

Universidad de la República

Instituto Superior de Educación Física

Prof. Alberto Langlade

Licenciatura en Educación Física, Deporte y Recreación

**Deporte en la Empresa:
“Juegos Deportivos de ANTEL”**

Ma. Noel Cardozo Gadea
Políticas Sociales y Educación Física

Montevideo, Uruguay

Marzo 2014

ÍNDICE

Introducción	3
Justificación	4
Problema de Investigación.....	6
Antecedentes	8
Objetivos	9
Marco Teórico y Conceptual	10
Reseña Metodológica	23
1 -1 Paradigma Interpretativo	
1. 2 - Modelo de Investigación	
1. 3 - Nivel	
1. 4 - Tipo	
1.5- Población (universo y muestra)	
1.6 - Instrumentos de investigación	
1.6.1 - La entrevista	
1.6.2 - Cuestionario	
1.6.3 - Cuestionario Participantes - Juegos Deportivos	
Análisis de Datos	29
Análisis entrevista 1: Comité Organizador	
Análisis Entrevista RRHH - Unidad de Apoyo al Personal	
Análisis Cuestionarios a los participantes	
Conclusiones	54
Referencia Bibliográfica	56
ANEXOS	59
Entrevista Comité Organizador	
Entrevista RRHH - Unidad de Apoyo al Personal	
Cuestionarios participantes	

Introducción

La presente tesina se desarrolló durante la realización de los 8vos Juegos Deportivos de Antel llevados a cabo en el año 2012, culminando el proceso de investigación en el año 2013. El motivo de realizar dicho trabajo nace al tomar conocimiento de que en Antel se realizaban Juegos Deportivos, por lo que surgió el interés de conocer dicha actividad y cómo ésta era llevada adelante en un contexto laboral.

En otro orden encontré esta temática interesante e innovadora, tomando en cuenta los beneficios del deporte a nivel psicofísico, y cómo dichos beneficios pueden repercutir en una empresa de grandes dimensiones como lo es Antel.

El interés en dicho tema no solo es personal, sino pienso que abre una puerta a la Educación Física, y más específicamente en la participación desde nuestro rol en empresas que promueven la calidad de vida de sus trabajadores a través de herramientas que nos identifican en cuanto a nuestra labor en la sociedad.

Justificación

Un entorno laboral que fomente hábitos sanos podría reducir el riesgo de padecer muchas enfermedades, entre ellas las cardíacas y los accidentes cerebro vasculares.

Estas dolencias constituyen actualmente la primera causa de muerte en el mundo.

En la actualidad muchas empresas están incluyendo o han incluido la mejora de la salud dentro de sus prioridades empresariales, pues han reconocido la importancia de la salud de sus empleados para alcanzar los objetivos centrales del negocio.

El mundo empresarial es consciente de la importancia de estos factores dentro de una compañía. Por ello cada vez es más habitual el desarrollo de servicios y herramientas internas dirigidas al personal.

Una de las técnicas más buscadas por los departamentos de RRHH es fomentar las relaciones sociales con el propósito de lograr un mayor rendimiento dentro del ámbito laboral, así como también fortalecer los vínculos entre el empleado y el empleador (la empresa). Trabajar dentro de una empresa donde el empleado se sienta mimado y cuidado, transmite orgullo de pertenecer a ella. Y esto se transmite al exterior.

Existen numerosos estudios que demuestran los beneficios de la actividad física y cómo ésta incide favorablemente en el rendimiento de los empleados, lo que además repercute de forma favorable no solo en la salud psicofísica sino en su vida diaria.

Sin embargo en el Uruguay es difícil encontrar una política empresarial en la que la actividad física figure como un elemento imprescindible para la vida e interacción de la empresa.

“La salud cardiovascular de los empleados incide directamente en los resultados económicos de las empresas. Una plantilla sana puede contribuir, de muchas maneras a la salud de la empresa, incluso en momentos de crisis económica, afirman los especialistas. En una empresa sana se registra un aumento de la productividad, se reduce el absentismo (se estima que se pierden hasta un 20% menos de días por bajas), se reducen los gastos médicos, disminuyen los accidentes laborales, mejora la

imagen corporativa, se crea un buen ambiente de trabajo y se amplía el tiempo de permanencia del personal en la empresa”.¹

Por lo que a través de esta tesina se pretende conocer cómo repercute la propuesta de los Juegos Deportivos en los trabajadores de Antel, indagando en lo que se refiere a: objetivos, tipo de actividades que se proponen, nivel de participación, nivel de integración de los participantes, quiénes la promueven, surgimiento de la misma y perspectivas para ésta. De esta manera introducir el tema a modo de concientizar y problematizar esta realidad en la cual cada vez más nos vemos obligados a actuar desde nuestro rol de Educador Físico.

