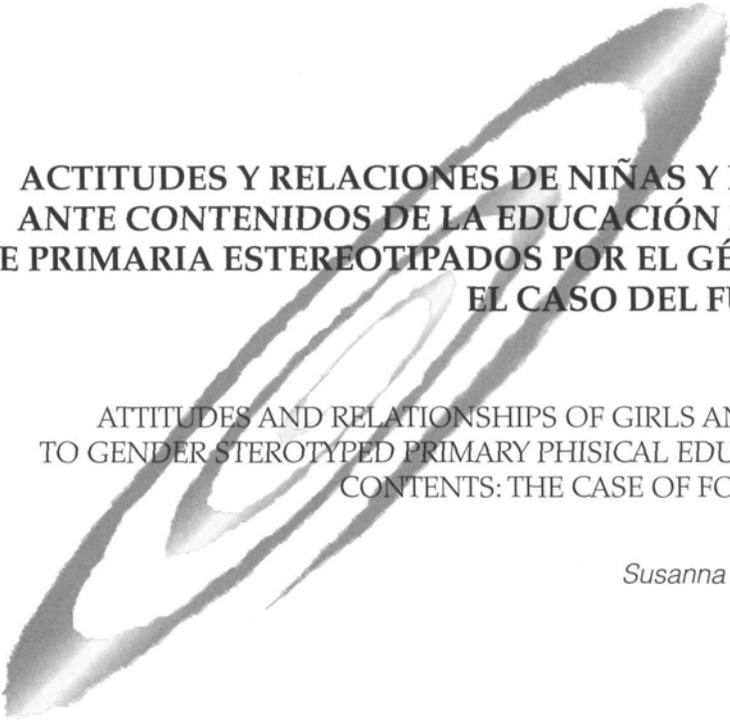
2. Durante los próximos seis meses, intentaré aumentar mi práctica de **ejercicio físico**. SÍ NO

3. Actualmente estoy practicando **ejercicio físico** de forma **regular** (al menos, 20 minutos por día y 3 días por semana). SÍ NO
4. Durante los últimos seis meses, he estado practicando **ejercicio físico** de forma **regular** (al menos, 20 minutos por día y 3 días por semana). SÍ NO
5. En el pasado, antes de los últimos 6 meses, estuve practicando **ejercicio físico** de forma **regular** durante al menos tres meses (al menos, 20 minutos por día y 3 días por semana). SÍ NO
-

Instrucción: Contesta las siguientes cuestiones, indicando un 0 (cero) si no estás practicando **ejercicio físico**.

6. ¿Cuántos días por semana practicas **ejercicio físico**? días/semana
7. Aproximadamente, ¿cuántos minutos por día practicas **ejercicio físico**?(en los días que lo practicas) minutos/día
8. ¿Cuánto tiempo hace que estás practicando sin interrupción el **ejercicio físico** actual? años, meses
-

(Fuente: USDHHS, 1999).



**ACTITUDES Y RELACIONES DE NIÑAS Y NIÑOS
ANTE CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA
DE PRIMARIA ESTEREOTIPADOS POR EL GÉNERO:
EL CASO DEL FÚTBOL**

ATTITUDES AND RELATIONSHIPS OF GIRLS AND BOYS
TO GENDER STEROTYPED PRIMARY PHISICAL EDUCATION
CONTENTS: THE CASE OF FOOTBALL

Susanna Soler Prat

Dirección para correspondencia:

Susanna Soler Prat

Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya – Barcelona

Avinguda de l'estadi, s/n

08038 Barcelona

Tel.: 93 425 54 45

Fax: 93 426 36 17

E-mail: ssoler@gencat.net



Susanna Soler Prat

Licenciada en Educación Física y en Historia. Diploma de Estudios Avanzados en el doctorado "Actividad Física y Deporte" de la U. de Barcelona.

Profesora de "Tratamiento de la multiculturalidad y el género en la actividad física y el deporte" y "Mujer y deporte. Aspectos sociales y éticos", en el INEFC de Barcelona.

Coordinadora del grupo de investigación interuniversitario "Valors en Joc" (UAB-INEFC) y miembro del "Grup d'Estudi de Dona i Esport" (GEDE), del INEFC de Barcelona.

RESUMEN:

La Educación Física es una de las áreas educativas donde el sexismo y la reproducción de los estereotipos tradicionales de género se hace más visible. Sin embargo, los cambios que se están produciendo en el sistema deportivo, y la llamada "individualización del género" que se observa en la sociedad actual, nos llevan a plantearnos si es posible que la Educación Física también sea un espacio para el cambio de los modelos dicotómicos y sexistas de género.

Para abordar la cuestión, en este capítulo se describen las múltiples relaciones de género que se producen en las clases de Educación Física con más carga de género, como son las sesiones en que el contenido principal es el fútbol.

En su conjunto, se observa cómo al mismo tiempo que se encuentran situaciones de clara discriminación para la mayor parte de las niñas -y también para algunos niños-, también se pueden encontrar comportamientos y actitudes que denotan la resistencia al modelo deportivo hegemónico o bien la ruptura de los modelos de género tradicionales.

Palabras clave:

Educación Física; género; reproducción; cambio; resistencia; fútbol.

Abstract:

Physical education is one of the educational areas where sexism and the reproduction of traditional gender stereotypes become especially visible. Nevertheless, the changes taking place in the sports system, and the so-called process of "gender individualization" which can be observed in our present-day society, makes us wonder if Physical Education is also a good context in which to change the dichotomous and sexist gender models. To tackle this question, the present chapter describes the multiple gender relations that take place in the Physical Education classes with the greatest gender implication, like sessions of football as an initiation to sport. On the whole, it can be seen

that at the same time as creating situations of evident discrimination for girls -and also for some boys-, there are also behaviours and attitudes that denote resistance to the hegemonic sport model or the rupture of the traditional gender models.

Keywords:

Physical Education; Gender; Reproduction; Change; Resistance, Football.

* En este capítulo se desarrollan y amplían algunos de los datos presentados en la conferencia "Entre la reproducción y el cambio en la educación física", presentada en las Jornadas Mujer y Deporte celebradas en Madrid en octubre del 2005.

ACTITUDES Y RELACIONES DE NIÑAS Y NIÑOS ANTE CONTENIDOS DE LA EDUCACIÓN FÍSICA DE PRIMARIA ESTEREOTIPADOS POR EL GÉNERO: EL CASO DEL FÚTBOL



INTRODUCCIÓN

Con ocasión del Congreso "Mujer y Deporte", celebrado en Bilbao en el año 2002, se distribuyó un cartel de promoción muy explícito y perspicaz. Se trata tan sólo de unas piernas, sin mostrar la parte superior del cuerpo, de modo que no se sabe si son las piernas de un niño o de una niña. Además, estas piernas están equipadas de forma distinta: una con una zapatilla de ballet y otra con una bota de fútbol. Probablemente, y aunque no sea muy científico decirlo, esa imagen caló mucho más en mí - y la recuerdo más claramente - que muchas de las conferencias que allí se presentaron (sin duda, he crecido en una cultura predominantemente iconográfica...). En una sola imagen se logra romper con algunos de los estereotipos de género más tradicionales. Se representa claramente cómo ninguna actividad corresponde sólo a niñas o sólo a niños, y cómo el hecho de que practicar una actividad no excluye la posibilidad de practicar la otra.

Este cartel me ha acompañado durante estos últimos tres años, y junto con mi experiencia como niña y adolescente aficionada al deporte, así como jugadora y entrenadora de equipos infantiles femeninos de fútbol-sala desde los 16 años, me ha llevado a preguntarme si es posible llegar a esta llamada "deconstrucción del género" desde la Educación Física y, si es así, hasta dónde y cómo.

Varios estudios sobre las relaciones de género en la Educación Física y el juego en España, realizados a lo largo de la última década, señalan que generalmente se siguen reproduciendo los estereotipos tradicionales y que las interacciones entre niños y niñas siguen siendo desiguales (Bonal, 1998; García y Asins, 1995; Makazaga, Llorente y Kortabitarte, 2001; Martínez Álvarez y García Monje, 2002; Tomé y Ruiz, 1996; Vázquez, Fernández y Ferro, 2000; Vázquez, 1990; Vázquez y Álvarez, 1991). Sin embargo, desde un punto de vista sociológico, se observa que paralelamente a los procesos de reproducción de los modelos tradicionales, también se está desarrollando un proceso de "individualización" del género en el deporte (Martín, 2003; Puig, 2000). ¿Cómo se refleja esta situación en las clases de Educación Física?

Entre el conjunto de contenidos que se imparten en la Educación Física en educación primaria se encuentran actividades que conllevan una importante carga cultural de género. En un mismo curso, por ejemplo, se puede encontrar una unidad didáctica de fútbol y otra de danzas, de modo que tanto niños como niñas deben realizar todo tipo de prácticas. Así pues, la escuela puede jugar un importante papel, ya sea en la reproducción de los modelos tradicionales o bien promoviendo la transformación de éstos.

Ante estas circunstancias: ¿Cómo responden los alumnos y las alumnas a estas propuestas? ¿Cómo plantea los diferentes contenidos el profesorado? ¿Las relaciones entre niños y niñas son equitativas en los diferentes contenidos? En definitiva: ¿Se facilita la superación y el cambio de los estereotipos tradicionales de género o se siguen reproduciendo?

Para indagar sobre éstas cuestiones se optó por la realización de un estudio sobre aquellas clases de Educación Física en las que se desarrolla uno de los contenidos más estereotipados del currículum: el fútbol como pre-deporte (o en su ausencia, el baloncesto, ya que es uno de los pre-deportes más frecuentes en las programaciones de Educación Física en educación primaria).

PLANTEAMIENTO TEÓRICO: LA COMPLEJA SITUACIÓN ENTRE LA REPRODUCCIÓN Y EL CAMBIO

A lo largo de la historia, la Educación Física ha sido especialmente permeable a los cambios e innovaciones que se han ido dando en el marco deportivo. Las actividades, así como los valores y normas que se desarrollan en el ámbito del deporte, en muchas ocasiones se acaban introduciendo también en la Educación Física, cuyos contenidos, tal y como señalan Martínez Álvarez y García Monje (2002), también están “radicalmente influenciados” por las representaciones de género propias de cada momento.

Por otra parte, la Educación Física ha ido cambiando siguiendo la evolución que se ha dado en el sistema educativo, de modo que se ve también influenciada por la cultura escolar y los valores que predominan en la escuela en general. Así pues, para comprender las relaciones de género en la Educación Física se debe analizar los dos sistemas culturales en los que se encuentra entrecruzada: el sistema deportivo, por un lado, y el sistema educativo, por el otro.

Desde el ámbito escolar, Bonal (1998) advierte que en el patio de juegos, en el que habitualmente el profesorado interviene muy poco, se reproducen las relaciones sexistas. Este hecho, según el mismo autor, se debe a la desigualdad en la distribución de los recursos y del espacio, así como a la incorporación de actitudes y valores diferentes que favorecen la definición de las culturas de género y la jerarquía entre el ámbito femenino y el masculino. Se pone en evidencia, en definitiva, la distinta valoración del tipo de juegos, ya que el fútbol –considerado una actividad *masculina*– tiene una consideración social mucho más alta que, por ejemplo, saltar a la cuerda –considerada como una actividad femenina. De este modo, como dicen Tomé y Ruiz (1996), el

espacio de juegos -que es el mismo en el que trabaja el profesorado de Educación Física y en el que se practican algunas de las actividades que se enseñan en nuestra área- se convierte en un auténtico "escenario de relaciones de poder".

Makazaga, Llorente y Kortabitarte (2001) y Vázquez, Fernández y Ferro (2000), por su parte, exponen cómo en el propio desarrollo de las clases de Educación Física el comportamiento del alumnado y las creencias del profesorado siguen siendo muy estereotipadas, generándose en muchas ocasiones situaciones de desigualdad (en la distribución del espacio y del material, en el número de interacciones a niños y niñas, en el tipo de estrategias didácticas que se proponen, etc.).

Sin embargo, entendemos que el análisis del sexismo que se sigue produciendo en la Educación Física, la escuela y el deporte ya no es suficiente para comprender y explicar una realidad cada vez más compleja y diversa. Hall (1996), ante la perspectiva de encontramos ante una nueva era teórica, señala la necesidad de emprender nuevas perspectivas de análisis. Según Hall, después de los estudios centrados en la reproducción de las relaciones de género en el deporte, en los que la mujer asume un papel de subordinación, también es necesario poner el punto de mira en el deporte como espacio de resistencia y transformación.

En esta línea, Scraton, Fasting, Pfister, Vázquez y Buñuel (2000), en su estudio internacional sobre mujeres futbolistas, parten de la consideración del individuo como agente de cambio y no sólo como agente pasivo. Coincidiendo con Hall, estas autoras observan cómo el énfasis investigador ha tomado nuevos enfoques, de modo que actualmente se analiza también el deporte como un mecanismo que puede dar confianza y fortalecer a las mujeres (Birrell y Theberge, 1994; Whitson, 1994), y en el que también entran como objeto de estudio las vivencias de los hombres y las diversas masculinidades en el deporte (Messner y Sabo, 1990), así como las diferencias entre las mujeres en relación a la edad, clase, identidad étnica, sexualidad y discapacidad (Dewar, 1994), entre otros aspectos.

Desde el ámbito educativo, también nos encontramos entre los planteamientos de la escuela como agente socializador que reproduce los modelos de género tradicionales, por un lado, y los planteamientos que tienen en cuenta el papel activo del profesorado como agente de cambio y los mecanismos de resistencia a los modelos impuestos del alumnado (Giroux, 1997, *crf.* en Koka, 2004), por el otro lado.

Bajo la primera perspectiva, Subirats y Brullet (1988) pusieron claramente en evidencia como la simple implantación de la educación mixta en España no había implicado la superación de las desigualdades y la reproducción de los estereotipos tradicionales de género. Sin embargo, en los últimos años se han extendido los estudios que consideran que la escuela no tiene tan sólo un sentido determinista, sino que cada situación, en la que intervienen conjuntamente el maestro o maestra y el alumnado, puede contribuir tanto al mantenimiento de las normas, convenciones, etc. como al cambio. En esta perspectiva de trabajo, y dentro del ámbito de la Educación Física propiamente, Wright (1995)

y Ronholt (2002) señalan que el aprendizaje depende de cómo sean las estructuras y el tipo de interacciones que se ponen en acción en cada momento. Esta misma autora destaca que el aprendizaje no está determinado únicamente por el planteamiento didáctico del profesorado, ya que hay muchos factores que lo influyen, y además, si se preocupa de ello, el maestro o maestra puede cambiar los discursos en el transcurso de la práctica.

Por esta razón, es necesario analizar la Educación Física desde dos perspectivas simultáneamente: como espacio de reproducción y perpetuación de los modelos tradicionales de género, y también como espacios de resistencia y cambio de estos modelos hegemónicos. En el esquema 1 se dibuja la compleja red de situaciones e interacciones que se pueden derivar de este planteamiento teórico ambivalente y contradictorio, en la que intervienen conjuntamente el alumnado y el maestro o maestra. Las diversas circunstancias que pueden resultar de esta compleja red y que, aunque aparentemente opuestas, se pueden dar simultáneamente, son las siguientes:

1. Contradicción entre las creencias, discursos y actuaciones del maestro o maestra.

El maestro o maestra manifiesta verbalmente una postura favorable a los planteamientos coeducativos, de la igualdad de oportunidades entre niños y niñas, y de la ruptura de los estereotipos tradicionales, pero su práctica diaria y sus creencias (currículum oculto) no va en consonancia.

2. Comportamientos e interacciones de los niños y niñas dispares.

Dentro del grupo-clase se encuentran sujetos con una forma de actuar y relacionarse muy diversa. En algunos casos mostrando actitudes y comportamientos favorables al cambio y al respeto mutuo, y en otros mostrando gestos y acciones que suponen una auténtica presión e incluso exclusión de la actividad.

3. Resistencia a cambiar el modelo tradicional: conflicto D – A (Docente – Alumnado).

Situación en que el maestro o maestra pretende favorecer el cambio, pero la mayoría del grupo-clase tiende a la reproducción, resistiéndose a un cambio del modelo tradicional de esa práctica. Esta resistencia conlleva un conflicto entre docente y alumnado.

4. Resistencia a aceptar el modelo tradicional: conflicto A – D.

Situación en la que parte del alumnado se resiste a adoptar el modelo tradicional de la práctica en cuestión. Esta resistencia conlleva también un conflicto entre alumnado y docente si éste persiste en el modelo tradicional.

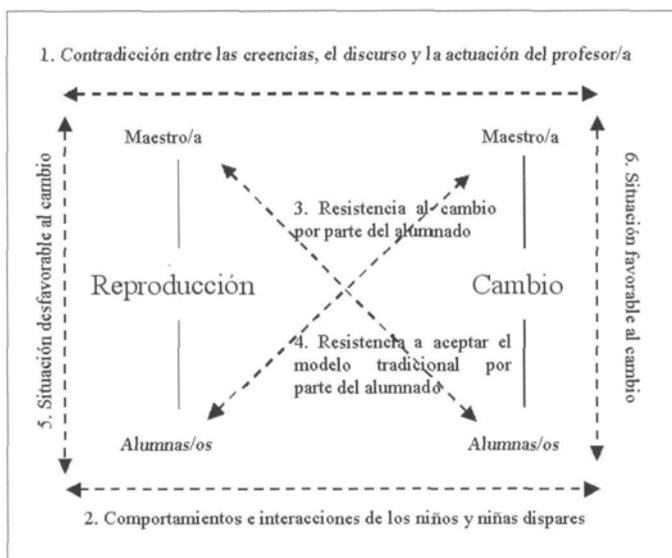
5. Situación desfavorable al cambio.

Situación en la que tanto el maestro o maestra como el alumnado reproducen uniformemente las pautas culturales de género tradicionales.

6. Situación favorable al cambio.

Situación en la que tanto la maestra o maestro como el alumnado tienden a superar y cambiar las pautas culturales de género tradicionales.

LA COMPLEJA SITUACIÓN ENTRE LA REPRODUCCIÓN Y EL CAMBIO



Fuente: Elaboración propia.

Gráfico 1

METODOLOGÍA

Para comprender esta compleja situación, y como plantean Wright (1995) y Evans, Davies y Penney (1996), se optó por un estudio de casos en el que se realizó la observación participante y sistemática de varias clases de Educación Física de tercer ciclo de educación primaria, con niños y niñas entre 10 y 12 años. Se pretende así centrar el estudio en el contexto micro, en el día a día de lo que sucede en las clases. La selección de los casos a estudiar se realizó a partir de un muestreo de casos típicos (Heinemann, 2003), de modo que los ocho casos del estudio recogen una muestra heterogeneidad representativa de la variedad de aspectos que se considera que influyen en el fenómeno estudiado (Latorre, del Rincón y Arnal, 1996). Se tuvieron en cuenta, pues, aspectos relacionados con el profesorado, el tipo de centro, y el alumnado. Finalmente, la muestra de estudio ha sido de ocho docentes*, cuatro mujeres y cuatro hombres -de diversa edad y experiencia-, que trabajan en centros de distinto nivel socio-económico, tanto de titu-

* Todos los nombres del estudio son pseudónimos para garantizar su anonimato.

laridad pública como concertada, ubicados en cuatro ciudades medianas Cataluña, y en los que encontramos diferentes porcentajes de inmigración.

Identificación	Características del profesorado			Características del centro	Características del alumnado	
	Sexo	Edad	Experiencia	Titularidad del centro	Entorno socio-económico	% de inmigración
Escuela A – Fina	Mujer	38	+ de 5 años	Público	Bajo	+/- 20 %
Escuela B – Marta	Mujer	25	- de 5 años	Público	Medio	- 10 %
Escuela C – Marina	Mujer	42	+ de 5 años	Concertado	Alto	Sin presencia
Escuela D – Montse	Mujer	24	- de 5 años	Concertado	Medio - Alto	Sin presencia
Escuela E – Fernando	Varón	40	+ de 5 años	Público	Bajo	+ 70 %
Escuela F – Marc	Varón	27	- de 5 años	Público	Medio - Bajo	+/- 20 %
Escuela G – Pol	Varón	30	+ de 5 años	Concertado	Alto	Sin presencia
Escuela H – Jordi	Varón	38	+ de 5 años	Público	Medio - alto	Sin presencia

Tabla 1. Participantes y escenario del estudio.

Una vez acordada la entrada en las clases con el profesorado, la investigadora y una especialista en medios audiovisuales realizaron la observación participante y las filmaciones correspondientes. Así se analizaron trece clases de pre-deporte (nueve sesiones de fútbol y cuatro de baloncesto), que corresponden a unas dieciséis horas de filmación.

El registro anecdótico, tomado el mismo día de la sesión, y la observación sistemática mediante los vídeos han permitido describir detalladamente las diversas escenas de clase y todo aquello que se consideró relevante para el estudio. Para llevar a cabo este análisis cualitativo de lo sucedido, se establecieron las siguientes dimensiones de estudio:

- La organización de la tarea: grupos que se forman, y cómo se distribuyen el espacio, el material y el tiempo de práctica, ya sea a propuesta del profesorado o por iniciativa propia de los niños y niñas.
- Las formas de relación entre el alumnado.
- La interacción entre el alumnado y el maestro o maestra.
- La respuesta del alumnado a la tarea: recogiendo elementos de los aspectos anteriores e incluyendo comportamientos específicos que indiquen una respuesta favorable o en contra a la realización de la tarea.

Además, se creó también un espacio donde recoger las observaciones, dudas y posibles explicaciones de lo sucedido que la investigadora consideraba oportunas. La interpretación de los resultados de cada una de estas dimensiones ha permitido describir las diversas relaciones de género que se suceden en las clases de pre-deporte y las actitudes de niñas y niños ante este tipo de propuestas.

DISCUSIÓN Y RESULTADOS: LAS MÚLTIPLES RELACIONES DE GÉNERO

En las clases de Educación Física en las que el contenido principal es algún deporte se dan una serie de circunstancias que denotan como las relaciones de género que se dan en ellas pueden ser increíblemente variadas al mismo tiempo que interdependientes. Sin embargo, para su descripción, se hace necesario organizar el relato de alguna manera, de modo que se ha estructurado este apartado mediante dos grandes bloques. En el primero se presentan las situaciones en las que se reproducen los roles tradicionales de género o bien comportan una resistencia a cambiar el modelo hegemónico. En el segundo, se tratan las situaciones que implican una resistencia a asumir este modelo hegemónico además de otras que ni si quiera encajan en él.

Una carga cultural difícil de deconstruir. Las resistencias a cambiar el patrón...

Como ya se ha señalado, los diversos estudios sobre el sexismo en la Educación Física y la escuela en general exponen cómo las relaciones entre niños y niñas en los juegos, y especialmente en aquellos con una carga cultural masculina más fuerte, siguen siendo desiguales y se mantiene un comportamiento bastante estereotipado (Bonafant, 1998; García y Asins, 1995; Makazaga, Llorente y Kortabitarte, 2001; Martínez Álvarez y García Monje, 2002; Tomé y Ruiz, 1996; Vázquez, Fernández y Ferro, 2000; Vázquez, 1990; Vázquez y Álvarez, 1991).

El profesorado, por su parte, también sigue con unas creencias y expectativas de género tradicionales, de modo que a pesar que se cambien las formas y se sea consciente de la situación de desigualdad, a menudo se hace presente un currículum oculto muy resistente al cambio que puede llegar a ser mucho más potente que el currículum manifiesto (Vázquez y Álvarez, 1991). A continuación se describen estas circunstancias.

La exclusión del juego: en los márgenes

En prácticamente todas las sesiones observadas, ya sea al principio de la sesión o al final, se han planteado juegos globales en los que participa toda la clase conjuntamente. En estos juegos, a pesar de las indicaciones o consignas del profesorado a favor de las actitudes de colaboración y participación, la mayor parte de los niños intervienen en muchas más ocasiones (una media de 5 por niño) que la mayoría de las niñas (una media de 2 por niña). En esta situación de competición explícita, los niños parecen ignorar completamente a las niñas, especialmente a aquellas menos hábiles, llegando incluso a robar el balón a una compañera del propio equipo, tal y como hace Carlos a Mireia en la sesión 11 (Escuela G). Para participar realmente en la lógica del juego, las niñas deben "ganarse" el balón robándolo o siendo rápidas a la hora de recogerlo para sacar de banda.

Por otra parte, en aquellas ocasiones en las que el maestro o maestra da más autonomía al grupo en la propia organización de la actividad, en estos juegos son los niños

quienes toman la iniciativa y las decisiones. En la escuela G, por ejemplo, el maestro ha propuesto a la mitad del grupo que se organice para jugar un partido de fútbol. Los niños empiezan rápidamente a acordar las normas a seguir (los límites del terreno de juego, la distribución de los equipos, qué pelota es mejor utilizar, etc.). Mientras, las niñas van charlando en un grupo aparte sin ánimo tampoco de intervenir en esta toma de decisiones que afectan al juego.

Ante esta situación, a aquellas niñas interesadas en jugar les parece que no sólo deben competir con el equipo contrario, como es habitual, sino también con los niños de su propio equipo, tal y como denota uno de los comentarios que se oyen durante la primera clase de Fernando entre una niña a otra que le ha pasado un balón a un compañero y no a ella: *"No, a un niño no!"* (Sesión 7: Escuela E). Se busca, así, la solidaridad entre compañeras.

En definitiva, se observa cómo los niños y niñas menos hábiles quedan claramente aparte y, además, aquellas niñas más hábiles deben ganarse la posibilidad de intervenir a pulso. Como señalan Martínez Álvarez y García Monje (2002), si se mira a los márgenes, se observa que no todo el mundo disfruta.

Ante estas circunstancias, el maestro o maestra acostumbra a insistir a los niños en que tienen que pasarla y a las niñas que tienen que moverse.

"Montse (a todo el grupo): ¿Creéis que las pasadas han sido iguales? Es decir, ¿creéis que Dani ha tocado el balón tantas veces como Paula? ¿Todo el mundo está de acuerdo en que no?"

Varios: No... Si

(...)

Montse (a todo el grupo): Hay dos cosas importantes. La primera... quizás la persona no estaba muy bien situada en su posición, la segunda, aunque sepamos que hay gente de nuestro equipo que no es muy hábil, que quizás no es tan bueno como el otro que lleva mil años jugando a fútbol, o a básquet, y lleva mucho tiempo haciendo deporte, igualmente Jose, porque todos tenemos el derecho a jugar...

Jose (a Montse): Mira, la Palmira se ponía en medio de la gente y no se la podía pasar...

Montse (a todo el grupo): Bueno, poco a poco iremos aprendiendo a colocarnos para que nos la puedan pasar... Lógicamente... –Y dirigiéndose a Sofía: También yo he visto muchas veces a Sofía muy cerca de la persona que tiene el balón, y por ejemplo, si yo tengo el balón y tu estás enfrente, estás muy cerca, pero en medio hay gente y es mejor que estés lejos."

Makazaga, Llorente y Kortabitarte (2001) señalan que este tipo de sermones es una de las estrategias habituales del profesorado para compensar las desigualdades y así conseguir que las chicas obtengan unos determinados resultados, si bien estos se establecen bajo los cánones más androcéntricos: dominar la técnica y táctica del juego, marcar goles o conseguir puntos, etc. Con este discurso, el profesorado da a entender que lo más importante es llegar a dominar estas habilidades, de modo que son las carencias básicamente de las niñas las que se tienen que "resolver", ignorando el resto de aspectos a trabajar del potencial de una persona.

Además, no se tiene en cuenta que la actuación pasiva de algunas niñas, y también de algunos niños, no solo puede venir condicionada por el desconocimiento técnico de la acción, sino por el tipo de relaciones que se establecen durante la práctica del ejercicio, tal y como vemos a continuación.

La presión al jugar: perdiendo la confianza

A la exclusión e ignorancia de las aportaciones de la mayoría de las niñas se añade el hecho que cuando las niñas intervienen en el juego, a menudo reciben una intensa **presión** y **exigencia** para que realicen la acción que el resto del grupo espera: "*Rápido Carmen! - Para que sacara de fuera de banda.*" (Sesión 7: Escuela E). Se crea así un clima poco adecuado para el aprendizaje ya que buena parte de las niñas no tienen la tranquilidad ni el tiempo necesario para aprender a realizar la acción correctamente. Encontramos diversas formas de presión.

Si la acción no ha sido adecuada, pueden oír duros **reproches**. En la escuela E (Sesión 7), se ve como Sandra recibe graves insultos por su error al hacerse gol en propia portería tanto por parte de un compañero como de una compañera. En la escuela A, Miguel es muy exigente con su compañera de equipo en el partido de dos por dos, Laura, a quién le dedica comentarios como: "*Laura, ¿sabes con quién vas?*"; o bien, después de chutar fuera: "*¡Allí no! ¿Es que no lo ves?*".

Junto con los reproches y exigencias, en otros casos vemos situaciones en que los niños no muestran intención de jugar con sus compañeras, mostrándoles un claro **menosprecio** como contrincantes, o bien **ridiculizan** sus acciones o las hacen pasar por alguna situación de **humillación**.

En la escuela C (Sesión 4), por ejemplo, uno de los equipos -formado por cinco niñas y un niño- pasa un buen mal rato al estar más de cinco minutos sin conseguir tocar con el balón a alguno de los seis niños que forman el equipo contrincante y que no dejan de burlarse con expresiones de "ole" o incluso tumbándose en el suelo, mostrando una gran prepotencia.

En otro caso, en la escuela A (Sesión 1), la clase se ha dividido en cinco grupos mixtos que van siguiendo un circuito de juegos y habilidades de fútbol. En la estación en que se debe chutar penaltis de forma rápida, se observa lo siguiente:

“Ahora es Montse quién tiene que chutar (Laura sí que ha pasado al final de la cola) y aunque su disparo es muy flojo, Miguel no hace nada para detenerlo y deja que la pelota entre a portería, de modo que ahora espera en tensión el disparo de Ramón..

(...)

El segundo grupo es el que componen Iván, Fernando, Fina y Noe. Al cabo de un rato, Iván indica a Fina que vuelva a chutar y ella, aunque no comprende muy bien porque su compañero quiere que vuelva a chutar, prepara el balón. En esta ocasión, sin embargo, Iván se tumba en el suelo, insistiendo a Fina que chute. Ésta lo hace, y le sale un disparo raso, por el suelo, de forma que Iván acaba parando el chute. Con una sonrisa, Iván se levanta y pasa al balón a Fernando que es el siguiente, y Fina, con cara de resignación, va a ponerse de portera, aceptando el hecho de que incluso con su compañero tumbado en el suelo no ha conseguido marcar gol. Ahora es Noe quién debe chutar, Iván le aguanta el balón con el pie (para que no se mueva), pero Noe le dice que no lo haga y él saca el pie. Pero justo cuando va a impactar con el balón, Iván hace un gesto de espanto, de modo que Noe chuta muy flojo aunque ha tomado mucha carrera. Iván se ríe exageradamente.”

Como hemos visto en esta escena, también se observan situaciones en que algunos niños hacen gestos de **intimidación** hacia las niñas, o bien muestras de **agresividad**, que las apartan de la zona de acción. En la escuela A (Sesión 1), Miguel molesta en diversas ocasiones a sus compañeras:

“Durante la pausa, Miguel se acerca a la estación donde Rosa va haciendo los zig-zag, y sin contemplaciones, le chuta el balón, alejándolo al otro extremo del gimnasio. Rosa va a buscarlo, y él vuelve a prestar atención a su partido, sin más.”

En la escuela G (Sesión 11), un balonazo de Javier lanzado intencionadamente a Fermín que da pie a una persecución entre los dos hace que Bruna se aparte y se esconda detrás de una compañera hasta que el maestro resuelve el conflicto.

Por otra parte -si bien en muchas ocasiones es accidentalmente- a menudo hay **golpes**, no deseados, causados por choques o impactos del balón, que apartan de las zonas más dinámicas a quienes los reciben.

Todas estas circunstancias generan un clima que roza prácticamente la violencia y que, sin duda, necesita una atención mucho más amplia en nuevos estudios. Además, en este contexto es probable que algunas niñas se convenzan que no saben jugar, considerando incluso que lo mejor para el equipo, y para ellas, es que no intervengan demasiado, auto excluyéndose ellas mismas, ya que tienen la convicción que no saben. No abren un conflicto directo, sino que se quedan en los márgenes, en los espacios donde no hay mucha acción, interesándose por otras cosas o bien observando el juego.

En la escuela F (Sesión 9), por ejemplo, se propone una competición para ver qué equipo consigue más entradas a canasta en cinco minutos. Mariana, del equipo B, hace un primer intento de entrada, pero se le escapa el balón hacia delante y no encesta. Pasa a la otra fila, pero allí se queda todo el rato, observando como juegan sus compañeros y controlando el resultado para ver quién gana. El maestro, que está dando instrucciones técnicas y de organización a algunos alumnos y alumnas, ni se da cuenta.

Como dicen Martínez Álvarez y García Monje (2002), no es sólo una cuestión de habilidad, sino también de confianza. Esta falta de confianza lleva a algunas niñas a no implicarse en la actividad, especialmente si es competitiva, ya desde el inicio, y así se ahorran el sentimiento de culpabilidad si el equipo perdiese "por su culpa", los reproches, insultos y demás presiones si se equivocan. Sin embargo, así se invisibiliza el conflicto.

La invisibilidad del conflicto: prejuicios y currículum oculto

Varios trabajos ya advierten de esta situación (Bonal, 1998; Bonal y Tomé, 1997; Tomé y Ruiz, 1996; Asins, 1992): si a las niñas les es vetado el espacio más amplio, deben desarrollar actividades y juegos que no impliquen un conflicto constante, desarrollando así actitudes más pasivas y menos agresivas que sus compañeros, mostrando más predisposición a hablar y mirar que a moverse. Esta situación lleva a que el uso diferenciado del espacio y la práctica de juegos diferentes en el recreo *escondan unas determinadas relaciones de poder*.

Aunque escondido, el conflicto existe, y en muchos casos las niñas son plenamente conscientes de lo que sucede y la discriminación que sufren. En la escuela E (sesión 7), después de un intenso debate entre los niños y Fernando sobre el porqué es necesario seguir unas normas, aunque no haya árbitro, una de las niñas solicita intervención y expresa su problemática:

"Carmen (a Fernando y a todo el grupo): En el recreo, cuando jugamos, hay algunos que se creen que nos mandan.

Fernando (a Carmen, después de requerir la atención de un niño): ¿Quiénes son ellos? ¿Quién manda?.

