

**LA MUJER Y EL DEPORTE FORMATIVO DE LA UNIVERSIDAD DEL VALLE
SEDE PALMIRA**

LEIDY JOHANNA RUIZ ERAZO

**UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGIA
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES
PALMIRA
2012**

**LA MUJER Y EL DEPORTE FORMATIVO DE LA UNIVERSIDAD DEL VALLE
SEDE PALMIRA**

LEIDY JOHANNA RUIZ ERAZO

TRABAJO DE GRADO

**ASESORA
ANGELICA VALENCIA SERNA
LICENCIADA**

**UNIVERSIDAD DEL VALLE
INSTITUTO DE EDUCACIÓN Y PEDAGOGIA
LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA Y DEPORTES
PALMIRA
2012**

TABLA DE CONTENIDO

	Pág.
PRESENTACION	3
INTRODUCCION	4
1. TEMA	6
2. ANTECEDENTES	7
3. CONTEXTUALIZACION	14
4. FUNDAMENTACION DEL PROBLEMA	16
4.1 Descripción y formulación	16
4.2 Justificación	17
5. OBJETIVOS (GENERAL Y ESPECÍFICOS)	18
6. ESTRATEGIA METODOLOGICA	19
7. MARCO DE REFERENCIA	22
7.1 Referente conceptual	22
7.2 Referente legal	32
8. DESCRIPCION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS	35
9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	40
BIBLIOGRAFÍA	43
ANEXOS	46

INDICE DE TABLAS

	Pág.
Tabla No.1 Porcentaje de personas de 12 años en adelante que llevan a cabo actividades del tiempo libre.	11
Tabla No.2 Porcentaje de personas de 12 años en adelante que llevan a cabo actividades físicas, deportivas y recreativas.	11
Tabla No. 3 Universidad del Valle sede Palmira, datos del periodo febrero-junio de 2011.	20
Tabla No.4 Distribución de las entrevistas aplicadas a las estudiantes de acuerdo a los diferentes programas académicos.	21

AGRADECIMIENTOS

Le agradezco a Dios por iluminarme y acompañarme en este camino, por colocar en mi trayecto tantas personas importantes que quiero y amo, aquellas que han aportado a mi vida desde el más pequeño al más grande granito de amor, sinceridad, amistad, apoyo y conocimiento los cuales me hacen sentir toda una profesional.

Mis sinceros agradecimientos a mi familia, la cual me permitió estar donde estoy, es la que me ha apoyado en todo y ha creído en mi. Gracias mil gracias a aquellas personas que me dieron la oportunidad de trabajar cuando apenas estaba iniciando mi carrera, permitiéndome tener una linda experiencia y al mismo tiempo adquiriendo nuevos conocimientos, gracias a todos los niños, jóvenes y adultos a los que les he enseñado y al mismo tiempo de los que he aprendido nuevas cosas porque por ellos hoy me siento muy orgullosa de ser la profesional que soy.

Mis sinceros agradecimientos a la psicóloga Martha Sabala por brindarme su apoyo, creer en mí y por transmitirme todos sus conocimientos. Al médico Julio Alberto Caicedo, persona a quien admiro con todo el corazón, gracias por darnos tanto de sí, hasta más de lo que nos podía brindar. Al licenciado Luis Eduardo Guzmán, por su excelente didáctica de enseñanza y así mismo por ser un gran entrenador, quien me permitió llevar en cada partido, torneo y triunfo con el alma y con el corazón la camiseta de mi Universidad del Valle, gracias al Coordinador del programa de Licenciatura en educación física Edwin Rebolledo y a cada uno de los docentes que hicieron parte de mi proceso de aprendizaje porque sin la guía de ellos no podría estar llegando a la culminación de tan anhelado proceso. No puedo dejar a un lado a alguien tan importante, a alguien que me ha supervisado, me ha corregido, me ha dado fuerzas y esperanzas para permitir terminar el trabajo de grado, gracias profesora Angélica Valencia, por darme tanta fortaleza con el gran amor que usted le coloca a su labor.

Se me pueden ir mil hojas dando agradecimientos y se me escapan muchas personas, pero en mí siempre habrá un sincero agradecimiento para cada una de las personas

que llegan y se quedan o llegan y se van de mi vida, pero que dejan una gran huella en mi corazón. Me siento muy orgullosa de pertenecer a la Universidad del Valle, la mejor para los mejores.

DEDICATORIA

Este trabajo se lo dedico a personas que han sido de gran importancia en mi vida, primero a mi madre, quien me dio el apoyo para entrar a estudiar a la Universidad, la cual día a día lucha y se esfuerza trabajando para permitirme convertirme en una licenciada en educación física y deportes, a mis hermanas por darme tanto apoyo las cuales a pesar de los disgustos las quiero mucho y por último a mi abuelo que me acompaña desde el cielo, quien me dio la idea de entrar en el camino del deporte desde que tenía tres años y que por vivir todos esos momentos y experiencias, me di cuenta que no solo quería ser una deportista sino también una entrenadora, una docente, una persona que brinda conocimientos para el crecimiento de cada una de los seres humanos que hacen parte de nuestro entorno. Sé que no estás aquí porque sería en vida que tuve que haberte dedicado este triunfo, en vida era que tuve que haberte dicho cuanto cariño te tenía, pero ya es demasiado tarde, sin embargo te llevo en mi corazón y te dedico con todo el cariño tan esperado triunfo.

PRESENTACIÓN

El deporte formativo en la Universidad del Valle es un espacio que se brinda para la práctica de actividad físico deportiva de cada uno de los estudiantes, de ahí que el interés de este trabajo se centrara en indagar el nivel de interés de la mujer de la Universidad del Valle sede Palmira por la práctica del deporte formativo.

La primera parte explora algunos antecedentes de investigaciones con respecto a la participación de la mujer en el deporte en países como Chile, España y Colombia. El contexto es otro punto que se centra en la información de la caracterización del nivel de participación de la mujer en el deporte a nivel de Colombia y específicamente en la Ciudad de Palmira (Valle del Cauca).

Además, en la segunda parte se encuentra la fundamentación del problema donde se describe, formula y se justifica, permitiendo así plantear unos objetivos claros para conocer los motivos de interés o desinterés de la mujer hacia la práctica del deporte formativo.

Luego se encuentra el marco de referencia el cual está estructurado mediante el referente conceptual y legal, los cuales permiten dar a conocer una información sobre los aspectos que se tuvieron en cuenta para el desarrollo de la investigación.

Por último, el análisis e interpretación de resultados, que a través de su desarrollo permitieron arrojar conclusiones y recomendaciones sobre la información adquirida del nivel de interés de las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira por la práctica del deporte formativo.

INTRODUCCIÓN

La participación de las mujeres en la actividad física y en el deporte ha sido y es en la actualidad menor que la de los hombres, haciendo parte de esta situación una tradición de control sobre el cuerpo y el comportamiento de las mujeres, de un imaginario colectivo en el cual la pasividad, el sacrificio, la sumisión y la maternidad serían puntos privilegiados de las mujeres, que nada combinan con los atributos exigidos para la práctica deportiva. Esto no es un hecho casual ni aislado, ya que también en las instituciones educativas y universidades se refleja la situación del bajo interés de la mujer por el deporte.¹

A partir de lo anterior es importante mencionar que el objetivo del trabajo es identificar el nivel de interés de las estudiantes de la Universidad del Valle Sede Palmira por la práctica del deporte formativo, conociendo así las expectativas que tienen sobre ésta. La investigación dentro del marco de la Licenciatura en educación física y deportes se enfatizó en el ámbito deportivo y se aplicó en el campo de la educación formal, debido a que estos aspectos van enfocados a permitir el aprendizaje de diferentes destrezas en los practicantes, evaluando los esfuerzos y cooperación de cada individuo durante su práctica.

Es importante también tener en cuenta que el trabajo se adscribe al grupo de investigación Actividad física y calidad de vida, específicamente en la línea de investigación pedagogía de la actividad física, estos aspectos buscan el mejoramiento de los procesos de enseñanza aprendizaje.

El trabajo que se presenta es de enfoque cualitativo de tipo exploratorio descriptivo mediante la técnica de la entrevista; los resultados plantean algunos elementos de reflexión frente a la práctica de deporte formativo de las estudiantes de la Universidad del Valle Sede Palmira, que permiten una base inicial para otras investigaciones con mayor cobertura. Siendo la población femenina de gran amplitud se seleccionó una muestra de las mujeres que integran las carreras profesionales de la jornada diurna a excepción de la licenciatura en

¹ Lessa, Patricia. La participación de las mujeres en los deportes: el cuerpo femenino en los deportes. En: Revista digital-Buenos Aires No 105, publicado febrero, 2007. <http://www.efdeportes.com/efd105/la-participacion-de-las-mujeres-en-los-deportes.htm> recuperado 03 de diciembre de 2009.

educación física, debido a que se puede decir que las mujeres de esta carrera están involucradas en un 100% con respecto a la participación en la actividad física y el deporte.

1. TEMA

EL DEPORTE FORMATIVO

2. ANTECEDENTES

Colombia es un país que presenta un alto nivel de sedentarismo en el que se recalca el desinterés de la mujer por la participación en la práctica deportiva y de ejercicio físico, el cual genera la aparición de enfermedades crónicas, tales como la obesidad, diabetes, hipertensión y riesgos cardiovasculares, entre otros, además son aspectos que no dejan de ser preocupantes en nuestro país.

En efecto, algunas instituciones y entidades han ido identificando el problema del sedentarismo en la población colombiana. Según la AMEDCO (Asociación de Medicina del Deporte de Colombia), la actividad física, el ejercicio y el deporte son elementos preventivos y en muchas ocasiones terapéuticos que permitirán coadyuvar en unión con otros hábitos de vida saludable al mejoramiento de la calidad de vida de cada uno de los individuos. Para lograr obtener un alto nivel de vida saludable en las diferentes personas se debe buscar la disminución del sedentarismo el cual está entre las 10 causas fundamentales de mortalidad y discapacidad en el mundo.²

Con el documento mencionado anteriormente, la AMEDCO buscaba concientizar a las diferentes entidades y a la sociedad de la importancia de la actividad física y el deporte, puesto que el análisis de las encuestas realizadas por el programa Muévete Bogotá del Instituto de Recreación y Deporte y la Alcaldía de Bogotá D.C. en 1999, alertaban cómo el 84% de mayores de 18 años no realizaban suficiente cantidad de actividad física³, siendo éste un resultado preocupante y motivador para ir en busca de nuevas expectativas que generaran una mejora en la participación de los diferentes ciudadanos.

De acuerdo con lo mencionado, es importante resaltar los estudios realizados por el Instituto de deportes y recreación de Medellín (INDER), donde comentan sobre la visión de la mujer en la recreación y el deporte, recalcando que se debe ir más allá de la simple

²Poveda, Gutiérrez Javier, Sarmiento, Juan Manuel, Flórez, Antonio María, Acta colombiana de medicina del deporte, Manifiesto de actividad física para Colombia, Asociación de Medicina del Deporte de Colombia – AMEDCO, Septiembre 2001 <http://www.encolombia.com/medicina/amedco/deporte11101manifiesto.htm> Recuperado el 12 de noviembre de 2010.

³Ibíd.

afirmación de que las mujeres a menudo están excluidas del deporte, razón por la que su participación es baja según los resultados generados en el año 2006 los cuales muestran que el porcentaje de mujeres que participan en actividades deportivas es de un 36% en relación a un 64% de los hombres, siendo ésta una participación no satisfactoria⁴. A partir de estos análisis el INDER Medellín inicio una intervención profunda buscando la inclusión de nuevas ofertas de disciplinas deportivas no masificadas y adaptadas a los gustos de las mujeres, los deportes incluidos fueron la natación, gimnasia, nado sincronizado, patinaje, porrismo y tenis de campo. Luego de la intervención se volvió a realizar un estudio en el 2008 el cual proporcionó un resultado del 43% de participación de la mujer en relación al 57% de los hombres, sin embargo pese el aumento de mujeres que practican deporte, este número sigue siendo un resultado desalentador ya que hay un gran porcentaje de ellas que no llevan a cabo actividades físico deportivas.