¹ Salud.com, El cuidado del corazón en el ámbito laboral (n.d): <http://www.salud.com/salud-en-general/el-cuidado-del-corazon-el-ambito-laboral.asp>

Problema de Investigación

Para Heyward (1997) la tecnología moderna ha reducido las exigencias físicas de actividades cotidianas tales como la limpieza de la casa, lavar ropa y los platos, cortar el césped y los desplazamientos al trabajo. Una buena parte de lo que antes requería una hora de actividad física puede obtenerse hoy en tan sólo unos segundos apretando un botón o marcando un número. En consecuencia la gente dispone de más minutos para dedicar a otras actividades. No obstante, lo malo, es que en realidad, muchas de estas actividades del tiempo libre son sedentarias.

Señala que aunque el cuerpo humano está diseñado para el movimiento y la actividad física agotadora, generalmente, el ejercicio no forma parte del estilo de vida normal. No puede esperarse que el cuerpo humano funcione de modo óptimo y que permanezca sano durante largos períodos de tiempo si se abusa de él, o si no es utilizado como debiera. Así, la inactividad física ha conducido a un aumento de enfermedades hipocinéticas (hipo "falta de "y cinética, "movimiento").

El autor sostiene que los individuos que no hacen ejercicios físicos regularmente están sometidos a un mayor riesgo de desarrollar enfermedades tales como las coronarias, hipertensión, obesidad y trastornos músculo-esquelético. La mejor defensa contra el desarrollo de enfermedades hipocinéticas es poner a trabajar a los músculos, los huesos, las articulaciones, el corazón, los pulmones y los órganos internos de un modo regular mediante un programa sistemático de ejercicio físico.

El avance de la tecnología ha contribuido notoriamente a la eficiencia y a la comodidad dentro del ámbito laboral y una de sus mayores contribuciones ha sido la computadora. Si bien sus beneficios han sido ahorrar tiempo y esfuerzo, también trajo desventajas. Trabajar varias horas sentado en una mala postura frente a un monitor puede producir dolores o lesiones, y está científicamente comprobado que importantes desórdenes traumáticos se desarrollan como consecuencia de la mala postura durante prolongadas jornadas laborales.

El personal de Antel trabaja mayoritariamente en oficinas, utilizando como su principal herramienta de trabajo la computadora, lo que hace a sus trabajadores vulnerables frente a las diversas patologías derivadas de la mala postura.

El estar sentado durante tantas horas incide en la circulación sanguínea, especialmente en las piernas hacia donde debe ir y retornar, no cumple su tarea con la misma eficacia si no hay movimiento que la ayude. Por otra parte, la columna vertebral, que debería mantenerse derecha, recta, a menudo es maltratada con la pésima costumbre de inclinarse hacia el escritorio y, sobre todo, hacia el teclado de la computadora. Esto, sumado al estrés, que va poniendo tensos los músculos, termina por hacer presión sobre las vértebras, ocasionando molestias en el mejor de los casos, o causando desplazamientos de esos delicados huesos que, junto a los nervios, componen un intrincado mecanismo, lo que deriva en el dolor de espalda. Y si a ello se suma el hecho de que la pantalla no está frente al usuario, sino a un costado, el cuello sufrirá las consecuencias. Más aún: los brazos, a menudo sin apoyo, deben realizar un esfuerzo adicional, del que rara vez somos conscientes, para darles a las manos la fuerza para apretar las teclas.

En otras palabras, las malas posturas fuerzan las articulaciones en forma constante lo que trae como consecuencia dolor de espalda, cuellos, las contracturas, tendinitis, el síndrome de túnel carpiano o la vibración de la mano y el brazo, y también molestias en hombros y piernas.

Por otro lado las jornadas laborales, el estrés y los diferentes sectores de trabajo, hacen que se tienda al individualismo dentro de una Empresa. Antel cuenta con dependencias en todo el territorio nacional, integrado por una diversidad de sectores de trabajo especializados en diversas áreas para su funcionamiento, lo que prácticamente hace muy difícil que se conozcan todos sus empleados.

Por todo lo expuesto nos preguntamos: **¿Es el deporte una herramienta válida para fomentar hábitos de salud, a la vez de generar fortalezas internas desde lo social dentro de una empresa?**

Se pretende profundizar en esta temática, hasta el momento poco explorada, a modo de concientizar y abrir un nuevo campo de acción en la rama de la Educación Física.