Carmen (a Fernando y a todo el grupo): Los niños.

Fernando (a todo el grupo): Los niños mandan, ¿por qué? Porqué el fútbol es un juego de niños, ¿verdad?.

Varios: Nooo / Es para todos...

Dani (a Fernando, y a todo el grupo): También hay fútbol femenino.

Fernando (a todo el grupo): También hay fútbol femenino que no sale en la televisión, o no tanto. Lo que pasa es que en vuestra clase hay niñas que juegan...

Damián (a Fernando y a todo el grupo): Y no pasa na' – Dando a entender que por él no hay inconveniente en que jueguen...

Fernando (a todo el grupo): No, no, no pasa nada, juega... El problema es que se sienten muy mal, ¿no?

Dani (a Fernando): ¿Por qué? – Sorprendido.

Fernando (a Dani): ¡Ah! Pregúntaselo a ellas. Pregúntale a Carmen porque se sienten tan mal...

Dani (a Carmen): ¿Por qué?

Carmen (a Dani y a todo el grupo): Porque se piensan que no sabemos jugar, que somos malas y hacemos faltas y algunos niños, pues si pasamos la pelota a alguien se quejan, nos insultan, y cosas así...

Ester (a todo el grupo): Le ha pasado a Sandra... Sin querer, a veces,... se ha hecho gol en propia portería y empiezan: ¡Eh! Que no sé que... Que no sabéis jugar..."

Las niñas denuncian la desagradable sensación de recibir insultos y sentir que sus compañeros piensan que no saben jugar o hacen faltas. Las respuestas de Carmen y Ester son muy explícitas, claras y sin rodeos, dando su visión sobre el por qué en los recreos y juegos que se proponen en Educación Física la mayoría de los niños están en el centro del patio y la mayoría de las niñas en los laterales. No se trata de una actitud "natural" y como Carmen advierte, no se trata de una situación que las niñas hayan escogido libremente. Las circunstancias y las relaciones que experimentan las niñas durante el juego la han empujado a esta situación marginal y pasiva. Así pues, las dificultades no surgen de los estereotipos asignados a la actividad – en la que tal y como señala uno de los alumnos ya se conoce la existencia de un fútbol femenino –, sino más bien por las relaciones que se producen durante el juego.

Sin embargo, esta explicación pasa desapercibida en el día a día y los niños, defendiéndose de los reproches del maestro por no pasar el balón a las niñas, exponen su punto de vista y las creencias que los llevan a actuar así:

"Hassan (a Fernando y a todo el grupo): Que, por ejemplo, la Laura, siempre en el recreo toca el balón, la chuta siempre, porque las otras niñas se quedan quietas y no van a buscar el balón, pero la Laura sí.

Fernando (a Hassan y al resto de niños): ¿Cuántas veces le hemos pasado el balón a Laura?

Hassan (a Fernando, rápidamente): Cero.

Fernando (a Hassan y a todo el grupo): Pues en eso deberíamos pensar: ¿cuántas veces le paso el balón a Laura...? Porque pienso que igual Laura juega mal... Igual Laura juega mal porque como nadie le pasa el balón no tiene la oportunidad de jugar... Porqué ¿cómo se aprende?

Varios: Jugando.

Dani (a Fernando, y a todo el grupo): Pero es que las niñas siempre van a patadas... así... pam, pam – moviendo las piernas.

Fernando (a Dani y a todo el grupo): Pues que yo sepa, las peores patadas que yo he visto en el recreo no las han dado las niñas... –Y hay varios comentarios, aceptando la observación del maestro.”

En este caso, los niños exponen claramente algunos de los **prejuicios** más comunes en el ámbito de la Educación Física y el deporte: se entiende que quien quiere jugar, ya puede jugar, y que si no participan más del juego es porque realmente no quieren, ya que sino se supone que se moverían. El conflicto se invisibiliza y la situación pasa a considerarse normal y justa, ya que es lo que cada niño o niña quiere. Unas creencias que no sólo están presentes entre los niños y niñas, sino también entre el profesorado. Según Bonal (1998), este principio de la libertad de elección individual es uno de los que legitima la desigualdad presente en los recreos, ya que el profesorado entiende que las niñas ya encuentran espacio para sus actividades. No se plantea, sin embargo, que puede ser a la inversa, es decir, que adapten sus actividades al espacio disponible, como plantean Tomé y Ruiz (1996).

Pero en realidad el conflicto sí que existe, tal y como algunas niñas denuncian en el mismo diálogo de la escuela E (sesión 7):

“Carmen (a Fernando y a todo el grupo): Que las niñas nos quedamos quietas porque como sabemos que no nos la pasan, porque tenemos que correr...”

Ester (a Fernando y a todo el grupo): Que los niños se piensan que ellos nunca fallan ni hacen ninguna falta ni nada, entonces las niñas siempre tenemos que estar en otro lado y si nosotras no vamos a buscar el balón, el balón siempre es para los niños, nosotras allí al lado (y hace un gesto con las manos simulando que aparta algo) aburriéndonos, porque nunca nos pasan el balón, sólo si vamos a buscarlo.”

A menudo, el profesorado también manifiesta estos prejuicios en el quehacer cotidiano, ya sea por omisión, permitiendo que los niños buenos impongan sus criterios y modos de hacer, o bien a la hora de organizar la clase (en la formación de los grupos, en la distribución del espacio, del material, y el tiempo de práctica, etc.), en el lenguaje, en los contenidos que da más importancia o en la forma de evaluación (Vázquez y Álvarez, 1991).

En el mismo diálogo de la sesión 7, Ester también lo denuncia: "*Fernando, tu siempre coges a niños para hacer de capitanes, siempre coges primero a los niños...*". Ante esta comprometida crítica –y más teniendo en cuenta que una investigadora y una cámara eran allí presentes–, Fernando niega la acusación y, omitiendo su responsabilidad, dirige las acusaciones de Ester a los niños.

Como señala Bonal (1998), a pesar que el profesorado –en este caso Fernando– es sensible a la situación discriminatoria que viven muchas niñas y algún niño, y le resulta relativamente fácil realizar un discurso crítico ante la clase, le es mucho más difícil encontrar soluciones. Es habitual cambiar el discurso, e incluso llegar a cambiar la estructura y lógica de los juegos para promover un tipo de relaciones más igualitarias, pero resulta mucho más complicado llegar a cambiar las creencias. Así, en la siguiente sesión, Fernando propone un juego de 3 x 3 en el que pretende que niños y niñas intervengan por igual, pero a la hora de hacer los equipos deja bien claro a quién considera bueno y a quien no, ya que empieza nombrando a los 6 niños técnicamente mejores para distribuirlos uno a cada equipo.

"Fernando: Damián, ven. Manuel ven, Carlos, ven. Ahmed. Jaime. Cinco, falta uno. Dani.

Los 6 niños se ponen de pie y entonces Ester exclama: ¿Este equipo? ¡Ganaran siempre!

Fernando (a Ester, en tono irritado): Tu no sabes lo que voy a hacer ahora. ¿Verdad que no? Son niños porque estoy escogiendo a los más feos del lugar. ¿Te quieres poner aquí? No, ¿verdad? –Y sigue haciendo los equipos.

Fernando (al resto del grupo): A ver... Yeray, detrás del Manuel; Ana, detrás el Carlos; Sandra detrás el Damián; Montse detrás el Dani; Carmen detrás el Jaime; Carolina detrás el Ahmed; David detrás de la Montse. A ver, David, Martín y Jose, aquí.

Fernando (a Sara): ¿Ahora estás contenta Sara? ¿Ves porque hemos hecho esto?

La niña afirma con la cabeza.

Fernando (a todo el grupo): Más o menos os he puesto para que estéis compensados."

En el debate de la sesión anterior, las niñas habían explicado que se sentían mal porque se daban cuenta que los niños piensan que ellas no saben jugar, son malas, dan patadas, y entonces no les pasan el balón y las insultan o reprochan por cualquier error. Fernando entonces insistió a los niños en que se debe pasar la pelota y dejar que todo el mundo aprenda, pero con la forma de hacer los grupos en esta sesión – intentando compensar –, cae en los mismos prejuicios que sus alumnos y da a entender a las niñas,

en otra ocasión, que ellas no saben tanto como los niños: mantiene así las creencias y expectativas tradicionales que contribuyen a perpetuar el modelo hegemónico.

Resistencias a cambiar el modelo tradicional de fútbol

No obstante, a menudo el maestro o maestra intenta proponer un modelo pre-deportivo alternativo, no regido por la lógica de la victoria y apuesta por la lógica pedagógica, persiguiendo que realmente todos y todas desarrollen sus capacidades y no se vea tan sólo el juego aparentemente divertido, tal y como proponen Martínez Álvarez y García Monje (2002). En esos casos, aquellos niños más hábiles muestran ciertas actitudes de resistencia, presionando al maestro o maestra para que proponga las actividades que les gustan o quejándose de las acciones que se ven obligados a realizar.

En el caso de la escuela A, Fina, la maestra, ya lo anticipa en la explicación inicial de la sesión:

"Fina (a todo el grupo): A ver, empezamos con las 4 sesiones de pre-deporte de fútbol, y esto no quiere decir... que siempre que hacemos alguna cosa: "¿que haremos partido, que haremos partido...?" (poniendo voz de súplica). No lo quiere decir. Quiere decir que haremos el deporte del fútbol, pero básicamente trabajaremos la coordinación con el pie y haremos juegos que tienen relación con el fútbol. En la última sesión normalmente nos partimos en cuatro grupos y estos cuatro grupos hacen un poco el juego adaptado, hacemos como un torneo. Pero no haremos partido, eh! Que todo el mundo se quite de la cabeza lo de "¿Que haremos partido?" (poniendo voz de súplica). ¿De acuerdo? ¿Vale?"

Durante esta explicación, Jaime y Iván han hecho pequeños gestos de alegría e incluso han exclamado, en voz baja: ¡Viva! Sin embargo, cuando Fina ha resaltado que no harían partido, Felipe se lamenta visiblemente exclamando: Ohhhhh"

Bramham (2003) señala que la perspectiva más pedagógica genera muchas críticas entre los alumnos que tienen mejor dominio de la actividad. Estos consideran que el profesorado pierde el tiempo con la minoría que se resiste a la Educación Física y se quejan también de repetir sesiones de técnica para los menos hábiles. Tal y como señalan Birrell y Theberge "hay la resistencia a la resistencia que caracteriza los esfuerzos de los grupos dominantes para mantenerse en posición" (1994: 364).

En nuestro estudio, ante tareas, juegos o actividades que no resultan suficientemente motivantes, algunos también se resisten mostrando una actitud totalmente pasiva, modificando la tarea, o bien poniendo en práctica otras actividades (jugar a básquet, o pelearse...).

Esta resistencia al cambio del modelo tradicional de Educación Física y del deporte puede generar un duro enfrentamiento entre el grupo dominante y el profesorado. Tal y como describe Rovegno (1994, citado en Kinchin y O'Sullivan, 2003), este

enfrentamiento puede llevar al maestro o maestra a no programar esos contenidos "díficiles" y limitarse a una "zona curricular de seguridad" con propuestas en las que el alumnado esté dispuesto a participar, tal y como acaba haciendo Montse. Esta joven maestra había afirmado a principio de curso que realizaría una unidad didáctica de danzas con el grupo de sexto que podría ser objeto de estudio de nuestro trabajo. Sin embargo, al cabo de unos meses, a pesar de que tenía un buen dominio en este tipo de actividades, gracias a su experiencia anterior en centros juveniles, cambió de opinión, justificándose de la siguiente manera:

"Cuando comenté a los de sexto que haríamos danzas se me lanzaron encima. Y no tengo ganas de echarme piedras al hígado, ya me resulta bastante difícil. De verdad que lo siento mucho, pero no me quiero complicar más, y hacer danzas con ellos sería la guerra, con la negativa que llevan. Así que lo siento, pero preferiría no hacerlo en ninguno de los dos cursos. Ya estoy encontrando cosas que los motivan más y por lo tanto, creo que las clases me pueden ir mejor."

Así pues, aquellas actividades propias de la cultura femenina dejan de programarse o reciben una atención anecdótica, debido a las expectativas de los maestros o maestras a que serán duramente rechazadas por el grupo dominante.

La dura situación de los niños que no se ajustan al modelo

Junto con una buena parte de las niñas, observamos cómo los niños más hábiles también dejan sin espacios y acaban excluyendo de sus juegos a aquellos niños menos hábiles o menos interesados en estas actividades. En este caso, las exigencias y presiones que reciben los niños por sus errores pueden ser incluso más duras que las que reciben las niñas, quienes a menudo sienten como una victoria cualquier acción que suponga superar a un niño. Por otra parte, cuando un niño es superado por una niña, éste debe soportar la burla de sus compañeros. En una de las estaciones que organiza la maestra en la escuela A:

"Montse está persiguiendo a Miguel para robarle la pelota, y finalmente lo consigue, exclamando con euforia: ¡Ya te la he quitado! Miguel, no le da más importancia y se dispone a robar la pelota a otra persona. (...)

En la siguiente estación, a Montse le toca ponerse de portera y Ramón es quien chuta. Montse detiene el disparo, y cuando Miguel se da cuenta que su compañero no ha marcado, ríe exageradamente. Ramón, entonces, exagera un gesto imitando el de una niña y hace una exclamación simulando una voz femenina, riendo."

En esta escena, para salirse de la difícil situación de verse batido por una niña, Ramón debe recurrir a la ironía simulando precisamente que se ha comportado "como una niña". Para los niños que cometen errores, y más ante una niña, no hay demasiado espacio, ya que tienen mucho más en juego, su identidad como varones (Bramham, 2003; Ronholt, 2002, Messner y Sabo, 1990).

En el debate abierto en la escuela E sobre los problemas que surgen en el recreo, y especialmente en los partidos de fútbol que se disputan en él, Jose y Ahmed, después de escuchar las protestas de sus compañeras, también denuncian su situación. Sus comentarios revelan claramente cómo aquellos que no siguen el modelo hegemónico de masculinidad por no jugar a fútbol son reclasificados y, por ello, sienten que su identidad sexual es cuestionada:

“Jose (a Fernando y a todo el grupo): No son sólo las niñas. Hay algún niño al que no le gusta jugar a fútbol al que le obligan a jugar y después no le pasan la pelota...”

Fernando (a Jose): ¿A quién obligan a jugar?

Jose (a Fernando): ¡A mi!

Entonces se entabla una discusión entre Jose y algunos compañeros que acaba con la intervención del maestro.

Fernando (al grupo de niños): Vale, basta. Jose... Si no quieres jugar, no juegues...

Jose (a Fernando, y a todo el grupo): ¡Sí, pero es que después te dicen que si soy maricón, gai o no sé qué!

Fernando (a todo el grupo): ¿Ah sí? ¿No juegan a fútbol los maricones? – En cierto tono irónico.

Hay diversas opiniones entre los niños: No – Sí...

Ahmed (a Fernando, y a todo el grupo): A mí, cuando están un equipo y el otro, me dicen, tu, tu Ahmed, vete con ellos. Yo digo “no, no”, pero se ponen “Sí, sí, vete con ellos o no juegas...”

Tal y como señala Dewar (1994: 8) “*ser etiquetado como “mariquita”, “marimacho”, afe-minado o lesbiana es el precio que pagan los alumnos por desviarse de las expectativas dominantes de “feminidad” y “masculinidad” existentes en nuestra cultura*”. Sin embargo, como en el caso de Ronholt (2002), parece que el significado de ser “niña” es más flexible y amplio que el significado de ser “niño”, que parece ser más limitado y rígido. En la escuela E, por ejemplo, se ve bien que Laura juegue en el patio, pero no resulta tan fácil de aceptar que Jose no juegue a fútbol... Introducirse en la cultura tradicionalmente masculina, la más valorada socialmente, es aceptable, pero no lo es tanto alejarse.

Rompiendo moldes y resistiéndose al modelo hegemónico

Hasta este momento hemos visto cómo niños y niñas asimilan el modelo deportivo hegemónico, en el que buena parte de los niños asume un papel protagonista y dominante, mientras que la mayoría de las niñas asume un papel secundario, reproduciendo

los modelos tradicionales y una situación de desigualdad. Pero, como ya hemos dicho, los niños y niñas no se convierten en simples agentes pasivos que aceptan su situación y asimilan el modelo que se les propone sin más.

Además, los maestros y maestras, así como los niños y niñas, traen consigo diferentes actitudes y opiniones sobre el movimiento y el deporte, de modo que su encuentro les lleva a negociar los significados y encontrar soluciones provisionales, sin seguir normas o patrones preestablecidos (Ronholt, 2002).

Teniendo en cuenta este papel activo de los individuos y la negociación continua de significados entre unos y otros, se generan una serie de circunstancias que pueden acercar las clases de Educación Física a una situación de cambio del modelo hegemónico y dicotómico de género. A continuación se presentan algunas de estas circunstancias.

Una resistencia pasiva

Tal y como señalan Kinchin y O'Sullivan (2003), diversas investigaciones en el ámbito de la educación indican que el alumnado muestra resistencia ante actividades que no les gustan, son demasiado difíciles, se consideran aburridas o poco útiles, o tienen poco que ver con sus intereses. Esta falta de relevancia de la actividad puede llevar al alumnado a la frustración, la oposición o a la "abstención" en la tarea. En los estudios de Carlson (1995, cfr. en Kinchin y O'Sullivan, 2003) y Ennis (1999, cfr. en Kinchin y O'Sullivan, 2003) se muestra cómo una parte del alumnado expresa insatisfacción con su experiencia en la Educación Física y ello les lleva a ausentarse o a evitar la actividad, mientras que el alumnado menos hábil opta definitivamente por no participar.

Desde esta perspectiva, la actitud pasiva y en segundo plano que en varios casos manifiestan algunas niñas puede entenderse también como una forma de resistencia a un modelo de Educación Física y a una situación en la que no se sienten a gusto. Tal y como señala Bain (1990, cfr. en Barbero, 1996), ante las distintas propuestas del profesorado, el alumnado responde de varias formas: esforzándose porque les gustan las actividades, evitando problemas simulando la participación y el interés, o bien mostrando su oposición mediante una variada gama de comportamientos inapropiados. Entre estos, encontramos la no implicación en el juego, que es lo que desearía el maestro o maestra y el grupo dominante.

Makazaga, Llorente y Kortabitarte (2001: 75) también hacen referencia a esta resistencia pasiva:

"La perspectiva que transmite que las chicas, además de ser diferentes, son inferiores, unido al escaso interés por unas actividades que no tienen apenas relación con el capital cultural del género femenino, genera una gran resistencia pasiva que se manifiesta en apatía, desinterés, desvalorización y escasa participación. Este

hecho resulta muy conflictivo para el docente, que suele dar mucha importancia a la participación del alumnado en las actividades deportivas, genera en él sentimientos de impotencia y frustración, y refuerza sus expectativas respecto al género femenino”

En varios casos se observa cómo algunas niñas eluden implicarse en el ejercicio ya desde el inicio, en una clara actitud de **indiferencia** hacia el juego. En la escuela G (sesión 1), por ejemplo, el maestro propone a la mitad de la clase que jueguen un partido de fútbol de seis contra seis. Desde el inicio, Clara y Mireia se quedan todo el rato delante de su portería (en la posición de defensa) cerca de Raquel, que ha cogido la posición de portera, y van charlando. El maestro se da cuenta y les indica: ¡Jugad, jugad! –Pero su actitud, sin embargo, no varía mucho, ya que inicialmente dejan de hablar y van orientándose hacia el balón, pero al cabo de un rato vuelven a juntarse y entablar conversación.

En otras escenas también se observa cómo algunas niñas insisten exageradamente en “que no saben”, presionando así al maestro o maestra con una actitud de **inseguridad**. En la escuela A (Sesión 1), Rosa ha manifestado que “ella tiene todos los problemas porque no sabe” desde un primer momento, y ya en la primera actividad, que consiste en conducir el balón con los pies, se queda cerca de la pared del gimnasio y se dirige en varias ocasiones a la maestra con preguntas sobre lo que tiene que hacer y cómo, lamentándose de que no sabe. Al final de la sesión, al analizar como había ido, volverá a expresar su inquietud por el hecho de no saber jugar.

Sin embargo, esta forma de resistencia en muchas ocasiones no es reconocida como tal por los compañeros o por el profesorado. Birrell y Theberge (1994) indican que este tipo de resistencia es tan sutil que pasa desapercibida como tal por los grupos dominantes, consiguiendo unos resultados imprevisibles, de modo que no implica automáticamente un cambio. Tal y como apuntan Birrell y Theberge (1994: 374):

“el juicio de un acto como resistente o transformativo nunca es cerrado, nunca es completo, nunca se da por terminado. El comportamiento y sus productos son como un texto abierto a diversas lecturas (...) La lucha entonces está sobre qué cuenta como resistencia y quién tiene el poder para decidirlo.”

A pesar de ello, Dewar (1991) considera que identificar y tomar en serio esta resistencia debería llevar a preguntarnos el porqué y aprovecharlo como una oportunidad para comprender mejor a nuestros alumnos y alumnas. En este sentido, Flintoff y Scraton (2001) muestran cómo el hecho que las niñas no muestren interés o participen activamente en las clases de Educación Física no supone que no desarrollen un estilo de vida activo o tengan interés por la actividad física, como se podría deducir a primera vista. Lo que sucede es que en muchas ocasiones no encuentran lo que más les interesa y las relaciones no son las más adecuadas. En el siguiente apartado se describe cómo las niñas desarrollan otras formas de participación distintas a las previstas por el maestro o maestra.

Interesándose por otros aspectos del juego

Aquellas niñas que no participan activamente en el juego indicado por el maestro o la maestra no siempre adoptan un papel totalmente pasivo, sino que ponen en práctica otras actividades como: prestar atención a cuestiones que no son del juego, charlar con las compañeras, inventarse nuevos ejercicios o movimientos (dar vueltas sobre una misma, hacer dibujos en la tierra, etc.), o modificar la tarea de un modo que les resulte más interesante (pasarse el balón en lugar de intentar quitárselo mutuamente, buscando formas originales de pasárselo, etc.).

En la escuela A (sesión 1), por ejemplo:

Raquel, Montse, Fina y Noe, una vez han conseguido la pelota, se han dirigido a la zona de las bolsas para quitarse la chaqueta del pijama, que llevan como disfraz por ser el día de Carnaval. Allí están un buen rato, comentando los dibujos que hay en el pijama de cada una y divirtiéndose visiblemente. Finalmente, después de las indicaciones de la maestra para que empiecen a moverse, se van desplazando por la sala. Sin embargo, en algunas ocasiones, en lugar de simplemente conducir el balón por la sala, tal y como se les había indicado, también han aprovechado por intercambiarse el balón en diversas ocasiones.

Observamos pues, cómo ante una actividad que no resulta de su interés, algunas niñas no entran dentro de la lógica del juego y crean un modelo propio, más acorde con sus intereses. En otros casos, no dan importancia al resultado o a la ejecución técnica de su acción, sino que se toman con buen humor las circunstancias... En la misma sesión de la escuela A:

Raquel, Mónica, Clara y Jaime están jugando "Al rápido", en el que se debe marcar gol de penalti o, si no, pasas a ser el portero o portera. (...) Van jugando sin demasiados incidentes hasta que Raquel, en una ocasión, toma mucha carrera pero casi no toca el balón. Ella misma, junto con Mónica y Clara, ríen hondamente. A continuación es Mónica quién no acierta el balón, de modo que las niñas siguen riendo conjuntamente. Sus compañeras le dejan repetir el disparo, pero, aunque toca el balón, Jaime lo para y se va a poner de portera.

Se trata de un tipo de conductas y actividades que Ronholt (2002) también identifica en su estudio: ante la propuesta de correr dos kilómetros, una parte de las niñas rechaza los parámetros de placer de los niños y del maestro o maestra. En su caso, en lugar de pretender correr los dos kilómetros sin descansos, o lo más rápidamente posible para poder jugar más rato a fútbol (que es la recompensa que ofrece la maestra para quién llegue antes), algunas niñas crean sus propios placeres y recompensas, disfrutando de la compañía de sus amigas, andando y charlando juntas por el bosque y... cazando una rana. En la escuela A de nuestro estudio, las niñas prefieren charlar sobre sus pijamas que no ir inmediatamente a correr con el balón por la sala y, en lugar de frustrarse por no conseguir gol, Mónica, Clara y Raquel optan por reírse a placer de su falta de acierto.

Rompen la lógica del modelo hegemónico e incorporan los propios valores en la situación, desarrollando así los primeros indicios de una cultura deportiva femenina propia. Como señala Pfister (1997, cfr. en Puig y Soler, 2004) es también necesario pensar la cultura deportiva femenina, ya que en sí misma implica romper con categorías binarias de pensamiento y permite analizar concretamente cuál es la contribución de las mujeres a la vida social, sin tomar como único parámetro de análisis el mundo masculino.

Estas muestras de resistencia pasiva o de prácticas alternativas, no obstante, no son la única forma de transgredir las relaciones tradicionales de género en la Educación Física. Dentro del grupo de niñas hay una gran diversidad de comportamientos y hay también algunas que se interesan por unas actividades que, como el fútbol, no se consideran propias del género femenino.

Participación y colaboración

Aunque las actitudes de los compañeros y compañeras –o también del profesorado– no es a menudo muy favorecedora, en varios grupos se encuentran niñas que participan activamente en las actividades pre-deportivas. Así pues, mientras una parte de las alumnas adopta actitudes y mecanismos de resistencia pasiva al modelo deportivo tradicional, otra parte opta por incorporarse a éste, rompiendo así la apropiación hegemónica masculina del deporte.

Ya sea en los periodos de juego libre, como en las propuestas de ejercicios, juegos y partidos en las clases, se observan escenas en las que niñas también muestran interés e implicación en la actividad.

En una de las situaciones en que se observa más claramente esta postura es en los periodos de juego libre. En estos episodios, mientras un grupo mayoritario de niñas no sigue con juegos vinculados al fútbol o a cualquier otra actividad deportiva sino que escoge otras tareas o ejercicios, otro grupo practica ejercicios propios de deportes como el baloncesto o el voleibol (tiros a canasta, pases por parejas, etc.), y finalmente, otro grupo escoge incorporarse al partido de fútbol organizado por los niños – ya que en todos los casos observados cuando se ha dado la ocasión de juego libre todos los niños han escogido esta actividad. El ejemplo más claro se observa en la escuela H (sesión 13), en la que el maestro deja que en la parte final de la sesión, niñas y niños practiquen la actividad que prefieran. En este caso, nueve de los diez niños del grupo (Rafa, con necesidades educativas especiales se mantiene aparte, jugando solo botando una pelota), y cinco niñas de las quince, juegan a fútbol con uno de los balones que ha traído un compañero.

En los ejercicios, juegos y partidos que propone el profesorado, también se observan gestos y comportamientos que denotan el interés de algunas niñas hacia estas propuestas.

En la sesión 10 (escuela G), por ejemplo, antes del partido de cinco por cinco, Sonia hace diversos comentarios que denotan el interés por la actividad. Ya de buen principio,

mientras el juego aún no empieza, aprovecha para practicar pasadas de balón con Carlota, una de las compañeras de su equipo. Al cabo de un rato, mientras sus compañeros aún siguen discutiendo sobre la composición de los equipos, insiste en empezar en dos ocasiones: “Eh ¡va! Que sólo son cinco minutos” y más tarde “Eh ¡va! ¡corred!”, para empezar ya el juego. Finalmente, cuando el maestro indica que se ha acabado el tiempo de actividad, se lamenta: “¡Pero si aún no hemos empezado el partido!”.

En los casos que las niñas se implican intensamente en el juego, y a pesar que deben ganarse a pulso el balón, las niñas reciben el refuerzo positivo de sus compañeros y del profesorado. En la escuela G (sesión 11), por ejemplo, antes del partido de seis por seis:

Mientras esperan a que llegue el maestro, Maite, que ha cogido la posición de portera, se dirige a sus compañeros de equipo y les propone con entusiasmo:

Maite (a grupo B): ¡Enseñadme disparos!

Entonces Fermín va chutando hacia su compañera, hasta que después de un fuerte disparo que Maite ha parado, exclama, admirado: ¡Qué portera! Venga portera, ¡otro!

En la escuela E vemos cómo el maestro refuerza específicamente a las niñas que participan activamente:

Fernando (a todo el grupo): El fútbol es un deporte de equipo, y todos los deportes de equipo necesitan de los otros. No podemos jugar solos. Ahora no tenemos más remedio, como dice el Jose. Éramos tres y si no pasabas el balón a las niñas que había a tu equipo... Que siempre decís que las niñas son malas, cosa que yo no pienso lo mismo... – Y entonces pone la mano sobre Carolina, que estaba justo delante suyo... – Decís que son malas jugando a fútbol, pero en cambio, si les pasas el balón tiene más posibilidades de hacer gol.

Como ya hemos dicho anteriormente, romper los cánones tradicionales de género es más fácil que se dé en el caso de las niñas que en el de los niños, ya que en el contexto de una cultura profesional androcéntrica se valora y tolera muy bien a las niñas “buenas” (Martínez Álvarez y García Monje, 2002; Ronholt, 2002).

Protestas y cambios en los estereotipos

Por otra parte, en las ocasiones que el maestro o maestra da cabida al diálogo, observamos cómo algunas niñas no mantienen el conflicto oculto y lo sacan a la luz abiertamente. En la sesión 7 (Escuela E), una de las niñas ya advierte la discriminación que sufren antes de iniciar el juego: “Que cuando jugamos a fútbol no nos la pasan...”

En esta misma sesión comprobamos como en la reflexión posterior al juego también surgen quejas con la situación que se da:

Fernando (a todo el grupo): ¿Qué os ha parecido?

Teresa (a Fernando): Regular... porque iba a coger el balón y me he hecho daño con Jose. Me he hecho daño en el pie.

Fernando, aunque ha oído perfectamente a Teresa, da paso a otro comentario sin hacer ninguna observación al respecto:

Jaime (a Fernando): Yo la he pasado muchas veces pero había gente por medio que tapaba el pase...

Fernando (a todo el grupo): Pero ¿qué problema veis en este juego? Sandra... -que había levantado la mano.

Sandra (a Fernando): Yo estaba cerca de la portería y la han pasado, la pelota me ha dado y ha ido a gol. Y entonces Montse me ha empezado a decir que "imbécil, gilipollas, tonta..."

Hay varios comentarios provenientes del lado de los niños justificando la actitud de Montse: Es que se ha metido gol en propia...

En la continuación de este mismo diálogo, que se ha descrito anteriormente, así como se descubren las relaciones de poder ocultas en el uso del espacio del recreo, y especialmente al jugar al fútbol, se observa cómo las niñas no aceptan sin más su situación, sino que muestran su inconformismo y rebeldía. Por eso resulta tan importante dejar espacios para la reflexión, ya que es una oportunidad donde el maestro o maestra puede obtener una visión crítica de sus propias clases. Lamentablemente, no hay muchas ocasiones en que esto suceda.

Por otra parte, Bonal destaca que *"la superación de barreras sexistas en las interpretaciones y expectativas del alumnado constituye, sin duda, la mejor garantía que el mensaje cambia"* (1998: 20). En este sentido, en el mismo debate (y como se ha descrito en páginas anteriores), también se desvela cómo, aunque a menudo los niños no son conscientes de los mecanismos ocultos que contribuyen a la reproducción de los estereotipos tradicionales, los niños y también las niñas no etiquetan el fútbol como un juego solo para niños.

A MODO DE CONCLUSIÓN

Las situaciones que se han descrito sobre la actuación de los niños, niñas, maestras y maestros durante las clases de pre-deporte, y especialmente de fútbol, no difieren mucho de las que se han descrito en anteriores trabajos en diversos países. Sin embargo, este estudio propone el análisis de las relaciones de género en la Educación Física, no solo desde una perspectiva de desigualdad y reproducción de un modelo hegemónico, sino también desde una perspectiva de resistencia y configuración de un modelo diferenciado.

Por una parte, en los juegos y ejercicios de las clases de habilidades y destrezas propias de los pre-deportes, se observa como la mayor parte de los niños siguen manteniendo el papel protagonista. En muchas ocasiones, los niños más hábiles monopolizan los espacios de acción e intervienen en muchas más ocasiones que la mayoría de sus compañeras, quienes a menudo se encuentran en situaciones de elevada presión, ridiculización, reproches –e incluso insultos si cometen algún error-, intimidación o golpes fortuitos del juego. Además, las expectativas que las rodean son poco prometedoras y pierden la confianza, alejándose del clima ideal de aprendizaje.

Pero, por otra parte, dentro del colectivo de niñas, se pueden observar diversas posturas: la resistencia pasiva ante el modelo hegemónico; el desarrollo de prácticas alternativas a la propuesta por el maestro o maestra; la implicación y colaboración en el juego buscando su propia forma de participación; e incluso las protestas explícitas por las relaciones de género que se establecen.

Desde la perspectiva del docente, el maestro o maestra, al mismo tiempo que realiza un discurso crítico con las relaciones entre niños y niñas que se dan en el juego, puede organizar la sesión de modo que favorece a los niños más hábiles proyectando sus expectativas en el lenguaje cotidiano de forma inconsciente. El profesorado, así, se encuentra atrapado entre las ambivalencias de la Educación Física y el deporte.

En su conjunto, se observa una compleja situación de tensión y contradicción entre unos posicionamientos que denotan la resistencia al cambio y el mantenimiento de las relaciones de género tradicionales, y unos posicionamientos que favorecen el cambio. Como señalan Chepyator-Thomson y Ennis (1997: 90), *“las formas de feminidad y masculinidad tradicionales pueden ser reproducidas, resistidas o reestructuradas para producir tipos de acciones y comportamientos transformativos”*. Así, nos encontramos ante una compleja red de situaciones e interacciones en las que intervienen conjuntamente el alumnado y el profesorado. Ante esta complejidad, para entender las relaciones de género en la Educación Física es necesario utilizar dos perspectivas simultáneamente (Chepyator-Thomson y Ennis, 1997), como un espacio de reproducción y perpetuación de los modelos tradicionales de género, y también como un espacio de resistencia y cambio a estos modelos hegemónicos.