El programa Medellín Como Vamos, realizó una mesa de trabajo sobre la actividad física, la recreación y el deporte el 3 de septiembre de 2010 con el fin de llevar a cabo un seguimiento sistemático de los temas deportivos los cuales permiten el mejoramiento de la calidad de vida de las personas. En este espacio se reunieron diferentes expertos sobre el tema, pero se comentó básicamente sobre el estudio realizado en el 2009 con respecto a la encuesta de percepción ciudadana en donde se observó que en las actividades recreativas, deportivas y culturales las mujeres participaron menos que los hombres en el último año, pues el 17% de ellas no realizó ninguna actividad recreativa, cultural o deportiva, frente al 12% de los hombres.⁵

Dentro de la misma mesa de trabajo los investigadores Germán Valencia y David Tobón dieron a conocer la investigación realizada por el Instituto de Estudios Políticos y el Grupo de Microeconomía Aplicada de la Universidad de Antioquia en el 2009; en este estudio se observó que el 63,7% de los medellinenses practicaba actividades de deporte y recreación en la ciudad (se excluyeron allí actividades culturales como ir al cine, a teatro, etc.), especialmente entre los 15 y los 18 años, y muestra una disminución por rangos de edad, de los 18 años en adelante hasta el grupo de más de 56 años. Según el desarrollo del estudio se encontró que la probabilidad de que un hombre practique deporte o recreación es dos veces

⁴ Vargas Restrepo, Alicia Eugenia, Directora de INDER MEDELLIN, Mujer deporte y recreación, julio, 2008. <http://www.inder.gov.co>. Recuperado el 28 de julio de 2010.

⁵ Proantioquia, Casa Editorial El Tiempo, Mesa de trabajo sobre actividad física, recreación y deporte en Medellín, Agosto de 2010, www.medellincomovamos.org. Recuperado el 6 octubre de 2010

mayor que la de la mujer⁶. A partir de los temas tratados en la mesa de trabajo los diferentes expertos que estuvieron presentes propusieron llevar a cabo investigaciones más profundas las cuales permitan específicamente identificar los problemas que se están presentando en la sociedad colombiana.

Con respecto al tema que se ha venido tratando es relevante tener en cuenta la investigación realizada en el año 2006 por la Asociación Colombiana de Mujer y Deporte donde muestran que para ese año las mujeres inactivas eran del 79% y solo el 18% eran activas, entre el 2007 y 2008 se obtuvieron resultados donde el porcentaje de mujeres deportistas con respecto a los hombres, en el nivel competitivo general en Colombia, era del 15%.⁷ Estos resultados demuestran que la participación de la mujer hacia la práctica físico deportiva en los diferentes niveles es mínima y desalentadora, generando así gran incertidumbre por el aumento de sedentarismo en la mujer colombiana.

Otros datos que se pueden tener en cuenta sobre el nivel de participación en la práctica deportiva y de ejercicio físico son las encuestas del DANE sobre el consumo cultural, realizadas en el 2008, las cuales generan información importante y específica para la realización de esta investigación. Estas encuestas se aplicaron por muestreo a 38.237 personas en 12.031 hogares en 68 municipios de 26 departamentos del país, las características de edad trabajadas fueron de los 5 a la 11 años de edad, a los que se les realizó una estructura de encuesta diferente y con menor cantidad de preguntas, el otro grupo estaba conformado por las personas de 12 años en adelante, a los cuales se les aplicó una encuesta con una mayor cantidad de preguntas. Los temas tratados eran sobre presentaciones y espectáculos culturales, espacios culturales, publicaciones (periódicos, revistas, libros), audiovisuales, formación, practica cultural, y tiempo libre.

La diferentes categorías tratadas en las encuestas generaron una gran información acerca del consumo cultural, pero la categoría del tiempo libre en las personas mayores de 12 años es la que genera mayor interés para la realización de este trabajo, en donde se incluyen aquellas actividades, tanto individuales como colectivas, que expresan una forma de vida cotidiana y una manera específica de organizar el tiempo que resta de las actividades consideradas como obligatorias. Se considera que este tiempo es usado para el descanso, el

⁶ Ibíd.

⁷ Moreno, Claudia Milena. Mujer y deporte, abril de 2008, <http://www.mujerydeportecol.com/equidad.html>. Recuperado el 10 de enero de 2009.

ocio, el entretenimiento y la producción de placer. Se consideran que las actividades que están dentro del tiempo libre son: Deporte (práctica formal), Recreación (actividades de juego de salón o de calle), Actividad física (salir a trotar, caminar), Presentaciones y espacios culturales, Audiovisuales y medios de comunicación, Lectura, Ocio pasivo (estar sentado, meditar, reflexionar, tomar el sol), Vida social y diversión, Aficiones y juegos, Actividades participativas (participar en acciones colectivas y organizativas), Viajes (descanso y recreo).⁸

Los resultados obtenidos de las encuestas aplicadas a los niños de 5 y 11 que invirtieron por lo menos una hora a la semana en tiempo libre, indican que estos realizaron en promedio 21,66 horas en actividades cotidianas de tiempo libre (de lunes a viernes), mientras que entre sábado y domingo invirtieron 13,49 horas en promedio. Es decir que en este rango de edad los infantes realizan comúnmente la práctica deportiva y recreativa, pero de todas maneras se puede decir que hay otras actividades las cuales realizan con mayor frecuencia.

En la siguiente tabla se puede evidenciar el porcentaje de participación en las actividades de tiempo libre que tienen las personas mayores de 12 años, en la que se puede analizar que las actividades pasivas se realizan con mayor frecuencia en relación a las diferentes actividades activas que requieren un esfuerzo psicofísico. Observando así que la actividad con mayor frecuencia de participación son audiovisuales y medios de comunicación, y los viajes es la actividad que tiene menor porcentaje de frecuencia. La Actividad física, la recreación y el deporte se encuentran en las actividades de participación media, es decir que son actividades que las personas realizan ocasionalmente.

⁸ DANE. Encuesta de consumo cultural 2008, http://www.dane.gov.co/files/comunicados/cp_ecultural_000.pdf. Recuperado el 4 de diciembre de 2010.

Tabla No. 1. Porcentaje de personas de 12 años en adelante que llevan a cabo actividades del tiempo libre.

ACTIVIDADES	%
Audiovisuales y medios de comunicación	71,41%
Ocio pasivo, vida social y diversión	38,52%
Lectura	31,41%
Actividad física	21,28%
Deporte	20,95%
Recreación	14,59%
Aficiones y juegos	11,24%
Actividades participativas	10,01%
Espacios culturales	5,45%
Viajes	3,90%

Fuente: DANE - Encuesta de consumo cultural 2008

Con respecto a lo anterior, la tabla 2 presenta los porcentajes de hombres y mujeres hacia la práctica de la actividad física, deportes y recreación, donde se puede identificar la baja participación que tienen las mujeres con respecto a los hombres en la práctica deportiva, pero en la recreación y la actividad física se reduce significativamente la diferencia entre hombres y mujeres, sin embargo siguen siendo porcentajes desalentadores en comparación a la población total colombiana.

Tabla No. 2. Porcentajes de personas de 12 años en adelante que llevan a cabo actividades físicas, deportivas y recreativas

ACTIVIDADES	%hombres	% mujeres
Práctica deportiva	70,02%	29,98%
Recreación	52,89%	47,11%
Actividad física	52,24%	47,76%

Fuente: DANE - Encuesta de consumo cultural 2008

Por otra parte, en países como España la práctica del deporte ha descendido notoriamente en un 20%, ya que según los estudios realizados por la fundación La Caixa, a los habitantes españoles no les gusta hacer deporte. Este es uno de los porcentajes más bajos de Europa. Y las razones por las que sucede tal fenómeno son la falta de tiempo, el desinterés, el trabajo y las cargas familiares; justificaciones que da la mitad de los ciudadanos.⁹

La fundación La Caixa llegó a la conclusión que los jóvenes son la población que más deporte práctica, pero cuando la educación física deja de ser obligatoria en las escuelas, es decir a partir de los 16 y hasta los 34 años, el porcentaje se reduce al 52%, una explicación a esto es el ingreso de esta población a la educación superior, lo cual hace que sus intereses van cambiando de acuerdo a las nuevas relaciones sociales, puesto que entrar en la etapa donde muchos solo buscan diversión como salir con amigos, rumbar entre otras actividades que afecta el desenvolvimiento estudiantil y los aleja de la práctica deportiva. Esta situación del desinterés por la práctica deportiva se observa con mayor frecuencia en la mujer.

Aquella situación se ve reflejada en la investigación que se llevó a cabo en la Universidad Politécnica de Valencia, la cual fue tomada como objeto de estudio debido a la baja práctica deportiva de la mujer universitaria, generando ésta problemática un gran interés por la investigación sobre las conductas, motivos y actitudes de las estudiantes por la práctica deportiva. Para la recolección de dicha información se llevó a cabo la aplicación de encuestas que arrojaron como resultado un bajo hábito en la práctica de actividad física y deportiva. Por tal motivo se dedujo que por una parte las mujeres toman conductas y actitudes negativas hacia el deporte por la creencia de que este es para los hombres y que al practicarlo ellas van a dejar a un lado la feminidad. Además se confirma que en la etapa universitaria, la formación de la unidad familiar junto a la necesidad de tomar decisiones de trascendencia para la vida adulta, hace que las jóvenes adquieran una mayor independencia y adopten nuevos hábitos de conducta, dejando así a un lado la importancia por la práctica deportiva.¹⁰

⁹ El país, clasificado bajo: medicina, psicología clínica, investigación, fundación Caixa. *Desciende en un 20% la práctica de deporte entre los españoles de 16 y 34 año*. Febrero, 2009
<http://www.intraobes.com/blogobesidad/?m=200902>. Recuperado el 15 de marzo de 2009.

¹⁰ Carrión Rubio, Celia. *La mujer Universitaria y el consumo de actividad físico deportiva*. Abril, 2006.
<http://www.tesisenred.net/TDX-1007108-145151>. Recuperado el 22 de febrero de 2010)

Chile es otro de los países que llevó a cabo un estudio realizado mediante encuestas y grupos focales aplicados en diferentes regiones del país, con el fin de identificar la baja participación de la mujer chilena por la práctica de actividad física y deportiva. La muestra total de mujeres encuestadas fue de 1.232, donde la región metropolitana aglutina 41,6% de los casos. En la práctica, luego de la aplicación de dichos instrumentos de medición y los filtros considerados, se obtuvieron 993 (80,60%) casos de mujeres encuestadas que se pueden considerar como sedentarias. A partir del total de esta población sedentaria se indagó más a fondo para conocer la razones por las cuales las mujeres no participan en las prácticas deportivas, generando así que el 46,55% no lo hace por falta de tiempo, el 25,77% que son muy flojas o inconscientes, el 7,59% presentan problemas de salud, el 7,39% no le interesa, el 4,80% dice que no hay lugares apropiados, el 7,39% por falta de recursos y el 0,50% dan otras razones.¹¹

Así, se puede evidenciar que las diferentes investigaciones dan cuenta del bajo interés de la mujer por la práctica de actividades deportivas, además esta problemática se presenta con mayor incidencia en la mujeres que están desarrollando sus estudios de nivel superior, aspecto que se analizó en este proyecto aplicado a las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira, con el fin de identificar el nivel de interés en la práctica del deporte formativo

¹¹ Instituto Nacional de deportes/chile deportes. La mujer sedentaria en relación a la práctica física y deportiva en Chile. Dirección de deportes y actividad física/Universidad de Chile.
<http://www.chiledeportes.cl/pdfs/mujer%20sedentaria.pdf>. Recuperado el 13 de junio de 2009.