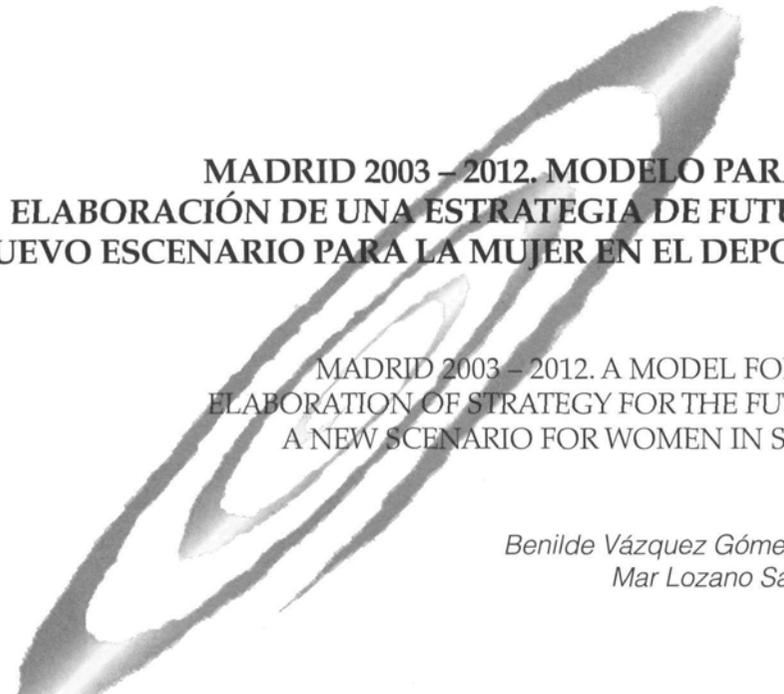
BIBLIOGRAFÍA

- ASINS, C. La ocupación diferencial del espacio en educación física. En *L'ensenyament de l'educació física. Ponències de les IV Jornades Internacionals de coeducació*. Valencia: Institut Valencià de la Dona - U. de Valencia, 1992, p. 183 - 193.
- BAIN, L. A critical análisis of the hidden currículum in Physical Education". En KIRK, D. y TINNING, R. *Physical Education, currículum and culture: critical issues in the contemporary crisis*. London: Falmer Press, 1990.
- BARBERO, J. I. Cultura profesional y currículum (oculto) en educación física. Reflexiones sobre las (im)posibilidades del cambio, *Revista de educación*, 1996, nº 311, p. 13 - 49.
- BIRRELL, S. y THERBERGE, N. Feminine Resistance and Transformation in Sport. En COSTA, M. y GUTHRIE, S. (eds.) *Women and Sport: Interdisciplinary Perspectives*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1994, p. 361 - 376.
- BONAL, X. *Canviar l'escola: la coeducació al pati de jocs*. Col·lecció Quaderns per a la coeducació, nº 13. Barcelona: Institut de Ciències de l'Educació de la U. Autònoma de Barcelona, 1998.
- BONAL, X. y TOMÉ, A. *Construir l'escola coeducativa. La sensibilització del professorat*. Col·lecció Quaderns per a la coeducació, nº 12. Barcelona: Institut de Ciències de l'Educació de la U. Autònoma de Barcelona, 1997.
- BRAMHAM, P. Boys, Masculinities and PE, *Sport, Education and Society*, 2003, nº 8, p. 57 - 71.
- CARLSON, T. B. We hate gym: student alienation from physical education, *Journal of teaching in Physical Education*, 1995, nº 14, p. 467 - 477.
- CHEPYATOR-THOMSON, J. R. y ENNIS, C. D. Reproduction and resistance to the culture of femininity and masculinity in secondary school physical education, *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 1997, vol. 68, p. 89 - 99.
- DEWAR, A. El cuerpo marcado por el género en la educación física: una perspectiva feminista crítica. En BARBERO, J. I. (Ed.) *Investigación alternativa en educación física*. Málaga: Unisport, 1994, vol. 275.
- DEWAR, A. Incorporation or resistance? Towards an analysis of women's response to sexual oppression in sport, *International review of sociology of sport*, 1991, nº 26, p. 15 - 23.

- ENNIS, C. D. Creating a culturally relevant curriculum for disengaged girls, *Sport, education and society*, 1999, n° 4, p. 31 - 49.
- EVANS, J., DAVIES, B. y PENNEY, D. Teachers, teaching and the social construction of gender relations, *Sport, Education and Society*, 1996, n° 2, p. 165 - 183.
- FLINTOFF, A. y SCRATON, S. Stepping into active leisure? Young women's perceptions of active lifestyles and their experiences of school physical education, *Sport, Education and Society*, 2001, n° 6, p. 5 - 21.
- GARCÍA, M. y ASINS, C. *La coeducació en l'educació física*. Col·lecció Quaderns per a la coeducació, n° 7. Barcelona: Institut de Ciències de l'Educació de la U. Autònoma de Barcelona, 1995.
- GIROUX, H. A. *Pedagogy and the politics of hope: Theory, culture, and schooling: A critical reader*. Boulder: Westview Press, 1997.
- HALL, A. *Feminism and Sporting Bodies*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1996.
- HEINEMANN, K. *Introducción a la metodología de la investigación empírica en las ciencias del deporte*. Barcelona: Paidotribo, 2003.
- KINCHIN, G. y O'SULLIVAN, M. Incidences of student support for and resistance to a Curricular innovation in high school physical education, *Journal of teaching of physical education*, 2003, n° 22, p. 245 - 260.
- KOKA, K. The social construction of gender in physical education: Accommodation and Resistance Strategies of Students to Patriarchal Expectations of Masculinity and Femininity. Separata de: *International Summer School for young researchers: "Sport, socialisation and education"*, 2004, Copenhaguen.
- LATORRE, A., DEL RINCÓN, D. y ARNAL, J. *Bases metodológicas de la investigación educativa*. Barcelona: GR92, 1996.
- MARTÍN, M. El deporte en las sociedades postmodernas. En MOSQUERA, M^a J., GAMBAU, V., SÁNCHEZ MARTÍN, R. y PUJADAS, X. (comp.) *Deporte y postmodernidad*. Madrid: AEISAD - Librerías deportivas Estevan Sanz, 2003.
- MARTÍNEZ ÁLVAREZ, L. y GARCÍA MONJE, A. Reflexionar sobre el gènere des d'escenes de pràctica escolar, *Apunts. Educació Física i Esport*, 2002, n° 69, p.118 - 123.
- MAKAZAGA, A., LLORENTE, B. y KORTABITARTE, B. La coeducación en el deporte en edad escolar. En *Actas del Congreso Mujer y Deporte*. Bilbao: Emakunde, 2001.

- MESSNER, M. y SABO, D. *Sport, Men and the Gender Order*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1990.
- PFISTER, G. Integration oder Segregation - Gleichheit oder Differenz. Kontroversen im Diskurs über Frauen und Sport. En HENKEL, U. y KRONER, S. (eds.) *Und sie bewegt sich doch!. Sportwissenschaftliche Frauenforschung - Bilanz und Perspektiven*. Pfaffenweiler: Centaurus-Verlagsgesellschaft, 1997, p. 39 - 68.
- PUIG, N. Procés d'individualització, gènere i esport, *Apunts d'educació física*, 2000, nº 59, p. 99 - 102.
- PUIG, N. y SOLER, S. Dona i esport a Espanya: estat de la qüestió i proposta interpretativa, *Apunts d'Educació Física i Esports*, 2004, nº 76, p. 71 - 78.
- RONHOLT, H. 'It's only the sissies...': analysis of teaching and learning processes in physical education: a contribution to the hidden curriculum, *Sport, Education and Society*, 2002, nº 6, p. 25 - 36.
- SCOTT, J. *Weapons of the weak: everyday forms of peasant resistance*. New Haven, CT: Yale University Press, 1985.
- ROVEGNO, I. Teaching within a Curricular zone of safety, school culture and the knowledge of student teachers' pedagogical content knowledge, *Research quarterly for exercise and sport*, 1994, nº 65, p. 269 - 279.
- SCRATON, S., FASTING, K., PFISTER, G., VÁZQUEZ, B. y BUÑUEL, A. *Experiencia y significado del ejercicio físico en la vida de las mujeres de algunos países europeos*. Madrid: Instituto de la Mujer, 2000.
- SUBIRATS, M. y BRULLET, C. *Rosa y azul. La transmisión de los géneros en la escuela mixta*. Madrid: Instituto de la Mujer, 1988.
- TOMÉ, A. y RUIZ, R. A. El espacio de juego: escenario de relaciones de poder, *Aula*, 1996, nº 52 - 53, p. 37 - 41.
- VÁZQUEZ, B., FERNÁNDEZ, E. y FERRO, S. *Educación física y género*. Madrid: Gymnos, 2000.
- VÁZQUEZ, B. y ÁLVAREZ, A. (Coord.) *Guía para una Educación Física no sexista*. Madrid: Ministerio de Educación y Ciencia, 1991.
- VÁZQUEZ, B. La coeducación en Educación Física. Algunas reflexiones. En: *Cursos Emakunde. Primer postgrado de coeducación. Hacia una escuela coeducadora*. Álava: UPV, 1990, p. 291 - 297.

- WHITSON, D. The Embodiment of Gender: Discipline, Domination and Empowerment. En BIRRELL, S. y COLE, C. (eds) *Women, Sport and Culture*. Champaign, IL: Human Kinetics, 1994.
- WRIGHT, J. A feminist poststructuralist methodology for the study of gender construction in physical education: description of a study, *Journal of teaching in physical education*, 1995, n° 15, p. 1 - 24.



**MADRID 2003 – 2012. MODELO PARA LA
ELABORACIÓN DE UNA ESTRATEGIA DE FUTURO.
UN NUEVO ESCENARIO PARA LA MUJER EN EL DEPORTE**

MADRID 2003 – 2012. A MODEL FOR THE
ELABORATION OF STRATEGY FOR THE FUTURE.
A NEW SCENARIO FOR WOMEN IN SPORT

*Benilde Vázquez Gómez (Dir.)
Mar Lozano Sánchez*

Dirección para correspondencia:

Benilde Vázquez Gómez

Avda. Presidente Carmona, 10 · 1ºA

28020 Madrid

E-mail: benilde.vazquez@telefonica.net



Benilde Vázquez Gómez

Profesora de Pedagogía de la actividad física y los deportes durante cuarenta años (1966-2006) I.N.E.F. Directora durante 13 años del departamento de Pedagogía de la actividad física y el deporte en el I.N.E.F. de Madrid Fundadora y directora durante 15 años (1990-2006) del Seminario Permanente Mujer y Deporte del I.N.E.F. Ganadora del 1º Premio Internacional de E. Física J.M. Cagigal(1985) Ganadora del premio a toda una vida dedicada ala docencia en E .Física y Deportes concedido por el Ayuntamiento de Leganés Coordinadora del Primer Seminario Nacional de Mujer y Deporte en 1990.Representante española en el EWS. Miembro fundador de la Comisión Mujer y Deporte del COE. Colaboradora habitual del CSD en los temas Mujer y deporte. Publicaciones en Educación física escolar y Deporte y mujer. Medalla al Mérito deportivo 2006. Premio del Comité Olímpico Español, 2006 en el apartado Mujer y Deporte.

Mar Lozano Sánchez

Licenciada en CC. de la Actividad física y Deportes. Técnico deportivo nivel III, entrenadora nacional e internacional. Juez internacional - brevet II. Primer y segundo ciclo de doctorado en CC de la Actividad física y Deportes (Fac. de CC de la Act. fis. y el Deporte-INEF de la UPM.)



Título de Suficiencia investigadora. Entrenadora del Equipo Nacional Junior de Gimnasia Rítmico-Deportiva. Profesora titular de danza y técnicas de expresión corporal. Profesora titular de la Escuela Nacional de Formación de Técnicos Deportivos ,especialidad de G.R.D. Entrenadora de la Selección Nacional Absoluta de G,R.D. (1988-1996). Medalla de Oro en los J.J.O.O.de Atlanta como entrenadora de la Selección Nacional de G.R.D. Medalla de Oro al Mérito Deportivo (1987). Miembro del Seminario Permanente , Mujer y Deporte del I.N.E.F. de Madrid.Experta en Gimnasia Rítmico –Deportiva y en Mujer y Deporte.

RESUMEN:

El estudio responde a una iniciativa de intervención en relación al tratamiento de la actividad físico-deportiva de las mujeres, en una sociedad en la que el Deporte cobra cada vez más importancia como actividad indicativa de la evolución y bienestar social. Pretende averiguar las posibles tendencias de evolución de las mujeres en el ámbito deportivo de la Comunidad Autónoma de Madrid, en lo referido a su presencia en la práctica deportiva y su participación activa y toma de responsabilidades en sectores de: Educación Deportiva, Dirección - Gestión, y programas de Investigación Deportiva. Se tomará para ello en cuenta la opinión y posicionamiento de personas expertas en la temática que se plantea, haciendo uso de la PROSPECTIVA DE FUTURO (TÉCNICA DELPHI).

El tema se abordará partiendo de un ejercicio de reflexión y pensamiento humano de manera colectiva, interdisciplinaria y sistémica, entre una muestra de profesionales del sector físico - deportivo que tome en consideración las aportaciones individuales desde todas y cada una de las perspectivas y puntos de vista posibles, con el objetivo de buscar puntos de acuerdo entre las personas participantes en el estudio, en cuanto a la futura situación, necesidades y evolución de las mujeres en el ámbito deportivo, considerando las posibilidades tendencias y transformaciones de la sociedad deportiva actual en un horizonte temporal de 10 AÑOS (2003 – 2012), favoreciendo y posibilitando la transformación de la cultura social deportiva y dando como resultado el diseño de un ESCENARIO FUTURO a partir de las acciones potenciales propuestas por dichos participantes.

Palabras clave:

Mujer, Deporte, Futuro, Prospectiva, Delphi,

Abstract:

This study responds to an intervention initiative related to the treatment of physical and sports activities in women, in a society where sports are increasingly more important as an activity that signals development and social wellbeing. It aims to discover the possible tendencies of women's evolution in the sports area in the Autonomous Community of Madrid, with regard to their presence in sports practice, and their active participation and assumption of responsibilities in the following sectors: Sports Education, Direction - Management, and programs of Sports Research. The opinions and positions of experts in this topic will be taken into account using FORECASTING (the DELPHI TECHNIQUE).

The study will be undertaken from the starting point of a collective, interdisciplinary, and systematic practice of human reflection and thought, on the part of a sample of professionals from the physical activity and sports sector which will take into account all individual contributions from every perspective and point of view possible. The aim is to find points of agreement among the people participating in the research, regarding the future situation, needs and evolution of women in the sports area, as well as considering the possibilities, tendencies and change to the present sports society within the next ten years (2003-2012), in order to promote and make possible the changing of social sports culture and give, as a result, a FUTURE SCENARIO starting from the potential action proposed by the aforementioned participants.

Keywords:

Women, Sports, Future, Prospective, Delphi.

MADRID 2003 – 2012. MODELO PARA LA ELABORACIÓN DE UNA ESTRATEGIA DE FUTURO. UN NUEVO ESCENARIO PARA LA MUJER EN EL DEPORTE



¿PARA QUÉ?

... "Algunas personas ven las cosas como son y se preguntan ¿por qué?
Otros sueñan con cosas que nunca fueron y se preguntan ¿por qué no?".

(George Bernard Shaw)

INTRODUCCIÓN Y OBJETO DE ESTUDIO

Con la presentación de éste estudio se aborda una línea de investigación prospectiva sobre cuestiones de importancia estratégica que tienen que ver con el desarrollo de nuevas políticas deportivas tomando en cuenta la igualdad de oportunidades para hombres y mujeres.

El informe pretende dar a conocer la práctica PROSPECTIVA para la realización de estudios de construcción de futuro, procurando un proceso transformador constitutivo de una herramienta estratégica al servicio de los gobiernos e instituciones responsables del futuro deportivo de nuestra sociedad. Estudios e informes destinados a ayudar en la toma de decisiones sobre políticas mejor informadas y más eficazmente implementadas.

El área objeto de la investigación (ÁREA – PROBLEMA) se corresponde con aquellas cuestiones que permanecen vigentes en el debate social y educativo acerca de la necesidad de eliminar barreras discriminatorias para las mujeres en materia de Educación Física, Actividad Física y Deporte, en consonancia con los objetivos que el modelo social de la unidad Europea viene solicitando al respecto.

Se propone la aplicación práctica del MÉTODO PROSPECTIVO ESTRATÉGICO – a través de una encuesta controlada tipo DELPHI con el objetivo de estudiar la tendencia evolutiva del trinomio MUJER – DEPORTE – SOCIEDAD, fundamentalmente orientada a visualizar, contrastar y consensuar la opinión de aquellas personas que, por su profesión, implicación en el tema, cultura o cargo, se constituyen en "EXPERTOS/AS" en objeto de diagnóstico.

Se trata de una técnica cualitativa para la investigación social, siendo una de sus características clave, el reconocimiento de futuras debilidades, oportunidades, desafíos,

tendencias. Aspirando a la construcción de "futuros", implica la reunión de agentes clave y de fuentes de conocimiento multidisciplinares, con el fin de desarrollar puntos de vista *estratégicos* e *inteligencia anticipatoria* que tengan que ver con las decisiones estratégicas a tomar.

Se parte de la base de que ningún organismo aislado puede saber todo lo que es necesario conocer con el fin de efectuar los cambios necesarios para promover el progreso, el conocimiento aparece cada vez más distribuido, más aislado y de forma más compleja, de manera que las personas encargadas de la TOMA DE DECISIONES han de desarrollar métodos de recogida de la información acordes con dicha circunstancia.

En el informe se harán patentes las expectativas de futuro, las aspiraciones y propuestas estratégicas del grupo colaborador, constituido en muestra de consulta como el llamado PANEL DE EXPERTOS/AS, sobre diferentes diagnósticos, hipótesis de desarrollo y/o evolución, de algunos de los factores constituyentes de situaciones de desigualdad por razón de sexo en el ámbito del Deporte y de sus negativas consecuencias en materia de EDUCACIÓN y evolución de la sociedad, proyectado todo ello en un horizonte temporal de 10 años y procurando, a su vez, la construcción de herramientas que serán de utilidad práctica para los diferentes organismos responsables de la gestión y políticas deportivas de la Comunidad Autónoma de Madrid con el objetivo de promover el CAMBIO.

Los estudios de futuro vienen siendo ampliamente aplicados en áreas y ámbitos de desarrollo humano (Ciencia y Tecnología, Salud, Educación) con una clara intención de favorecer y catalizar el desarrollo social siendo, por tanto, recomendada y viable su aplicación al ámbito deportivo con esos mismos objetivos de evolución y desarrollo.

Objeto del estudio

CONSTRUIR, visualizar la presencia de la mujer en la sociedad del futuro, es uno de los desafíos de éste estudio, que se ubica en el "*viaje de la humanidad*" entre el pasado, el presente y el futuro; destruir errores para descubrir verdades, haciendo uso de la simbiosis GÉNERO - FUTURO como herramienta conceptual para, interpretando el pasado, hacer inteligible el presente y ser capaces de visualizar lo que está por llegar.

La realidad social de la mujer en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte en cuanto a su construcción histórica, no es una excepción con respecto a otros ámbitos, la aportación de la mujer al desarrollo de éste ámbito está aún por ser conocida y reconocida en su totalidad, en todo caso se restringe a unos pocos sectores, y siempre bajo el modelo referente de la masculinidad.

El verdadero desarrollo de éste espacio de la actividad social y profesional deberá aceptar las diferencias entre ambos sexos, la existencia de dos géneros que, pese a ser contruidos socialmente desde la perspectiva masculina aseguren el reconocimiento de

los logros femeninos (y masculinos), sin ningún intento de comparación ni valoración relativa de éxitos y/o marcas entre ambos.

Somos conscientes, no obstante, de que toda nueva idea pasa inevitablemente por tres fases, a saber, primero es ridícula, después es peligrosa y, finalmente... ¡Todos la sabían!

Dada la especificidad y singularidad del estudio, al ser abordado desde una perspectiva de género, será objeto del mismo adaptar la metodología a emplear, en lo referido a: diseñar las encuestas, convocar a las personas adecuadas, motivar la reflexión y extraer conclusiones válidas; Rentabilizando al máximo la información facilitada por el grupo de Expertos/as colaboradores, de manera que sea posible:

1. Seleccionar indicadores válidos para mejorar la calidad de vida de las mujeres a través de la práctica de actividad física y deporte, de manera que puedan servir de apoyo a la puesta en marcha de estrategias de intervención de manera inmediata.
2. Diseñar una herramienta práctica que dote a los organismos y las personas responsables de su gestión, de un instrumento de fácil aplicación para futuros estudios en la misma línea y que cumpla con el objetivo fundamental del estudio.
3. Impulsar los estudios de Prospectiva Estratégica de Futuro en relación al deporte.

Objetivos específicos

Este estudio pretende tres objetivos básicos:

1. Un análisis de la realidad actual de las mujeres en el ámbito de la Actividad Física y el Deporte.
2. Conocer el pensamiento de expertos/as sobre los distintos ámbitos del sector deportivo en relación a las mujeres.
3. Búsqueda de estrategias para la promoción de las mujeres en el sector físico - deportivo.

Se pretende conocer las expectativas, valoraciones y pronósticos de un Panel de 24 personas, representativas de las diferentes áreas temáticas del ámbito deportivo. Y que serán consultadas acerca de la evolución durante los próximos doce años sobre una serie de factores que hasta el presente, ya a manera de hipótesis, vienen dificultando la total integración de la mujer en las áreas descritas.

El estudio solicitará a los/as participantes su opinión, valoración, estrategias y predicciones de futuro en relación al trinomio Mujer – Deporte – Sociedad, serán invitados a reflexionar acerca de la situación y evolución de la mujer en el ámbito deportivo.

Se pretende también la obtención de un modelo permanente para la identificación de oportunidades, a través de la elaboración de estrategias que colaboren a paliar la problemática de la mujer en factores relacionados con su presencia y productividad en los diferentes ámbitos del deporte. En éste sentido, el informe debe resultar una herramienta de consulta útil para la planificación de políticas deportivas, sensibles a las características diferenciales de las mujeres, así como a aquellas orientadas a cubrir sus necesidades específicas en materia de actividad física y deporte.

En concreto, el estudio pretende llegar a CONSENSOS y/o diagnosticar DISENSOS en las expectativas y pronósticos relacionados con las siguientes áreas de interés:

- **DEMOGRAFÍA Y DEPORTE:** Pronósticos acerca de la dinámica de participación de jóvenes y mujeres en actividad física y deporte
- **ESTRUCTURA Y ESPECIALIDADES DEPORTIVAS:** Los participantes serán invitados a reflexionar sobre la evolución más probable de la participación de las niñas, jóvenes y mujeres en las diferentes especialidades deportivas.
- **GESTIÓN DEPORTIVA Y CALIDAD DE LOS SERVICIOS:** En la medida en que la sociedad, y en concreto la población femenina, reclama que se visualice su participación y éxitos deportivos, se consultará a los expertos/as sobre la mejora de la gestión deportiva de la Comunidad de Madrid, en relación al acceso de las mujeres a puestos de responsabilidad
- **DERECHO, ÉTICA Y VALORES:** El estudio propondrá establecer la futura orientación de las actitudes y pronósticos en torno a una serie de conflictos reales y potenciales relacionados con la participación femenina en todas las áreas del sector deportivo (Práctica, Educación, Investigación)
- **FORMACIÓN E INVESTIGACIÓN:** La consulta pretenderá establecer el consenso en cuanto a la necesidad futura de la inclusión de contenidos formativos en materia integradora de género en el currículum escolar de E.F con el objetivo de alcanzar una responsabilidad compartida entre profesionales. (Formación específica, guía de buena práctica deportiva). Así como de la necesidad o no de creación de líneas de investigación Mujer – Deporte.
- **ORGANIZACIÓN DEPORTIVA:** Proponiendo la identificación de necesidades en cuanto a demandas tanto en el sector público como en el privado. En relación a los diferentes servicios deportivos y su atención a la mujer.
- **POLÍTICA DEPORTIVA Y EVOLUCIÓN:** Solicitando a los participantes su opinión, estrategias y predicción de futuro sobre la tendencia de las políticas públicas en materia de apoyo al deporte practicado y dirigido por mujeres. (Financiación, presencia, sponsorizaciones, dotaciones presupuestarias a la investigación, etc.)



ANTECEDENTES

La OCDE define los estudios de PROSPECTIVA como:

El conjunto de "tentativas sistemáticas para observar a largo plazo el futuro de la ciencia, la tecnología, la economía y LA SOCIEDAD. Con el propósito de identificar las tendencias emergentes que probablemente produzcan los mayores beneficios sociales.

En lo referente a la terminología utilizada en los estudios del futuro, es necesario destacar, que existen autores que emplean diversos términos sobre la base de la Prospectiva. Se puede identificar el término "forecasting" (Estados Unidos) o la palabra "prognostics" como un proceso lineal pasado-presente. Sin embargo, se diferencia de otras aproximaciones al futuro, tales como: *preferencia, pronóstico, predicción, previsión, proyección*, entre otros; la trayectoria de la PROSPECTIVA -término que se debe a Gastón Berger, 1964¹ viene del porvenir hacia el presente, rebasando la proyección exclusiva de tendencias, para diseñar y construir alternativas que permitan un acercamiento progresivo al futuro deseado en base a la toma de decisiones estratégicas.

¹ BERGER, GASTON, (1964) *Phénoménologie du temps et prospective*. París, Presses Universitaires de France.

Los estudios de futuro: una mirada prospectiva de innovación

El análisis prospectivo y el paradigma de innovación apuntan en ese sentido; se trata de proponer una nueva forma de pensamiento - reflexión que permita definir un futuro mejor, un futuro lejano más conveniente y que, sobretodo, cuando se trata de procurar cambios en los comportamientos de la sociedad, donde la complejidad, la velocidad de los acontecimientos y la heterogeneidad de las innovaciones parecen ser las constantes, permita abordar tanto las necesidades inmediatas como las demandas futuras.

Por supuesto, no se trata de predecir el futuro, pero sí de estudiar la mayor parte de las tendencias que nos proporcionarán la base para construirlo, prepararse para las turbulencias, tomando en cuenta un conjunto de dilemas, desafíos y retos que están prefigurando la llegada de una cultura deportiva diferente. No se trata de pronosticar un acontecimiento concreto para un momento dado. Nuestras aspiraciones, más realistas, caminan en el sentido de lograr una previsión relativamente ajustada de las grandes tendencias de estabilidad y cambio que se prevén en el ámbito del deporte femenino y que, se estiman de carácter significativo para la sociedad durante los próximos 10 años.

Optar por una visión estratégica e innovadora a largo plazo es más adecuado y responsable que optar por una actitud reactiva, o lo que es lo mismo, preparar el cambio es más efectivo e innovador que dar solución a los conflictos en el momento en que se presentan y que, en la mayoría de los casos, resulta ser demasiado tarde.

Si, como es el caso, se trata de “**construir futuro**” en el ámbito del deporte en relación a las mujeres, debemos comenzar por erradicar viejos estereotipos sobre las capacidades de las mujeres y, para ello no bastará con la aplicación de encuestas puntuales que nos informen de necesidades o demandas del presente, o de investigaciones que una y otra vez certifican y demuestran la situación de desequilibrio aún existente en ciertas áreas del ámbito deportivo, entre mujeres y hombres. Es necesario ir más allá, tener una percepción clara del presente: **¿Dónde estamos?** y, paralelamente plantear una percepción del FUTURO PROBABLE: **¿Hacia donde vamos?** Y de ésta forma poder enfrentar el diseño y la construcción de un FUTURO DESEABLE: **¿Hacia donde queremos ir?** Y sus respectivas estrategias de desarrollo, definiendo el **Cómo podemos ir**.

Por lo general, éste tipo de metodología actúa como catalizadora, impulsando a grupos sociales (individuos e instituciones) a tratar de forma sistemática las posibilidades de desarrollo, prepara una plataforma sobre la que es posible crear el intercambio óptimo de información necesario para el crecimiento y bienestar social. Señala las demandas sociales, identificando al mismo tiempo las posibilidades de concordancia y consenso que hagan probable sus fórmulas de satisfacción.

En las presentes condiciones se requiere, especialmente, estudiar a fondo las cuestiones de naturaleza cualitativa, muchas veces intangibles, contradictorias, paradójicas y aparentemente caóticas y sin explicación, dando a conocer indicadores generales de bienestar social y necesidades básicas insatisfechas. Por otro lado, es necesario el aná-

lisis de las regularidades, pero sobre todo, y más que nunca, el de las diferencias como factor diferenciador de las necesidades de unos y otras en lo que a la Actividad Física y el Deporte se refiere.

De manera prioritaria, se impone el examen "desprejuiciado" de las experiencias y resultados, tanto propios como ajenos; donde la intuición, el nuevo sentido común y la información resultan los medios fundamentales de orientación, al tiempo que las técnicas conocidas para la realización de los Estudios de Futuro constituyen herramientas útiles que, ante todo, permiten ordenar el pensamiento desde un constructo multidisciplinar y sistémico.

En otros términos:

La PROSPECTIVA ESTRATÉGICA DE FUTURO permite, a partir del análisis del pasado y de la observación del presente, la estimación de un escenario probable en el largo plazo.

A partir de un primer diseño de probabilidad y una vez aplicadas las estrategias de cambio propuestas, dicho escenario podrá ser reconducido hacia la construcción de un ESCENARIO DESEABLE que, en definitiva, no es otra cosa que aquello que deseáramos que fuera el futuro.

La respuesta al ¿Cómo podemos ir? nos viene dada por la aplicación de la TÉCNICA DELPHI, la cual facilita el proceso, entre lo probable y lo deseable, procurando una visualización de situaciones futuras, basada en la opinión y el consenso de expertos/as en aquel ámbito que se somete a diagnóstico procurando una *actitud preactiva* facilitadora y catalizadora del cambio.

Se tratará de llevar a cabo el siguiente proceso generalizado:

- Una invitación a realizar un ejercicio de reflexión y pensamiento humano, generador de conocimiento nuevo y desconocido.
- De manera interdisciplinaria, dinámica y sistémica.
- Cuya finalidad es **generar pronósticos** de **CONSENSO** creciente (Ya sea a favor o en contra).
- Evaluando posibilidades de tendencia y transformación de la sociedad deportiva actual tomando en cuenta el factor género.

Teniendo en cuenta los indicadores de bienestar y calidad de vida, para sintetizar, al menos parcialmente, el impacto de buena parte de los esfuerzos públicos y privados por lograr una sociedad mejor, sin embargo, como ocurre con todo ejercicio de síntesis, la propia naturaleza de estos indicadores deja de lado importantes dimensiones de dicho

bienestar y calidad de vida. Es por esta razón que el presente estudio, inquiera además sobre aspectos que no se conceptúan tradicionalmente dentro de los indicadores de desarrollo humano, pero que igualmente son relevantes para responder a la pregunta de cual será ése posible escenario mujer - deporte en el año 2012.

Se tratará así de conseguir:

- Acciones estratégicas a aplicar procedentes de las propuestas por un grupo de expertos/as en las diferentes áreas del sistema,
- proponiendo la **toma de decisiones** en el presente.
- Generando la construcción de una **visión a largo plazo**.

La disponibilidad tanto de las observaciones, cómo de las opiniones del Panel colaborador permitirán esbozar una guía para la definición de estrategias a aplicar, tanto en el corto como en el largo plazo, así cómo los posibles y/o deseables comportamientos futuros, dirigidos a crear nuevos escenarios, en los que las necesidades y prioridades de la mujeres en el ámbito deportivo aparezcan perfectamente definidos.

Se asume que, una determinada situación del presente puede evolucionar de diversas maneras y presentarse de diferentes formas en el futuro. Estas formas son los futuros posibles que Bertrand de Jouvenel denominó *futuribles* (complejo de los futuros alternativos posibles). Entre esta variedad de futuros hay unos pocos que tienen mayor opción de suceder: los **futuros probables o factibles**. Sin embargo, el futuro probable no siempre es positivo, en cuyo caso se tendrá que buscar lo que los prospectivistas llaman el *futuro deseable*.

El DELPHI, como técnica prospectivista propone así el método del CONSENSO en el anonimato para alcanzar dichas situaciones de deseabilidad, guía las acciones presentes en el campo de lo "posible" del mañana. Asimismo, mantiene un amplio horizonte temporal, se interesa por eventos y situaciones a largo plazo. Ello trae consigo la flexibilidad, ya que al tratarse de una visión a alcanzar en varios años, permite la elección de futuros alternativos y el continuo ajuste de las estrategias a implementar.

Construyendo futuro: capacidad y posibilidades de anticipar el cambio

A diferencia de otras técnicas de gestión y diagnóstico del cambio, la **Prospectiva Estratégica de Futuro** consiste en atraer y concentrar la atención sobre el porvenir, imaginándolo a partir de un futuro deseable y no del presente. A diferencia del pronóstico clásico en el que el pasado explica el futuro casi como una consecuencia inapelable del mismo; en la PROSPECTIVA será ése futuro deseado el que ayude a comprender el pasado y a remodelar el presente. Se propone conseguir que el futuro deseable (futurible) sea más probable que el resto de alternativas, trascendiendo lo exclusivamente posible pero sin dejar de incorporarlo. Se trata de realizar análisis de sistemas, o lo que se llama el método o los métodos de escenarios apoyados en el consenso.

Existen dos métodos o formas principales de lograr una mejor visión del futuro:

1. **La Prospectiva Normativa**, consiste en trazarse una imagen del futuro deseado o escenario ideal, de manera que constituya una guía en la definición de estrategias y objetivos a corto y medio plazo.
2. **La Prospectiva Extrapolativa**, busca definir una gama de futuros o escenarios factibles, posibles y algunos probables, de acuerdo con distintos valores de los parámetros del sistema a diagnosticar.

En cualquiera de estas dos formas de proceder, complementarias, lo importante es que para planificar una estrategia debemos saber a dónde queremos llegar, de manera que para tomar decisiones operativas sobre la marcha debemos saber hasta dónde nos pueden llevar los efectos de las decisiones a tomar y en qué grado pueden apartarse del futuro deseado. Éste planteamiento tiene mucho que ver con la propia planificación deportiva, en la que, una vez visualizada la meta – objetivo al que se pretende llegar se argumentan las necesidades para alcanzarla

Vale la pena subrayar que las técnicas prospectivas, tales como: **tormenta de ideas, análisis estructural, DELPHI, juego de actores, matrices de impacto cruzado, escenarios**, entre otras, pueden resultar fecundas en la planificación y gestión del cambio, siempre y cuando sean consideradas no como técnicas que emergen del azar ni como técnicas formalizadas, sino como prácticas y rumbos heurísticos que producen acciones anticipatorias posibles o probables para la construcción de un futuro lejano más conveniente. Además de contar con una visión holística, en la que el todo no tiene por qué venir dado por la suma de las partes y, en donde se trabajan las acciones del presente en función del futuro deseado, probable y posible, sin por ello desaprovechar un pasado y un presente conocidos con relativa suficiencia.

Entre otras, se prestará atención específica a las siguientes cuestiones:

La igualdad entre sexos. A pesar de que es uno de los principios fundamentales de toda democracia moderna, y así se recoge en el Tratado de la Unión Europea y en las políticas de igualdad de oportunidades y derechos, tanto en el campo laboral como en el resto de los ámbitos, no se ha logrado, sin embargo, una completa igualdad de oportunidades, las mujeres en Europa aún ganan por término medio una cuarta parte menos que los hombres, sus relaciones laborales son más precarias y sus relaciones familiares llevan la carga principal en el cuidado de los hijos, los familiares y las tareas del hogar.

El informe que se presenta viene a considerar que, las investigaciones basadas en la previsión y prospección de futuro cumplen importantes objetivos que van más allá de la mera adopción de normas y/o reglamentos, basándose en la “*inteligencia anticipatoria*”, entendida como método para la detección temprana de grandes tendencias emergentes.

Así pues, como técnica propiciatoria del cambio:

1. Trata de identificar acontecimientos y buscar opiniones para el establecimiento de prioridades actuales para la mejora de situaciones futuras.
2. Contribuye al desarrollo de un entorno bien informado para la asignación de recursos y la provisión de prioridades.
3. Promueve la cooperación y comunicación entre actores de diferentes ámbitos del sistema, integrando sus puntos de vista acerca de los diversos intereses de la sociedad.
4. Formula estrategias adecuadas de desarrollo que autogeneren la capacidad de adaptación al probable cambio.
5. Construye escenarios coherentes con rutas de acción posibles que sean visiones de futuros deseables o indeseables.
6. Estudia alternativas y medios que modifiquen tendencias actuales.
7. Identifica conflictos potenciales y medidas adecuadas para resolverlos.
8. Conciencia a los responsables de la toma de decisiones importantes y/o trascendentes de los nuevos factores, variables, ritmos y tendencias.
9. Fomenta la responsabilidad social frente al futuro en lo referido a su desarrollo, eficacia, eficiencia, calidad y ética.

Ante todo, la Previsión informa a los responsables de la toma de decisiones sobre los nuevos desarrollos y sobre el establecimiento de una visión común del futuro, teniendo en cuenta las necesidades a largo plazo ya sea de grupos sociales concretos o de la sociedad en su conjunto. Esto último es particularmente importante, partiendo de la base de que el futuro no está predeterminado, pero es el resultado de las acciones del momento actual. Así, el compartir una visión común contribuye a la orientación de los esfuerzos divergentes hacia una dirección similar y a la creación de una base común de conocimiento sobre las tendencias y necesidades emergentes. Aún más, ayuda a definir los criterios de gasto público y privado dirigido a I+D.

Los estudios de previsión son especialmente beneficiosos si se consiguen establecer como actividad permanente y cíclica, ya que proporciona el mecanismo ideal para adaptar esfuerzos de innovación a las necesidades sociales. Las redes que se establecen entre el ámbito de estudio, los actores, los/as expertos/as, las instituciones responsables, y el gobierno, facilitan canales de comunicación a través de los cuales pueden reunirse los diferentes puntos de vista, de ésta forma resulta más fácil alcanzar acuerdos estratégicos.

El informe tratará de construir un escenario posible y deseable para las mujeres en el deporte, a través de:

A/ PERCEPCIÓN DEL PRESENTE: ¿DONDE ESTAMOS?

Delimitación del sistema, constituido por:

- El fenómeno o problema a estudiar y su contexto social.
- El horizonte temporal del estudio (2003 – 2012).
- La formulación de algunas situaciones iniciales sobre las variables esenciales, internas y externas.

B/ PERCEPCIÓN DEL FUTURO PROBABLE ¿HACIA DÓNDE VAMOS?

- Análisis retrospectivo del fenómeno, indagando sus mecanismos evolutivos, invariantes (factores que pueden considerarse constantes en el horizonte temporal determinado), y tendencias profundas a largo plazo.
- Examen de las estrategias de los actores, considerando tanto los elementos estables como los indicios de cambio
- Exploración de indicios que revelen un hecho transformador: *germen de cambio*, diseño de escenarios probables y alternativos.

C/ DISEÑO DEL FUTURO DESEABLE ¿HACIA DONDE QUEREMOS IR?

- Elaboración de escenarios alternativos (MUJER - DEPORTE), a partir de las tendencias más probables de las variables esenciales, la interacción y negociación de los actores, y las transformaciones que pueden emerger como resultado de eventos detonantes.

D/ ESTRATEGIAS DE DESARROLLO ¿HACIA DONDE PODEMOS IR?

- Tomadas en cuenta las recomendaciones del grupo de expertos/as puede considerarse su formulación y aplicación práctica en las respectivas áreas de intervención.

Los estudios de género en el deporte

La práctica de las actividades físico – deportivas son una parte importante de la cultura física de nuestra sociedad y ha ido ganando preferencia entre las actividades de tiempo libre en nuestro país. (G. Ferrando, 1991 y sig.)². Sin embargo, lo mismo que otros bienes sociales, su distribución entre la población es muy desigual debido a diferentes factores, entre ellos el sexo.

La escasa identificación de las mujeres con las actividades físico-deportivas en general, y con el deporte en particular, en la historia moderna, se hace sentir todavía en el

² GARCÍA FERRANDO, MANUEL. (1991) *Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del S.XX*. CSD. Madrid

GARCÍA FERRANDO, MANUEL; PUIG BARATA, NURIA; LAGARTERA OTERO, FRANCISCO. (2002). *Sociología del Deporte*. Alianza Editorial.

GARCIA FERRANDO, Manuel y otros (comps.) (2002) *Sociología del deporte*. Alianza Editorial S.A. Madrid.

momento actual. La incorporación de las mujeres al ámbito deportivo ha resultado lenta y difícil, si bien es cierto que su posición ha ido cambiando a medida que ha cambiado su rol social. Si nos atenemos a las dos formas dominantes de hacer deporte, deporte de competición y deporte de tiempo libre, la incorporación de las mujeres ha encontrado obstáculos diferentes.

Por una parte, la incorporación de la mujer al deporte de competición fue lenta y difícil por causas bien conocidas, entre ellas la incompatibilidad entre el estereotipo femenino dominante en las generaciones anteriores y las exigencias deportivas, tanto desde el punto de vista de la práctica competitiva como de la propia cultura deportiva de orientación predominantemente masculina (tiempos, espacios, organización, lenguaje, símbolos, etc.). El estereotipo femenino, acuñado definitivamente en la moral burguesa del siglo XIX ha sido muy resistente al cambio, no sólo porque se fundamentaba en principios muy arraigados de tipo cultural, religioso, estético y frecuentemente pseudocientífico, sino también porque era un estereotipo compartido por hombres y mujeres. Por lo tanto el mundo del deporte no hizo más que seguir la moral de la época; recuérdese la posición tan cerrada del Barón Pierre de Coubertin sobre la participación de las mujeres en los Juegos Olímpicos.

Es verdad que la situación no era igual para todas las mujeres ni para todos los deportes; así, las mujeres participaron en algunos deportes llamados de clase como el tenis, el golf o la caza, o en aquéllos cuyo valor estético disimulaba el esfuerzo físico, como el patinaje, las modalidades gimnásticas o el propio tenis. Sin embargo en otros deportes donde el objetivo era fundamentalmente el esfuerzo o el record, las mujeres tuvieron muchas dificultades. Es cierto que la lucha de las mujeres por su participación ha cosechado ya grandes éxitos y su protagonismo es un hecho, pero probablemente hoy la lucha es por su reconocimiento.

Los movimientos sociales de liberación de la mujer y de la reivindicación de sus derechos que nacen con el siglo XX llegan también al deporte; así, ante la persistente negativa a admitirlas en los Juegos Olímpicos, en aquellos deportes no vinculados al sexo femenino, como el atletismo, hace que Alice Millat fundara en 1922 los Juegos Olímpicos femeninos, que se celebran en París y se repiten en 1926 en Gotemburgo y en 1930 en Praga. Este hecho tuvo algunos efectos concretos, por ejemplo la inclusión de algunas pruebas atléticas femeninas en los Juegos Olímpicos de Ámsterdam en 1928, a pesar de que la opinión general estaba en contra e incluso las mujeres que se arriesgaban tenían que soportar las dudas sobre su identidad sexual. A pesar de todo la lucha de las mujeres por su participación ha cosechado ya grandes éxitos, sobre todo en las últimas décadas, tanto desde el punto de vista de la participación como del número de pruebas.

Por otra parte, la aparición de el modelo de Deporte para Todos a partir de los años setenta, que da entrada a otras formas de hacer deporte distintas a las convencionales del deporte competitivo y que atrae a grandes masas de población, sobre todo en los países desarrollados instalados en el estado de bienestar y que en principio podía ser un campo de fácil acceso para las mujeres, tampoco dio frutos inmediatos.

Para Jennifer Hargreaves (1993)³ las causas de este retraso hay que buscarlas, por un lado, en la todavía persistente identificación entre deporte y masculinidad y, por otro, en la propia vinculación de esta forma de hacer deporte con el tiempo libre. Para esta autora dicha vinculación ha puesto de manifiesto otros problemas de las mujeres derivados de las concepciones dominantes sobre el ocio y el trabajo, ya que es bien sabido que el trabajo socialmente valorado es el trabajo productivo y remunerado, y éste es el que da derecho al ocio. Sin embargo, el trabajo reproductivo y no remunerado que era el dominante entre las mujeres, les ha privado también de ese derecho al ocio del que legítimamente podían disfrutar los varones.

Desde luego llama la atención que en un país como el nuestro, donde más del 50 por ciento de la población son mujeres, su representación en el mundo del deporte se minoritaria, no sólo en cuanto a práctica sino también en otros sectores como la organización, investigación y toma de decisiones deportivas.

La representación de la mujer en el deporte español a comienzos de siglo XXI arroja los siguientes datos:

- Hábitos deportivos. Población general (García Ferrando, M., 2006): 30 % de mujeres y 45, % de hombres.
- Deporte Infantil. (Instituto Estadística CAM, 2003): 36.42% de niñas y 63.58% de niños.
- Deporte de juventud. (Elzo, J. y col.,2000): 58,8 % de mujeres y 81 % de hombres.
- Deporte universitario. (París, F., 1999): 25 % de mujeres y 75 % de hombres.
- Deporte escolar. (Consejo Superior de Deportes, 1998): 30 % de mujeres y 70 % de hombres.
- Deporte de Alta Competición (Participación en Atenas 2004): 42.17 % de mujeres y 56.52 % de hombres.
- Licencias Deportivas (1992): 15.28% de mujeres y 57.76% de hombres (resto sin discriminar).
- Licencias Deportivas (1996): 14,17% de mujeres y 77.03% de hombres (resto sin discriminar).
- Licencias deportivas. (Consejo Superior de Deportes, 2000): 25,8 % de mujeres y 74,2 % de hombres.

³ HARGREAVES, Jennifer (1993) *Problemas en el ocio y los deportes femeninos*. Madrid, La Piqueta.

- Licencias Deportivas (2003): 16.19% de mujeres y 79.61% de hombres (resto sin discriminar).

Los datos confirman, efectivamente, que son el género junto a la edad los factores que más discriminan en la práctica deportiva con gran diferencia sobre otros factores.

El análisis de género aplicado al deporte ha puesto de manifiesto no solo las diferencias cuantitativas sino también diferencias en el tipo de actividad física o deporte practicado, en su frecuencia e intensidad, en su forma de asociarse, en sus motivaciones y expectativas (Buñuel, A., 1990; Vázquez, B.,⁴ 1993; G. Ferrando, M., 2000; Martín, J.M., 1997) por lo que puede afirmarse que en relación a la práctica de actividades físico-deportivas las mujeres mantienen hábitos deportivos diferentes a los de los hombres.

La investigación feminista actual, que se sitúa en la perspectiva del llamado "feminismo de la diferencia", trata de profundizar en el sentido de las diferencias entre los sexos y busca una mayor comprensión de los comportamientos femeninos, en este caso los comportamientos físico-deportivos.

Aunque el colectivo femenino es uno de los colectivos emergentes en el ámbito deportivo, no es un colectivo homogéneo, por lo que se necesita profundizar en otras variables intra género, como la edad, la educación o el status sociolaboral y económico.

El colectivo femenino no solamente no es homogéneo sino que se ha diversificado en el sentido de que hoy conviven diferentes formas de ser mujer, por lo que muchos de los estereotipos tradicionales también se han roto.

Esto unido a los procesos de individualización de las sociedades avanzadas, permiten a las mujeres construir su identidad de acuerdo con sus deseos en mayor medida que tradicionalmente. Evidentemente, en este sentido, son los colectivos más jóvenes los que se sienten más beneficiados; así, Inés Alberdi (2000) destaca como factores de la nueva identidad femenina entre las mujeres jóvenes españolas, la independencia, la actividad, la mayor seguridad en sí mismas y un mayor sentimiento de igualdad respecto de los hombres.

Sin embargo, a pesar de estos avances y otros relacionados con el nivel educativo y con una mayor incorporación al trabajo, la práctica deportiva, según los últimos sondeos, no ha aumentado significativamente⁵. Hay que destacar, además, que, a pesar de que las mujeres hayan aumentado su nivel educativo, dispongan de más recursos e incluso tengan índices de natalidad muy bajos, no hayan aumentado su práctica deportiva de

⁴ VAZQUEZ, BENILDE (1993) *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer. Madrid.

⁵ Consúltase cuadro correspondiente a la evolución histórica de número de Licencias Deportivas (involutiva en el caso de las mujeres).

tiempo libre, como cabría esperar. Por todo ello se hace necesario profundizar en las causas sobre todo si pensamos en los beneficios asociados a la práctica del ejercicio físico, de los que las mujeres también deben disfrutar. Convendría desarrollar líneas de investigación más centradas en la situación de las propias mujeres y en su percepción de las actividades físico-deportivas⁶.

ANOS	1992	1993	1994	1995	1996	1997	1998	1999	2000	2001	2002	2003
HOMBRES	1.383.119	1.424.398	1.470.293	1.487.499	1.939.818	1.587.635	1.518.758	1.522.918	1.639.727	1.281.136	2.112.900	2.289.970
MUJERES	365.557	367.326	401.218	375.139	356.788	421.206	430.821	428.555	423.647	389.933	406.092	468.773
SIN DISCRIMINAR	646.781	689.003	623.119	645.564	221.373	556.880	586.039	620.895	581.158	849.055	210.156	117.468
TOTAL	2.394.457	2.480.727	2.494.630	2.508.202	2.517.779	2.565.521	2.535.418	2.572.368	2.644.532	2.520.124	2.729.148	2.876.231

Panorama internacional y nacional para promover el cambio social en relación a las mujeres y el deporte

Cuando hablamos de cambio entendemos, en general, que éste se produzca en sentido positivo y, por tanto, de progreso. Hay muchas maneras de evaluar el progreso de las mujeres y, con ellas el de las sociedades. Una de ellas es a través de las historias personales; otra mediante la estadística y los indicadores de situación. Un escenario completo requeriría tanto de narraciones como de números. En una evaluación global, sin embargo, sólo se pueden contar un número limitado de historias.

Por otra parte los indicadores numéricos han demostrado ser poderosas herramientas de apoyo cuando se vinculan al cumplimiento de compromisos específicos relacionados con el progreso de las mujeres. Como lo explica Patricia B. Licuanan,⁷ psicóloga social y presidenta de la Universidad del Estado de Pensylvania, en uno de sus estudios sobre factores humanos en el proceso del desarrollo nacional.

“La medida en que un país ha podido tener un impacto sobre los temas específicos de las mujeres y reducir la brecha existente entre los géneros es lo que se puede llamar progreso. El “progreso” indica la distancia o la cercanía a resultados u objetivos específicos que se desean o a los que se aspira en cada una de las áreas fundamentales de interés”. (1999).

A éste respecto *“La Declaración del Milenio”* viene a definirnos sus objetivos como:

“Los Objetivos deben ser parámetros que sirvan para medir los avances realizados en materia de desarrollo, Paz y Derechos Humanos, regidos por determinados valores fundamentales, esenciales para las relaciones internacionales en el Siglo XXI”. Y concreta en su punto segundo:

⁶VAZQUEZ, BENILDE (1993) *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer. Madrid.

⁷LICUANAN, PATRICIA B. (1999) *Serie: Studies and Documents* (Major Programme I, Reflection on World Problems and Future-Oriented Studies).

*La Igualdad: ... Debe garantizarse la igualdad de Derechos y Oportunidades de hombres y mujeres.*⁸

Es la ineficacia de ofrecer soluciones y herramientas prácticas, demostrada hasta el momento por los métodos de diagnóstico hasta ahora aplicados, sumada al aburrimiento que provoca la lectura de fríos datos estadísticos, casi siempre reiterativos, e incluso la inexistencia de esos datos segregados por sexos, lo que impide, en muchas ocasiones, la visión de un espectro real. Razón por la cual se plantea una metodología diferente e innovadora hasta ahora aplicada con éxito en la búsqueda de la evolución tecnológica, médica y de otras problemáticas sociales y que, tomando como base la opinión, información y aportación de conocimiento de personas expertas en el área del estudio nos permitirá el diseño de escenarios futuros mas o menos probables y/o deseables.

Actualizar e implementar acciones lleva implícito la asunción de ideas tales como “cambiar para avanzar”, en el sentido de ser conscientes de que no se puede tener perspectiva de progreso permitiendo la preponderancia de un sexo sobre el otro, que es necesario llevar a cabo, en un determinado periodo de tiempo, un amplio conjunto de estrategias de acción positiva, de medidas y diagnósticos para alcanzar la igualdad de derechos y oportunidades en determinados ámbitos de desarrollo social, como lo es el representado por el deporte.

El Estudio – Informe que se presenta se inscribe dentro de la iniciativa de la Estrategia Internacional: **Scénarios Europe 2010 Cinq avenir possibles pour l’Europe** GILLES BERTRAND (COORD.) y cols. JUILLET 1999⁹ así como de las campañas de sensibilización para la obtención de los OBJETIVOS DE DESARROLLO DEL MILENIO (en adelante ODM).

En septiembre de 2000, en la Cumbre del Milenio de las Naciones Unidas, los líderes del mundo convinieron en establecer objetivos y metas mensurables, con plazos definidos, para combatir la pobreza, el hambre, las enfermedades, el analfabetismo, la degradación del ambiente y la **discriminación contra la mujer**. Estos objetivos y metas, que constituyen la esencia del programa mundial, se llaman ahora “**Objetivos de desarrollo del milenio**”. En la Declaración de la Cumbre del Milenio se definieron también muchos compromisos en materia de derechos humanos, buen gobierno y democracia.

Entre otros, para el año 2015 los 191 Estados Miembros, entre los que se cuenta España, se comprometieron a cumplir el siguiente objetivo.

3. Promover la igualdad entre los géneros y la autonomía de la mujer. Eliminar las desigualdades entre los géneros en la enseñanza primaria y secundaria, preferiblemente para el año 2005, y en todos los niveles de la enseñanza para 2015.

⁸ Fuente: Oficina encargada del Informe de desarrollo humano, Naciones Unidas, 2003.

⁹ Fuente: Proceso de reflexión Europa 2010 auspiciado por la Célula de Prospectiva de la Comisión Europea. http://europa.eu.int/comm/cdp/scenario/resume/index_fr.htm.

Más de 40 países han hecho sus informes en relación con los ODM. Es, pues una oportunidad de incluir las metas específicas en cada país así como los indicadores que aún no están presentes y que son claves para el cumplimiento de la igualdad de género, uno de dichos indicadores puede venir perfectamente representado por la participación de las mujeres en el ámbito deportivo.

Habrà una revisión global en el 2005, en la cual los jefes de Estado y de Gobierno analizarán el progreso realizado en dicha implementación. Ésta será una oportunidad para la sociedad civil de exigibilidad de cuentas e interconexión de objetivos, ya que en ese mismo año se celebra el Décimo Aniversario de la Conferencia Mundial de Beijing (Beijing + 10) cuyo objetivo será revisar la implementación de la plataforma de acción que fue firmada en la IV conferencia en 1995.

Desde el 28 de febrero al 11 de Marzo del 2005, la Comisión de la Condición Jurídica y Social de la Mujer de la ONU (CSW por sus siglas en inglés), conducirá la revisión y evaluación de los 10 años de la Plataforma de Acción de Beijing (Beijing +10) y conmemorará el trigésimo aniversario de la Primera Conferencia Mundial sobre la Mujer llevada a cabo en Méjico en 1975. Durante el año 2004 se realizaron reuniones regionales con el fin de preparar esta Revisión.

En su programa multianual de trabajo, la Comisión de la Condición Jurídica y Social de la Mujer tiene el mandato de realizar, en su 49º período de sesiones a celebrar en marzo de 2005, un examen y evaluación de la aplicación de la Declaración y la Plataforma de Acción de Beijing, aprobadas en la Cuarta Conferencia Mundial sobre la Mujer (Beijing, 1995).

En 2005 se realizará la Revisión Mundial - Beijing +10 – coordinada por la División de Naciones Unidas para el Adelanto de la Mujer (DAW). Todas las comisiones regionales y demás organizaciones intergubernamentales regionales deberán llevar a cabo actividades de apoyo al proceso preparatorio, incluido la celebración de reuniones dirigidas a garantizar una perspectiva regional en la implementación y en ulteriores acciones e iniciativas, así como para presentar sus informes¹⁰.

Así pues, integrar acciones específicas con perspectiva de género en las políticas dirigidas a cumplir los ODM a través de la identificación de modelos operacionales de cómo la perspectiva de género puede ser integrada en la gestión de estrategias; o de la identificación de herramientas que promuevan el cambio, cumpliendo así con la multidimensionalidad del objetivo 3 del Milenio es uno de los fines del presente informe.

¹⁰ Los diferentes documentos, objetivos y procesos regionales pueden ser consultados en la página <http://www.socialwatch.org/es/documentos/Beijing.htm>
http://www.choike.org/documentos/mapping_esp.pdf
<http://www.choike.org/nuevo/informes/1360.html#10%20años%20después,%20debate%20sobre%20Beijing%20+10>.

En ésta línea de razonamiento, destacamos la necesidad de fomentar un pensamiento colectivo y estratégico, prospectivo y asociado a la innovación, para emprender con anticipación la gestación de un FUTURO DESEABLE y su articulación en el desarrollo social.

Conscientes del carácter exploratorio y unitario del actual proyecto, que pretende asegurarse de que los gobiernos y órganos decisores de políticas deportivas tomen conciencia de la importancia del tratamiento estratégico de cuestiones de género e igualdad de oportunidades, instándoles a que planifiquen y efectúen acciones positivas que fomenten su adelantamiento. Deseamos que el mismo sea útil para señalar futuras hipótesis de trabajo susceptibles de un tratamiento más profundo.

Se considerará que el estudio habrá cumplido su objetivo si las aportaciones prácticas que el informe proporcione, contribuyen a aumentar el conocimiento, la sensibilización y la actitud activa de compromiso en relación a los problemas que en él se presentan. Así cómo la inclusión del concepto de género en la implantación de futuras políticas deportivas.

En éste sentido, es imprescindible que se conceda al deporte el justo valor que juega, no sólo como actividad lúdica, sino también por la enorme contribución que puede aportar a asuntos sociales, económicos, y de salud, de ámbito mucho más amplio, teniendo especialmente en cuenta, en éste caso, el proyecto Olímpico Madrid-2012.

En la misma línea, El CONSEJO DE EUROPA hace las siguientes recomendaciones:

Convencido que la implantación de la igualdad efectiva entre mujeres y hombres se encuentra aún con obstáculos, especialmente de tipo cultural y social; Subrayando el papel fundamental que cumple el deporte en la formación de los individuos y la interacción existente entre deporte y actitudes sociales; Convencido de que el sexismo que se refleja en la sociedad—que hace predominar lo masculino sobre lo femenino— constituye un estorbo al proceso de instauración de la igualdad entre mujeres y hombres, porque oculta la existencia de las mujeres, que son la mitad de la humanidad, y niega la igualdad entre hombre y mujer; Advirtiendo, además, que el empleo del género masculino para designar a las personas de ambos sexos provoca, en el contexto de la sociedad actual, incertidumbre respecto a las personas, hombre o mujeres, de que se habla; función que cumplen la educación y los medios de masas en la formación de actitudes y comportamientos; Recordando su Recomendación nº R (85) 2, relativa a la protección jurídica contra la discriminación basada en el sexo;

Teniendo en cuenta igualmente la Resolución sobre política y estrategias para alcanzar la igualdad en la vida política y en el proceso de toma de decisiones, y la resolución sobre las políticas para acelerar la igualdad efectiva entre mujeres y hombres, aprobadas respectivamente por la 1ª (Estrasburgo, 4.3.1986) y la 2ª (Viena, 4- 5.7.1989) Conferencia ministerial europea sobre la igualdad entre mujeres y hombres; Recomienda a los gobiernos de los Estados miembros, al Parlamento Europeo, al Comité Económico y Social y al Comité de las Regiones: la aplicación de estudios estratégicos con el objetivo de caminar hacia una estrategia marco comunitaria sobre la igualdad entre hombres y mujeres (2001-2010).

En éste contexto, son varios los organismos que comienzan a tomar iniciativas al respecto:

- **ONU: Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer** El Comité para la Eliminación de la Discriminación contra la Mujer, con el apoyo de la División para el Adelanto de la Mujer del Departamento de Asuntos Económicos y Sociales, vigila el cumplimiento de la Convención de las Naciones Unidas sobre la eliminación de todas las formas de discriminación contra la mujer.
- Las recomendaciones de ese Comité, constituido por 23 expertos, han contribuido a dar a conocer los derechos económicos y sociales de la mujer, así como sus derechos políticos y civiles y las formas de asegurar el disfrute de esos derechos.
- **INSTRAW:** El Instituto Internacional de Investigaciones y Capacitación para la Promoción de la Mujer se creó en 1976 por recomendación de la Primera Conferencia Mundial sobre la Mujer. El Instituto recibió el mandato singular de promover y realizar a nivel internacional programas de investigación en materia de políticas y de capacitación que contribuyeran al adelanto de la mujer; aumentar su participación activa y en pie de igualdad en el desarrollo; aumentar la conciencia sobre las cuestiones de interés para la mujer y crear redes mundiales para el logro de la igualdad entre los sexos.

Paralelamente se vienen realizando desde 1994 CONFERENCIAS MUNDIALES SOBRE MUJERY DEPORTE:

1. BRIGHTON (REINO UNIDO), 1994
2. WINDHOECK (NAMIBIA), 1998
3. MONTREAL (CANADÁ), 2002
4. JAPÓN, 2006

Llevándose a cabo una serie de recomendaciones y declaración de principios con el objetivo de mejorar la situación y consideración de las mujeres en éste ámbito.

Se presenta a continuación el contenido de la última conferencia celebrada, estimándose que guarda directa relación con los objetivos del informe.

III CONFERENCIA MUNDIAL SOBRE LA MUJERY EL DEPORTE (Montreal – 2002)

- **CONTENIDO:**

- Identificación de barreras que encuentran las mujeres.
- Utilización del deporte para fomentar el liderazgo comunitario, el desarrollo, el entendimiento internacional y la paz.

- Importancia del deporte para la realización personal de las mujeres y de las niñas.
- Formas para garantizar el acceso de las niñas y de las mujeres a los deportes y a la actividad física.
- Formas de contribuir al cambio en la cultura y en los sistemas deportivos para que haya una mayor inclusión, seguridad y respeto en la práctica deportiva de las mujeres.
- Estudio de diversos métodos para influir sobre los gobiernos, las organizaciones deportivas, los medios de comunicación y los patrocinadores deportivos.

- **OBJETIVOS**

- Ayudar a las mujeres y a las niñas a superar las barreras personales y sociales, desarrollando su autoestima y seguridad en sí mismas.
- Formar profesoras, funcionarias, administradoras y entrenadoras, y estimularlas para llegar a los niveles más altos.
- Estimular a las deportistas para que actúen como modelos a seguir.
- Invitar a las jóvenes a convertirse en líderes u actuar como mentoras de sus hermanas menores.
- Propiciar una cultura de respeto y satisfacer las necesidades de todas las mujeres, sean cuales sean su educación y sus capacidades.
- Erradicar el acoso sexual y el abuso en el deporte.

- **ACTUACIONES:**

- Entrega de una Caja de herramientas” con material e ideas para aumentar las oportunidades de las mujeres y las niñas en el deporte, cuyo contenido deberá adaptarse a las circunstancias de cada país.

Acciones futuras

- Se solicitó al Grupo de Trabajo Internacional sobre la Mujer y el Deporte tratar los siguientes objetivos sobre el próximo periodo de cuatro años:
- Inclusión de los deportes y la actividad física para mujeres como una sección en los informes a la *Convención sobre la Eliminación de todas las Normas de Discriminación contra la Mujer* (CEDAW).

- Presentación de un Informe sobre la III Conferencia Mundial sobre la Mujer y el Deporte en la Conferencia Internacional de Ministros y Altos Funcionarios encargados de la Educación Física y el Deporte (MINEPS IV), auspiciada por la UNESCO, en el año 2004.
- Seguimiento de los progresos obtenidos tras la *Declaración de Brighton* y el *Llamado a la Acción de Windhoeck* y reunir pruebas sobre la utilidad del deporte en el desarrollo de las mujeres, las comunidades y las naciones.
- Desarrollar y ampliar la disponibilidad de recursos para las personas que trabajan en asuntos de mujer y deporte en todo el mundo.
- Registrar y evaluar ejemplos de discriminación de género en la elaboración de políticas y regulaciones.
- Continuar realizando un seguimiento a los efectos de la crisis mundial de la Educación Física y fomentar su defensa como valor educativo para las mujeres.
- Apoyar y estimular el trabajo de los organismos internacionales dedicados al deporte y a la Educación Física de mujeres.
- Estimular una cooperación entre agencias dedicadas a la salud, la educación y la equidad entre géneros, tanto a nivel nacional como internacional.
- Trabajar de manera cooperativa con las federaciones y el movimiento olímpico.
- Trabajar de manera eficaz para producir un cambio cultural y estructural en la organización deportiva, con miras a alcanzar una equidad entre géneros.

Éstas recomendaciones de los diferentes Organismos Internacionales, están siendo secundadas por diferentes ámbitos, tanto académicos (**Seminario Permanente Mujer y Deporte** – Fac. CC de ACTIVIDAD FÍSICA y DEPORTE – INEF) Organizaciones sociales **Consejo de las Mujeres del Municipio de Madrid** y por el propio COE, con la reciente creación de la **Comisión Mujer y Deporte**.

METODOLOGÍA

El método DELPHI: la utilidad de los pronósticos

El propósito principal de un pronóstico es el de producir información sobre posibles comportamientos futuros de ciertos factores o variables comprendidos en el área de interés.

En su acepción más genérica el pronóstico debe contribuir a una mínima comprensión de las incertidumbres del futuro, de manera tal que quienes toman decisiones de

impacto colectivo e implementan políticas de cualquier tipo, puedan hacerlo a sabiendas del nivel de riesgo implicado en tales medidas.

Particularmente el pronóstico asume una relevancia central en las sociedades contemporáneas, que han alcanzado grados de complejidad e incertidumbre situados por encima del umbral de predicción intuitiva de los agentes decisores.

Por lo tanto, buena parte de los pronósticos estarán orientados a definir posibles escenarios futuros explicitando los niveles de riesgo y oportunidad asociados a cada uno de ellos, con el cometido de que los agentes decisores puedan enfrentar la opacidad del futuro con herramientas más adecuadas.

El método Delphi fue elaborado en los años 60 por Olaf Helmer¹¹ de la Rand Corporation (Santa Mónica – California), y denominado de tal forma en homenaje al Oráculo de Delphos de la Antigua Grecia.

En el informe se ha llevado a cabo un proceso de obtención de consenso mediante dos “rondas” de consulta, consistentes en interrogar individualmente, por medio de una serie de cuestionarios, a un panel de “expertos” previamente seleccionados en función de su categoría profesional, actividad o cargo, con el objetivo de identificar escenarios futuros en las áreas de interés. Los cuestionarios se administraron en sucesivas rondas, en las que se intenta, a través de la presentación de los resultados de la ronda anterior, generar pronósticos de consenso creciente. A pesar de su nombre el cuestionario no sólo hace preguntas, sino que además provee información a los miembros del panel sobre el grado de consenso y los argumentos presentados por las diferentes posiciones.

Primera Ronda: por medio de los cuestionarios se pide a los panelistas que pronostiquen las tendencias o eventos relativos a las áreas de interés. Las respuestas son procesadas estadísticamente buscando tanto el “centro” de la opinión grupal como las posturas que se desvían de ese centro.

Segunda Ronda: a aquellos panelistas cuyas respuestas o consideraciones prospectivas se alejen de la zona de concentración mayoritaria se les pregunta nuevamente, adicionando en el formulario los argumentos más consensuados por el resto del panel para que les sea posible reconsiderar su posición anterior.

El resultado final de la secuencia Delphi vendrá dado por el conjunto de los pronósticos más reiterados, eventualmente acompañados de medidas de dispersión de las respuestas, y un resumen de insumos críticos y argumentos relacionados con cada evento pronosticado. Cada conjunto de pronósticos sobre un tema particular define un escenario, que emerge como dotado de mayores probabilidades de concreción que otros escenarios alternativos.

¹¹ HELMER, O; RESCHER, N. (1972) *Sobre la Epistemología de las ciencias inexactas, Futuro presente*, núm. 8.

Características del Delphi

Sus principales ventajas son la elevada capacidad de integrar información y perspectivas diversas, la posibilidad de explorar diversas cuestiones a la vez y la elevada capacidad para obtener acuerdos entre los participantes.

El método señala puntos críticos y tendencias de manera prospectiva permitiendo acotar cuestiones relevantes como objeto de análisis más específico.

Anonimato: cada experto desconoce la identidad de los demás integrantes del panel.

Interacción: se extraen de los cuestionarios aquellos segmentos de información que son relevantes como insumos y se presentan al panel en la ronda posterior. La interacción de argumentos impersonales a favor o en contra de cada pronóstico contribuye a formar estados de consenso que hacen más nítidos los escenarios emergentes. Tanto las posturas minoritarias como las mayoritarias tienen presencia en el panel.