3. CONTEXTUALIZACIÓN

La mujer colombiana presenta una baja participación en las actividades físico deportivas, no solo se observa en las prácticas sino también en el rol de entrenadoras o de toma de decisiones con respecto al deporte. Entre la edad de los 12 y 15 años se encuentra una deserción deportiva y es aquí donde se presenta mayor preocupación, puesto que es una etapa donde los niños que van a iniciar su juventud no deben convertirse en personas sedentarias, puesto que ésta genera todo tipo de enfermedades crónicas tales como la obesidad, diabetes, hipertensión, enfermedades coronarias, entre otras.

Luego de hablar de la mujer colombiana en general, es importante decir que en la ciudad de Palmira (Valle del Cauca), el porcentaje de jóvenes que practican deporte ha aumentado debido a la masificación deportiva que realiza el IMDER (Instituto Municipal del deporte y la recreación), llevada a cabo en los colegios públicos, permitiendo esto motivar a los diferentes jóvenes de la ciudad por la práctica de actividad física y deportiva, incentivando así a la representación deportiva de la ciudad. Los deportistas inscritos en el IMDER para el año 2010 eran 1.519 jóvenes, de los cuales 796 eran hombres y 723 mujeres, dentro de estos valores cabe resaltar que solo 62 (4,08%) son estudiantes universitarios, de los cuales 42 eran hombres (2,76%) y 20 mujeres (1,31%).

Así, es importante resaltar que el gran porcentaje de práctica deportiva se encuentra en los jóvenes que están estudiando básica primaria y básica secundaria, debido que al finalizar esta etapa escolar la participación de los jóvenes disminuye, generando un mayor sedentarismo no solo en las mujeres sino también en los hombres. Es decir que a las mujeres que entran en la etapa universitaria se les olvida la importancia que la práctica deportiva tiene para el mejoramiento de la calidad de vida y los espacios que les brinda la Universidad para que lleven a cabo actividad físico deportiva muchas veces no es aprovechada o ven la materia de Deporte formativo porque toca y no como necesidad.

De acuerdo a las opiniones de las mujeres entrevistadas se da a conocer que algunas no matricularon la materia en el semestre que les tocaba puesto que no les genera interés, pero en otros casos hay mujeres que la matricularon por salir rápido de la materia y trabajan sin

pereza pero no es que les interese la práctica deportiva. También se encuentran las estudiantes que escogen los deportes porque es un factor positivo para ellas y les genera gusto, identificando así que en las clases de acondicionamiento físico se manifiesta como una de las materias más gustosas por el dinamismo que se tiene en el proceso de enseñanza ya que no todas las mujeres que hicieron parte del estudio expresaron un interés por la práctica del deporte en sí.

4. FUNDAMENTACIÓN DEL PROBLEMA

4.1 Descripción

El deporte es una actividad que genera un gasto energético y debido a su práctica regulada y bien trabajada logra resultados positivos en el individuo, como lo es el mejoramiento de su calidad de vida. Este tipo de actividades las pueden realizar hombres y mujeres sin discriminación alguna, de manera que el deporte permite que sea desarrollado por cualquier persona generándole un alto grado de satisfacción durante su práctica, pero aun teniendo en cuenta su importancia para la salud, el porcentaje de individuos que no llevan a cabo ninguna actividad físico-deportiva es alarmante.

La población colombiana presenta gran déficit de actividad física y práctica deportiva por parte de la mujer, así como también se presenta en el Valle del Cauca y en la ciudad de Palmira, sobre todo porque este déficit se observa notoriamente en la etapa de la adolescencia - adultez, donde sus intereses empiezan a cambiar por otros tipos de roles y actividades que las alejan de la práctica de actividad física y deportiva durante su diario vivir, teniendo solo disposición para sus estudios o roles sociales.

El deporte formativo de la Universidad del Valle sede Palmira es una materia que todos los estudiantes tanto hombres como mujeres deben de ver de manera obligatoria ya que ésta hace parte del pensum de todas las carreras menos de la licenciatura en educación física y deportes, de acuerdo a la ley 30 de 1992 en su artículo 19 donde se menciona que toda institución de educación superior debe contar con espacios y escenarios deportivos que permitan desarrollar este tipo de actividades.

A nivel universitario, la mayoría de la mujeres tienden a cambiar sus intereses empezando a dejar la práctica deportiva en un segundo plano, dado que se enfocan más en las obligaciones académicas, pero se debe tener en cuenta que todos los individuos tienen derecho a la práctica deportiva según el artículo 52 de la Constitución Política de Colombia, además por ley toda universidad sea pública o privada debe brindar espacios que permitan el desarrollo de actividades deportivas a nivel formativo, competitivo, recreativo y

el aprovechamiento del tiempo libre, permitiéndole así a los estudiantes un mejor desarrollo integral. Basándose en lo anteriormente mencionado, cabe indagar sobre **¿Cuál es el nivel de interés de las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira frente a la práctica del deporte formativo?**

4.2 Justificación:

El deporte formativo es un espacio que toda universidad debe brindarle a sus estudiantes, la Universidad del Valle dentro del pensum de cada carrera, exceptuando la licenciatura en educación física, tienen el deporte formativo como una materia que todos los estudiantes deben ver, teniendo en cuenta que éste es un espacio que toda la población universitaria debe aprovechar, es importante entonces identificar el nivel de interés que tiene la mujer de la Universidad del Valle Sede Palmira por la práctica del deporte formativo mediante el conocimiento de las expectativas que tienen frente a este curso.

Se espera que a partir de este estudio exploratorio descriptivo, que se presenta como un primer acercamiento a la problemática en la sede, se planteen algunas líneas de reflexión para el mejoramiento de la oferta de deporte formativo para las mujeres de la Sede, lo que a su vez podría incidir en la generación de procesos que incentiven a la población femenina de la Universidad por la práctica deportiva y así mismo que la Universidad tome nuevas herramientas o las mejore para que concientice a toda la población femenina y también masculina de la importancia de hacer ejercicio.

5. OBJETIVOS

Objetivo General

Identificar el nivel de interés de las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira por la práctica del deporte formativo.

Objetivos Específicos

Indagar las diferentes causas del nivel de interés de la mujer estudiante de la Universidad del Valle sede Palmira por la práctica del deporte formativo.

Conocer las expectativas de las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira frente a la práctica del deporte formativo.

Reconocer que tipo de actividades deportivas generan mayor interés en las mujeres estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira.

6. ESTRATEGIA METODOLOGICA

El trabajo que se presenta es de enfoque cualitativo de tipo exploratorio descriptivo mediante la técnica de la entrevista; permitiendo conocer resultados que planteen elementos de reflexión frente a la práctica de deporte formativo de las estudiantes de la Universidad del Valle Sede Palmira. La entrevista es una herramienta y una técnica flexible, capaz de adaptarse a cualquier condición, situación, personas, permitiendo la posibilidad de aclarar preguntas, y orientar la investigación, pero se debe tener en cuenta que todo va de la mano con la capacidad que tenga el entrevistador para interactuar con las diferentes personas a las que se les entrevista.

Uno de los propósitos por los cuales se utiliza la entrevista para el desarrollo del trabajo desde el punto de vista de la investigación, es debido a que sirve “como un dispositivo exploratorio para ayudar a identificar variables y relaciones para sugerir hipótesis y para guiar otras fases de la investigación”¹². Además genera la capacidad de explorar problemas y específicamente los que no han sido abordados con anterioridad.

Es importante tener en cuenta que la entrevista que se aplicó es de tipo semiestructurada (ver anexos 1 y 2) estableciendo así una entrevista que contiene de manera diferenciada preguntas abiertas y cerradas, las preguntas cerradas son muy importantes debido que favorecen las comparaciones entre las respuestas, no se puede dejar a un lado las preguntas abiertas debido a que estas nos permiten adquirir una información más amplia puesto que no limitan las opciones de respuesta. Además es importante mencionar que se llevó a cabo la triangulación de la información con el fin de obtener una excelente estructuración y comparación de los resultados adquiridos mediante la entrevista.

La población objeto de estudio fueron las estudiantes de la Universidad del Valle sede Palmira, la cual en el periodo febrero-junio de 2011 contaba con 1.157 mujeres, distribuidas entre las diferentes carreras que oferta la Universidad (como lo muestra la tabla 3), debido a la gran cantidad de estudiantes mujeres para llevar a cabo el trabajo de investigación del

¹² Albert Gómez, María José. La investigación educativa: claves teóricas. Madrid: McGraw-Hill, 2007. p.121

nivel de interés de ellas por la práctica del deporte formativo, se escogió una muestra de 14 estudiantes que forman parte de los programas académicos en la jornada diurna de administración, contaduría, ingeniería industrial y psicología.

TABLA No. 3
UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE PALMIRA
DATOS DEL PERIODO FEBRERO-JUNIO DE 2011

CARRERA	JORNADA	GENERO	
		F	M
ADMINISTRACION DE EMPRESAS	DIURNA	133	49
	NOCTURNA	215	146
CONTADURIA PUBLICA	DIURNA	140	40
	NOCTURNA	152	56
INGENIERIA INDUSTRIAL	DIURNA	112	141
LIC. EN EDUCACION FISICA Y DEPORTES	DIURNA	45	149
PSICOLOGIA	DIURNA	224	55
TECNOLOGIA EN ELECTRONICA	DIURNA	9	85
TECNOLOGIA EN ALIMENTOS	DIURNA	65	38
TECNOLOGIA AGROAMBIENTAL	DIURNA	32	19
TECNOLOGIA EN SISTEMAS	DIURNA	30	86
TOTAL		1157	864
TOTAL DE ESTUDIANTES		2021	

A partir de los resultados que se observan en la tabla se dice que el 60,86% de las estudiantes son mujeres, este resultado se realiza sin tener en cuenta la cantidad de estudiantes matriculados en la carrera de licenciatura en educación física y deportes.

Se seleccionaron tres (3) estudiantes por cada carrera de la población dando un total de 12 mujeres y las otras dos fueron escogidas dentro de las cuatro carreras a partir del interés que tenían las estudiantes en participar en el estudio, la muestra se distribuyó entre las estudiantes que no estaban viendo deporte formativo, quienes lo estaban viendo y quienes ya lo habían visto. Es importante tener en cuenta que las estudiantes contaban con unas

características específicas, tales como la edad, la cual debía estar en el rango de 16 a 24 años, ser solteras y sin hijos, debido a que son razones por las cuales nos asegura que la mujer no tiene ningún tipo de responsabilidades maritales, ni obligaciones laborales y sus expectativas de vida son diferentes. (Ver tabla 4).

Tabla No. 4 Distribución de las entrevistas aplicadas a las estudiantes de acuerdo a los diferentes programas académicos

CARRERA	Ya vio deporte formativo	Lo está viendo	No lo ha visto
Ingeniería industrial	2	--	1
Administración	4	--	--
Contaduría	3	--	1
Psicología	2	1	--

Las catorce (14) entrevistas que se realizaron se aplicaron de la siguiente manera: cuatro con la estructuración de preguntas abiertas y diez con la estructuración de preguntas cerradas, dos de las entrevistas fueron pruebas pilotos una por cada tipo de estructuración, permitiendo así identificar si las personas entrevistadas entendían las preguntas y así verificar la correcta planificación de éstas. La realización de todas las entrevistas permitieron conocer el nivel de interés de las entrevistadas por la práctica del deporte formativo, y así mismo identificar las expectativas que tienen sobre éste, para lograr contribuir al mejoramiento de las propuestas de deporte formativo de la Universidad.

La entrevista fue planteada con el fin de indagar principalmente aspectos generales con respecto al deporte y luego se enfatizó en el tema del deporte formativo, permitiéndonos conocer la trayectoria que las mujeres han tenido con respecto a éste y qué intereses tienen ahora.

7. MARCO DE REFERENCIA

4.1 Referente Conceptual

Las desigualdades entre hombres y mujeres siempre han existido, dado que históricamente el hombre es el que trabaja y puede realizar diversas actividades de esfuerzo, en cambio la mujer se debía dedicar solo a la procreación; por tal motivo durante muchos años no hubo igualdad entre los derechos del hombre y la mujer, dejándola a un lado sin tenerla en cuenta para las diferentes decisiones o programas de integración social. “De manera que el rol social del hombre en la edad antigua era bastante amplio, pues se desempeñaban en funciones de la vida pública, tenían responsabilidades políticas y económicas. La mujer solo se podía dedicar a aprender a leer y a escribir pero en ningún momento podía llevar a cabo actividades físicas.”¹³

A pesar de esta discriminación hacia la mujer, Jacques¹⁴, menciona que en la edad media se logró un primer avance gracias a la llegada de la corriente humanista, en donde sus pensadores decían que el ejercicio físico era beneficioso para el equilibrio del ser humano, no obstante las actividades toleradas para la mujer se limitaban a los juegos de pelota, la natación, la danza, la equitación y el tiro con arco. Sin embargo, las tareas primordiales de la mujer no dejaban de ser el cuidado de sus hijos y los quehaceres domésticos.

Para el siglo XX la mujer logró involucrarse más en las relaciones de la vida pública, en cuanto a la práctica deportiva se vio un desencadenamiento de un progreso que permitió que la mujer participara cada vez más en las actividades deportivas, aún así el deporte para la mujer ha sido una larga historia de subvaloración. “Durante dieciocho siglos, las mujeres no han tenido acceso amplio a la práctica deportiva debido a que se creía algo primordial y

¹³La Torre Roman, Pedro Angel. Mujer, deporte y medios de comunicación. Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 106 - Marzo de 2007 <http://www.efdeportes.com/efd106/mujer-deporte-y-medios-de-comunicacion.htm>. Recuperado el 10 de mayo de 2011.

¹⁴ Vrijens, Jacques. Entrenamiento razonado del deportista: la mujer y el deporte. Inde publicaciones, Barcelona, España. Primera edición 2006. P 411. ISBN (84-95114-62-3).

específico para el desarrollo del hombre por su musculatura y sus capacidades físicas”¹⁵, es decir que para ellos la mujer no contaba con el perfil físico ideal para la práctica de actividades deportivas, por la creencia de que solo el hombre tenía furor, lucha y fuerza muscular para desarrollar actividades de esfuerzo físico, sin tener en cuenta que la mujer no necesita contar con una exuberante masa muscular y comportarse como un hombre para poder desarrollar las prácticas deportivas.

Prosiguiendo con el tema de la evolución deportiva de la mujer, Jacques¹⁶ dice, que para el año 1.900, se vio a la primera mujer en una competición oficial de los juegos olímpicos de París, en donde solo le permitieron participar en tenis y golf, y poco a poco se fueron aumentando las disciplinas. En el continente europeo la mujer pudo integrarse cada vez más en el mundo deportivo después de la Segunda Guerra Mundial, pero en los países en vías de desarrollo su participación seguía siendo limitada. A partir de 1.976 la mujer presentó un mejor rendimiento deportivo permitiendo esto que en los juegos olímpicos en Montreal se les incorporara en las actividades de resistencia y disciplinas de equipos. Luego, en 1.984 se les permitió participar en la maratón y el ciclismo, en 1992 en judo, en 1996 en fútbol y finalmente la halterofilia se introdujo como disciplina Olímpica en los Juegos Olímpicos de Sídney.

La Historia Del Deporte En La Mujer Colombiana Y Vallecaucana

Hemos discutido hasta ahora la evolución de la mujer en la práctica deportiva en algunas décadas y países, pero es de gran importancia mencionar la historia del deporte en la mujer colombiana, debido a que las primeras manifestaciones deportivas en Colombia a nivel general datan del siglo pasado. “En las escuelas y en otros espacios el ejercicio se limitaba solo para los varones y a las evoluciones de orden cerrado, dirigidas por ex militares.”¹⁷ Todas las actividades que eran relacionadas con ejercicio físico no se les prestaban gran importancia puesto que se tenía como mito que éste servía solo para incrementar la masa muscular. Se fue teniendo conocimiento de la importancia de éste por medio de las vivencias deportivas de otros países como Suecia y Alemania.

¹⁵ La torre Roman, Pedro Angel. Mujer, deporte y medios de comunicación. Revista Digital - Buenos Aires - Año 11 - N° 106 - Marzo de 2007 <http://www.efdeportes.com/efd106/mujer-deporte-y-medios-de-comunicacion.htm>. Recuperado el 10 de mayo de 2011.

¹⁶ Vrijens, op. Cit. 25

¹⁷ Director científico y académico Tirado Mejía, Álvaro. Nueva historia de Colombia: El deporte en Colombia. Editorial planeta, tomo VI. P351.

En 1927 se inaugura en Cali-Valle del Cauca el primer club de tenis, el cual estaba conformado por 5 canchas de las cuales la última era solo para las mujeres debido a que estaba encerrada para que nadie las viera y además para esta fecha jugaban con vestidos largos y mantenían muy cubiertas. “Las primeras mujeres que participaron en tenis: Elena Rebolledo, Leonor Restrepo, Blanca Lloreda, Luz María Lozada, Clemencia Franco y Gloria Rebolledo.”¹⁸ Es aquí donde se empieza a ver la participación de la mujer colombiana en la práctica deportiva.

El 22 de diciembre de 1928, en la ciudad de Cali-Valle del cauca, se inauguraron los primeros Juegos Nacionales de Colombia, a estos se les llamaba juegos deportivos colombianos. En este evento el tenis de campo fue uno de los deportes en donde las mujeres salieron a relucir por la tenista Elisa Barth, la cual fue campeona individual. Gracias a este logro, ella pidió al club donde jugaba que la dejaran practicar en las canchas de adelante y puesto que había obtenido ese gran triunfo le permitieron que jugara con su hermana Stella Barth¹⁹. Es así como poco a poco la mujer colombiana y específicamente la vallecaucana, logra incorporarse al deporte rompiendo los estereotipos de cohibición y crítica hacia su participación en actividades físicas.

En los segundos juegos colombianos de Medellín en 1932, se ve ya la participación de dos deportistas mujeres en el golf, que son Maruja Ceballos y Soledad Londoño. Además, cuatro años después, no solo la mujer se incorpora cada vez más en este ámbito sino que también empieza a hacer parte de las directivas con respecto al manejo del deporte siendo integrante del comité olímpico colombiano. Para el año de 1936 fueron llevados a cabo en Manizales los juegos nacionales, en donde dos norteamericanas que vivían en Cali, quienes eran socias del Club San Fernando, participaron en natación, representando al Valle y quedando campeonas, en estos mismos juegos, en tenis de campo la vallecaucana Lulú Bueno Delgado ganó medalla de oro.

Cinco clubes del Valle del Cauca participaron en el primer torneo de interclubes de 1932 organizado por la Liga vallecaucana de atletismo, disciplina deportiva en la que por primera

¹⁸ Cardona Hernández, María Fernanda. Rodríguez Rojas, Mónica Lorena. Tesis la mujer y la práctica deportiva: Historia de la mujer en el deporte vallecaucano y colombiano. Instituto de educación y pedagogía, publicado en el 2000. P 21.

¹⁹ Ibid.

vez se permitía la participación de la mujer, una caleña fue la figura de las competencias, pero también se resalta la participación de otras cinco (5) mujeres de las cuales dos también participaron en natación.

Diva Zorilla quien era atleta y Lulú Bueno (tenista), en compañía de cinco mujeres más fueron las pioneras del baloncesto en Cali, luego aparece Leonor Sánchez Rozo en los medios periodísticos quien además de aparecer en este medio creó un equipo de baloncesto conformado por cuatro mujeres y le colocaron el nombre de Mariposa, luego se lo cambiaron quedando con el nombre de Pichincha, este equipo más el de Macavi, San Fernando y Colombina participaron en el primer campeonato femenino de baloncesto que se llevó a cabo en 1937 y para este mismo año también hubo baloncesto femenino en Palmira-Valle²⁰. Lo cual indica que el deporte en el Valle del Cauca no solo se empezó a desarrollar en la Capital, sino también en otras ciudades que conforman el valle, permitiendo así que el deporte tomara mayor fuerza en la población femenina vallecaucana y colombiana.

Colombia a través de la historia deportiva ha ganado en los juegos olímpicos 11 medallas de las cuales tres son de deportistas vallecaucanos y dos de los tres son mujeres, que fueron María Isabel Urrutia quien ganó medalla de oro en halterofilia y Jackeline Rentería ganó medalla de bronce en lucha olímpica. En el Valle del Cauca se han logrado triunfos muy valiosos, uno de ellos es la obtención del trofeo Terraco de Oro que para el año 2000 lo habían ganado María Isabel Urrutia, Luz Mery Tristán, Angélica Doneys, Diana Solis Y Carolina Bejarano.

Finalmente se puede decir que la trayectoria histórica de la mujer en el deporte colombiano y vallecaucano ha sido de gran interés, porque son muchas las mujeres que han logrado triunfos en las diferentes disciplinas deportivas en las que se les ha ido permitiendo involucrarse. Actualmente el deporte en la mujer ha ido dejando a un lado las cohibiciones, tanto así que ya se cuenta con equipo femenino de fútbol, el cual hace un buen papel en los diferentes torneos en los que participan. El Valle del Cauca es uno de los departamentos más fuertes en la práctica deportiva, la mujer ha logrado una excelente vinculación en las diferentes disciplinas deportivas, como también en papeles directivos y periodísticos con respecto al deporte, sin embargo a nivel general pueden ser más las mujeres que logren

²⁰ Ibid., P.23

participar en las actividades físicas, puesto que son muchas las que solo se dedican a otros intereses que poco van ligados con el deporte.

Actitudes De La Mujer Frente A La Práctica De Actividad Físico-Deportiva

La mujer presenta diferentes actitudes respecto a la práctica de actividades físico deportivas, dentro de éstas se encuentra el agrado e interés por la práctica, como también el desinterés, actitud causada por diferentes motivos que serán mencionados a continuación.

- **El desinterés**

Son varios los aspectos que intervienen en el desinterés de la mujer por la práctica de actividades físico deportivas, entre ellas cabe mencionar la influencia social y familiar que la mujer ha tenido durante su etapa de crecimiento, a través de las vivencias o creencias que se les han inculcado sobre la participación en la práctica deportiva influyendo éstas en el comportamiento o decisiones que empiezan a tomar en su vida.

Si bien no es el objeto de interés de este trabajo cabe mencionar que para Moreno²¹, el auto-concepto, que es el concepto que tenemos de nosotros mismos y en éste intervienen varios componentes que están interrelacionados entre sí, dependiendo de lo que piense cada mujer de sí misma, influirá en el interés o desinterés de ésta hacia la práctica deportiva. En cuanto al desinterés, el auto-concepto es uno de los factores que influye en el desánimo de la mujer por la práctica físico deportiva, puesto que muchas veces se sienten incapaces de llevar a cabo las diferentes actividades que deben realizar, les da pena y por tal motivo se sienten incómodas durante la práctica, generándose así una desconfianza en sí misma, puesto que las mujeres se avergüenzan más de su bajo nivel de habilidad, siendo ésta una de las razones por las que no les gusta la asignatura de educación física, deporte escolar o deporte formativo.