Heterogeneidad: pueden participar expertos de diferentes ramas de actividad sobre las mismas bases o "reglas de juego".

La técnica DELPHI nos ofrece la fórmula, propugnando la elaboración de una estrategia, herramienta práctica que, basada en la opinión consensuada de Expertos/as, actúe por una parte como recopiladora de una información sistémica e interdisciplinar hasta ahora desconocida y, por otra como correctora de las ineficacias y dificultades detectadas en cada uno de los ámbitos de influencia de los/as participantes en el estudio.

Siguiendo una consigna tan básica como que, en ocasiones, es suficiente cambiar la dirección de la mirada para *VER CLARO* y, partiendo de la base de que la mejor manera de no repetir el pasado es estudiarlo, nos preparamos para un ejercicio de observación de situaciones sociales que tienen que ver con cuestiones de género y su influencia en el ámbito del deporte.

El **objetivo último** será promover e impulsar un nuevo modelo de intervención permanente, flexible y fácilmente aplicable desde los organismos e instituciones responsable, articulando nuevas estrategias, provocando a su vez una corriente de cambio que finalice en el diseño de nuevos y futuros "escenarios" en los que las propuestas no sólo vayan dirigidas a plantear diferentes opciones académicas y profesionales no estereotipadas por razón de sexo, sino que también establezca los pasos teóricos conducentes a un nuevo paradigma, evitando los obstáculos implícitos y explícitos que actúan como dificultadores en el acceso a determinados sectores de la Actividad Física y el Deporte en igualdad de condiciones.

Construir **FUTURO** desde la experiencia histórica, utilizando el pasado como elemento revelador para configurar la estructura futura pero también considerando las

aportaciones de “la Historia” como aquellos hechos que nunca se repiten, lo cual nos permitirá realizar una remodelación desde la ética y valores del presente.

Atendiendo a la necesidad de construir y conceptualizar una subjetividad femenina a partir de aquellos aspectos constitutivos de la misma (Biológicos, Psicológicos, Sociológicos y Morales) y que, necesariamente deben formar parte de la reconstrucción social y sus consecuencias.

Aspectos que tendrán que ver con circunstancias y prácticas concretas de grupos de mujeres profesionales muy diversos que, desde hace tiempo muestran y demuestran maneras propias de hacer, valorar, proponer y justificar acciones para convertir así sus necesidades en derechos.

Instrumento

CUESTIONARIO ESTRUCTURADO TIPO DELPHI, con 33 cuestiones estructuradas en cuatro tipos de preguntas:

- a/ CUESTIONES FORMATO “BRAINSTORMING” (aportaciones libres)
- b/ CUESTIONES FORMATO RANKING (Jerarquización de factores)
- c/ CUESTIONES FORMATO PRONOSTICO (sobre determinados eventos y/o situaciones)
- d/ CUESTIONES FORMATO GRADO DE ACUERDO (Sobre afirmaciones dadas)

Partiendo de la base del espíritu PRO-ACTIVO del estudio y, siguiendo la metodología del proceso prospectivo anteriormente expuesto, las DIMENSIONES DE VALORACIÓN definidas para la investigación serán las que constan a continuación:

1. **ÁMBITO GEOGRÁFICO:** Comunidad Autónoma de Madrid¹²
2. **PERIODICIDAD:** Sin determinar
3. **HORIZONTE TEMPORAL:** Diez años (2003 – 2012) Tomándose en cuenta detonantes Sociopolíticos y Deportivos que hacen suponer cambios más o menos significativos, según sean los resultados obtenidos¹³.

¹² El estudio se delimita como proyecto – Informe circunscrito a la CAM. Sin embargo, lleva implícito el concepto de “Universalidad” ya que es extrapolable tanto a otras Comunidades Autónomas del Estado Español (siempre y cuando se tuvieran en cuenta las distintas realidades sociales, políticas, culturales, económicas y laborales propias de cada Comunidad) Cómo a otras áreas de problemática social.

¹³ Detonantes que, finalmente han tenido o tendrán una importante significación al haberse producido a lo largo del proceso de la investigación un cambio de poder en el Gobierno de la Nación, pasando de ser gobernado por el PP al PSOE, Lo cual hace prever, a su vez, un cambio en las políticas sociales.

Detonantes como:

- **CORRIENTE DE CAMBIO:** Al contener el horizonte temporal propuesto varios periodos electorales. (Autonómicos y Nacionales).
 - **FUERZAS DE RESISTENCIA** Aumento de la violencia contra las mujeres durante los últimos meses (Julio 2003 – Noviembre 2004).
 - **EVENTOS DETONANTES:** JJ OO 2004 y Candidatura Olímpica Madrid - 2012¹⁴.
 - **CONDICIONES PREDECIBLES:** Como efecto de las anteriores circunstancias.
4. **POBLACIÓN DIANA** En el caso del estudio, y dada la particular característica de la metodología utilizada, la población diana coincide con el ámbito en el que tiene lugar su aplicación: la Comunidad Autónoma de Madrid, relacionada con la Actividad Física y el Deporte de las mujeres, sector que se detecta, "a priori" como desfavorecido respecto al mismo tipo de actividades por parte de la población masculina.
5. **ORIENTACIÓN:** Estudio Sociológico de Prospectiva Estratégica de Futuro.
6. **ALCANCE:** Nivel "Micro" Sectorial por tratarse de un estudio – Informe becado por el C.S.D.
7. **ENFOQUE:** El enfoque otorgado responde al tipo SCIENCE – PUSH, atendiendo a la necesidad de provocar un empuje científico en el área problema haciendo uso de nuevas metodologías de investigación al servicio de la sociología del deporte.
8. **ESCENARIO:** Se trata de un Delphi de PROYECCIÓN en el que se prevé la construcción de un ESCENARIO EXPLORATORIO, habiéndose tenido en cuenta tendencias pasadas y presentes, para la construcción de futuros verosímiles

CUADRO RESUMEN

Así descrito, el estudio responde a las siguientes características en relación a la metodología y técnica empleadas para su realización.

AMBITO GEOGRAFICO	PERIODICIDAD	HORIZONTE TEMPORAL	POBLACION DIANA	ORIENTACION	ALCANCE	ENFOQUE	ESCENARIO
C.A.M	Sin Determinar	10 años 2003 - 2012	CAM MUJER DEPORTE	Estudio Sociológico Prospectivo	Micro	Science - Push	Exploratorio

¹⁴ En el momento de la redacción de éste documento Madrid ha pasado el primer corte en la carrera hacia la candidatura olímpica del 2012. Hecho que hace suponer cambios en la planificación y gestión del deporte del País.

CUADRO COMPARATIVO PREVISIÓN - PROSPECCIÓN

	PREVISION	PROSPECTIVA
VISION	ACCION UNITARIA	ACCION SISTEMICA
VARIABLES	CUANTITATIVAS, OBJETIVAS Y CONOCIDAS	CUALITATIVAS (CUANTIFICABLES, O NO), SUBJETIVAS CONOCIDAS U OCULTAS
RELACIONES	ESTATICAS	DINAMICAS (Corrientes de cambio)
EXPLICACION	EL PASADO EXPLICA EL FUTURO	EL FUTURO ES LA RAZON DE LAS ACTUACIONES PRESENTES
FUTURO	UNICO Y CIERTO	MULTIPLES, POSIBLES
METODO	MODELOS DETERMINISTAS Y CUANTITATIVOS	ANALISIS INTENCIONAL MODELOS CUALITATIVOS Y ESTOCASTICOS
ACTITUD FRENTE AL FUTURO	PASIVA O ADAPTABLE (FUTURO QUE HAY QUE SOPORTAR)	ACTIVA Y CREATIVA (FUTURO DESEADO)

Panel de expertos/as

La configuración del panel de expertos, como herramienta imprescindible de la consulta, requiere de varias consideraciones:

1. Se considerará experto/a *"aquel individuo cuya situación y sus recursos personales le permitan para contribuir positivamente a la consecución del objetivo que ha motivado la iniciación del ejercicio Delphi"*¹⁵ (Landeta 1999). *"Cualquier persona capaz de sentarse a pensar durante media hora sobre un problema"*.
2. El Panel es el fruto de las sugerencias en forma de potenciales panelistas aportadas por el Equipo Investigador y, naturalmente de la aceptación a participar de los mismos.

Siguiendo las recomendaciones propias de la metodología, el Panel estará compuesto por Hombres y Mujeres, al tratarse de un estudio bajo la perspectiva de género.

Así mismo se distinguirán colectivos diferenciales dentro del panel, atendiendo a aspectos como la profesión y especialidad o la participación en actividades docentes y de investigación, la realización de estudios de género, o la pertenencia a organizaciones y organismos deportivos públicos y privados implicados en la temática de la consulta.

CRITERIOS APLICADOS EN LA SELECCIÓN DEL PANEL:

Los participantes que integraron el panel fueron seleccionados de acuerdo a ciertas características personales como:

- Ser estudiosos de algún tema relacionado con la investigación deportiva en cualquiera de sus áreas de interés.

- Demostrar particular interés por el tema a estudiar o bien estar implicados/as en el contexto.
- Pertenencia a algún sector de la población diana (Deportistas femeninas).
- Pertenencia a algún sector alejado de la población diana (Deportistas masculinos)¹⁶.
- Ser responsables de áreas de gestión y dirección de actividades deportivas.
- Pertenencia a Instituciones políticas responsables de la gestión deportiva (Local, Nacional e Internacional).
- Impartir o haber impartido recientemente actividad docente en área de Educación Física y/o Deporte (Distintos niveles educativos).
- Ser capaces de plantear alternativas y propuestas de carácter innovador, cualesquiera sean las funciones que realicen y el status social que tengan.

Así mismo, se puso especial cuidado en evitar sesgos en su composición ya que, la no corrección de éstos, conduciría a resultados sesgados. A éste respecto se ha procurado evitar:

- a) Recargar la participación de individuos claramente pesimistas u optimistas, circunstancia que forzaría el consenso en un sentido pesimista u optimista respectivamente.
- b) Incluir en el panel individuos representantes de una ideología determinada - cuando ello sea variable no controlada en la experiencia- descuidando el equilibrio ideológico del panel al no incluir individuos representantes de las ideologías opuestas.
- c) La inclusión de panelistas dogmáticos pues ello dificultaría la obtención de consenso.

Pese a la atención prestada a éste aspecto, se ha de reconocer que, han existido casos de dogmatismo y/o pesimismo manifestados individualmente. En general, no aceptaron la invitación a participar aquellos/as que a "a priori" expresaron su opinión de no tener conciencia de la existencia de problemática alguna.

La composición del PANEL de EXPERTOS/AS colaboradores en el estudio, tomó en cuenta los criterios anteriores, optando por la composición de un PANEL MULTIDIS-

¹⁵ Landeta, Jon. *El método Delphi*. Ariel. 1999. Barcelona.

CIPLINAR, en el que estuvieran representadas las diferentes Áreas de Interés de la investigación. Quedando diseñado definitivamente con la siguiente estructura:

ÁREA DE EXPERTICIDAD	PANELISTAS	
	MUJERES	HOMBRES
POLÍTICA DEPORTIVA INTERNACIONAL	1	
POLÍTICA DEPORTIVA NACIONAL	1	
POLÍTICA DEPORTIVA LOCAL		1
GESTIÓN DEPORTIVA PRIVADA	1	
ENTRENAMIENTO		1
MEDIOS COMUNICACIÓN		1
DOCENCIA SECUNDARIA	1	
DOCENCIA SECUNDARIA		1
ENTRENAMIENTO		1
DOCENCIA PRIMARIA		1
DOCENCIA UNIVERSITARIA	1	
DOCENCIA UNIVERSITARIA		1
DOCENCIA UNIVERSITARIA		1
INVESTIGACIÓN MÉDICA	1	
INVESTIGACIÓN ENTRENAMIENTO		1
INVESTIGACIÓN SOCIAL		1
ENTRENAMIENTO	1	
ENTRENAMIENTO	1	
ENTRENAMIENTO	1	
ENTRENAMIENTO		1
ENTRENAMIENTO - INVESTIGACIÓN		1
GESTIÓN MUNICIPAL		1
DEPORTISTA	1	
DEPORTISTA	1	
TOTALES	11	13

Porcentaje participación mujeres: 45.83 % Porcentaje participación hombres: 54.16 %

Proceso y fases de ejecución

FASE UNO

En general, todo proceso *DELPHI* debe comenzar por una adecuada PLANIFICACIÓN, de acuerdo al CRONOGRAMA previsto, que no sólo permita deli-

mitar con precisión el OBJETO y el PROBLEMA, sino también identificar los criterios en función de los cuales se va a seleccionar el PANEL DE EXPERTOS/AS, o se van a aplicar los ESTIMATIVOS de PROBABILIDAD de ocurrencia.

FASE DOS: EL CONTACTO CON LOS/AS INFORMADORES

Éste momento requirió de una especial sensibilidad, siendo esencial la forma en la que se presentó el proyecto a los/as posibles participantes a fin de conseguir su motivación para implicarse en el mismo, aunque de cualquier forma fue estimulada a lo largo de todo el proceso. Del grado de motivación que se consiguiera dependería tanto la permanencia en el estudio del mayor número de informadores/as, como la calidad de la información recogida.

FASE TRES

Con inmediatez al establecimiento del contacto se procedió al envío del PRIMER CUESTIONARIO DELPHI, en formato "Dossier". El cual contenía, entre otras, las siguientes informaciones:

- PRESENTACIÓN Y FINALIDAD DE LA INVESTIGACIÓN.
- CARACTERIZACIÓN BREVE DE LA TÉCNICA DE PARTICIPACIÓN QUE SE REQUIERE.
- INDICACIÓN DE LA FECHA LÍMITE DE DEVOLUCIÓN.
- PRESENTACIÓN DEL PRIMER CUESTIONARIO, sobre el que versaría el proceso ulterior.

FASE CUATRO

Una vez lanzado y recibidas las respuestas al primer cuestionario (que en algunos casos necesitó de llamadas de "apremio" recordatorias del compromiso inicial) se procedió al análisis de la información, trasladándose a una Hoja Excell en la que las respuestas quedaron codificadas para su tratamiento estadístico, el cual es semejante a cualquier proceso de análisis de datos cuantitativos, extrayéndose finalmente una serie de ítems o ideas expresadas por los/as participantes, de tal manera que, sus opiniones quedaran reflejadas de la manera más breve y objetiva posible de acuerdo con un análisis individual.

FASE CINCO

Tras ser analizados los datos y elaborado el nivel de Consenso – Disenso para cada una de las cuestiones presentadas durante la primera Ronda de consulta. Se elaboró el SEGUNDO CUESTIONARIO, al cual se adjuntó el análisis estadístico y las ideas apor-

tadas por los Panelistas, con el fin de cumplir el requisito de retroalimentación. En ésta ocasión el cuestionario recogió únicamente aquellas cuestiones en las que NO SE OBTUVO EL CONSENSO durante la primera Ronda de consulta.

FASE SEIS

Tras el análisis de la SEGUNDA RONDA, se dio por finalizado el proceso de consulta, procediendo al análisis definitivo del grado de CONSENSO – DISENSO para cada una de las cuestiones e ítems, así como a la priorización de opiniones de proyección.

A continuación se elaboraron las CONCLUSIONES y el INFORME FINAL .

CRONOGRAMA

Estableciéndose la siguiente secuencia para cada una de las acciones que integran el proceso¹⁷.

ACTIVIDADES	CRONOGRAMA 2002 – 2003 - 2004												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
Conceptualización técnica DELPHI													
Diagnostico realidad actual													
Elección Panel de Expertos/as													
Convocatoria panel Expertos/as													
Diseño del primer cuestionario													
Envío Cuestionario 1ª Ronda													
Recepción Cuestionarios 1ª Ronda													
Tabulación y codificación resultados													
Análisis Consenso de datos 1ª Ronda													
Conclusiones 1ª Ronda													
Diseño Segundo cuestionario													
Envío Cuestionario 2ª Ronda													
Recepción Cuestionarios 2ª Ronda													
Análisis y codificación 2ª Ronda													
Definición de consensos 2ª Ronda													
Análisis y Conclusiones Definitivas													
Estrategias y recomendaciones													

¹⁷ Entiendase que éste es el cronograma de trabajo propuesto "a priori" cuyo éxito dependería, en cualquier caso, del grado de compromiso y respeto de los/as Panelistas al cumplimiento de los plazos.

CONCLUSIONES Y PROPUESTA DE ESTRATEGIAS

Se presenta, a continuación, el capítulo de CONCLUSIONES y propuesta de ESTRATEGIAS, atendiendo al siguiente formato:

1. Las cuestiones aparecen agrupadas de acuerdo al formato a que pertenecen (de los cuatro presentados) hecho por el que no aparecen ordenadas numéricamente.
2. El formato general recoge los cuadros correspondientes a las opiniones y predicciones expresadas por el Panel. Así cómo los datos de frecuencia relativa y absoluta y, según los casos los valores de la media y/o mediana.
3. Para cada una de ellas se presentan las correspondientes CONCLUSIONES de acuerdo al nivel de consenso establecido.
4. A continuación y, en cuadros con fondo amarillo, aparecen las estrategias a tomar propuestas por el equipo investigador.
5. En las cuestiones correspondientes a grado de ACUERDO – DESACUERDO, se muestran los gráficos correspondientes, en los que se hace constar los datos de la Mediana, Cuartiles 1 y 2, así cómo el coeficiente de curtosis.

Consultas formato “Brainstorming”

Las consultas en formato “Brainstorming” persiguen recoger el máximo de aportaciones e ideas expresadas de forma libre por los miembros del Panel en relación a una cuestión dada.

SUBINDICE

- ANÁLISIS CONSULTA 4
 - ANÁLISIS CONSULTA 7
 - ANÁLISIS CONSULTA 10 A
 - ANÁLISIS CONSULTA 14
-
- ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 4

TÓMESE UN MOMENTO PARA IMAGINAR EL FUTURO: *Desde su experiencia y su ámbito de influencia ¿Cómo cree que evolucionará, en términos generales, la participación de las mujeres en los siguientes ámbitos deportivos, entre el 2003 - 2012? ¿Qué aspectos cree que sufrirán modificaciones relevantes?*

A/ DE LA EDUCACIÓN FÍSICA, respecto a:

- Presencia de profesorado femenino en centros de enseñanza públicos y privados.

- Contenidos en Co-Educación de los Proyectos curriculares de Educación Física escolar.

B/ DE LA PRACTICA DEPORTIVA, respecto a:

- Presencia y responsabilidad de las mujeres en el ámbito del entrenamiento de Alto Nivel.
- Presencia de las mujeres en las diversas modalidades deportivas (Etapas de formación, especialización y competición).
- Adecuación para niñas y jóvenes de programas específicos de detección de talentos deportivos.
- Aspectos coeducativos en fases de formación deportiva (Equipos mixtos).

C/ DE LOS ÓRGANOS DE GESTIÓN Y DIRECCIÓN DEPORTIVOS, en relación a:

- Presencia de las mujeres en áreas de decisión: Organismos Deportivos Nacionales e Internacionales.
- Responsabilidad de las mujeres en áreas de Dirección y Gestión de Equipos y Clubes deportivos (Masculinos y Femeninos).

D/ DE LA INVESTIGACIÓN DEPORTIVA

- Desarrollo de la Investigación sobre mujer y deporte.
- Aplicación práctica de conocimientos científicos al rendimiento deportivo de las mujeres.
- La mujer como protagonista activa de la Investigación Deportiva.

RESULTADOS PARA LA CUESTIÓN 4

No se consiguió, ni en PRIMERA ni en SEGUNDA RONDA, que el Panel contestara mayoritariamente a ésta cuestión. Se ha considerado que ello puede haber sido debido al hecho de que suponía un gran esfuerzo de reflexión y, por lo tanto un empleo de tiempo aparentemente no disponible por los miembros del Panel.

CONCLUSIONES GENERALES CUESTIÓN 4

En las conclusiones han sido recogidas tanto las posiciones extremas como aquellas otras que suponen una nueva aportación de ideas.

1. Las opiniones del sector masculino del PANEL son muy difusas.
2. No se aportan nuevas ideas que ayuden a procurar el cambio.
3. La opinión mayoritaria del PANEL es que se producirá un incremento de la presencia de las mujeres en prácticamente todos los ámbitos del deporte.
4. El PANEL, más que ofrecer soluciones y/o predicciones, realiza un análisis y crítica de la situación actual.

5. La generalidad del PANEL se muestra PESIMISTA en relación a la evolución de la mujer en los ámbitos deportivos propuestos.
6. En cualquier caso, y pese a reconocer una cierta evolución, se afirma que será lenta.
7. EL SECTOR FEMENINO DEL PANEL SE MUESTRA PESIMISTA.
8. EL SECTOR MASCULINO DEL PANEL NO MUESTRA UNA CONCIENCIA CLARA DE QUE EXISTA REALMENTE LA PROBLEMÁTICA SOCIAL A LA QUE ALUDE EL ESTUDIO.

• **ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CUESTIÓN 7**

EN CASO DE ESTAR DE ACUERDO CON LA AFIRMACIÓN: "LAS MUJERES PRATICAN MENOS DEPORTE QUE LOS HOMBRES". DÍGAME POR FAVOR, POR ORDEN DE IMPORTANCIA, LAS TRES CAUSAS PRINCIPALES, POR LAS QUE CREE QUE OCURRE ESA CIRCUNSTANCIA

Se presentan a continuación y por orden de importancia. las causas expresadas por los 24 miembros del panel

Se han recogido y reproducido todas las respuestas emitidas.

PRIMERA CAUSA	SEGUNDA CAUSA	TERCERA CAUSA
Dificultad para Conciliar horarios	Han llegado Tarde	Es secundario para las mujeres
Diferentes condiciones Socio-laborales: económicas	Menor reconocimiento social	Deficiente educación Físico - Deportiva
Educación	Falta de Tiempo	Aburrimiento - no motivante
NO ESTA DE ACUERDO CON LA AFIRMACION		
Educación	Influencia estereotipos culturales	Dificultad para Conciliar horarios
NO ESTA DE ACUERDO CON LA AFIRMACION		
Tienen otras prioridades	Tienen otros intereses	El deporte es secundario para las mujeres
NO ESTA DE ACUERDO CON LA AFIRMACION		
FALTA DE TIEMPO	EDUCACIÓN	NS/NC
AUSENCIA DE HABITO	EDUCACIÓN	AUSENCIA MODELOS.

RESULTADOS PARA LA CUESTIÓN 7

N = 24	ACUERDO CON LA AFIRMACIÓN	DESACUERDO CON LA AFIRMACIÓN
	19 79.16%	5 20.33%
NIVEL DE CONSENSO	CONSENSO EN MAYORÍA	DISCORDANCIA
PROBABILIDAD	PROBABLE	IMPROBABLE

De los anteriores datos podemos concluir que, la mayoría del Panel consultado es de la opinión de que las mujeres practican menos deporte que los hombres. Aludiendo para ello las siguientes causas por orden de incidencia:

	CAUSA	FREC REL	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
PRIMER LUGAR	EDUCACIÓN	DISCORDANCIA 15 78%	IMPROBABLE
	CONCILIACIÓN HORARIA	DISCORDANCIA 10 56%	MUY IMPROBABLE
	OTRAS		
SEGUNDO LUGAR	EDUCACIÓN	DISCORDANCIA 21 05%	MUY IMPROBABLE
	ATENCIÓN HIJOS	DISCORDANCIA 15 78%	IMPROBABLE
	OTRAS		
TERCER LUGAR	CONCILIACIÓN HORARIA	DISCORDANCIA 31 57%	IMPROBABLE
	OTRAS		

CONCLUSIONES PARA LA CUESTIÓN 7

1. En el conjunto de las opiniones volcadas por el Panel, las más citadas son:

- CONCILIACIÓN HORARIA, con un **42.10%** lo cual no nos permite establecer el CONSENSO, situándolo en el ámbito de lo IMPROBABLE
- EDUCACION DEFICITARIA EN MATERIA DE MUJER - DEPORTE, con un **36.84%**. No se establece CONSENSO, situándolo, igualmente en el ámbito de lo IMPROBABLE.

El CONSENSO alcanzado en cuanto a que, el Panel considera cierta la afirmación de que las mujeres realizan menos deporte que los hombres, junto con la falta de CONSENSO y la gran dispersión de causas que provocan dicha circunstancia, nos indica que son muchas y muy variadas las razones por las cuales las mujeres acceden en minoría a la práctica deportiva. Pudiendo resumirse en dos grandes áreas:

A/ DIFICULTADES DE CONCILIACIÓN ENTRE ESPACIO DOMÉSTICO Y ESPACIO PRIVADO.

B/ DESMOTIVACIÓN Y FALTA DE INTERÉS.

C/ FALTA DE APOYO Y/O RECONOCIMIENTO SOCIAL.

Éstas tres grandes áreas nos sitúan en un escenario actual en el que, como se puede observar, se repiten aspectos dificultadores que se pensaban ya superados.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Responsables de políticas laborales y Sociales Responsables de políticas deportivas
QUÉ	Mejoras en las condiciones laborales Adecuación de horarios Instalación de guarderías en ID

DONDE	Centros de trabajo Instalaciones deportivas
CUANDO	Periodo 2005 - 2007
CÓMO	Mediante consulta de necesidades a las propias mujeres implicadas

• **ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 10 A**

RESULTADO

A CONTINUACIÓN, SE PRESENTAN UNA RECOPIACIÓN DE LAS OPINIONES DEL PANEL EN CUANTO A LAS CAUSAS POR LAS QUE... "A LOS NIÑOS NO LES GUSTA QUE LAS NIÑAS JUEGUEN EN EL MISMO EQUIPO DE FUTBOL QUE ELLOS"

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FREC ABS	FREC REL
1	Los niños se consideran superiores físicamente	4	10,53%
2	No son conscientes de ello, se limitan a reproducir el papel tradicional heredado	4	10,53%
3	NO LES IMPORTA JUGAR CON LAS NIÑAS, SIEMPRE Y CUANDO CONSIDEREN QUE JUEGAN BIEN	7	18,42%
4	Es a las niñas a las que no les interesa jugar con los niños	1	2,63%
5	Los Niños piensan que el fútbol es cosa de chicos, las niñas no deben jugar	6	15,79%
6	Consideran que las niñas no están capacitadas, son peores técnicamente y físicamente	5	13,16%
7	Perjudican el juego del equipo debido a su inferioridad física y técnica	2	5,26%
8	A las niñas les falta nivel competitivo, no luchan por ganar	0	0,00%
9	Los niños tienen miedo al ridículo, ante otros equipos, si alinean niñas en sus equipos	2	5,26%
10	Faltan modelos de referencia femeninos donde apreciar la posibilidad de que pueden y saben jugar al Fútbol	5	13,16%
11	Segun la franja de Edad, Pudor al contacto físico: tabues sexuales	0	0,00%
12	Miedo a hacerles daño si hay juego duro: sentido de protección	0	0,00%
13	Miedo a comprobar que lo pueden hacer como ellos (Defensa de espacios propios)	0	0,00%
14	No siempre es así, éste comportamiento depende de la franja de edad (Sólo se produce entre los 9 y los 12 Años)	2	5,26%
15	Falta de comunicación entre NIÑOS y NIÑAS, no saben si les interesa jugar o no	0	0,00%
16	Consideran que es una forma de mantener la guerra de sexos (Autoafirmación masculina)	0	0,00%

CONCLUSIONES CUESTIÓN 10 A

1. No existe ninguna causa que nos permita establecer CONSENSO representativo al respecto de la consulta. La distribución nos indica una gran dispersión. Siendo recomendable realizar una nueva ronda de consulta a éste respecto.
2. La causa más votada es que a los niños **NO LES IMPORTA JUGAR CON LAS NIÑAS, SIEMPREY CUANDO CONSIDEREN QUE JUEGAN BIEN**. Si interpretáramos literalmente la respuesta, parece adjudicárseles a los niños la potestad de juzgar el nivel de juego de las niñas.
3. Los valores centrales indican como las más probables las siguientes causas:
 - No son conscientes de ello, se limitan a reproducir el papel tradicional heredado.
 - Los niños se consideran superiores físicamente.
 - No siempre es así, éste comportamiento depende de la franja de edad (Sólo se produce entre los 9 y los 12 Años).
 - Los niños tienen miedo al ridículo, ante otros equipos, si alinean niñas en sus equipos.
 - Perjudican el juego del equipo debido a su inferioridad física y técnica.
 - Es a las niñas a las que no les interesa jugar con los niños.
4. Ante las respuestas ofrecidas por el Panel, se podría concluir que en el escenario actual se mantiene estereotipos del tipo.
 - A/ "Menor capacidad física en las niñas".
 - B/ "Miedo al ridículo por parte de los niños al compartir un espacio teóricamente masculino".
 - C/ "Falta de interés por parte de las niñas".

ESTRATEGIA DE FUTURO

De nuevo se observa cómo la construcción de un nuevo escenario pasa por llevar a cabo acciones educativas que terminen con ideas equivocadas y/o estereotipos en relación a las capacidades físicas de niñas y jóvenes, así cómo a la supresión de ideas estereotipadas en cuanto a la clasificación de deportes de acuerdo al sexo que dificulta o impide el acceso de las niñas de manera igualitaria.

ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Profesorado y Responsables en materia educativa
QUÉ	llevar a cabo acciones educativas que terminen con ideas equivocadas en cuanto a las capacidades físicas de niñas y jóvenes, así como a la supresión de ideas estereotipadas en cuanto a la clasificación de deportes de acuerdo al sexo.
DONDE	Centros escolares
CUANDO	Periodo 2005 - 2007
CÓMO	Adecuando proyectos curriculares Formación específica del profesorado en materia de género - deporte

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 14

LA CONSULTA FUE:

OBJETIVOS A CONSEGUIR POR LA SOCIEDAD MADRILEÑA EN MATERIA DE MUJER Y DEPORTE PARA LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS

LAS PROPUESTAS DEL CONJUNTO DEL PANEL FUERON

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIAS	
		ABS	REL
1	Aumentar la representación femenina en órganos de Dirección, Gestión, Decisión en materia de Deporte y Actividad Física	3	7,89%
2	Llevar a cabo una política mediática de mayor presencia: concienciar a los medios de comunicación (Crear Referencias mediáticas)	5	13,16%
3	Mejorar la coeducación en el deporte: formación y concienciación específica del profesorado y de los Técnicos Deportivos	5	13,16%
4	Eliminar estereotipos sociales en materia de deporte	5	13,16%
5	Implantar modalidades mixtas de competición	0	0,00%
6	Ampliar la oferta de becas para mujeres deportistas	5	13,16%
7	Implantar programas de deporte salud específicos para la mujer	2	5,26%
8	Adaptar los reglamentos deportivos a las características y parámetros Psico - Físicos de la mujer	1	2,63%
9	Reducir barreras sociales, culturales, laborales, temporales (Programas de Facilitación)	5	13,16%
10	Adaptar y mejorar instalaciones Equipamientos, Personal Técnico, a las necesidades y requerimientos de las mujeres	1	2,63%
11	Crear líneas específicas de investigación en Deporte - Mujer	0	0,00%
12	Eliminar todo tipo de causas de discriminación por sexo en las actividades físicas y/o deportivas	6	15,79%

CONCLUSIONES CUESTIÓN 14

1. No existe CONSENSO representativo al respecto de la consulta. La distribución platicúrtica de la curva nos indica una gran dispersión. Siendo recomendable realizar una nueva ronda de consulta a éste respecto.
2. Las opiniones recogidas en el tercer Cuartil, nos indican la necesidad de:
 - Eliminar todo tipo de causas de discriminación por sexo en las actividades físicas y/o deportivas

- Reducir barreras sociales, culturales, laborales, temporales (Programas de Facilitación).
- Ampliar la oferta de becas para mujeres deportistas.
- Eliminar estereotipos sociales en materia de deporte.
- Mejorar la coeducación en el deporte: formación y concienciación específica del profesorado y de los Técnicos Deportivos.
- Llevar a cabo una política mediática de mayor presencia: concienciar a los medios de comunicación (Crear Referencias mediáticas).

3. Por su parte la tendencia central recomienda:

- Ampliar la oferta de becas para mujeres deportistas.
- Eliminar estereotipos sociales en materia de deporte.
- Mejorar la coeducación en el deporte: formación y concienciación específica del profesorado y de los Técnicos Deportivos.
- Llevar a cabo una política mediática de mayor presencia: concienciar a los medios de comunicación (Crear Referencias mediáticas).
- Aumentar la representación femenina en órganos de Dirección, Gestión, Decisión en materia de Deporte y Actividad Física.
- Implantar programas de deporte salud específicos para la mujer.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Responsables de políticas educativas Medios de comunicación
QUÉ	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisar estereotipos en materia deportiva 2. Implicación de los medios de comunicación en labores educativas 3. Incrementar la representación femenina en puestos de responsabilidad
DONDE	Instalaciones deportivas Centros de formación del profesorado
CUANDO	Periodo 2005 - 2010
CÓMO	<ol style="list-style-type: none"> 1. Revisar estereotipos en materia deportiva 2. Formación específica del Profesorado en Materia Mujer – Deporte 3. Implicación de los medios de comunicación en labores educativas 4. Incrementar la representación femenina en puestos de responsabilidad 5. Implantación de programas deporte – salud específicos para la mujer.

Consultas Formato Pronóstico

Las consultas de tipo pronóstico persiguen recoger del Panel las posibles tendencias de evolución de las mujeres en aspectos concretos y áreas del sector deportivo.

SUBINDICE

- ANÁLISIS CONSULTA 1
 - ANÁLISIS CONSULTA 9B
 - ANÁLISIS CONSULTA 12
 - ANÁLISIS CONSULTA 13
 - ANÁLISIS CONSULTA 15
 - ANÁLISIS CONSULTA 18
 - ANÁLISIS CONSULTA 19
- ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CUESTIÓN 1

¿CREE QUE DURANTE LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS, EN LA COMUNIDAD DE MADRID HABRÁN AUMENTADO O HABRÁN DISMINUIDO...?