Otro de los aspectos que influyen en la mujer es el ámbito escolar en el que se educaron, puesto que en algunas instituciones educativas le dan menos oportunidades a la mujer hacia

²¹ Moreno, J.A., Martínez, C., Alonso, N. (2006). Actitudes hacia la práctica físico-deportiva según el sexo del practicante. Revista Internacional de Ciencias del Deporte.3 (2), 20-43.
<http://www.cafyd.com/revista/art2n3a06.pdf>

la práctica deportiva y también generan menores expectativas en el profesorado, lo que conlleva a una menor atención y un menor nivel de exigencia permitiéndole a ésta desinteresarse por la práctica de la actividad física y deportiva. Los docentes son un factor que influye mucho en las actitudes negativas de la mujer hacia el deporte dado que desde el colegio algunos roles conllevan a que las niñas hayan tenido experiencias negativas durante su etapa escolar por los estereotipos masculinos asociados a muchos deportes y actividades físicas deportivas, puesto que algunos docentes manejan algunas didácticas que piensan que están generando igualdad pero por el contrario proponen reglas que hacen sentir a la mujer restringida de las actividades que se realizan.

El ámbito familiar es otro aspecto que influye, el valor que aporta la familia en la práctica de actividades físico deportivas en las niñas es muy relevante, ya que la interacción existente entre las responsabilidades familiares con el ejercicio físico y el deporte son aspectos que influyen demasiado en la actitud, la práctica y los valores que la sociedad femenina presenta hacia el deporte. Puesto que es un factor en donde los padres, generalmente, presentan una menor atención a las aficiones deportivas de las hijas que de los hijos, y, a su vez, el comportamiento de las niñas se relaciona en mayor medida con la madre, que en general practica menos deporte y presenta un menor interés por el ámbito deportivo. La madre se preocupa más por el cuidado del hogar y por eso deja de llevar a cabo prácticas deportivas, siendo ésta un aspecto que interviene en la educación de los hijos.

“La práctica físico deportiva debe inculcarse como un hábito a las niñas desde el comienzo de sus vidas, los padres deben servir de guía y ejemplo realizando estas actividades y enseñándoles los valores del deporte”²². Esto hace necesario analizar la influencia que la familia ejerce en la práctica de actividades físico deportivas, tanto la familia de origen como el hogar actual, estudiando además el efecto que produce sobre la práctica el casarse o vivir en pareja, el tener hijos/as o personas a cargo. Esto permite que se logre una educación importante en cada niña para incentivar el desarrollo de las actividades físico deportivas.

Pasemos ahora a hablar de la salud, aspecto que para algunas mujeres se convierte en limitación para llevar a cabo la práctica deportiva dado que al presentar algún tipo de

²² Ibid.

patología la actividad física que se realice o el deporte que se lleve a cabo debe de ser con precaución y el recomendado por el médico, motivo que cohibe a la mujer para escoger la actividad deportiva de su preferencia en la gran mayoría de los casos, esto hace que la mujer empiece a tener un desinterés por la realización de actividad físico deportiva.

Finalmente se puede decir que son varios los aspectos que intervienen en el desinterés de la mujer por la práctica deportiva, debido a que la apatía que tienen hacia el deporte es causada por la educación que le han dado durante su proceso de vida, además el primer contacto con el mundo del deporte no siempre es agradable o fácil, y a muchas adolescentes les repugna practicarlo y diversas veces este desinterés proviene simplemente de que la mujer específicamente la adolescente ha descubierto otro modo de autoafirmación que le satisface, dejando así el deporte en un segundo plano.²³ Estas situaciones se han venido presentando desde épocas anteriores y hoy en día siguen siendo vigentes.

- **El Interés**

Para las mujeres que llevan a cabo diferentes actividades físico deportivas es de gran interés la realización de éstas, ya que le permiten una excelente satisfacción personal, algunas lo practican por estética, ya que “para las mujeres la belleza de su cuerpo y su rostro es uno de los principales puntos esenciales.”²⁴ La gran mayoría de las mujeres se preocupan por su estética corporal y llevan a cabo la práctica deportiva como medio para el cuidado de su figura, permitiéndoles volverse más esbeltas y atractivas para el sexo opuesto.

Otro de los puntos por las cuales la mujer lleva a cabo la práctica de actividad físico deportiva es para el mejoramiento y mantenimiento del estado de salud, dado que el deporte contribuye al establecimiento de una relación positiva con el propio cuerpo, evitando patologías o enfermedades crónicas que aparecen a partir del sedentarismo, es por eso que se dice que las actividades físico deportivas son un medio para el mejoramiento de la calidad de vida.

²³ Durand, Georges. El adolescente y el deporte: Afirmación de si mismo. Luis Miracle, S.A. Barcelona. Quinta edición, noviembre de 1968. P. 65.

²⁴ Dunning, Eric. El fenómeno deportivo: Los procesos de civilización y la participación femenina en los deportes. Editorial Paidotribo. Primera edición 1999. P. 269. ISBN:84-8019-726-9.

Teniendo en cuenta lo anterior también es importante mencionar que Durand²⁵ opina, que algunas mujeres llevan a cabo este tipo de actividades puesto que empiezan a tener pertenencia al medio deportivo por diferentes motivos entre ellos los sentimientos de amistad, admiración o deseo. De manera que hay niñas que entran a un club deportivo o a un grupo de personas que realizan actividades deportivas porque hay algún chico atractivo o porque se admira a algún deportista.

Para finalizar, es de gran interés mencionar que también hay mujeres que se interesan por la práctica deportiva porque se les ha inculcado durante el desarrollo de su vida y para éstas el deporte es de gran placer, se siente muy bien durante su ejecución y además les permite conocer nuevas personas, también interviene en su desarrollo psicosocial y físico.

El Deporte Formativo

El deporte en general “es la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales”²⁶. Es importante tener en cuenta que el deporte sirve para desarrollar el cuerpo físicamente, pero sin dejar a un lado que un buen manejo de este permite que los individuos se formen como personas integrales y mejoren sus relaciones sociales, como también cambien sus tareas diarias para no permanecer en los tiempos de estrés que genera la presión del trabajo o del estudio.

El deporte se desarrolla de diferentes formas; como lo es el deporte formativo, social comunitario, universitario, asociado, competitivo, de alto rendimiento, aficionado y profesional. El social comunitario es el aprovechamiento del deporte con fines de esparcimiento, recreación y desarrollo físico, permitiendo el mejoramiento de la calidad de vida, y una mejor integración social mediante la participación de la comunidad. También se habla del deporte universitario, el cual complementa la formación de los estudiantes de educación superior.

²⁵ Durand, op. Cit., P.33

²⁶ Red Nacional de Recreación, Ley 181 de 1995. Título, IV, Capítulo I, <http://www.redcreacion.org/documentos/ley181.htm>. Recuperado el 16 de marzo de 2011.

El deporte asociado es el que se lleva a cabo por diferentes entidades privadas las cuales buscan desarrollar el deporte competitivo de orden municipal, departamental, nacional e internacional y tienen como fin el alto rendimiento de sus deportistas afiliados. Es importante también conocer que el deporte competitivo, es el conjunto de eventos que tiene como objetivo lograr un nivel excelente de la técnica deportiva. Se habla también sobre el deporte de alto rendimiento, que es la práctica deportiva de organización y nivel superior, que busca desarrollar el mejoramiento de las cualidades físicas y técnicas de los deportistas.

No se puede dejar a un lado el deporte aficionado, el cual la Ley 181 de 1995²⁷, especifica que es el tipo de deporte que no admite pago o indemnización alguna a favor de los jugadores o competidores distinto del monto de los gastos efectivos ocasionados durante el ejercicio de la actividad deportiva correspondiente. Por el contrario se habla del deporte profesional, que es el que admite como competidores a personas naturales bajo remuneración, de conformidad con las normas de la respectiva federación internacional.

Ahora bien, el tipo de deporte que interesa en este documento es el formativo, el cual tiene como finalidad el mejoramiento del desarrollo integral del individuo, buscando brindar a las diferentes personas los procesos de iniciación, fundamentación y perfeccionamiento deportivo. Tiene lugar tanto en los programas del sector educativo formal y no formal, como en los programas desescolarizados de las escuelas de formación deportiva y semejantes, como se especifica en el capítulo dedicado al marco legal de este trabajo.

El deporte y la práctica de actividad física es de gran importancia para los seres humanos, tanto así que toda persona tiene derecho a la práctica del deporte y al aprovechamiento del tiempo libre, (según el artículo 52 de la constitución política colombiana) debido a que el fomento del deporte y la recreación es establecido en las instituciones de educación superior públicas y privadas, las cuales deben garantizar la práctica deportiva en los individuos colombianos. “El deporte en las universidades se contextualizó a partir de las diferentes normas que el gobierno nacional expidió, teniendo en cuenta así que todas las universidades tienen como obligación brindar espacios de deporte a nivel formativo, recreativo y competitivo para toda la comunidad universitaria”²⁸. Es por eso que la formación que se debe desarrollar en el individuo con respecto al deporte debe ser desde

²⁷ Ibíd. Título IV. Del deporte.

²⁸ Leonardo, Bolaños Cesar, Vicerrectora De Bienestar Universitario, Cultura, recreación y deportes. <http://vicebienestar.univalle.edu.co/crd/marcolegal.htm>. Recuperado el 15 de mayo de 2011.

edades tempranas, permitiendo la concientización de la importancia de este para el mejoramiento del desarrollo de las capacidades físicas y así mismo el de la calidad de vida, por tal motivo todas las instituciones educativas deben de contar con espacios para incentivar y permitir que todos los seres humanos disfruten de actividades tan importantes como las actividades físico deportivas y lúdico recreativas, no solo es relevante exigirlo en las instituciones de educación básica sino también en las de educación superior como las universidades.

Por último, en la Universidad del Valle, de acuerdo al instituto de educación y pedagogía²⁹, el deporte formativo se relaciona con la misión de ésta, coadyuvando a la formación de individuos íntegros desde una perspectiva holista de acuerdo con las posibilidades ofrecidas desde el deporte. Específicamente, la asignatura está orientada a estrechar aún más la relación entre el estudiante y el deporte, consolidando una autonomía para decidir y auto-determinar la práctica deportiva, generar capacidad de juicio y responsabilidad sobre esta decisión y estimular valores necesarios para la convivencia en grupo; se procura que estas proposiciones llenen las expectativas particulares del individuo. La enseñanza de lo técnico será un medio para el alcance de los objetivos y apunta a un redescubrimiento del placer, la alegría y la satisfacción por la práctica deportiva, que lleve a convertir en costumbre natural el esfuerzo físico, estimulando, desde el mantenimiento o mejoramiento de la funcionalidad en general, hasta el forjar la disciplina individual y colectiva, así como el incentivo de la expresividad y la creatividad.

La influencia del deporte en la mujer

El deporte se practica a partir de diferentes ámbitos desde lo recreativo hasta la competitivo, llevar a cabo la práctica deportiva genera disfrute y placer, lo cual permite que las personas tengan un espacio para el mejoramiento de su calidad de vida, estos espacios son muy importantes tanto para hombres como para mujeres, y aún más para éstas puesto que tienden a tener mayor concentración de tejido graso, por lo que en ellas influye la hormona llamada estrógeno que desarrolla el tejido graso y éste se acumula específicamente en caderas, muslos y pecho, la grasa es difícil de quemar y debido a eso la

²⁹ Universidad del Valle, Instituto de educación y pedagogía, página oficial del programa de educación física y deportes, el deporte formativo.
http://iep.univalle.edu.co/iep2007/archivos/Contenidos%20programaticos%20Educacion%20Fisica/404001M-Deporte_Formativo.pdf. Recuperado el 18 de mayo de 2011.

alimentación debe de ser balanceada y se debe de acompañar de una práctica física o deportiva.