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	HABRÁ AUMENTADO		PERMANECERÁ IGUAL		HABRÁ DISMINUIDO	
		FREC ABS	FREC REL	FREC ABS	FREC REL	FREC ABS	FREC REL
1	El número de mujeres deportistas	20	83.33	3	12.50	1	4.17
2	El número de mujeres en puestos de dirección y gestión deportiva	15	62.50	9	37.50	0	0.00
3	El número de mujeres futbolistas en competición oficial	13	68.42	6	31.58	0	0.00
4	El número de Profesoras de Educación Física	16	84.21	3	15.79	0	0.00
5	El número de mujeres en puestos de Dirección académica en Centros de Formación del Profesorado	13	68.42	6	31.58	0	0.00
6	La adjudicación de primas y becas a mujeres deportistas	13	68.42	6	31.58	0	0.00
7	Los programas de investigación en deporte femenino	12	63.16	7	36.84	0	0.00
8	Las entrenadoras de equipos masculinos	4	16.67	19	79.17	1	4.17

CONCLUSIONES CUESTIÓN 1

El Panel es de la opinión de que durante los próximos 12 años:

A/ HABRÁ AUMENTADO:

- El Número de mujeres deportistas
- El Número de Profesoras de E.F.

B/ PERMANECERÁ IGUAL:

- Las entrenadoras de Equipos Masculinos

C/ HABRÁ DISMINUIDO:

- Significativamente ninguno de los Ítems propuestos

ESCENARIO FUTURO

Al respecto de la consulta, el Panel se muestra claramente **OPTIMISTA** en relación a la evolución de la mujer en el ámbito deportivo.

Llama la atención el hecho de haber obtenido **UNANIMIDAD** en cuanto a la **NO EVOLUCIÓN** en el sentido de que pueda variar positivamente la presencia de mujeres al frente de equipos masculinos de cualquier especialidad deportiva. Ésta opinión unánime del Panel indica un marcado sesgo sexista al no contemplar ésta posibilidad en el futuro. El estudio recomienda profundizar en las causas por las cuales el grupo de expertos/as consultados no confían en la capacidad de las mujeres para entrenar equipos masculinos.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Formadores de Técnicos deportivos Educadores
QUÉ	El estudio recomienda profundizar en las causas por las cuales el grupo de expertos/as consultados no confían en la capacidad de las mujeres para entrenar equipos masculinos.
DONDE	Centros docentes de formación del profesorado Centros de formación de Técnicos deportivos
CUANDO	Periodo 2005 - 2008
CÓMO	Evitando la clasificación de deportes asociados a la condición sexual Mejorando la oferta profesional para las mujeres en el ámbito deportivo

• ANÁLISIS CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 9B

¿CUÁL/LES DE LAS SIGUIENTES CAUSAS Y QUE, APARECEN COMO DIFICULTADORAS DE QUE LAS MUJERES ACCEDAN EN MENOR NÚMERO AL DEPORTE DE COMPETICIÓN, CREE QUE PERMANECERÁN A PARTIR DEL AÑO 2008?

ITEM	DESCRIPCION	FREC	FREC REL (%)
1	Falta de tiempo para cumplir horarios de entrenamiento	1	2.63
2	Dificultad para compatibilizar horarios: estudio, familia, ocio, entrenamiento	12	31.58
3	Falta de interés por la Competición reglada	4	10.53
4	Ausencia de refuerzo social	4	10.53
5	Imposibilidad futura de ganarse la vida como profesional del deporte	12	31.58
6	Dificultad para encontrar esponsor para Equipos Femeninos (Riesgo de no continuidad)	3	7.89
7	Posibilidad de quedar embarazada (Incompatibilidad con la carrera deportiva)	0	0.00
8	Dificultad para encontrar equipos femeninos de Alto Rendimiento en todas las especialidades	2	5.26

RESULTADOS 9B:

No se alcanza CONSENSO significativo para ésta cuestión, la distribución platicúrtica nos indica una gran dispersión en las opiniones del Panel.

ÍTEMS	FACTORES DIFICULTADORES	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
2	Dificultad para compatibilizar horarios: estudio, familia, ocio, entrenamiento	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE
5	Imposibilidad futura de ganarse la vida como profesional del deporte	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE

CONCLUSIONES CUESTIÓN 9

La falta de CONSENSO y la dispersión indican la necesidad de una nueva ronda de consulta al respecto de la cuestión.

A/ Las dos opciones mayoritariamente valoradas por el Panel indican, no obstante, una tendencia al mantenimiento de las dos causas reiterativamente evidenciadas a lo largo del estudio:

- Conciliación horaria
- Reconocimiento social

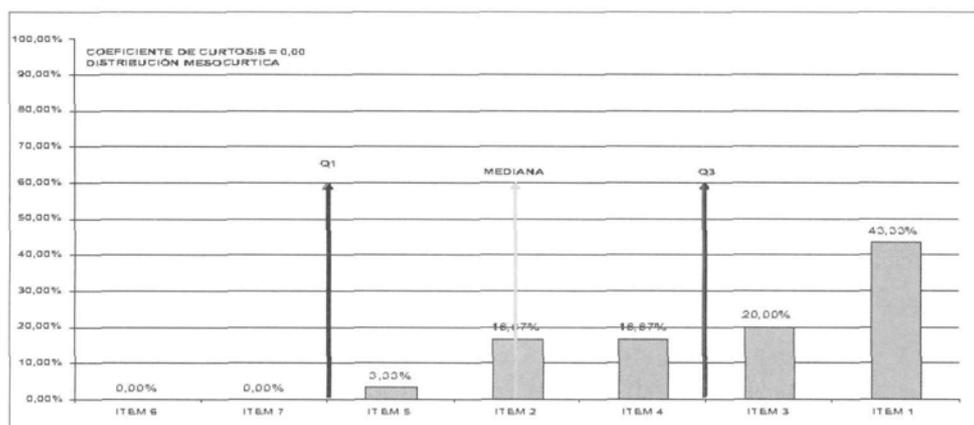
B/ La tendencia central viene a reforzar causas de tipo sexista (falta de interés de las mujeres) y, una vez mas, falta de refuerzo institucional y social.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	<ul style="list-style-type: none"> • Responsables de políticas sociales y laborales • Clubes y organismos deportivos
QUÉ	Revisión de condiciones laborales, adecuación -conciliación de horarios Revisión cláusulas de contratos deportivos a deportistas profesionales Igualdad de primas y premios para deportistas de ambos sexos
DONDE	Empresas Empresas y organismos deportivos
CUANDO	Periodo 2005 - 2008
CÓMO	Acciones de conciliación vida laboral y privada Creando líderes deportivos

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 12

¿CUÁL CREE QUE SERÁ EN EL FUTURO EL ORDEN DE PREFERENCIA DE LAS MUJERES, PARA DISTRIBUIR SU TIEMPO DE OCIO?

ITEMs	DESCRIPCIÓN	FREC. ABS	FREC. REL
1	Descansar, no hacer nada	13	43,33%
2	Ir de compras	5	16,67%
3	Visitar amigos/as – Familiares	6	20,00%
4	Hacer deporte	5	16,67%
5	Acudir a un centro de estética	1	3,33%
6	Ir al Cine, Teatro, Centros de Ocio...	0	0,00%
7	Pasear	0	0,00%



CONCLUSIONES CONSULTA 12

ITEM	NIVEL DE CONSENSO	ESTIMATIVO DE PROBABILIDAD
Descansar, no hacer nada	CONSENSO EN MINORIA	IMPROBABLE - DUDOSO
Visitar amigos/as – Familiares	DISCORDANCIA	

A/ No se obtiene CONSENSO significativo en relación a cuales serán las preferencias de la mujer en el futuro en cuanto a su distribución - utilización de su tiempo de ocio. No obstante las dos respuestas mayoritariamente expresadas por el panel y, pese a considerarse improbables, indican un sesgo PESISMISTA en cuanto a la futura relación de las mujeres con el deporte.

B/ La tendencia central nos indica un mantenimiento de estereotipos en la ocupación futura del tiempo de ocio, ir de compras, acudir a centros de estética. Apareciendo la práctica deportiva, junto con ir de compras como la cuarta opción que las mujeres se plantearán en el futuro para ocupar su tiempo de ocio.

C/ El Panel considera nulo el interés de las mujeres por las actividades culturales en el futuro, Teatro, cine. Y, curiosamente tampoco opta por el paseo como actividad de ocio, cuando en la actualidad el número de mujeres que consideran el paseo como una actividad física es de un alto porcentaje (Sobretudo entre mujeres de tercera edad).

D/ Los resultados de ésta consulta nos permiten evidenciar un sesgo machista en el Panel.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 13

¿CÓMO VALORARÍA LA EVOLUCIÓN QUE SUFRIRÁN CADA UNO DE LOS SIGUIENTES ASPECTOS DURANTE LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS?

RESULTADOS

ITEMs	DESCRIPCIÓN	MÁS BIEN NEGATIVA		MÁS BIEN POSITIVA	
		FRECUENCIAS		FRECUENCIAS	
		ABS	REL	ABS	REL
1	Empleo de la Mujer en area de deporte	7	9,72%	17	12,41%
2	Esponsorización de equipos femeninos	14	19,44%	5	3,65%
3	Ocupación de puestos de Dirección Académica por parte de las mujeres	6	8,33%	18	13,14%
4	Representación femenina en Organismos Deportivos Nacionales	8	11,11%	16	11,68%
5	Deportistas de elite	7	9,72%	17	12,41%

ITEMs	DESCRIPCIÓN	MÁS BIEN NEGATIVA		MÁS BIEN POSITIVA	
		FRECUENCIAS		FRECUENCIAS	
		ABS	REL	ABS	REL
6	Participación de las mujeres en la Gestión Deportiva Municipal	6	8,33%	18	13,14%
7	Posibilidades de las deportistas de hacer de su carrera deportiva su medio de vida	16	22,22%	8	5,84%
8	Profesorado femenino en educación física escolar	4	5,56%	19	13,87%
9	Profesorado femenino en facultades e INEF	4	5,56%	19	13,87%

CONCLUSIONES CONSULTA 13

ITEM	NIVEL DE CONSENSO	ESTIMATIVO DE PROBABILIDAD
Posibilidades de las deportistas de hacer de su carrera deportiva su medio de vida	CONSENSO EN MINORÍA	MUY IMPROBABLE
Profesorado femenino en educación física escolar	DISCORDANCIA	
Profesorado femenino en facultades e INEF	DISCORDANCIA	

ESCENARIO FUTURO

A/ La falta de CONSENSO y la dispersión indican la necesidad de una nueva ronda de consulta al respecto de la cuestión.

B/ EVOLUCIÓN MAS BIEN POSITIVA: El Panel se muestra disperso en sus opiniones ofreciendo un escenario futuro más bien PESIMISTA, pese a reconocer una cierta evolución en factores como:

- Profesorado femenino en educación física escolar
- Profesorado femenino en facultades e INEF
- Participación de las mujeres en la Gestión Deportiva Municipal.

C/ EVOLUCIÓN MAS BIEN NEGATIVA: El 22.22% del Panel expresa su opinión de que no existirá evolución en cuanto a la posibilidad de que las mujeres puedan hacer de sus carreras deportivas su medio de vida.

Tampoco en cuanto a la Esponsorización de equipos femeninos se prevé una evolución positiva.

Ambas circunstancias hacen prever un escenario futuro PESIMISTA para las mujeres en el ámbito profesional del deporte.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 15

¿CÓMO CREÉ QUE HABRÁN EVOLUCIONADO LAS SIGUIENTES CUESTIONES EN EL AÑO 2012 EN COMPARACIÓN CON EL 2003?

ITEM	DESCRIPCIÓN	MEJOR		IGUAL		PEOR	
		FREC	FREC REL	FREC	FREC REL	FREC	FREC REL
1	La educación integradora de genero en relacion a la Educación Fisica y Deportiva en la escuela	14	11,97%	4	3,17%	0	0,00%
2	La creación de itinerarios de especialización en Deporte-Mujer en Centros Universitarios de Formación (INEFs)	8	6,84%	15	11,90%	1	14,29%
3	La formación específica de los técnicos y entrenadores deportivos. En materia de Mujer y Deporte	14	11,97%	4	3,17%	0	0,00%
4	El estilo de vida de las mujeres	16	13,68%	8	6,35%	0	0,00%
5	La conciliación de la vida laboral y familiar para las mujeres	8	6,84%	16	12,70%	0	0,00%
6	El tiempo de ocio de las mujeres	4	3,42%	13	10,32%	1	14,29%
7	La cultura deportiva de la sociedad en materia mujer y deporte	16	13,68%	8	6,35%	0	0,00%
8	La calidad de los puestos laborales para Mujeres, en el ambito deportivo en general	9	7,69%	9	7,14%	0	0,00%
9	El Deporte de competición femenino (Alto Rendimiento Deportivo)	10	8,55%	8	6,35%	0	0,00%
10	La investigación en áreas de Deporte - Mujer	9	7,69%	9	7,14%	0	0,00%
11	La esponsorización de equipos femeninos	7	5,98%	14	11,11%	2	28,57%
12	Las retransmisiones deportivas en modalidades femeninas	2	1,71%	18	14,29%	3	42,86%

CONCLUSIONES CONSULTA 15

A/ La falta de CONSENSO y la dispersión indican la necesidad de una nueva ronda de consulta con el objetivo de disminuir el disenso, sobretudo en aquellos factores que el Panel considera que empeorarán

ESCENARIO FUTURO CONSULTA 15

De acuerdo a los pronósticos del Panel, el escenario futuro que se presenta en relación a la evolución – involución de los aspectos consultados responde al siguiente diseño:

MEJORARA	PERMANECERA IGUAL	EMPEORARA
La educación integradora de genero en las escuelas	La conciliación de la vida laboral y familiar para las mujeres	La creación de itinerarios de especialización en Deporte-Mujer en Centros Universitarios de formación del profesorado (Facultades e INEF)
La formación específica de los técnicos y entrenadores deportivos. En materia de Mujer y Deporte	La calidad de los puestos laborales para Mujeres, en el ambito deportivo en general	El tiempo de ocio de las mujeres ¹⁸
El estilo de vida de las mujeres	La investigación en áreas de Deporte – Mujer	La esponsorización de equipos femeninos
La cultura deportiva de la sociedad en materia mujer y deporte		Las retransmisiones deportivas en modalidades femeninas
El Deporte de competición femenino (Alto Rendimiento Deportivo)		

ESTRATEGIA DE FUTURO CONSULTA 15

A vista de los resultados y pese a no haberse obtenido el consenso, se recomienda incidir en la mejora de aquellos aspectos que bien permanecerán igual o empeorarán en el futuro. Incidiendo de manera especial en buscar las causas que provocan dicha respuesta y en el estudio de las contradicciones que se presentan.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Responsables de políticas sociales y laborales Responsables de políticas deportivas Responsables de políticas educativas Instituto de la mujer
QUÉ	Se recomienda incidir en la mejora de aquellos aspectos que bien permanecerán igual o empeorarán en el futuro. Insistiendo de manera especial en buscar las causas que provocan dicha respuesta y en el estudio de las contradicciones que se presentan.
DONDE	Centros educativos Centros culturales y de ocio
CUANDO	Controles 2005 - 2008 - 2012
CÓMO	Adecuación de ofertas deportivas y de ocio a las necesidades e intereses de las mujeres Corrección de estereotipos

• RESULTADOS Y CONCLUSIONES CONSULTA 18

¿CREE QUE DENTRO DE CINCO AÑOS (2008) EN LA COMUNIDAD DE MADRID HABRÁ AUMENTADO O HABRÁ DISMINUIDO LA PARTICIPACIÓN DE LAS NIÑAS EN DEPORTE INFANTIL?

RESULTADOS

ITEMs	FRECUENCIAS	
	ABS	REL
HABRÁ AUMENTADO	16	69.57%
HABRÁ DISMINUIDO	0	0.00%
PERMANECERÁ IGUAL	7	30.43%

¹⁸ Se observan ciertas contradicciones en las opiniones del Panel, ya que por un lado es de la opinión de que mejorará el estilo de vida de las mujeres y sin embargo prevé que empeorará el tiempo de ocio de las mismas.

ITEM	NIVEL DE CONSENSO	ESTIMATIVO DE PROBABILIDAD
HABRÁ AUMENTADO	CONSENSO EN MINORÍA	DUDOSO - PROBABLE
HABRÁ DISMINUIDO	DISCORDANCIA	
PERMANECERÁ IGUAL	DISCORDANCIA	

ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Responsables del deporte infantil y juvenil
QUÉ	Revisión de la oferta deportiva municipal para niñas y jóvenes
DONDE	Instalaciones deportivas públicas
CUANDO	Controles 2005 - 2007
CÓMO	Mediante estudios de detección de intereses de las niñas y jóvenes en materia de deporte

• RESULTADOS Y CONCLUSIONES CONSULTA 19

¿CUÁL DE LAS SIGUIENTES ACCIONES CREE QUE SE DEBERÍAN PONER EN MARCHA DURANTE LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS, CON EL OBJETIVO DE MEJORAR EN EL FUTURO LA PRESENCIA DE LAS MUJERES EN EL ÁMBITO DEPORTIVO?

RESULTADOS

ITEMs	DESCRIPCIÓN	FRECUENCIAS	
		ABS.	REL.
1	Crear líneas de investigación con perspectiva de género en área Físico-Deportiva	6	16.22%
2	Aumento de becas y Ayudas a deportistas femeninas	10	27.03%
3	Obligatoriedad de formar equipos mixtos en deporte infantil	2	5.41%
4	Listas electorales "cremallera" para el acceso a puestos de responsabilidad en deporte	0	0.00%
5	Federaciones deportivas exclusivamente femeninas	0	0.00%
6	PROMOCIÓN DEL DEPORTE FEMENINO ESCOLAR	18	48.65%
7	Ninguna de ellas es necesaria	1	2.70%

ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Responsables de deporte municipal
QUÉ	El 48.65 % del Panel aconseja poner en marcha programas de promoción y fomento de deporte femenino
DONDE	Centros de entrenamiento deportivo
CUANDO	2005 - 2008 La tendencia central indica la necesidad de:
CÓMO	<ul style="list-style-type: none">• Crear líneas de investigación con perspectiva de género en área Físico-Deportiva• Poner en marcha la obligatoriedad de formar equipos mixtos en deporte infantil• Aumentar Becas y Ayudas a deportistas femeninas.

Consultas Formato Grado de Acuerdo

Las consultas Grado de Acuerdo persiguen el consenso del Panel respecto de una afirmación dada.

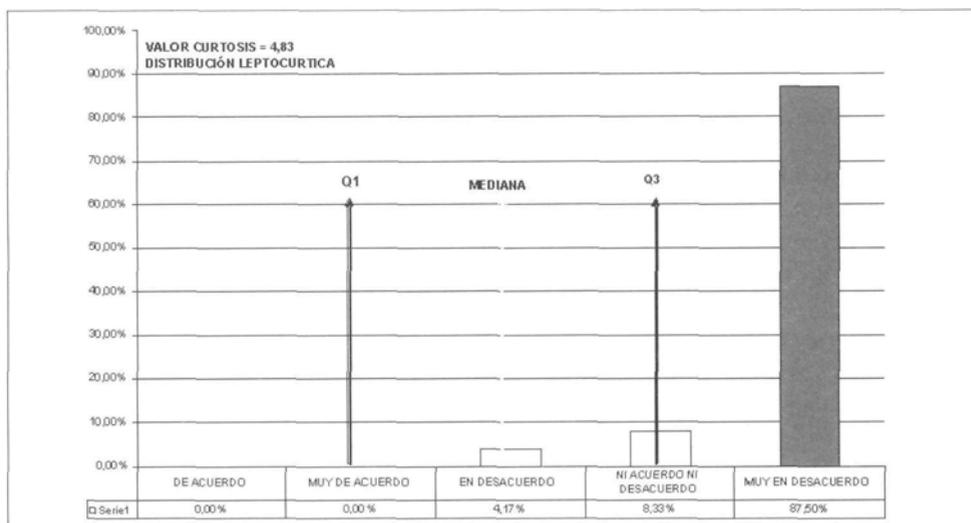
SUBINDICE

- ANÁLISIS CUESTION 5
- ANÁLISIS CUESTION 8
- ANÁLISIS CUESTION 17
- NIVEL GENERAL DE CONSENSO
- OBSERVACIONES FINALES

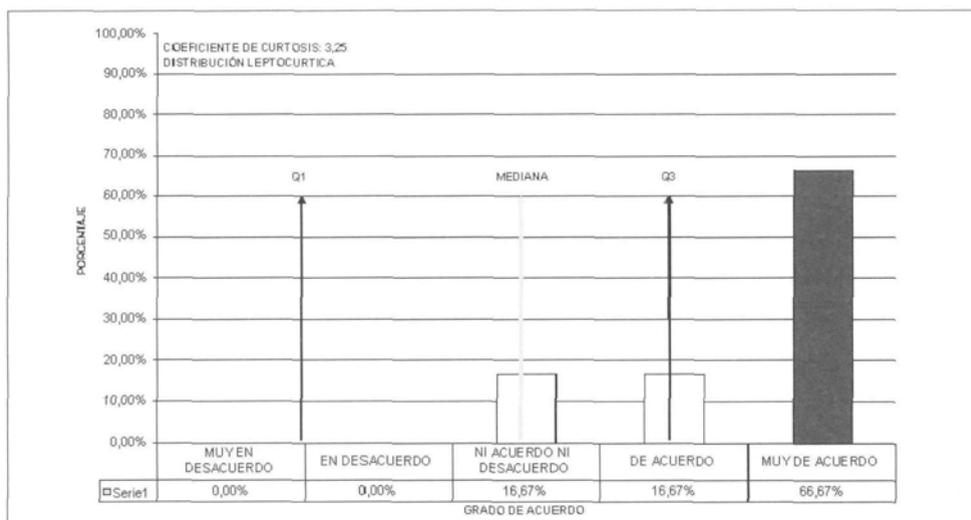
• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 5

Se solicitó el grado de ACUERDO – DESACUERDO con las afirmaciones dadas, así como la autocalificación del GRADO DE EXPERTICIDAD para cada una de ellas.

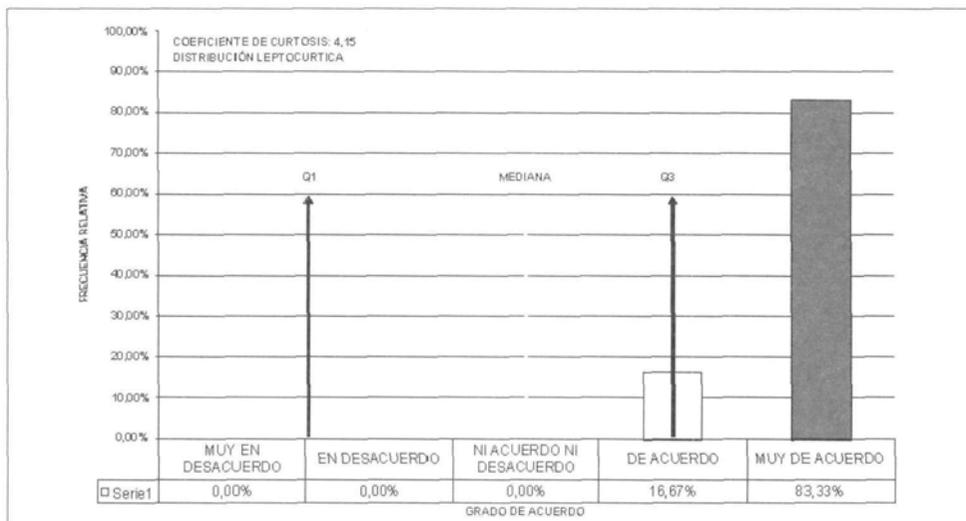
5A) “Los puestos de dirección de centros de formación del profesorado en área físico-deportiva, deben estar ocupados mayoritariamente por hombres”.



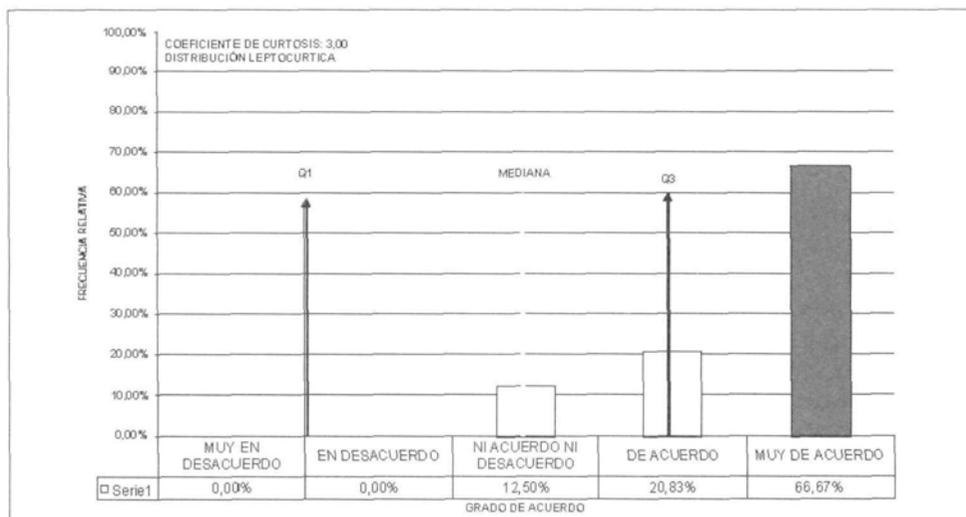
5B) “Posiblemente el diseño de sistemas de entrenamiento específicos que, apoyados en la investigación tomasen en cuenta la psicología femenina mejoraría el rendimiento de las deportistas”.



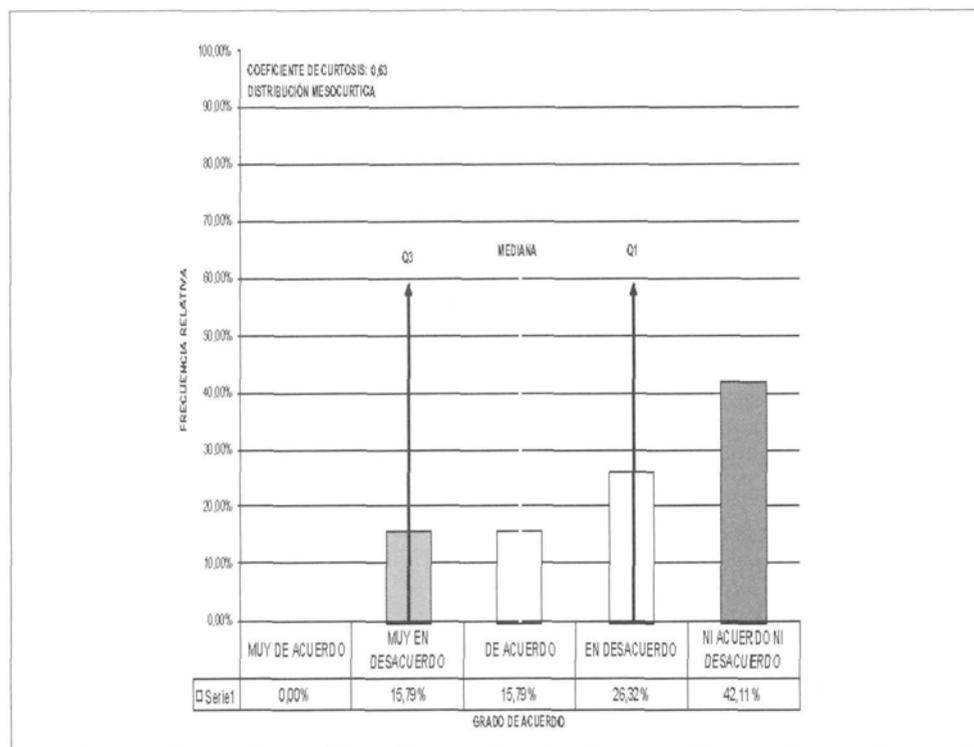
5C) "Una mayor y mejor atención por parte de los medios de comunicación hacia el deporte femenino aumentaría su valoración y refuerzo social".



5D) "Para mejorar el rendimiento de las deportistas es necesario investigar en las características psicológicas y fisiológicas de la mujer".



5E) "El hecho de que niños y niñas se eduquen juntos genera por sí solo condiciones de igualdad".



CUADRO RESUMEN

RESULTADOS CUESTIÓN 5

ÍTEM	NIVEL DE CONSENSO	GRADO DE ACUERDO
5 a	MAYORÍA	MUY EN DESACUERDO
5 b	MAYORÍA	MUY DE ACUERDO
5 c	MAYORÍA	MUY DE ACUERDO
5 d	MAYORÍA	MUY DE ACUERDO
5 e	DISCORDANCIA	NI ACUERDO NI DESACUERDO

ITEMS	GRADO DE EXPERTICIDAD					PROMEDIO
	0	25	50	75	100	
5a	0	7	4	8	5	61
5b	0	3	7	9	5	67
5c	0	2	5	4	13	79
5d	0	2	7	8	7	70
5e	1	5	4	7	2	55
EXPERTICIDAD MEDIA DEL PANEL						66.4

CONCLUSIONES CUESTIÓN 5:

- A/ Los puestos de Dirección y Gestión no deben estar mayoritariamente ocupados por hombres
- B/ El diseño de sistemas de entrenamiento específicos y adaptados a las características Psicológicas de la mujer mejorarían su rendimiento deportivo
- C/ Una atención de los medios de comunicación de mayor cobertura y calidad hacia el deporte practicado por mujeres, ayudaría a mejorar su valoración y refuerzo social.
- D/ Para mejorar el rendimiento de las deportistas es necesario incrementar los programas de investigación en Psicología y Fisiología femenina aplicada al deporte.
- E/ El Panel no se ha posicionado con respecto a si es suficiente el hecho de que niños y niñas compartan los espacios educativos para conseguir condiciones de igualdad en las escuelas, o por el contrario sería necesario tomar medidas específicas en cuanto a modificaciones y adaptaciones curriculares para conseguir dichas condiciones. Hecho que nos indica una cierta pasividad.

ESTRATEGIAS DE FUTURO CUESTION 5:

A la vista de las respuestas del Panel, tanto en Primera como en Segunda Ronda y, extrapolando los resultados, se podría concluir que:

1. El Panel considera necesaria la investigación en Deporte – Mujer para, posteriormente aplicar sus resultados en la mejora del rendimiento del deporte femenino, Lo cual nos indica la necesidad de adaptación de determinados sistemas de entrenamiento a dichas características Psico-Físicas de la mujer.
2. Es necesario concienciar a los responsables de medios de comunicación de que se brinde una mayor y mejor cobertura al deporte practicado por mujeres, como medida a tomar para mejorar la valoración social que se da al mismo.

3. El hecho de que el panel no tome una decisión con respecto al tema Coeducación, resulta muy llamativo, sobretodo, si tenemos en cuenta que una gran mayoría del mismo ejerce tareas pedagógicas y de entrenamiento. Ello nos debería hacer reflexionar sobre la capacidad, por parte de los/as educadores/as de analizar y transmitir valores en las escuelas y centros de entrenamiento.
4. El grado promedio de experticidad que el Panel declara, para responder cualificadamente a las cuestiones – afirmaciones presentadas es del 66.67% entre 0 y el 25, situándolo entre CONOCEDOR DEBIL y/o NADA EXPERTO¹⁹.
5. Finalmente. se recomienda tomar en consideración aquellas recomendaciones expresadas por el Panel en las que se alcanzó el CONSENSO POR MAYORÍA en la dirección indicada por el mismo como medida de cambio hacia el futuro.

ESTRATEGIAS A SEGUIR CUESTION 5

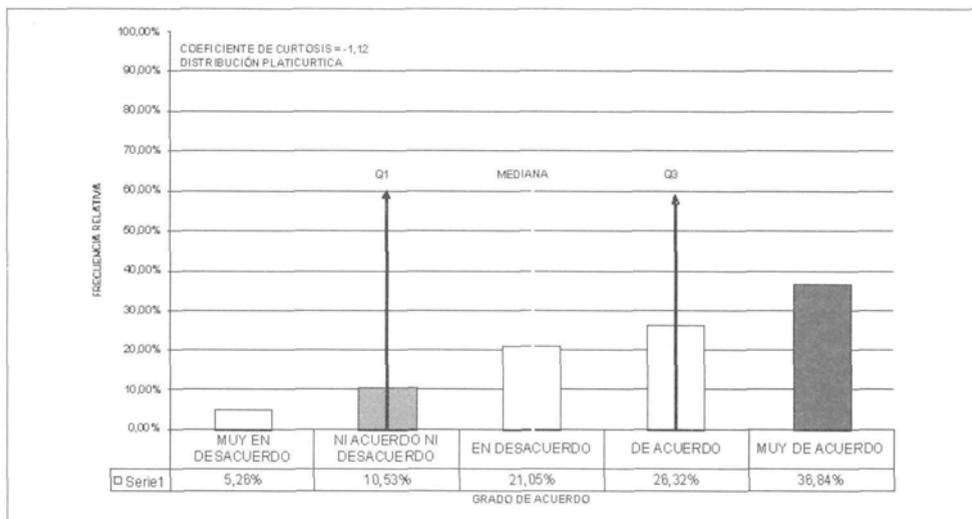
QUIEN	Centros Nacionales de investigación y Deporte Medios de comunicación Centros Educativos y de formación del profesorado
QUÉ	Puesta en marcha de programas de investigación Mujer – Deporte Atención igualitaria por parte de los medios de comunicación al deporte femenino Introducción en los programas curriculares de E.F temas específicos
DONDE	Centros de entrenamiento deportivo Prensa escrita y hablada
CUANDO	2005 - 2008
CÓMO	<ul style="list-style-type: none">• Contacto con técnicos/as de alto rendimiento• Vigilancia de emisiones de pruebas deportivas femeninas• Preparación específica de educadores/as en materia de igualdad oportunidades y deporte.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 8

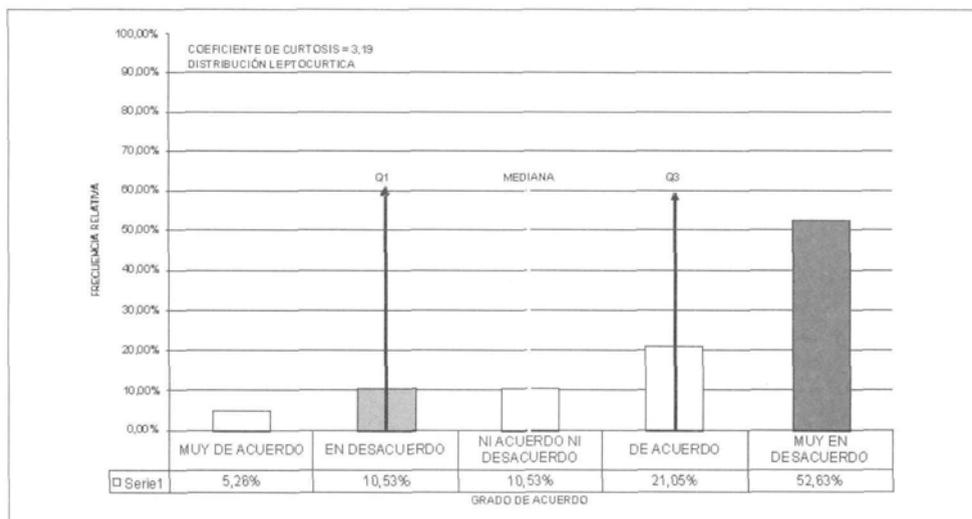
Se solicitó el grado de ACUERDO – DESACUERDO con las afirmaciones que se presentan a continuación, así como la autocalificación del GRADO DE EXPERIENCIA para cada una de ellas.