Llevar a cabo una práctica deportiva genera en la mujer aspectos positivos puesto que le sirve para obtener un excelente estado físico, un grado de salud óptimo y además también influye en el aspecto psicológico, al practicar deporte como mínimo tres veces a la semana permite que la mujer no presente mayores riesgos de padecer enfermedades crónicas, tales como la obesidad, hipertensión, enfermedades coronarias, diabetes, entre otras. “Una investigación revela que más del 70% de los trastornos que sufre y siente la mujer durante todo el largo de su vida guardan una relación directa o indirecta con el sedentarismo o falta de actividad física”³⁰.

A partir de lo anterior se debe tener en cuenta que con el tiempo el corazón se debilita, también los músculos, huesos y articulaciones, las células se envejecen, se disminuyen los reflejos y el impulso sexual. Es por eso que las mujeres deben ser siempre conscientes de que su diario vivir deben de llevarlo acompañado del ejercicio físico o de la práctica deportiva, la cual permite que “las personas lleven un estilo de vida más activo y producen en su cuerpo una resistencia superior ante las distintas agresiones que la vida y el paso de los años provocan. Los adultos que conservan una vida activa llegan a edades mayores con mejor predisposición al trabajo y menor dependencia de aquellos que los rodean.”³¹

4.2 Referente Legal

La constitución política de 1991, en su artículo 52 modificado por el acto legislativo No. 2 de agosto 17 de 2000, señala que toda persona tiene derecho a la práctica deportiva y al aprovechamiento del tiempo libre y que el Estado fomentará y vigilará a todas aquellas entidades que deben promover la práctica deportiva. A partir del conocimiento del derecho al deporte según la Constitución Política, es importante tener en cuenta las diferentes leyes,

³⁰ ¿Por qué la mujer debe de hacer ejercicio?, Lecturas: Educación Física y Deportes. Año 3, N° 9. Buenos Aires. Marzo 1998, <http://www.efdeportes.com/efd9/saav93.htm>. Recuperado el 27 de septiembre de 2011.

³¹ Ejercicio físico para la salud y calidad de vida. Línea cardiológica Bagó, ética al servicio de la salud, 1997. www.bago.com/cardired/ejercicio_salud/ejercicio_salud.asp#inicio. Recuperado el 10 de noviembre de 2011.

normas y resoluciones que en relación al deporte universitario se han expedido y que sirven de sustento para el desarrollo deportivo en las universidades colombianas.

Teniendo en cuenta lo anterior, es importante mencionar que la Ley 30 de 1992 estipula que toda universidad debe contar con un Bienestar Universitario según el artículo 117, en donde señala que éste debe llevar a cabo actividades que se orienten al desarrollo físico, afectivo, espiritual y social de los estudiantes, docentes y personal administrativo. En esta misma ley en el art. 119 se menciona que toda institución de educación superior debe contar con espacios y escenarios deportivos que permitan desarrollar este tipo de actividades.

Por consiguiente, es fundamental señalar que la Ley general de la educación y la Ley del deporte tienen estipulados en algunos artículos la importancia de la educación física, la recreación y el deporte en las instituciones educativas. La ley 115 de 1994 (ley de la educación), menciona en el artículo 5º, numeral 12 que la educación tiene como fin la formación para la promoción y preservación de la salud y la higiene, prevención integral de problemas socialmente relevantes, la educación física, la recreación, el deporte y la utilización adecuada del tiempo libre. Además en el artículo 14 establece que el aprovechamiento del tiempo libre, la práctica de la educación física, la recreación y el deporte debe ser obligatorio en todos los establecimientos oficiales o privados en todos los niveles. Por la cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación física³².

La ley 181 de 1995 (ley del deporte), hace parte de las leyes que exigen el deporte en las universidades, es por eso que en su capítulo I, artículo 16, se habla sobre el deporte universitario como: “Aquel que complementa la formación de los estudiantes de educación superior. Tiene lugar en los programas académicos y de bienestar universitario de las instituciones educativas definidas en la Ley 30 de 1992”³³. Es importante también tener conocimiento que esta Ley en el art. 61, hace mención al Instituto colombiano de deportes (Coldeportes) el cual debe programar actividades del deporte formativo y comunitario, así mismo debe realizar eventos deportivos en todos los niveles de la educación formal y no

³² Régimen legal de Bogotá D.C, propiedad de la secretaria General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C., Ley 115 de 1994 nivel nacional. <http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=292>. Recuperado el 13 de marzo de 2011.

³³ Op.cit.,12 de marzo de 2011

formal y en la educación superior. Debe ejercer el control de las obligaciones que esta ley impone a las instituciones de educación superior pública y privada.

Finalmente se puede decir que la Universidad del Valle, como una de las instituciones que promueve la educación superior, debe de contar con un Bienestar universitario, el cual plantea como objetivos la promoción del deporte recreativo, formativo y competitivo. Es importante también tener en cuenta que la universidad crea el Centro Deportivo Universitario (CDU) como apoyo para llevar a cabo una excelente promoción y cumplimiento de los espacios deportivos y de actividad física no solo para la población estudiantil sino también para los docentes y personal administrativo.³⁴

Así mismo la sede Palmira cuenta con un Bienestar Universitario el cual en apoyo de el programa de Licenciatura en Educación física y deportes promueven la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre, proponiendo actividades deportivas y culturales que se llevan a cabo durante el transcurso de cada periodo académico.

³⁴ Bolaños, Cesar Leonardo, Director del Centro Deportivo de la Universidad del valle, Marco legal del deporte en la universidad del valle, <http://vicebienestar.univalle.edu.co/crd/marcolegal.htm>. Recuperado el 13 de marzo de 2011.

8. DESCRIPCION Y ANALISIS DE LOS RESULTADOS

8.1 Descripción de los resultados

El Interés –Desinterés De La Estudiante De La Universidad Del Valle Palmira

El interés de la estudiante por el deporte primordialmente son los beneficios que genera para la salud y en un segundo plano el agrado que les genera practicarlo, esto es debido que para ellas es muy importante el mejoramiento de la calidad de vida, la belleza y tener un buen estado de salud, reconociendo así que adquieren el conocimiento de la importancia de la práctica deportiva.

Luego de hablar del interés pasamos a mencionar las razones que las estudiantes tienen para que la actividad deportiva les desinterese, entre esas encontramos que no lo practican por que les da pereza, no les gusta, por tiempo y pena, y por limitaciones debido al estado de salud. Las estudiantes de ingeniería industrial, contaduría y administración no llevan a cabo prácticas deportivas por la pereza o porque no les gusta, pero las de psicología es debido a que les da pena y otras porque su estado de salud no les permite llevar a cabo ningún tipo de actividad deportiva.

Para la mayoría de las estudiantes la pereza es porque salen muy cansadas para después estudiar o porque prefieren salir con los amigos y hacer otras actividades que disfrutan y se sienten bien, además para algunas el deporte no les gusta debido a que sudan para después hacer otro tipo de actividades y porque casi no les gusta esforzarse, como también sienten pena debido a que no se creen capaces para llevar a cabo actividades de esfuerzo físico o porque piensan que se le van a burlar por la manera de hacer los ejercicios. Por tal motivo se puede concluir que las mujeres de la Universidad del Valle sede Palmira presentan un alto nivel de desinterés por la práctica deportiva y que a pesar de que no llevan a cabo esta práctica, reconocen que ésta es bastante importante para el mejoramiento de la calidad de vida.

Motivaciones Por La Práctica De Deporte Formativo

Las estudiantes presentan diferentes motivos para realizar la práctica de deporte formativo, entre esos encontramos compartir con los amigos, por tener conocimiento de un deporte en sí, relacionarse con estudiantes de otras carreras, por hacer ejercicio o por beneficios para la salud, como también nos encontramos con las estudiantes que solo lo hacen porque toca matricular el curso, debido a que no tienen ninguna motivación por éste.

Las estudiantes que no presentan ninguna motivación son debido a que no les satisface la práctica del deporte formativo, dado que prefieren hacer otro tipo de actividades, como solo estudiar, ver televisión, escuchar música o salir con los amigos. Dentro de este aspecto encontramos que algunas de las mujeres que dieron esta información están en las carreras de ingeniería industrial y contaduría.

Por otra parte las jóvenes que matricularon esta materia por el motivo de compartir con los amigos, lo hicieron debido a que era la única alternativa que tenían para poder llevar a cabo la práctica de ésta en compañía de alguien cercano y que le de apoyo para que realicen la práctica. Las mujeres que escogieron la opción de relacionarse con estudiantes de otra carrera lo hicieron debido a que les interesa relacionarse con nuevas personas para así tener una vida social más activa, dejando así la práctica del deporte formativo en un segundo plano.

Algunas mujeres tenían la motivación de matricular este curso con el fin de adquirir el conocimiento de un deporte en sí, las que lo matricularon por solo hacer ejercicio fue debido a que no realizan ningún tipo de ejercicio físico y veían la necesidad de está para distraerse de las otras actividades que realizan. Otras tenían la motivación de ver la materia para beneficios de la salud, pero también se dieron cuenta que la intensidad de esta práctica es muy poca para lograr un estado de salud óptimo o estable.

Dentro de estos aspectos las mujeres tuvieron diferentes decisiones, pero las que más concordaron en sí fueron las estudiantes de ingeniería industrial, contaduría y administración, por compartir con los amigos o no tenían ningún tipo de motivación por el deporte formativo.

Expectativas De Las Estudiantes Por La Práctica Del Deporte Formativo

El cumplimiento de las expectativas que presentan o presentaban las estudiantes por éste curso, fue en gran parte satisfactorio, puesto que nueve de las estudiantes dicen que el deporte formativo que promociona la Universidad tiene aspectos positivos e importantes, pero las cinco restantes no están o no estuvieron satisfechas con el mismo, por diferentes razones que serán mencionadas más adelante.

Los aspectos por los cuales las estudiantes dicen que la Universidad cumple con sus expectativas es debido a que hay una excelente calidad de docentes, desarrollan actividades interesantes, son didácticos y porque se relacionaron con más personas, consiguieron nuevas amistades y adquirieron un conocimiento importante sobre la práctica deportiva y su importancia.

Las que dicen que no cumple con sus expectativas es debido a la falta de atracción y motivación que debe de haber por parte de la administración, por los espacios deportivos, porque deberían de mejorar la oferta deportiva, como también encontramos que otras no tienen ninguna expectativa debido a que no les interesa para nada y si fuera por ellas no la matricularían.

8.2 Interpretación de los resultados

Se llevaron a cabo 14 entrevistas, en donde se observó que diez (10) de las catorce (14) estudiantes no les interesa el deporte y el resto presentan algún tipo de interés, pero de todas maneras es poco el tiempo que le sacan a su práctica. Durante el análisis de las entrevistas se resaltan aspectos muy importantes para mencionar como lo son las causas del interés hacia el deporte formativo, las motivaciones, las expectativas que tienen frente a éste y los factores que debe mejorar la universidad con respecto al deporte formativo.

Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se analizó que el interés que tienen las estudiantes entrevistadas por la práctica del deporte formativo es mínimo, puesto que son pocas las mujeres que demuestran un agrado por el deporte. Los motivos por los cuales algunas han llevado a cabo, realizan o les gusta el ejercicio es por la diversión que se

obtiene mientras se desarrolla, por salud o por estética, estas dos últimas son las razones más comunes por las que las estudiantes se incentivan a hacer actividades físico deportivas.

Por el contrario las mujeres que demostraron un desinterés por la práctica del deporte formativo, es debido a que no le dan la importancia necesaria a las actividades físico deportivas, dado que les da pereza, sus intereses están ligados en otras actividades las cuales no son tan fatigantes, es decir que no involucran mayor esfuerzo físico, para ellas el ejercicio físico genera cansancio, algo que no les gusta sentir; además, el sudor para algunas es muy desagradable y más cuando después de realizar la actividad física tienen que dedicarse a estudiar, estas son algunas de las razones que influyen en la estudiante para no llevar a cabo cualquier tipo de actividad deportiva.