¹⁹ Se observará que, éste hecho se repetirá a lo largo de todas las cuestiones en las que los/as Panelistas debían constatar su grado de experticidad. Habiendo llamado poderosamente la atención del Equipo investigador el hecho de que en muy pocas ocasiones el Panel se ha autocalificado por encima del grado 50, incluso en aquellos casos de demostrada valía y reconocimiento profesional, llegando a la conclusión de que se debe a la dificultad por autoreconocer y expresar el propio mérito y capacidad personal y/o profesional.

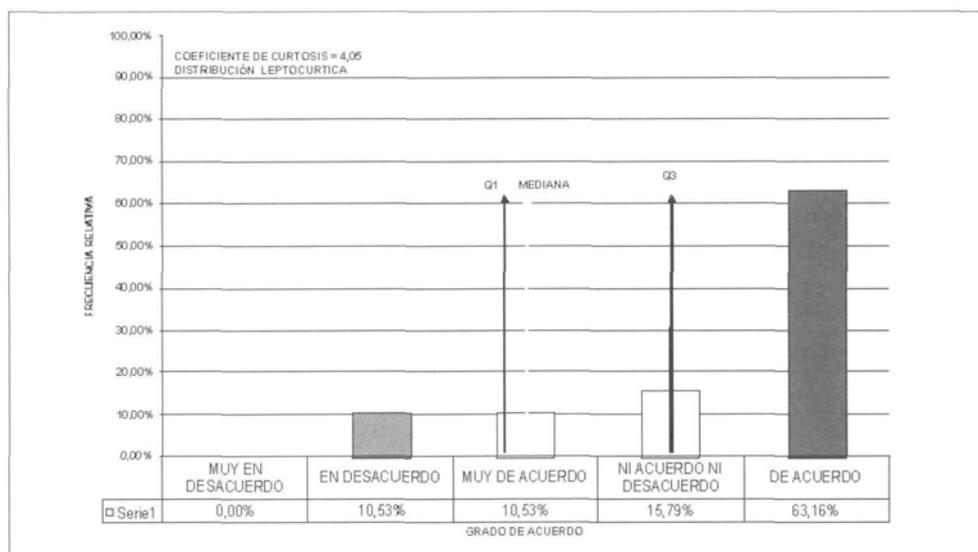
8a) "La adaptación de reglamentos en determinadas especialidades deportivas, (tradicionalmente practicadas por hombres), a las características físicas y psicológicas de las mujeres mejoraría su presencia y rendimiento en ellas".



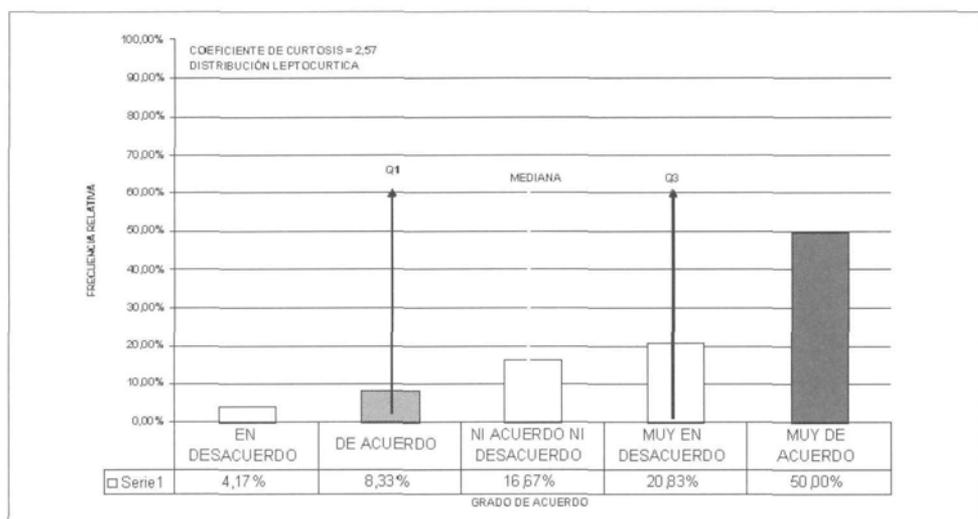
8b) "El aumento de la presencia de las mujeres en los tribunales de selección de PERSONAL docente en los centros universitarios de formación del profesorado, otorgaría más oportunidades para la mujer en la vida académica."



8c) "En general a los hombres no les gusta ver competiciones femeninas".



8d) "La infravaloración del éxito deportivo de las mujeres por parte de la sociedad afecta negativamente sobre su motivación hacia la continuidad en la práctica deportiva".



RESULTADOS CUESTIÓN 8: CUADRO RESUMEN

ÍTEMS	NIVEL DE CONSENSO	GRADO DE ACUERDO
8 a	DISCORDANCIA	
8 b	DISCORDANCIA	I
8 c	CONSENSO MINORÍA	DE ACUERDO
8 d	CONSENSO MINORÍA	NI ACUERDO NI DESACUERDO

ÍTEMS	GRADO DE EXPERTICIDAD					PROMEDIO
	0	25	50	75	100	
8a	0	5	7	4	3	57
8b	2	8	5	1	3	43
8c	0	3	6	6	4	64
8d	1	2	7	2	9	69
EXPERTICIDAD MEDIA DEL PANEL						58.25

CONCLUSIONES CUESTIÓN 8:

8A/ No existe acuerdo respecto a la necesidad de adaptación de los reglamentos deportivos de especialidades tradicionalmente masculinas a las características físicas y psicológicas femeninas con el objetivo de mejorar su rendimiento, sin embargo, la suma de Panelistas que se manifiestan DE ACUERDO y MUY DE ACUERDO, nos indica una tendencia hacia ésta necesidad.

8B/ Más del 50% del Panel se muestra MUY EN DESACUERDO con la afirmación de que el aumento de la presencia de las mujeres en los TRIBUNALES DE SELECCIÓN de PERSONAL DOCENTE en los CENTROS UNIVERSITARIOS de formación del profesorado, otorgaría más oportunidades para la mujer en la vida académica. No obstante, al igual que en el caso anterior existe un alto porcentaje, representado por la MEDIANA que indica acuerdo con ésta posibilidad.

8C/ El panel muestra CONSENSO en minoría (63.16%) respecto al hecho de que a los hombres no les gusta ver competiciones femeninas, frecuencia que sumada al 10.55 % que también muestra su nivel de ACUERDO nos da un alto porcentaje (73.71) que coloca ésta situación en el ámbito de lo PROBABLE.

8D/ El 50% del Panel es de la opinión de que la falta de reconocimiento social afecta negativamente a la motivación de las mujeres hacia el deporte. Sin embargo es

demasiado alto, (16.67%) el sector del Panel que prefiere no manifestarse en éste sentido.

ESTRATEGIAS FUTURO CUESTION 8:

A la vista de las respuestas del Panel, se podría concluir que:

1. La tendencia central indica que sería positiva la adaptación de algunos reglamentos deportivos a las características y parámetros femeninos, con el objetivo de ayudar a un mejor rendimiento.
2. De acuerdo a la opinión del panel, no sería necesario aumentar la presencia de mujeres en los tribunales de selección.
3. La obtención de CONSENSO respecto a que, "a los hombres no les gusta ver competiciones Femeninas" viene a agravar el tema de la valoración social, ya que, la falta de expectación disminuye la atención del sector mediático y, por tanto la facilidad para asegurar esponsorizaciones. Con lo que sería recomendable establecer medidas educativas al respecto
4. Es necesaria una mayor valoración social de la participación y éxitos del deporte femenino, si se pretende mejorar la motivación de niñas y mujeres hacia la práctica deportiva y la competición. El hecho de que exista CONSENSO respecto a que a los hombres no les guste ver competiciones femeninas dificulta éste aspecto.

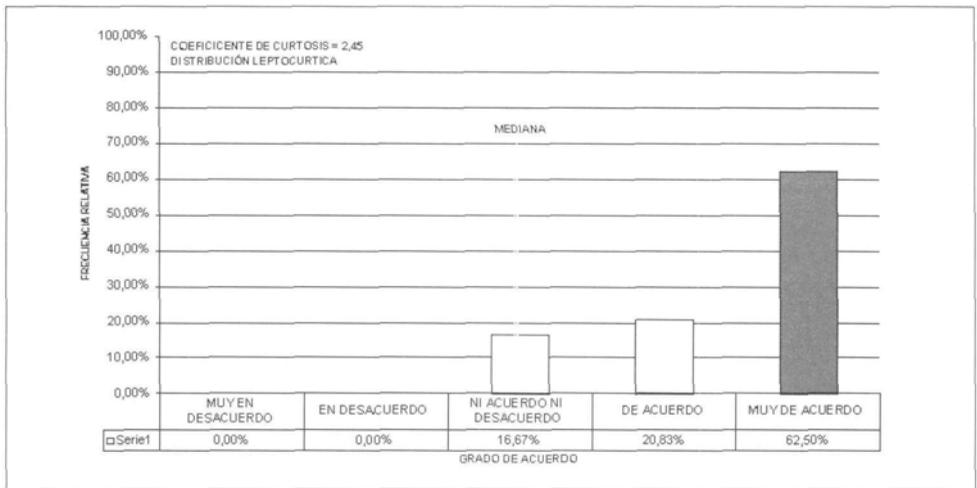
ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Responsables técnicos de las Federaciones Deportivas Educadores
QUÉ	Responsables de políticas deportivas Revisión de Reglamentos Deportivos y su adecuación a las características biofísicas de las mujeres (de la misma manera que se adapta al deporte infantil por sus especiales características)
DONDE	Federaciones Deportivas Centros Docentes Clubes y Asociaciones Deportivas
CUANDO	2005 - 2008
CÓMO	Estudio y análisis de los reglamentos deportivos Motivación - educación del alumnado masculino en el sentido de valorar igualmente los éxitos deportivos de ambos sexos

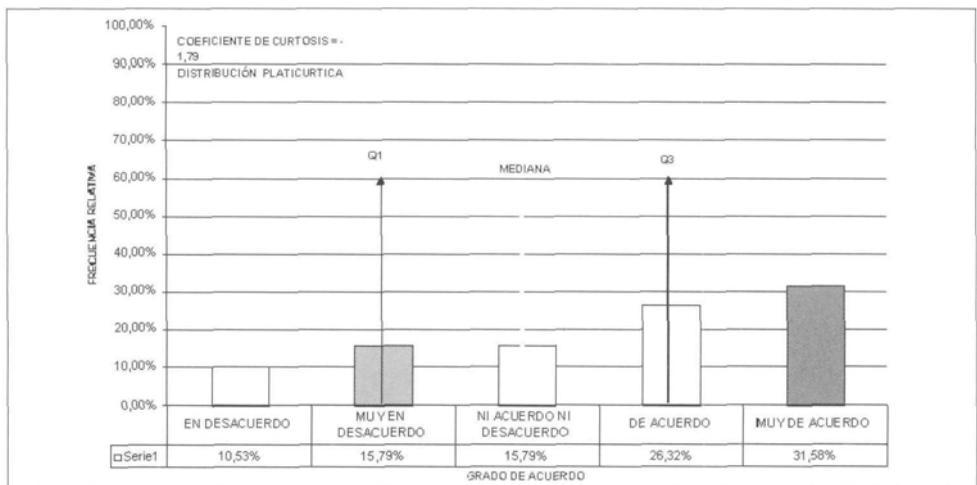
• RESULTADOS Y CONCLUSIONES CONSULTA 17

Se solicitó el grado de ACUERDO – DESACUERDO con las afirmaciones que se presentan a continuación, así como la autocalificación del GRADO DE EXPERIENCIA para cada una de ellas.

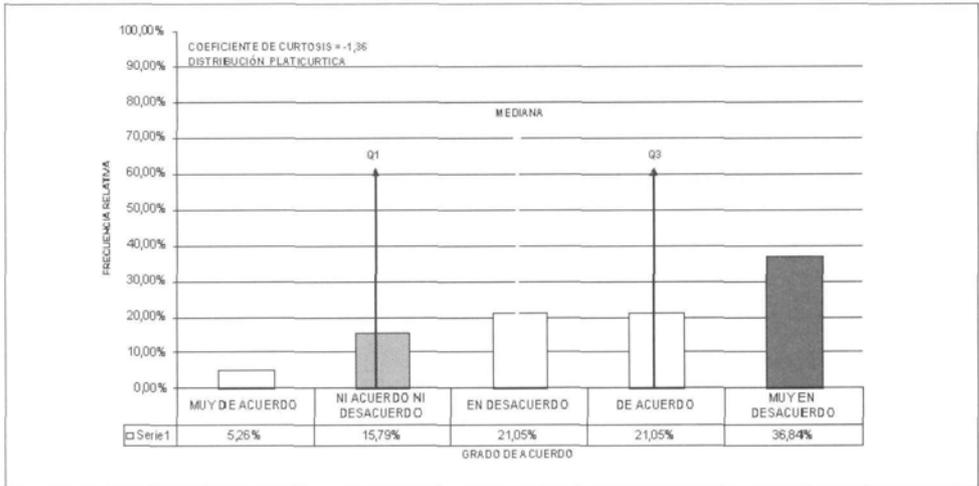
17a) "Los avances científicos en estudios de mujer en todas las áreas, (sociológicas, biológicas, psicológicas) ayudarán a una mejor aplicación de los sistemas de entrenamiento para las mujeres".



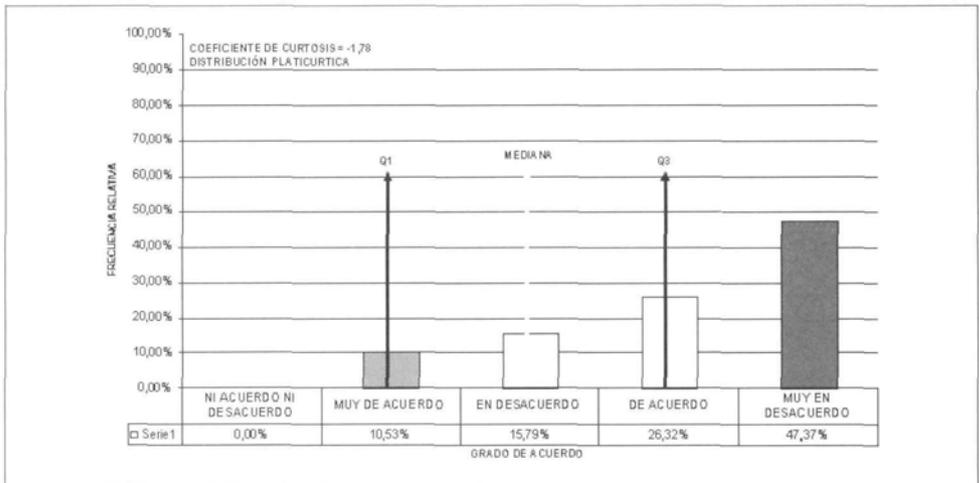
17b) "Hay comportamientos de las mujeres que la ciencia nunca llegará a explicar".



17c) "Aunque mejorasen las condiciones generales, Las mujeres nunca tendrán el mismo interés por el deporte que los hombres".



17d) "La investigación diferenciada para hombres y mujeres en materia deportiva no aportará ninguna nueva conclusión a lo ya conocido".



RESULTADOS CUESTIÓN 17: CUADRO RESUMEN

ÍTEMS	NIVEL DE CONSENSO	GRADO DE ACUERDO
17 a	MINORÍA	MUY DE ACUERDO
17 b	DISCORDANCIA	
17 c	DISCORDANCIA	
17 d	DISCORDANCIA	

ÍTEMS	GRADO DE EXPERTICIDAD					PROMEDIO
	0	25	50	75	100	
17a	0	2	6	9	7	72
17b	1	1	10	4	2	57
17c	0	0	11	6	2	63
17d	0	4	7	4	3	58
EXPERTICIDAD MEDIA DEL PANEL						62.50

CONCLUSIONES CUESTIO 17:

Tanto el CONSENSO obtenido cómo la tendencia al acuerdo indican que los avances científicos en estudios de mujer en áreas sociológicas, biológicas, psicológicas, etc. ayudarán a una mejor aplicación y adaptación de los sistemas de entrenamiento a las especificidades de la mujer. La consulta *"Hay comportamientos de las mujeres que la ciencia nunca llegará a explicar"* cubre una de las funciones del Delphi en cuanto a la detección de sesgo sexista en el Panel²⁰. A éste respecto podemos observar cómo hay un alto porcentaje del Panel entre el sector que se manifiesta MUY DE ACUERDO (31.58%) y el que dice estar DE ACUERDO (26.32%) con la afirmación dada, lo cual indica la aceptación de *"frases estereotipadas"* con una gran carga sexista.

El Panel NO establece CONSENSO en relación a la afirmación: *"Aunque mejorasen las condiciones generales, Las mujeres nunca tendrán el mismo interés por el deporte que los hombres"* Demostrándose una gran dispersión y desconocimiento sobre ésta cuestión²¹. Sin aparente fundamento.

²⁰ Se trata de un estereotipo de actitud respecto al conocido dicho *"A las mujeres no hay quien las entienda"*.

²¹ Se observará cómo ésta misma afirmación es expresada de manera libre por los propios panelistas en las cuestiones con formato Brainstorming.

Igualmente existe discordancia en relación a la necesidad de favorecer programas de investigación específicos en Mujer y Deporte. Ésta respuesta se contradice con la ofrecida por el panel en primer lugar, en la quedaba establecido el consenso respecto al apoyo científico a la hora de adaptar sistemas de entrenamiento.

ESTRATEGIA DE FUTURO CUESTION 17

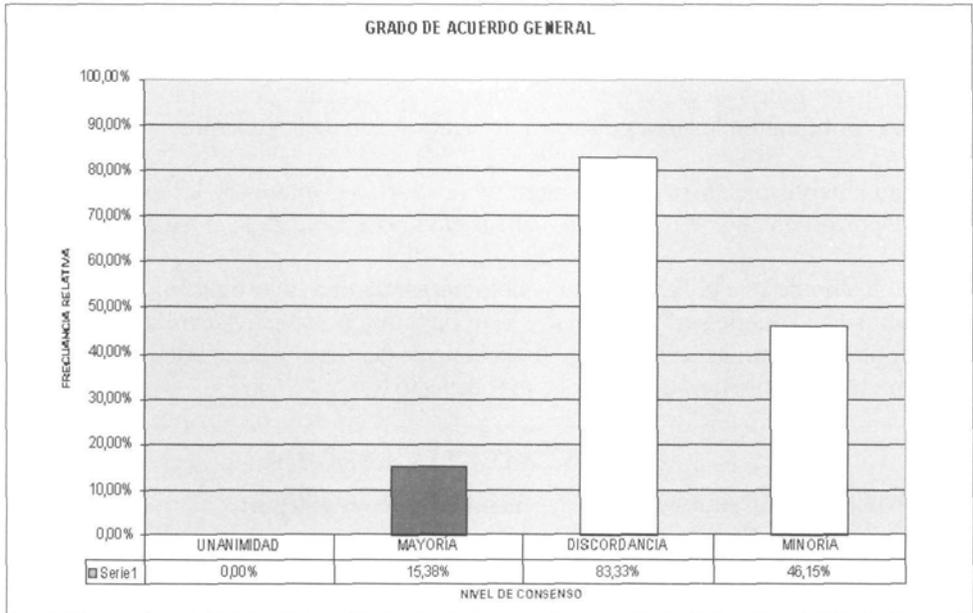
1. Sería positiva la investigación científica en estudios de mujer para su posterior aplicación al área del entrenamiento deportivo.
2. Aparentemente se mantienen ciertos estereotipos de pensamiento sexista, incluso en un grupo elegido como el configurado por el Panel, por tanto, será necesario continuar en la labor educativa de erradicación de los mismos.
3. Igualmente, parece necesario seguir demostrando el interés de las mujeres por el deporte, con el objetivo de que dicha excusa no sea utilizada en su contra.
4. El hecho de que el Panel no considere necesaria una investigación diferenciada por sexos, puede ser interpretado bien bajo una perspectiva evolutiva, o por el contrario como la no necesidad de ello a favor del desarrollo del deporte femenino. Habría que investigar más en éste aspecto

ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Centros Nacionales de investigación y deporte Facultades e INEFs
QUÉ	Lanzamiento de programas de investigación en mujer y Deporte
DONDE	C.A.R
CUANDO	2005 - 2008
CÓMO	Aumento de Becas y Ayudas a la Investigación Eliminación de creencias estereotipadas

• NIVEL GENERAL DE CONSENSO PARA LAS CUESTIONES DE ACUERDO

NIVEL	FREC ABSOLUTA	FREC RELATIVA
UNANIMIDAD	0	0.00%
MAYORÍA	2	15.38%
MINORÍA	5	46.15%
DISCORDANCIA	6	83.33%



Como se observa en el gráfico, el grado de consenso general se establece entre la DISCORDANCIA y el CONSENSO en MINORÍA, lo cual nos indica:

- A/ La existencia de una problemática real que debería motivarnos a continuar en el debate.
- B/ Como conclusión de lo anterior, la necesidad de aplicar una tercera RONDA de consulta sobre aquellas cuestiones en las que el CONSENSO se obtuvo en MINORÍA y sobre las que presentaron gran dispersión en la DISCORDANCIA, con el doble objetivo de provocar la reflexión en aras de obtener un mayor grado de consenso y de promover la práctica prospectiva como método de intervención social y desarrollo comunitario, estableciendo. Así, las estrategias necesarias para acercar el futuro.

El hecho de que el estudio sea planteado de manera unitaria y no como práctica de control del cambio no permite la posibilidad de realizar una tercera ronda, dejando abierta dicha opción en futuros proyectos de aplicación del método prospectivo.

Consultas Formato Ranking

Las cuestiones formato Ranking persiguen el consenso del Panel en cuanto al grado de influencia de determinados factores de desequilibrio por razón de sexo en el ámbito deportivo.

SUBINDICE

- ANÁLISIS CONSULTA 2 A
 - ANÁLISIS CONSULTA 2B
 - ANÁLISIS CONSULTA 3
 - ANÁLISIS CONSULTA 6
 - ANÁLISIS CONSULTA 9 A
 - ANÁLISIS CONSULTA 10B
 - ANÁLISIS CONSULTA 11
 - ANÁLISIS CONSULTA 16
- ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 2A

¿CUÁL / LES DE LOS SIGUIENTES FACTORES CREE QUE DIFICULTA MÁS, EN LA ACTUALIDAD, EL ACCESO DE LAS MUJERES AL DEPORTE?

RESULTADOS: CONSENSO EN MINORÍA

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FRE C	FREC REL (%)
1	La creencia por parte de las mujeres de que el deporte masculiniza el cuerpo de la mujer	0	0,00%
2	Los estereotipos culturales en materia deportiva en la sociedad actual (clasificación de deportes por sexo)	3	7,89%
3	La inadecuación de las instalaciones deportivas a las necesidades de las mujeres	0	0,00%
4	La escasa variedad en la oferta deportiva para las mujeres	1	2,63%
5	La deficiente educación en valores integradores de género durante la etapa de formación deportiva de niños y niñas	7	18,42%
6	El acceso al mundo laboral por parte de las mujeres la doble jornada	1	2,63%
7	LOS HIJOS	9	23,08%
8	La pareja	0	0,00%
9	El cuidado de los mayores	1	2,63%
10	La falta de interés de las mujeres por la práctica deportiva	1	2,63%
11	LA DIFICULTAD DE LAS MUJERES PARA CONCILIAR VIDA LABORAL – FAMILIAR Y ACTIVIDAD DEPORTIVA	15	39,47%
12	La creencia de las mujeres de que no podrán vivir profesionalmente del deporte	0	0,00%

RESULTADOS CONSULTA 2A:

ÍTEM	FACTORES DIFICULTADORES	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
11	El 39.47% del Panel opina, que la mayor dificultad estriba en conciliar vida laboral-familiar y actividad físico deportiva	CONSENSO EN MINORÍA	PROBABLE
7	El 23.68% del Panel, opina que son los Hijos el mayor impedimento de las mujeres para acceder a la Práctica deportiva	DISCORDANCIA	EXISTE DUDA
MEDIANA	ENTRE LOS ÍTEMS: 2 - 4 - 6 - 9 Y 10		

CONCLUSIONESCUESTIÓN 2 A

El Panel muestra **DISCORDANCIA** en cuanto a cuales son en la actualidad los factores que más dificultan el acceso de la mujer a las actividades Físico – Deportivas. Apareciendo en primer lugar la dificultad para conciliar vida familiar (ESPACIO DOMÉSTICO) así cómo la atención a los hijos (ESPACIO DOMESTICO)

ESTRATEGIA DE FUTURO

De acuerdo a las recomendaciones del Panel, sería necesario incorporar medidas sociales que favorezcan la conciliación horaria entre ESPACIO DOMESTICO y ESPACIO PRIVADO, así como revisar la oferta deportiva hacia las mujeres, con el objetivo de favorecer el acceso de la mujer a la actividad física y práctica deportiva sin que por ello haya de renunciar a otros aspectos de su vida familiar y/o privada.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 2B

DE TODAS LAS OPCIONES POSIBLES 1, 2... 12 INDIQUE LAS DOS QUE, EN SU OPINIÓN DESAPARECERÁN COMO FACTOR CONDICIONANTE A PARTIR DEL AÑO 2005

RESULTADOS: CONSENSO EN MINORÍA

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FRE C	FREC REL (%)
1	LA CREENCIA POR PARTE DE LAS MUJERES DE QUE EL DEPORTE MASCULINIZA EL CUERPO DE LA MUJER	9	23,68%
2	Los estereotipos culturales en materia deportiva en la sociedad actual (Clasificación de Deportes por sexo)	3	7,89%
3	La inadecuación de las instalaciones deportivas a las necesidades de las mujeres	1	2,63%
4	la escasa variedad en la oferta deportiva para las mujeres	5	13,16%
5	La deficiente educación en valores integradores de género durante la etapa de formación deportiva de niños y niñas	0	0,00%
6	El acceso al mundo laboral por parte de las mujeres la doble jornada	0	0,00%
7	Los hijos	1	2,63%
8	La pareja	2	5,26%
9	El cuidado de los mayores	0	0,00%
10	LA FALTA DE INTERÉS DE LAS MUJERES POR LA PRÁCTICA DEPORTIVA	13	34,21%
11	La dificultad de las mujeres para conciliar vida laboral – familiar y actividad deportiva	3	7,89%
12	La creencia por parte de las mujeres de que no podrán vivir profesionalmente del deporte	1	2,63%

RESULTADOS CUESTION 2B

ÍTEMS	FACTORES A DESAPARECER	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
10	El 34,21% del Panel es de la opinión de que desaparecerá la falta de interés de la mujeres por el deporte	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE
1	El 23,68 del Panel, cree que el factor que desaparecerá será la creencia por parte de las mujeres de que el deporte masculiniza el cuerpo de la mujer	DISCORDIA	IMPROBABLE
MEDIANA	ITEMS: 2,3,7 8 11 Y 12		

CONCLUSIONES CUESTION 2A

Pese a que las opciones mayoritariamente elegidos por los Panelistas se corresponden con los Ítems 1 y 10: La falta de interés de la mujeres por la práctica deportiva y la creencia de que el deporte masculiniza el cuerpo. (Hecho que nos hace pensar que ambas ideas permanecen vigentes).

La **tendencia central** nos indica que, DESAPARECERAN los Ítems, 2 - 3 - 7 - 8 - 11 - 12

Por otra parte si se observa la respuesta del Panel a la cuestiones 2 A y 2 B (previamente relacionadas) se aprecia que, de manera incoherente, no aparecen en la respuesta 2B ninguno de los factores elegidos en la 2A como dificultadores en la actualidad, por lo que se podría concluir que, aquellos permanecerán en el futuro.

ESTRATEGIA DE FUTURO

Aparece como recomendable incidir en valores educativos que eliminen estereotipos sobre el efecto del deporte en el cuerpo de la mujer, así como la revisión de programas y planificaciones deportivas que incrementen la motivación de niñas y jóvenes hacia la práctica deportiva

ESTRATEGIAS A SEGUIR

QUIEN	Responsables de políticas Socio - Laborales
QUÉ	De acuerdo a las recomendaciones del Panel, sería necesario incorporar medidas sociales que favorezcan la conciliación horaria entre ESPACIO DOMESTICO y ESPACIO PRIVADO, así como revisar la oferta deportiva hacia las mujeres, con el objetivo de favorecer el acceso de la mujer a la actividad física y práctica deportiva Aparece como recomendable incidir en valores educativos que, eliminen estereotipos sobre el efecto del deporte en el cuerpo de la mujer, así como la revisión de programas y planificaciones deportivas que incrementen la motivación de niñas y jóvenes hacia la práctica deportiva
DONDE	Centros de Salud Empresas de trabajo Centros e Instalaciones deportivas municipales Centros educativos
CUANDO	2005 - 2007
CÓMO	Mejora de la oferta laboral y de las condiciones de trabajo para las mujeres Gestión favorecedora del tiempo de ocio Adecuación de horarios y programas deportivos para mujeres.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 3

¿CUÁL/ES CREE QUE DEBERÍAN SER LOS PRINCIPALES OBJETIVOS DE LOS ORGANISMOS PÚBLICOS MADRILEÑOS RESPONSABLES DE POLÍTICAS DEPORTIVAS, DURANTE LOS PRÓXIMOS 10 AÑOS, EN ÁREA DE EDUCACIÓN- DEPORTE Y MUJER?

RESULTADOS: DISCORDANCIA

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FREC	FREC REL (%)
1	Adecuar las instalaciones deportivas a las necesidades de las mujeres (Equipamiento – Horarios)	0	0,00%
2	Procurar y habilitar servicios de guarderías en los centro deportivos públicos	9	23,68%
3	APOYAR LOS CRITERIOS DE CONCILIACIÓN ENTRE HORARIO LABORAL- HORARIO FAMILIAR	11	28,95%
4	EDUCAR DESDE LA INFANCIA EN MATERIA DE MUJER Y ACTIVIDAD FÍSICO DEPORTIVA	11	28,95%
5	Incrementar la dotación económica para programas de fomento deportivo, específicos para niñas, jóvenes y mujeres	3	7,89%
6	Construir más instalaciones deportivas de baño cercanas a la vivienda habitual	1	2,63%
7	Mejorar la relación Calidad – Precio	0	0,00%
8	Diseñar programas que incentiven la creación de equipos femeninos	2	5,26%
9	Procurar más representación femenina en puestos de responsabilidad en organismos publicos deportivos	0	0,00%
10	Diseñar programas específicos de Salud y Deporte para la mujer	0	0,00%
11	Realizar encuestas periódicas de detección de necesidades de la población femenina en materia de Actividad Física y Deporte	1	2,63%
12	Diseñar, desde la escuela, programas de detección de talentos deportivos específicos para niñas y jóvenes	0	0,00%

RESULTADOS CUESTION 3

ÍTEM	OBJETIVOS	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
3	El 28,95% del Panel recomienda el apoyo a criterios de conciliación entre horario laboral y familiar	DISCORDANCIA	DUDOSO - PROBABLE
4	El 28,95% aconseja, as mismo, Educar desde la infancia en materia de mujer y actividad físico deportiva	DISCORDANCIA	DUDOSO - PROBABLE
2	El 23,68% del Panel propone como objetivo la habilitación de servicios de guarderías en los centro deportivos publicos	DISCORDANCIA	IMPROBABLE
MEDIANA	ÍTEM 5 – 6 – 8 – 10 – 11 Y 12		

CONCLUSIONES CUESTIÓN 3

El Panel no ha llegado a alcanzar nivel de CONSENSO significativo para ésta cuestión. No obstante, los Ítems. 3 y 4 aparecen como los más recomendados como objeti-

vos alcanzar por los Organismos Públicos en cuanto a la mejora en el área de Educación y Deporte durante los próximos 10 años. Por otra parte, llama la atención el hecho de que ninguno de los Panelistas crea necesaria la adopción de medidas correspondientes a los Ítems. 1 - 7 - 9 - 10 y 12.

ESTRATEGIA DE FUTURO

Una vez más aparece como recomendable la adopción de medidas educativas y de conciliación horaria. La tendencia central aparece muy dispersa, recomendando actuaciones muy diversas para el objetivo propuesto.

ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Responsables de políticas y programas deportivos Federaciones deportivas
QUÉ	Una vez más aparece como recomendable la adopción de medidas educativas y de conciliación horaria. La tendencia central aparece muy dispersa, recomendando actuaciones muy diversas.
DONDE	Instalaciones deportivas municipales
CUANDO	2005 - 2008
CÓMO	<ul style="list-style-type: none"> • Apoyo a criterios de conciliación entre horario laboral y familiar • Educar desde la infancia en materia de mujer y actividad físico deportiva • Habilitación de servicios de guarderías en los centros deportivos públicos

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 6

EN SU OPINIÓN ¿QUÉ TIPO DE MOTIVACIÓN IMPULSARÁ A LAS MUJERES A REALIZAR ACTIVIDADES FÍSICO - DEPORTIVAS EN EL FUTURO?