Otras de las opiniones con respecto al desinterés, es por falta de motivación por parte de la administración, de manera que deberían de mejorar las ofertas deportivas teniendo en cuenta las capacidades de la mujer y también la estructuración deportiva con la que se cuenta, la cual no es apta para el desarrollo de una variabilidad deportiva que permita el esparcimiento, la recreación y la práctica deportiva de una manera adecuada y que cubra gran parte de los gustos deportivos de la población estudiantil tanto femenina como masculina. Las mujeres tienden más por el desarrollo de actividades acuáticas, actividades físicas lúdicas o prácticas de gimnasio, punto débil que tiene la Universidad del Valle sede Palmira.

Los horarios y los espacios que ya se venían mencionando son aspectos que las mujeres no dejan a un lado para demostrar el desinterés por el deporte formativo, puesto que para ellas el sol que les toca recibir después de las nueve de la mañana es muy intenso y fatigante, generándoles más desánimo para ejecutar lo planeado por el profesor durante la clase, y, madrugar es difícil para ellas debido a que les cuesta levantarse temprano para ir a estudiar pues todavía más para hacer una práctica de las cuales no les llama la atención, definitivamente para las estudiantes sino es un razón es cualquier otra que no les incentiva implementar en su diario vivir las prácticas físico deportivas. Con respecto a los espacios para evitar el sol es muy importante dado que después de las diez (10) de la mañana el sol es dañino para la salud por lo que se dice que es uno de los factores que más está causando cáncer en la piel, la solución a este factor ya la hay, puesto que la Universidad del Valle sede Palmira actualmente cuenta con una cancha múltiple cubierta, pero no se puede

dejar a un lado que son varios grupos que casi siempre ven deporte formativo en el mismo horario y una cancha no es suficiente para todos, por eso las mujeres llegaron a la conclusión de que prefieren madrugar o tener un horario donde la intensidad del sol sea mínima para poder entrar con mayor disposición a la clase.

Teniendo en cuenta toda la información recolectada, se identifica que la mayoría de las estudiantes entrevistadas conocen la importancia del deporte para mantener un excelente estado de salud y así prevenir enfermedades crónicas, pero a pesar de que tienen este conocimiento no son consientes de que deben aplicarlo e implementarlo en la vida diaria y además complementarlo con una alimentación adecuada, esto es con respecto a la concientización que debe de hacer la universidad a la población estudiantil en general y sobre todo cuando las estudiantes que participaron en la entrevistas demuestran inconformidad con el Bienestar Universitario, el cual no les brinda los espacios adecuados a la población universitaria en recreación, deporte, aprovechamiento del tiempo libre y actividades socioculturales

9. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

El nivel de interés hacia la práctica del deporte formativo es bajo, las estudiantes entrevistadas opinan que es importante que la Universidad del Valle sede Palmira mejore la oferta de deporte formativo, teniendo una mejor variedad de deportes y que piensen más en las actividades que pueden realizar con mayor disposición las mujeres, tales como actividades acuáticas, bailo-terapia, actividades físicas de ámbito lúdico recreativas, y gimnasio, lo ideal es que estas materias sean muy dinámicas y variables. Los deportes formativos que más han gustado a pesar del desinterés son la bailo terapia y acondicionamiento físico, debido a que estas son muy dinámicas y lúdicas, por lo que no se enfocan en una técnica deportiva, ya que las mujeres entrevistadas no se interesan por la práctica de un deporte en sí.

Las estudiantes identifican la importancia del deporte para mantener un excelente estado de salud y así prevenir enfermedades crónicas, pero a pesar de que tienen este conocimiento no son consientes de que deben aplicarlo e implementarlo en la vida diaria puesto que se dejan llevar por razones como la pereza, tener que hacer un esfuerzo físico que les genere fatiga y sentir el sudor que para muchas es muy desagradable. Así mismo, las mujeres entrevistadas hacen manifiesto al inconformismo con el Bienestar Universitario, el cual no le brinda a la población estudiantil los espacios adecuados en recreación, deporte, aprovechamiento del tiempo libre y actividades socioculturales.

La Universidad tiene falencias con respecto a la infraestructura deportiva no cuenta con los espacios requeridos para el funcionamiento de diferentes disciplinas, por tal motivo la oferta es corta y los deportes que se dan no se brindan en los espacios adecuados o se desarrollan en lugares lejanos a la Universidad, tales como el tenis de mesa, tae-kondo, natación y fútbol. Además la Universidad cuenta con un espacio donde están instaladas las duchas él cual carece de baterías sanitarias puesto que éstas están ubicadas dentro del bloque para la utilización de los que están cerca a él, pero están muy retirados de la cancha y toca trasladarse haciendo que el estudiante se distraiga de la clase por un tiempo más prolongado; así mismo se presentan dificultades para la utilización de las duchas por parte

de los estudiantes, pues éstas permanecen cerradas y se requiere de la autorización del profesor que orienta el curso.

Los horarios son muchas veces incómodos para realizar las clases puesto que el sol es un factor negativo para la realización de las diferentes actividades que se dan durante la clase debido a que no se contaba con una cancha cubierta, la cual empezó a funcionar entre la tercera y cuarta semana del mes de agosto de 2011, sin embargo todos los estudiantes no siempre van a tener a su disposición la cancha cubierta, debido a que son varios grupos de deporte formativo que ven la materia en el mismo horario o puede estar la cancha ocupada por los estudiantes de licenciatura en educación física, es por eso que como sugerencia se podrían dar las clases en horarios de 7: 00 am a 9:00 am o de 5:00 a 7:00 pm de la tarde puesto que en estas horas el clima es más fresco, según las mujeres que hicieron participe de la entrevista.

A partir de lo anterior se puede decir que las estudiantes prefieren realizar las actividades de deporte formativo en horarios frescos y en días como los viernes o sábados ya que son los días en donde ya no van a tener más clases y pueden descansar.

Así mismo, a partir de este primer acercamiento a la problemática planteada, se esbozan algunas recomendaciones que la Universidad podría considerar para mejorar la oferta de deporte formativo, puesto que a las mujeres les llama más la atención o logran dejar su desanimo en las actividades físico deportivas de la materia de acondicionamiento físico y bailo terapia, además que la propia Universidad debe motivar más a la población estudiantil femenina hacia la práctica deportiva y debe desarrollar espacios creativos para que toda la población universitaria adquiera el conocimiento de la importancia de la práctica de actividad físico deportiva para el mejoramiento de la calidad de vida, teniendo en cuenta que esta debe de ir de la mano con una alimentación bien balanceada.

Es importante también mencionar que las diferentes causas de desinterés que presenta la mujer hacia la práctica físico deportiva es debido a las influencias tecnológicas, la familia, y las relaciones sociales (el cambio que ha venido teniendo la adolescencia). Estos aspectos impactan en la formación que tiene cada mujer hacia la práctica deportiva, puesto que ahora los niños y jóvenes prefieren estar en un computador o en los videos juegos. La familia muchas veces da una formación la cual no incluye el deporte o la actividad física como un espacio que todos deben de aprovechar y realizar en el diario vivir, puesto que a la

mujer la enfocan más hacia sus obligaciones académicas y muchas veces se dejan llevar por las creencias que vienen de años atrás y que para algunas personas todavía hace parte de ellas. Las relaciones sociales no se pueden dejar atrás debido que la adolescencia ha venido teniendo un cambio constante donde los niños y niñas quieren ser adultas(os) y cuando llegan a la educación superior, esa libertad que da el estudio universitario lo toman como un libertinaje prestándole más atención a sus relaciones sociales, la rumba o el conseguir pareja, pero también se encuentra la mujer que solo se enfoca en sus obligaciones académicas y no le presta atención a los otros tipos de actividades, siendo así comportamientos que colocan al deporte en un segundo plano.

De otra parte, siendo que la Universidad del Valle sede Palmira ofrece la carrera de Licenciatura en educación física y deportes debería de contar con mejores espacios deportivos, se sabe que la situación económica no se presta para que el desarrollo de ésta evolucione con mayor rapidez, pero sabiendo que su construcción y mantenimiento es costoso y más los espacios de canchas de fútbol y la piscina, pero siendo así también son espacios los cuales la Universidad puede tomar provecho y generar ingresos a largo plazo, de manera que la sede puede crear una escuela de formación deportiva para la población palmirana donde tendrá un costo de mensualidad y esta permitirá un ingreso para el mantenimiento de los espacios deportivos puesto que no deberían de preocuparse en el pago de los entrenadores, reconociendo que los estudiantes de licenciatura pueden ser los que dirijan los entrenos haciendo sus horas de práctica, tal como lo hacen en otras instituciones.

Finalmente, a partir de las entrevistas realizadas, se puede notar que las mujeres que participaron en el estudio presentan un alto nivel de desinterés por la práctica del deporte y en sí del deporte formativo y a nivel general se identifica el inconformismo con los espacios que se les brinda a las actividades físico deportivas y culturales, es por eso que aparte de pensar en mejorar la infraestructura deportiva también se deben generar charlas o espacios que motiven a las estudiantes a practicar actividades físico deportivas en el transcurrir de la vida, es decir que no solo sepan que es beneficioso y ya, sino que conozcan más a fondo sus objetivos, beneficios, cómo se debe hacer y así mismo dar unas pautas de cómo se debe llevar una vida saludable.

BIBLIOGRAFÍA

Albert Gómez, María José. La investigación educativa: claves teóricas. Madrid: McGraw-Hill, 2007. 265p.

Bolaños, Cesar Leonardo, Director del Centro Deportivo de la Universidad del valle, Marco legal del deporte en la Universidad del Valle. Disponible en: <http://vicebienestar.univalle.edu.co/crd/marcolegal.htm>. Recuperado el 13 de marzo de 2011.

Cardona Hernández, María Fernanda Rodríguez Rojas, Mónica Lorena. Tesis la mujer y la práctica deportiva: Historia de la mujer en el deporte vallecaucano y colombiano. Tesis para optar por el título de licenciado en educación física y deportes. Instituto de educación y pedagogía, publicado en el 2000. 54p.

Carrión Rubio, Celia. La mujer Universitaria y el consumo de actividad físico deportiva. Abril, 2006. Disponible en: <http://www.tesisenred.net/TDX-1007108-145151>. Recuperado el 22 de febrero de 2010.

Durand, Georges. El adolescente y el deporte: Afirmación de sí mismo. Luis Miracle, S.A. Barcelona. Quinta edición, noviembre de 1968. 143p.

Dunning, Eric. El fenómeno deportivo: Los procesos de civilización y la participación femenina en los deportes. Editorial Paidotribo. Primera edición 1999. P. 269. ISBN:84-8019-726-9. 325p.

Ejercicio físico para la salud y calidad de vida. Línea cardiológica Bagó, ética al servicio de la salud, 1997. Disponible en: www.bago.com/cardired/ejercicio_salud/ejercicio_salud.asp#inicio. Recuperado el 10 de noviembre de 2011.

Lessa, Patricia. La participación de las mujeres en los deportes: el cuerpo femenino en los deportes. En: Revista digital-Buenos Aires No 105, febrero, 2007. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/efd105/la-participacion-de-las-mujeres-en-los-deportes.htm>. Recuperado 03 de diciembre de 2009.

Moreno, Claudia Milena. Mujer y deporte. Disponible en: <http://www.mujerydeportecol.com/equidad.html>. Recuperado 10 de enero de 2009.

Poveda, Gutiérrez Javier, Sarmiento, Juan Manuel, Flórez, Antonio María, Acta colombiana de medicina del deporte, Manifiesto de actividad física para Colombia, Asociación de Medicina del Deporte de Colombia – AMEDCO. Disponible en: <http://www.encolombia.com/medicina/amedco/deporte11101manifiesto.htm> Recuperado el 12 de noviembre de 2010.