RESULTADO: CONSENSO EN MINORÍA

ÍTEM	DESCRIPCIÓN	FREC	FREC REL
1	Mejorar su imagen física	7	13.42
2	Sólo para perder peso	2	5.26
3	MEJORAR Y MANTENER SUS CONDICIONES FÍSICAS Y MENTALES (OBTENCIÓN DE BENEFICIOS PSICO - FÍSICOS)	12	31.58
4	Establecer nuevas relaciones sociales fuera del trabajo y la familia (Socialización)	2	5.26
5	Competir	0	0.00
6	Competir con el objetivo de GANAR	0	0.00
7	Realizar actividades Físico - Deportivas sin objetivos competitivos	0	0.00
8	Realizar actividades Físico - Deportivas como medio de Diversión y Ocio	1	2.63
9	Utilizar la Actividad Deportiva como un medio (excusa) para salir de casa	1	2.63
10	MEJORAR SU CALIDAD DE VIDA	10	26.32
11	Practicar Deporte como medio de Prevención de Enfermedades	1	2.63
12	Practicar Deporte como medio de mejora y afirmamiento de su Autoestima	2	5.26

RESULTADOS CUESTION 6

ÍTEMS	MOTIVACIONES	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
3	El 31.58% del Panel estima que la motivación de la mujer para realizar ejercicio físico en el futuro será mejorar y mantener su salud Psico - Física	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE
10	El 26.32% del Panel, es de la opinión de que las mujeres accederán a la practica deportiva como medio de mejora de su calidad de vida	DISCORDANCIA	MUY IMPROBABLE IMPROBABLE
MEDIANA	ÍTEMS: 2-4-8-9-11 Y 12		

CONCLUSIONES CUESTIÓN 6:

El Panel no ha llegado a alcanzar un alto nivel de CONSENSO para ésta cuestión, en ninguno de los Ítems presentados, ni en PRIMERA ni en SEGUNDA RONDA. Los ítems 3 y 10 han sido los de mayor frecuencia, sin embargo la TENDENCIA CENTRAL nos indica otro tipo de factores. Resulta importante observar las opiniones del Panel en cuanto al aspecto Competición, nada valorado en relación a la práctica deportiva de las mujeres, cuando recientemente (JJ.OO Atenas 2004) se ha observado un incremento de la participación femenina (40%).

ESTRATEGIA DE FUTURO

Dado que el interés futuro previsto por el Panel, se relaciona directamente con área de salud, sería recomendable incidir en el estudio de programas de DEPORTE - SALUD orientados a la mujer. Se observa cómo ninguno de los ítems relacionados con la competición ha sido seleccionado por ninguno de los panelistas, lo cual nos induce a pensar que sería necesario revisar las causas que conducen a la creencia generalizada de que las mujeres muestran falta de interés por la competición deportiva.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES PARA LA CONSULTA 9A

AQUÍ HAY UNA LISTA DE CAUSAS APARENTES POR LAS QUE LAS MUJERES ACCEDEN EN MENOR NÚMERO AL DEPORTE DE COMPETICIÓN QUE LOS HOMBRÉS ¿PODRÍA DECIRME CON CUALES DE ELLAS ESTÁ MÁS DE ACUERDO?

RESULTADO: CONSENSO EN MINORÍA

ITEM	DESCRIPCIÓN	FREC ABS.	FREC REL (%)
1	Falta de tiempo para cumplir horarios de entrenamiento	0	0,00%
2	DIFICULTAD PARA COMPATIBILIZAR HORARIOS: ESTUDIO, FAMILIA, OCIO, ENTRENAMIENTO	11	28,95%
3	Falta de interés por la Competición reglada	3	7,39%
4	Ausencia de refuerzo social	7	18,42%
5	IMPOSIBILIDAD FUTURA DE GANARSE LA VIDA COMO PROFESIONAL DEL DEPORTE	12	31,58%
6	Dificultad para encontrar patrocinador para Equipos Femeninos (Peligro de Continuidad)	0	0,00%
7	Posibilidad de quedar embarazada (Incompatibilidad con la carrera deportiva)	1	2,63%
8	Dificultad para encontrar Equipos Femeninos de Alto Rendimiento en todas las especialidades deportivas	2	5,26%

RESULTADOS 9A:

ÍTEMS	FACTORES DIFICULTADORES	CONSENSO	ESTIMATIVO PROBABILIDAD
5	El 31.58% del Panel opina que las Mujeres acceden en menor número al deporte de Competición debido a la imposibilidad de ganarse la vida como profesionales del deporte	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE
2	El 28.95% Es de la opinión de que se debe a la dificultad para compatibilizar horarios: estudio, familia, ocio, entrenamiento	CONSENSO EN MINORÍA	IMPROBABLE
MEDIANA	ÍTEMS: 3 - 4 - 7 Y 8		

CONCLUSIONES CUESTION 6

El Panel, considera que las mujeres acceden menos al deporte de competición debido, en PRIMER LUGAR, a la conciencia de la imposibilidad de hacer del deporte su medio de vida, hecho que se relaciona directamente con la infravaloración y falta de reconocimiento social y, en SEGUNDO LUGAR, a la dificultad para compatibilizar horarios. En éste caso los valores de la TENDENCIA CENTRAL muestran, de nuevo, la teórica falta de interés de las mujeres por la competición deportiva, así cómo otros factores de gran importancia de cara a estrategias futuras.

ESTRATEGIA DE FUTURO

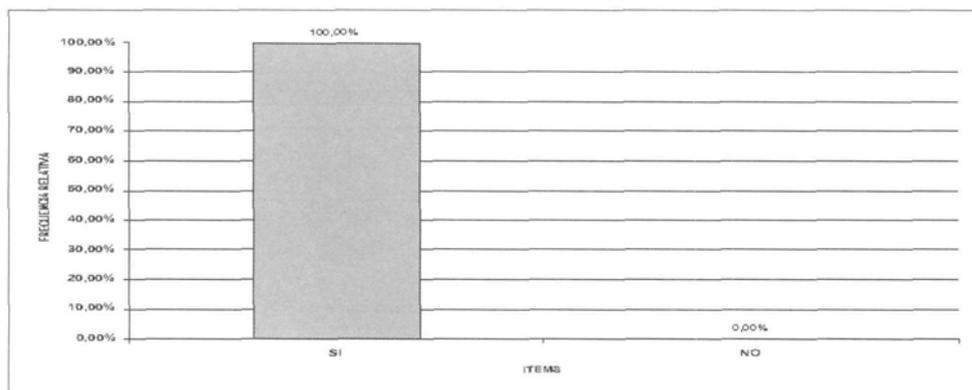
Si el objetivo futuro es el incremento de mujeres en competiciones deportivas, sería necesario atender a las recomendaciones que el Panel expresa en su tendencia central. Mayor refuerzo social, atención a la maternidad y conformation y apoyo a los equipos femeninos de todas las especialidades deportivas, erradicando estereotipos en la clasificación por sexo de algunos deportes

• RESULTADOS Y CONSLUSIONES CONSULTA 10B

¿ES DE LA OPINIÓN DE QUE LOS NIÑOS PUEDEN Y DEBEN TENER EL DERECHO A PRACTICAR GIMNASIA RÍTMICA?

RESULTADO: CONSENSO POR UNANIMIDAD

	FREC. ABSOLUTA	FREC RELATIVA
SI	24	100%
NO	0	0.00%



CONCLUSIONES CUESTION 10B

El Panel es de la opinión, por **UNANIMIDAD**, de que debería permitirse la competición masculina en ésta modalidad deportiva. La respuesta contundente que, por otra parte pretendía diagnosticar el sesgo sexista del Panel, nos indica la opinión (indirecta) de los expertos/as en el sentido de la **NO** necesidad de clasificar los deportes de acuerdo al sexo.

ESTRATEGIA DE FUTURO

Propuesta, a la RFEG en cuanto a la posibilidad de permitir la participación masculina (Deportistas y Jueces) en la especialidad de Gimnasia Rítmica Deportiva, como así ocurre en el resto de modalidades que recoge dicha Federación Española (Trampolín, Gimnasia Artística, Aerobic...)

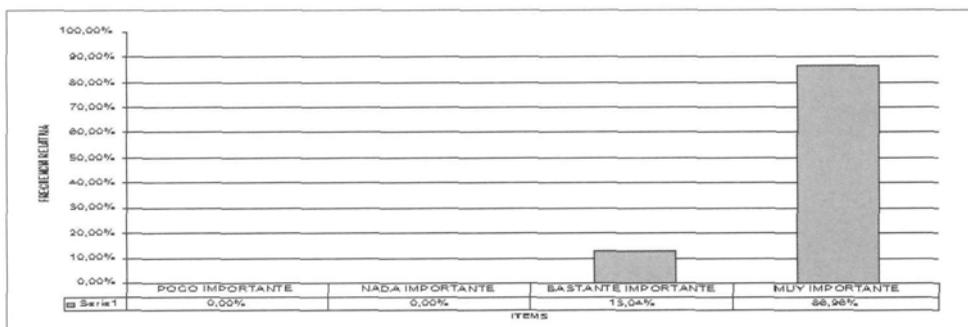
ESTRATEGIAS A SEGUIR	
QUIEN	Real Federación Española de Gimnasia
QUÉ	Propuesta a la RFEG en cuanto a la posibilidad de permitir la participación masculina (Deportistas y Jueces) en la especialidad de Gimnasia Rítmica Deportiva, como así ocurre en el resto de modalidades que recoge dicha Federación Española (Trampolín, Gimnasia Artística, Aerobic...)
DONDE	Instalaciones deportivas Centros de Formación de Técnicos deportivos
CUANDO	2005 - 2008
CÓMO	Instando a la correspondiente Federación internacional la necesidad de eliminar esta discriminación por razón de sexo

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CONSULTA 11

OPINA QUE LA PRÁCTICA DEPORTIVA PARA LAS MUJERES ES...

RESULTADO: CONSENSO EN MAYORÍA

DESCRIPCIÓN	FREC. ABS	FREC. REL
POCO IMPORTANTE	0	0,00%
NADA IMPORTANTE	0	0,00%
BASTANTE IMPORTANTE	3	13,04%
MUY IMPORTANTE	21	86,96%



CONCLUSIONES CUESTION 11

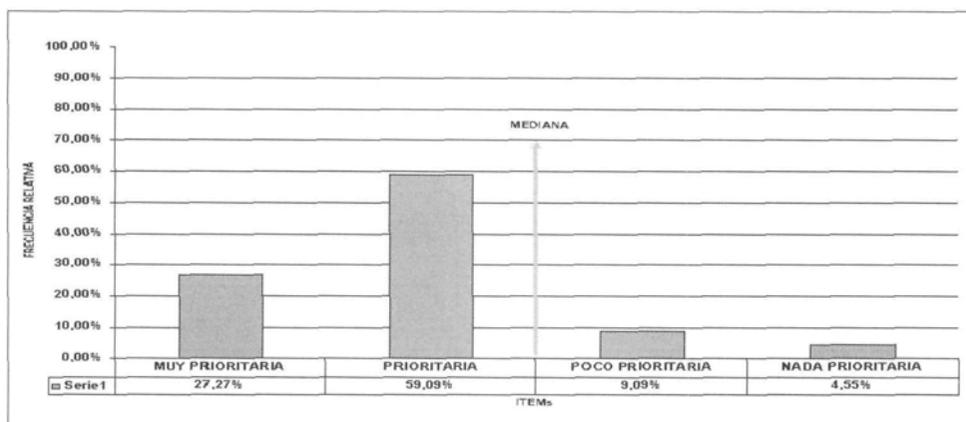
El 86.96% del Panel considera como MUY IMPORTANTE, razón que, por sí sola justificaría cualquier tipo de intervención en el sentido de mejora de las condiciones generales del deporte practicado por mujeres.

• ANÁLISIS Y CONCLUSIONES CUESTIÓN 16

CONSIDERA QUE, EL ACCESO DE LAS MUJERES A PUESTOS DE RESPONSABILIDAD EN LAS FEDERACIONES DEPORTIVAS NACIONALES Y/O TERRITORIALES ES...

RESULTADO: CONSENSO EN MINORIA

DESCRIPCIÓN	FREC. ABS	FREC. REL
MUY PRIORITARIA	6	27,27%
PRIORITARIA	13	59,09%
POCO PRIORITARIA	2	9,09%
NADA PRIORITARIA	1	4,55%



CONCLUSIONES CUESTIÓN 16

Los datos de Frecuencia nos ofrecen un dato discretamente preocupante, en el sentido de que un 13.64% del Panel tiende a la opinión de considerar que el acceso de las mujeres a puestos de responsabilidad es POCO o NADA prioritaria ante un 86.36% que considera que dicho acceso es PRIORITARIO o MUY PRIORITARIO.

ESTRATEGIA DE FUTURO

Como propuesta de futuro, y en atención a la opinión mayoritaria del Panel, se recomienda el acceso de un mayor número de mujeres a puestos de responsabilidad en las diferentes Federaciones Nacionales y/o Territoriales. Se propone la posibilidad de una tercera ronda de consulta para ésta cuestión con el objetivo de consensuar la respuesta hacia una mayoría y detectar las causas de de las respuestas negativas en éste área.

CONCLUSIONES GENERALES

- A. En ninguno de los cuatro formatos de consultas presentados al Panel se obtiene el CONSENSO de manera mayoritaria, excepto en contadas ocasiones y para cuestiones muy puntuales.
- B. La falta de CONSENSO en cuestiones importantes es indicativo de la necesidad de aplicación de una tercera ronda con el objetivo de reducir los espacios intercuartiles y aumentar el consenso hacia tendencias centrales
- C. Sería interesante, por otra parte, profundizar en la causa/causas de la dificultad de los miembros del Panel para establecer su grado de experticidad y el ¿por qué? de no declararse con un mayor grado de experiencia en los casos en que así fuera.

- D. La generalidad de los datos denota un carácter pesimista en el Panel femenino y una falta de concienciación, en cuanto a la existencia de una problemática real por parte del Panel masculino.
- E. La particularidad, tanto de la metodología del estudio como de las conclusiones obtenidas, deja abiertas diferentes líneas de investigación, entre ellas y, como la que pudiera resultar más significativa, la comparación cuantitativa y cualitativa del Panel femenino y masculino.
- F. Por último se ha de reseñar de nuevo que, la validez de la metodología aplicada finalizaría con la aplicación real de las conclusiones obtenidas por parte de los organismos responsables, tanto en materia educativa como deportiva.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- BERGER, GASTON, (1964) *Phénoménologie du temps et prospective*, París, Presses Universitaires de France
- GARCÍA FERRANDO, MANUEL. (1991) Los españoles y el deporte: prácticas y comportamientos en la última década del S.XX. CSD. Madrid
- GARCÍA FERRANDO, MANUEL; PUIG BARATA, NURIA; LAGARTERA OTERO, FRANCISCO. (2002) *Sociología del Deporte*. Alianza Editorial.
- HARGREAVES, Jennifer (1993) *Problemas en el ocio y los deportes femeninos*, Madrid, La Piqueta.
- LICUANAN, PATRICIA B. (1999) *Serie: Studies and Documents* (Major Programme I, Reflection on World Problems and Future-Oriented Studies).
- HELMER, O; RESCHER, N. (1972) *Sobre la Epistemología de las ciencias inexactas, Futuro presente, núm. 8*.
- VAZQUEZ, BENILDE (1993) *Actitudes y prácticas deportivas de las mujeres españolas*. Madrid, Ministerio de Asuntos Sociales, Instituto de la Mujer. Madrid
- LANDETA, JON. *El método Delphi*. Ariel. 1999. Barcelona.

OTRAS REFERENCIAS CONSULTADAS

- ALMEIDA MARCOS, Manuel, (1995) *El Factor "sexo" en los procesos de variación y cambio*, Anuario de Letras XXXIII
- BALLESTER BRAGE, L. (1999) *Nuevas metodologías cualitativas: los Paneles Delphi*. En Seminario sobre metodologías aplicadas en la evaluación educativa. Departamento de métodos de Investigación y Diagnostico en Educación. Universidad del País Vasco (VPV).
- BARRAGÁN, Fernando; GUERRA, Isabel; JIMÉNEZ, Begoña (1996) *La Construcción colectiva de la Igualdad*. Consejería de Educación y Ciencia (Junta de Andalucía).
- BUÑUEL, A. y VÁZQUEZ, B. (1994). *La experiencia del deporte en la vida de las mujeres en Europa: cuestiones teóricas y metodológicas*. En Actas III Congreso de la AEISAD: *Los retos de las Ciencias Sociales Aplicadas al Deporte*. VALLADOLID

- CUENCA CABEZA, M. (1999), *Ocio y Formación- Hacia la equiparación de oportunidades mediante la educación del ocio*. Documentos de estudio de Ocio núm. 7, Universidad de Deusto-Bilbao
- FASTING, K. (1993c) *El Género como perspectiva importante en el estudio de la sociología del deporte*. En *Investigación Alternativa en Educación Física*. UNISPORT 275.
- GARCÍA FERRANDO, Manuel (COMP.); PUIG BARETA, Nuria (COMP.); LAGAR-DERA OTERO, F. (COMP.) (1998) *Sociología del Deporte* - Ed. Alianza - MADRID. ISBN:84-206-8177-6
- HARGREAVES, Jennifer (1993) *Problemas en el ocio y los deportes femeninos*, Madrid, La Piqueta.
- MARTINEZ, C.; SOTO, E.; WINTER, J.; (1982) *Manual Delphi, Tesis para optar al título de Ingeniero Comercial*. Departamento de Economía, Facultad de CC EE y Administrativas. Universidad de Chile.
- MAÑERU, Ana. (1991). *El género: ¿Accidente gramatical o discriminación no accidental?* En Actas de la VII Jornada de Investigación interdisciplinar. Págs. 309 – 317
- MELNICK, S. (1983), *Investigación del Futuro: Teoría y Práctica*, Serie de Investigación
- PADILLA, M^a Teresa, MORENO, Emilia y VÉLEZ, Enrique (2002). *La Técnica Delphi en la evaluación de necesidades: Una aplicación al tratamiento de género en los centros escolares*. En estudio de investigación sobre los valores de género. Dirección general de evaluación educativa y Formación del profesorado de la Junta de Andalucía. Universidad de Sevilla y Universidad de Huelva.
- PEREZ-CAMPANERO, M.P. (1991). *Como detectar las necesidades de intervención educativa*. Madrid. Narcea.
- PUIG, Nuria (1987). *El proceso de incorporación al deporte por parte de la mujer española*. Pgs. 73 – 91 en Varios, *Mujer y Deporte*. Madrid, Instituto de la Mujer, Ministerio de Asuntos Sociales
- RUIZ OLABUENAGA, J. J. (1994), *Ocio y estilos de vida*. En M. Juárez (dir), V Informe sociológico sobre la situación social en España (pp. 1882-2073). Madrid: Funciones Foessa.
- SCRATON, S. (1995), *Educación Física de las niñas: un enfoque feminista*. Ed. Morata SL-Madrid.
- SCOTT, Joan W. (1992). *“El género: una categoría útil para el análisis histórico”*, en AMELANG, James y Mary Nash (eds.). *Historia y género: las mujeres en la Europa moderna y contemporánea*.

- SETIÉN, ML. (1993). *Indicadores sociales de calidad de vida*, C.I.S.- Siglo XXI. Madrid
- SUBIRATS, Marina. (1987) *La transmisión de estereotipos sexuales en el sistema escolar*, en *La Investigación en España sobre Mujer y Educación*. Serie Debate 2. Madrid. Instituto de la mujer. pp. 10-15
- SUBIRATS, Marina y BRULLET, Cristina (1991). *Rosa y Azul. La transmisión de los géneros en la escuela mixta*. Madrid. Instituto de la mujer
- VÁZQUEZ, B.; FERNÁNDEZ, E.; FERRO, S. y cols (2000). *Educación Física y género*. Instituto de la Mujer- Ministerio de Asuntos Sociales. Gymnos. Madrid

ORGANISMOS INTERNACIONALES: PÁGINAS WEB CONSULTADAS

- TURON MARCO, Yolanda- *Mujer y Deporte* En [http:// www. aragob.es](http://www.aragob.es)
- CENTRO DE ESTUDIOS OLÍMPICOS: [http://www. blues. uab. es/olympic. estudios/](http://www.blues.uab.es/olympic.estudies/)
- ASSOCIATION CANADIENSE DES ENTRAÎNEURS: [http://www. coach. ca/](http://www.coach.ca/)
- CONFERENCIAS Y EVENTOS DE LAS NACIONES UNIDAS: [http://www. un. org/ spanish/ womwnwatch/ confer](http://www.un.org/spanish/womwnwatch/confer)
- INSTITUT de STATISTIQUE de L'UNESCO: [http://www. portal. unesco. org](http://www.portal.unesco.org)
- ORGANIZACIÓN de las NACIONES UNIDAS para la EDUCACIÓN la CULTURA y la CIENCIA: Consejo Intergubernamental del programa "Gestión de las transformaciones sociales" (MOST): [http:// www. unesco. org/ most/](http://www.unesco.org/most/)
- ASOCIACIÓN DE MUJERES EN RED: [http://www. nodo50. org/ mujeresred/](http://www.nodo50.org/mujeresred/)
- VELEZ PAREJA, Ignacio. (2002). El método Delphi. En [http://sigma. poligran. edu. co](http://sigma.poligran.edu.co) Facultad ingeniería industrial. Bogotá
- ANTECEDENTES INTERNACIONALES SOBRE PROSPECTIVA TECNOLÓGICA. En [www. veneluelainnovadora. gov. ve/ documentos/ prospeccion/ antecedentes_ prospectiva](http://www.veneluelainnovadora.gov.ve/documentos/prospeccion/antecedentes_prospectiva).

- AUSTRALIAN SCIENCES AND TECHNOLOGY COUNCIL (ASTEC), Matching science and technology to future needs: an international perspective, Canberra, December, 1994. Australia: www.astec.gov.au/astec/future/intpers/
- HYDE, KARINE A.L. L'Education de Filles. En www.unesco.org/education
- INSTITUTO NACIONAL DE ESTADISTICA, en <http://www.ine.e>
- DOCUMENTOS DE PROSPECTICA
en <http://geocities.com/Pentagon/Quarters/7578/prospectiva.html>
- REVISTA IBEROAMERICANA DE EDUCACIÓN. En <http://www.campus-oei.or>
- MINISTERIO TRABAJO Y ASUNTOS SOCIALES, Información Estadística.
En <http://www.mtas.e>
- CENTRO DE INVESTIGACIONES SOCIOLOGICAS.
En <http://www.cis.es/home1024.asp>
- LEGISLACIÓN DEPORTIVA ESPAÑOLA, en <http://www.deportedigital.galeon.com/>
- PARLAMENTO EUROPEO, (a). En <http://www.europarl.eu.int/index/>
- PARLAMENTO EUROPEO, (b) Proceso de reflexión Europa 2010 auspiciado por la Célula de Prospectiva de la Comisión Europea. En http://europa.eu.int/comm/cdp/sce-nario/resume/index_fr.htm
- SERVICIOS DEPORTIVOS MUNICIPALES MADRID. En <http://www.munideporte.co>
- PROGRAMA DE DEPORTES MUNICIPAL, en FEMP <http://www.femp.es/>
- EDUCACIÓN PARA TODOS. UNESCO, ¿qué países alcanzarán en 2005 la paridad entre niñas y niños? En <http://portal.unesco.org/>
- INSTITUTO DE ESTADISTICA DE LA UNESCO. Objectifs de développement du Millénaire, en <http://www.uis.unesco.org/>
- BANCO DE DATOS MUNICIPAL, en <http://www.madrid.org>
- ESTADISTICAS CSD. En <http://www.csd.es>

NORMAS DE PRESENTACIÓN PARA LA ADMISIÓN DE TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN ⁽¹⁾

(Resumen 2006)

1. Los trabajos breves o sumarios de investigación que se presenten para su eventual publicación por el Consejo Superior de Deportes (CSD) deberán tener una extensión de 40 a 60 páginas (DIN-A-4, espaciado interlineal 1'5), incluidos gráficos y tablas. No obstante, si el tema o el tipo de trabajo lo requieren, se podrá acordar otra extensión. Se recomienda seguir el esquema general de trabajos de investigación:
 - a) Introducción que exponga los fundamentos del trabajo y especifique claramente sus objetivos.
 - b) Descripción de las fuentes, métodos, materiales y equipos empleados en su realización.
 - c) Exposición de los resultados y discusión de los mismos.
 - d) Conclusiones finales.

Deberá figurar con toda claridad:

- **Título completo del trabajo en castellano y su versión inglesa;** y si se desea, también en francés.
- Iniciales del **nombre y apellidos de los autores.**
- **Resúmenes** del contenido, **en castellano y en inglés,** y si se desea, también en francés, de un mínimo de 100 y un máximo de 250 palabras, acompañados de las **palabras clave** que definan el contenido del trabajo (6 a 10, preferentemente extraídos del texto del trabajo).
- **Notas al pie de página o final del texto:** Se acompañarán en anexo al final del texto, debidamente numeradas, indicándose en el texto el lugar al que hace referencia cada nota.
- **Referencias bibliográficas** de obras citadas en el texto.
- **Ilustraciones :** Según el tipo de ilustraciones que acompañen el trabajo (tablas, gráficas, fotografías, etc.), deben entregarse en la forma y en el soporte más apropiado para garantizar una óptima reproducción, así como en forma de copia o fotocopia impresa, en anexo al texto, debidamente numerados y acompañados del título o leyenda correspondiente. En el texto se indicará el lugar en el que, en principio, debería insertarse cada ilustración.

(1) **Nota:** Estas normas se basan en normas ISO y normas UNE. Puede solicitarse la versión completa "PROGRAMA EDITORIAL. Publicaciones del CSD. NORMATIVA GENERAL PARA LA PRESENTACIÓN DE TRABAJOS. Revisada junio 2002", así como el modelo oficial de cesión de derechos y aceptación de las bases, a:

Consejo Superior de Deportes
Subdirección General de Deporte y Salud
SERVICIO DE DOCUMENTACIÓN

C/ Martín Fierro s/n

28040 Madrid

Tel.: 91-589.05.28

Fax.: 91- 589 05 30

Email: documentación.sgds@csd.mec.es ; csd.publicaciones@csd.mec.es

2. Indicación de ayudas percibidas por el CSD.: se indicarán el tipo y los años de ayuda percibida.
3. **Datos de los autores.** Los textos que se presenten para su publicación deben ir firmados por sus autores y acompañados de los datos completos de la institución o centro, dirección completa y teléfono de contacto de los mismos. Deberán enviar sus trabajos al Servicio de Documentación del CSD, acompañados de una fotografía del autor y un breve curriculum relacionado con la obra (máximo 10 líneas).
4. **Soportes de presentación.** El trabajo deberá entregarse en papel DIN-A-4, por duplicado, con espacio interlineal de 1,5, en lengua castellana, y en disquete, grabado en un fichero con procesador de textos para Windows (versión NO superior a 2000).

Los perceptores de ayudas del CSD que presenten sumarios de investigación de acuerdo con los requisitos y condiciones establecidos para su publicación por el CSD cederán **por escrito** todos los derechos de autor y de reproducción del trabajo en cualquier tipo de soporte (incluidas microformas o bases de datos informatizadas) al CSD y harán constar la aceptación de las presentes normas, haciendo uso del modelo establecido para el efecto.

Se admiten también propuestas de artículos científicos-técnicos a iniciativa propia de otros autores, en las mismas condiciones que las establecidas para los perceptores de ayudas del CSD, reservándose éste el derecho de aprobar o declinar su publicación.

6. Asimismo los autores asumirán expresamente el compromiso de realizar las modificaciones y correcciones necesarias en el caso de aprobarse la publicación, lo que se comunicará por escrito a los mismos.
7. La admisión-aceptación de estos trabajos no implica obligatoriamente su publicación que, en cualquier caso, se decidirá por la Comisión de Evaluación o Consejo Asesor de Publicaciones creado al efecto.
8. El CSD se reserva el derecho de publicación de los sumarios presentados, así como de su resumen, en el medio y momento que considere oportunos, en el marco de su programa editorial.
9. El CSD no asumirá necesariamente las opiniones expresadas por los autores en los trabajos y sumarios de investigación que publique.
10. El CSD remitirá a los autores cinco ejemplares de la publicación para su libre disposición.
11. En el caso de no publicarse el trabajo o sumario el autor podrá solicitar del CSD la devolución de los textos y materiales originales, presentado (en el caso de proyectos subvencionados por el Consejo Superior de Deportes, en el plazo de dos años), quedando una copia en el CSD.

12. Tratamiento automatizado de los datos. A los efectos previstos en el artículo 5 de la Ley Orgánica 15/1999, de Protección de Datos de Carácter Personal, se informa que los datos que se soliciten a los autores de trabajos a publicar por el CSD podrán ser objeto de tratamiento automatizado y su utilización posterior con fines estadísticos y de investigación, respetando la confidencialidad y el anonimato mediante la previa disociación.

La responsabilidad del fichero automatizado corresponde al Servicio de Documentación del CSD, ante quién se puede ejercitar los derechos de acceso, rectificación, cancelación y oposición.

Colección:
ESTUDIOS SOBRE CIENCIAS DEL DEPORTE
Serie de Investigación

- 1 Análisis biomecánico de los lanzamientos en atletismo
- 2 Adaptación hormonal e inmunológica al entrenamiento
- 3 Indicadores para la detección de talentos deportivos
- 4 Estructura ocupacional y mercado laboral en el deporte
- 5 Patrocinio, comunicación y deporte I: la comercialización del deporte en una sociedad mediática
- 6 Patrocinio, comunicación y deporte II: publicidad y patrocinio en eventos deportivos
- 7 Los deportistas olímpicos españoles: un perfil sociológico (análisis sociológico de los participantes en los juegos olímpicos celebrados en el periodo 1980-1992)
- 8 Métodos de estudio de composición corporal en deportistas
- 9 Valores sociales y deporte : fair play versus violencia
- 10 Educación física y práctica docente
- 11 El deporte en las universidades españolas : análisis de la encuesta realizada por el consejo superior de deportes sobre el deporte y su organización, practica y equipamientos en las universidades
- 12 Análisis biomecánica de las técnicas deportivas : salto de altura, lanzamientos de jabalina, y carrera de velocistas ciegos
- 13 Rendimiento deportivo : parámetros electromiográficos (EMG, cinemáticos y fisiológicos)
- 14 Nuevas perspectivas didácticas y educativas de la educación física
- 15 Experiencias de formación de docentes y entrenadores en el ámbito de la actividad física y el deporte
- 16 Investigación epistemológica. el campo disciplinar en educación física
- 17 Control del dopaje: aspectos analíticos de los esteroides anabolizantes
- 18 Ejercicio y estrés : aspectos celulares y moleculares
- 19 Tecnología deportiva: control del rendimiento de los deportistas y de las instalaciones
- 20 Política y violencia en el fútbol
- 21 Biomecánica de la fuerza muscular y su valoración. análisis cinético de la marcha, natación, gimnasia rítmica, bádminton y ejercicios de musculación
- 22 El apoyo biomecánico al rendimiento deportivo. lanzamiento atlético, carreras, relevos, natación, tenis y tiro.
- 23 Efectos e implicaciones de variables fisiológicas sobre el entrenamiento
- 24 Participación deportiva : perspectiva ambiental y organizacional
- 25 Nacimiento e implantación de la Educación Física en España: los tiempos modernos
- 26 Rendimiento deportivo en altitud
- 27 Aplicación de nuevas tecnologías en medicina deportiva
- 28 Mejora del proceso enseñanza-aprendizaje en educación física
- 29 Estudios sobre el deporte y el medio ambiente
- 30 Las mujeres en la alta competición deportiva
- 31 Control del dopaje: aspectos analíticos de sustancias prohibidas en el deporte
- 32 Análisis biomecánico de la técnica de natación: programa de control del deportista de alta competición

- 33 Deporte y lenguaje
- 34 Aspectos jurídicos del deporte en el medio natural
- 35 Mujeres y actividades físico-deportivas
- 36 Deporte y calidad de vida en la población adulta
- 37 La estructura organizativa de los servicios de deporte universitario en España
- 38 Historia cultural del deporte y la mujer en la España de la primera mitad del siglo XX a través de la vida y obra de Elia María González Álvarez y López Chicheri, "Lilí Álvarez"
- 39 Deporte y reinserción penitenciaria
- 40 Deporte y turismo juvenil: Análisis del proyecto Aventura 92-Ruta Quetzal. Aplicaciones formativo-recreativas. I
- 41 Deporte y turismo juvenil: Análisis del proyecto Aventura 92-Ruta Quetzal. Aplicaciones formativo-recreativas. II
- 42 La legislación deportiva en Centroamérica y el Caribe
- 43 Actualización de los procedimientos analíticos de control del dopaje
- 44 Metodología para una gimnasia rítmica saludable
- 45 Valores en Movimiento. La Actividad Física y el Deporte como medio de educación en valores
- 46 Las mujeres jóvenes y las actividades físico-deportivas

COLECCIÓN "ESTUDIOS SOBRE CIENCIAS DEL DEPORTE"

En 1994 apareció el primer número de unas publicaciones monográficas con el título general de "SERIE ICd DE INVESTIGACIÓN EN CIENCIAS DEL DEPORTE". Esta publicación del Consejo Superior de Deportes tenía como objetivo satisfacer la demanda de información científica especializada, difundiendo los trabajos que, en la mayoría de los casos eran el resultado de proyectos de investigación subvencionados por el propio organismo y los cuales, por su calidad, actualidad y rigor científico, se consideraban de interés para los especialistas.

Al cabo de varios años, la demanda de este tipo de información sigue vigente, pero se ha visto la necesidad de atender también otras demandas y difundir informes técnicos, estadísticas y estudios que, siendo de gran interés para determinados sectores, no tenían cabida en la serie interpretando su título en un sentido estricto.

Este es el motivo que llevó al editor a crear, en 2001, un nuevo título de colección más amplio y con una imagen nueva -"Estudios sobre Ciencias del Deporte"- , bajo el cual continuará, por un lado, con el mismo planteamiento de calidad y rigor científico la **Serie de Investigación**. Al igual que en la etapa anterior, los trabajos que se publican en la misma son seleccionados por un Comité Científico, y están sujetos a la "Normativa General para la presentación de trabajos" del Programa de publicaciones del Consejo Superior de Deportes.

Por otra parte, se inició, con numeración independiente y dentro de la misma colección, una nueva "Serie de Informes", con contenidos y objetivos diferentes que se seleccionarán con los criterios adecuados para satisfacer las necesidades de distintos sectores de destinatarios sobre temas y aspectos de actualidad .

Las referencias bibliográficas correspondientes a los artículos publicados en la colección "Estudios sobre Ciencias del Deporte", elaboradas por el Servicio de Documentación, se remiten para su inclusión en la base de datos bibliográfica SPORTDISCUS.

PVP: 12,80 €
I.V.A. Incluido

ISBN 978-84-7949-149-9



9 788479 491499



MINISTERIO
DE EDUCACIÓN
Y CIENCIA