Vargas Restrepo, Alicia Eugenia, Directora de INDER MEDELLIN, Mujer deporte y recreación, julio, 2008. Disponible en: <http://www.inder.gov.co>. Recuperado el 28 de julio de 2010.

Vrijens, Jacques. Entrenamiento razonado del deportista: la mujer y el deporte. Inde publicaciones, Barcelona, España. Primera edición 2006. P 411. ISBN (84-95114-62-3). 499p

El país, clasificado bajo: medicina, psicología clínica, investigación, fundación Caixa. Desciende en un 20% la práctica de deporte entre los españoles de 16 y 34 año. Febrero, 2009. Disponible en: <http://www.intraobes.com/blogobesidad/?m=200902>. Recuperado el 15 de marzo de 2009.

Instituto Nacional de Deportes/chile deportes. La mujer sedentaria en relación a la práctica física y deportiva en Chile. Dirección de deportes y actividad física/Universidad de Chile. Disponible en: <http://www.chiledeportes.cl/pdfs/mujer%20sedentaria.pdf>. Recuperado el 13 de junio de 2009.

Pro Antioquia, Casa Editorial El Tiempo, mesa de trabajo sobre actividad física, recreación y deporte en Medellín. Disponible en: www.medellincomovamos.org. Recuperado el 6 octubre de 2010.

¿Por qué la mujer debe de hacer ejercicio?, Lecturas: Educación Física y Deportes. Año 3, N° 9. Buenos Aires. Marzo 1998. Disponible en:

<http://www.efdeportes.com/efd9/saav93.htm>. Recuperado el 27 de septiembre de 2011.

Dane-consumo cultural 2008. Disponible en:

http://www.dane.gov.co/files/comunicados/cp_ecultural_000.pdf. Recuperado el 4 de diciembre de 2010.

Régimen legal de Bogotá D.C, propiedad de la secretaria General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C., Ley 115 de 1994 nivel nacional. Disponible en:

<http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=292>. Recuperado el 13 de marzo de 2011.

Red Nacional de Recreación, Ley 181 de 1995. Disponible en:

<http://www.redcreacion.org/documentos/ley181.htm>. Recuperado el 16 de marzo de 2011.

ANEXOS

ANEXO NO.1

UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE PALMIRA PROGRAMA ACADEMICO LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA Y DEPORTES

Estudiante Leidy Johanna Ruiz Erazo

Con las siguientes preguntas busco recopilar información para la elaboración de mi trabajo de grado. Las respuestas que usted me ofrezca serán utilizadas únicamente con este interés y su nombre solo será utilizado si usted lo autoriza expresamente.

1. Edad:
2. Estado civil:
3. ¿Qué estudia?
4. ¿En qué semestre esta matriculada?
5. ¿Ya vio deporte formativo? ¿Cuál vio? ¿Por qué?
6. ¿Qué beneficios considera que genera la práctica deportiva?
7. ¿Durante la etapa de la niñez llevo a cabo alguna práctica deportiva?
¿Qué deporte? ¿Por qué?
8. ¿Qué deporte acostumbra a practicar con mayor frecuencia? ¿Por qué?
9. ¿Cuántas veces a la semana lleva a cabo la práctica deportiva?
10. ¿Cuál es la opinión que tiene de sí mismo respecto a la práctica deportiva?
11. ¿Considera que es necesario que el deporte formativo haga parte del pensum de su carrera?
12. ¿Qué piensas sobre la práctica del deporte formativo?
13. ¿El deporte formativo genero cambios saludables en su proyecto de vida?
14. ¿La oferta de deporte formativo de la Universidad cumple con sus expectativas?
15. Si el curso de deporte formativo no fuera obligatorio si no una electiva,
¿Usted la matricularía? ¿Por qué?

16. ¿Qué razones diferentes al hecho de que sea obligatorio, la motiva a matricular el curso de deporte formativo?
17. ¿Qué razones la desanima para matricular el curso de deporte formativo?
18. ¿Qué tipo de deporte formativo piensa que debería de promocionar más la Universidad?
19. ¿Qué día de la semana le gustaría que se desarrollara el curso de deporte formativo?
20. ¿Qué horario considera adecuado para el desarrollo del curso de deporte formativo? ¿Por qué?
21. ¿Qué aspectos resalta de la oferta de deporte formativo de la universidad?
22. ¿Que otros aspectos mejoraría en la oferta de deporte formativo de la Universidad?

ANEXO NO. 2

UNIVERSIDAD DEL VALLE SEDE PALMIRA PROGRAMA ACADEMICO LICENCIATURA EN EDUCACION FISICA Y DEPORTES

Estudiante Leidy Johanna Ruiz Erazo

Con las siguientes preguntas busco recopilar información para la elaboración de mi trabajo de grado. Las respuestas que usted me ofrezca serán utilizadas únicamente con este interés y su nombre solo será utilizado si usted lo autoriza expresamente.

1. Edad

2. Estado Civil:

✓ Soltera ☐

✓ Viuda ☐

✓ Separada ☐

✓ Casada ☐

✓ Divorciada ☐

3. Programa académico:

✓ Ingeniería industrial ☐

✓ Administración ☐

✓ Contaduría ☐

✓ Psicología ☐

4. Semestre en el que se encuentra matriculada:

✓ Primero ☐

✓ Segundo ☐

✓ Tercero ☐

✓ Cuarto ☐

✓ Quinto ☐

✓ Sexto ☐

✓ Séptimo ☐

✓ Octavo ☐

✓ Noveno ☐

✓ Decimo ☐

5. Con relación al curso de deporte formativo usted:

✓ Ya lo vio ☐

✓ Lo estoy cursando ☐

✓ No lo ha matriculado ☐

6. ¿Qué beneficios considera usted, que genera la práctica del deporte?

- | | | | | | |
|---|------------------------------------|--------------------------|---|----------------------------------|--------------------------|
| ✓ | Mejoramiento de la calidad de vida | ☐ | ✓ | Aprovechamiento del tiempo libre | ☐ |
| ✓ | Nuevas relaciones sociales | ☐ | ✓ | Ningún beneficio | ☐ |
| ✓ | Otros | ☐ | | | |

¿Cuáles? _____

7. ¿Durante la etapa de la niñez llevó a cabo alguna práctica deportiva?

- | | | | |
|---|----|--------------------------|--------------|
| ✓ | Sí | ☐ | ¿Cuál? _____ |
| ✓ | No | ☐ | |

8. ¿Qué deporte acostumbra a practicar con mayor frecuencia?

- | | | | | | |
|---|-----------------|--------------------------|-----------------|-------------|--------------------------|
| ✓ | Baloncesto | ☐ | ✓ | Gimnasia | ☐ |
| ✓ | Tenis de mesa | ☐ | ✓ | Natación | ☐ |
| ✓ | Artes marciales | ☐ | ✓ | Atletismo | ☐ |
| ✓ | Voleibol | ☐ | ✓ | Futbol sala | ☐ |
| ✓ | Patinaje | ☐ | ✓ | Esgrima | ☐ |
| ✓ | Otro | ☐ | ¿Cuál? _____ | | |
| ✓ | Ninguno | ☐ | ¿Por qué? _____ | | |

9. ¿Cuántas veces a la semana lleva a cabo alguna práctica deportiva?

- | | | | | | |
|---|-----------------------|--------------------------|---|-------------------------------|--------------------------|
| ✓ | Una vez a la semana | ☐ | ✓ | Tres veces a la semana | ☐ |
| ✓ | Dos veces a la semana | ☐ | ✓ | Más de tres veces a la semana | ☐ |
| | | | ✓ | No practica | ☐ |

10. ¿Cuál es la opinión que tiene de sí misma respecto a la práctica deportiva?

- | | | | |
|---|---|-----------------------------|-----------------------------|
| ✓ | Me siento competente para la práctica de la actividad física y deporte: | Sí ☐ | No ☐ |
| ✓ | Me siento satisfecha realizando actividad física y deporte: | Sí ☐ | No ☐ |
| ✓ | Realizo coordinadamente los ejercicios: | Sí ☐ | No ☐ |
| ✓ | Se me da bien la práctica deportiva en general: | Si ☐ | No ☐ |

11. ¿Consideras que es necesario que el deporte formativo haga parte del pensum de su programa académico?

- ✓ Sí ☐
- ✓ No ☐ ¿por qué? _____

12. ¿Qué piensas sobre la práctica del deporte formativo?

- ✓ Es importante porque el deporte es salud ☐
- ✓ Me permite relacionarme con los demás ☐
- ✓ Me permite mantenerme en forma ☐
- ✓ Ayuda a romper la monotonía ☐

13. ¿El deporte formativo Genera cambios saludables en su proyecto de vida?

- ✓ A nivel social ☐
- ✓ A nivel físico ☐
- ✓ A nivel psicológico ☐
- ✓ Ningún Cambio ☐
- ¿Por qué? _____

14. ¿La oferta de deporte Formativo de la Universidad cumple con sus expectativas?

- ✓ Sí ☐
- ✓ No ☐ ¿Por qué? _____

15. Si el curso de deporte formativo no fuera obligatorio, si no una electiva, ¿usted lo matricularía?

- ✓ Sí ☐
- ✓ No ☐ ¿Por qué? _____

16. ¿Qué razones diferentes al hecho de que sea obligatoria, la motiva a matricular el curso de Deporte Formativo?

- ✓ Compartir con mis amigos ☐
- ✓ Relacionarse con los estudiantes de los otros programas ☐
- ✓ Tener conocimiento de un deporte ☐
- ✓ Por hacer ejercicio ☐

17. ¿Qué razones la desaniman para matricular el curso de deporte formativo?

- ✓ Los horarios ☐
- ✓ La calidad de los docentes ☐
- ✓ Los deportes ofertados ☐
- ✓ No le gusta el deporte ☐
- ✓ Le da pereza ☐

18. ¿Qué tipos de deportes piensa que debería promocionar la Universidad?

- ✓ Deportes de pelota ☐
- ✓ Deportes acuáticos ☐
- ✓ Deportes terrestres ☐

- ✓ Deportes de lucha ☐
- ✓ Deportes de agilidad mental ☐

19. ¿Qué día de la semana le gustaría que se desarrollara el curso de deporte formativo? (Ofrezca tres opciones viables)

- ✓ Lunes ☐
- ✓ Martes ☐
- ✓ Miércoles ☐

- ✓ Jueves ☐
- ✓ Viernes ☐
- ✓ Sábado ☐

- ✓ Domingo ☐

20. ¿Qué horario considera adecuado para el desarrollo del curso de deporte formativo? (Ofrezca tres opciones viables)

- ✓ 7:00 am a 9:00 am ☐
- ✓ 8:00 am a 10:00 am ☐
- ✓ 9:00 am a 11:00 am ☐
- ✓ 10:00 am a 12:00 am ☐
- ✓ 11:00 am a 1:00 pm ☐
- ✓ 1:00 pm a 3:00 pm ☐

- ✓ 2:00 pm a 4:00 pm ☐
- ✓ 3:00 pm a 5:00 pm ☐
- ✓ 4:00 pm a 6:00 pm ☐
- ✓ 5:00 pm a 7:00 pm ☐
- ✓ 6:00 pm a 8:00 pm ☐

¿Por qué _____

21. ¿Qué aspectos resalta de la oferta de deporte formativo de la universidad?

22. ¿Qué otros aspectos mejorarías en la oferta de deporte formativo de la universidad?

- ✓ La dificultad de acceso a las instalaciones ☐
- ✓ Los materiales deportivos ☐
- ✓ La calidad de los profesores ☐
- ✓ La intensidad horaria ☐

¿Por qué? _____