Antecedentes

En la búsqueda de antecedentes no se encontraron temas similares respecto al fenómeno de investigación abordado. Pero se destacan algunos trabajos que se puede relacionar con la investigación aunque no traten el tema en forma específica:

- **Cristina Méndez, 2000, “Educación Física Laboral”,** (Proyecto de tesis). La intención del proyecto es justificar la implantación de la Gimnasia Laboral en empresas uruguayas, con el fin de mejorar la salud de los trabajadores lo cual podría incidir en las bajas laborales por motivos de estrés, entre otros. Si bien no tiene que ver en la temática elegida para esta tesina, motivan las mismas preocupaciones al momento de abordar el tema.

- **Mangino Santiago, 2008, “Educación Física laboral”.** En trabajo de corte sedentario” (Tesina). En lo que refiere a nuestro tema a investigar, en dicha tesina se concluye que realizar gimnasia o actividades físicas, aunque sea de forma leve, puede generar beneficios a largo plazo.

En la búsqueda de antecedentes similares en otros Entes del Estado, encontramos que también se llevan a cabo actividades que tienen que ver con el deporte:

- En **UTE** se realizan competencias internas que constan de campeonatos deportivos.

- En **ANCAP** se creó el TROTANCAP, el cual surge del interés de sus trabajadores con la finalidad de participar de competencias de atletismo, fundamentalmente basadas en carreras de tracción humana, en donde buscan promover la importancia del deporte en la salud de las personas a través del ejercicio.

Objetivos

Objetivo General

1 - Indagar en forma aproximativa los Juegos Deportivos de Antel partiendo del conocimiento de sus rasgos fundamentales

Objetivos Específicos

1 - Identificar motivaciones, intereses y lineamientos generales de la empresa para la realización de los Juegos Deportivos.

2 - Conocer la visión y motivación de los participantes

3 - Conocer el grado de repercusión en el personal contrastando el impacto de la propuesta con los objetivos de la empresa

Marco Teórico y Conceptual

A continuación es necesario hacer una presentación de la empresa en cuanto a sus funciones y dimensiones dentro del territorio nacional. A qué se dedica, qué cantidad de personas emplea, su relación con otras empresas, así como también su rentabilidad a modo de contextualizarla dentro del contexto de la investigación.

1.1 - ANTEL - Empresa

La Administración Nacional de Telecomunicaciones, más conocida por su marca ANTEL, es la compañía estatal de telecomunicaciones de Uruguay. Fue creada como Servicio Descentralizado por decreto-ley N° 14.235 del 25 de julio de 1974. En dicha norma se traspasaron las funciones de la Dirección Nacional de Comunicaciones, la Dirección General de Telecomunicaciones y el sector de Telecomunicaciones, cuyo cometido fundamental es la prestación de todos los servicios de telecomunicaciones en el territorio nacional.

Los Servicios Descentralizados (y los Entes Autónomos) son personas jurídicas de derecho público reguladas por la Sección XI de la Constitución de la República. Si bien está prevista la integración de capitales privados en la constitución o ampliación del patrimonio de estas entidades, las existentes pertenecen íntegramente al Estado. Como tal mantienen cierta independencia del Poder Ejecutivo, aunque están sujetos a los organismos de contralor del Estado. Están presididos por un directorio de tres o cinco integrantes designados por el Poder Ejecutivo.²

El Directorio de Antel se conforma por las siguientes autoridades: Presidenta Ing. Carolina Cosse, Vicepresidente Ing. Pablo Barletta y el Gerente Gral. Ing. Horacio Andrés Tolosa.

El Directorio es el responsable de aprobar todo lo que se gestione en Antel tanto en lo relacionado a su competencia como empresa como también cualquier actividad que esté relacionada al personal.

² Entes Autónomos y Servicios Descentralizados del Uruguay , en http://es.wikipedia.org/wiki/Entes_Aut%C3%B3nomos_y_Servicios_Descentralizados_del_Uruguay

Actualmente Antel tiene el monopolio de la telefonía fija nacional, pero además brinda otra gama de servicios a través de los siguientes productos: Antel (telefonía fija nacional e internacional, telefonía pública y telecentros), Antel Móvil (telefonía móvil o celular), Anteldata (comercialización y prestación de servicios de red de datos), Ruralcel, Adinet y Uruguay Net.

1.2 - Rentabilidad

Desde un punto de vista financiero y económico, los fondos que financian la inversión de la empresa pública provienen de dos fuentes: de sus propias reservas y de las aportaciones que realiza la Hacienda Pública. Esta, por su parte, obtiene los fondos principalmente de los excedentes brutos comerciales de las empresas públicas, de los impuestos y de otras fuentes. Por ello, conocida la inversión que tiene que realizar la empresa pública, cuanto menor sea su excedente, mayor tiene que ser la tributación y la financiación externa; es decir, que no tiene tanta trascendencia cómo se divide el excedente entre intereses, amortización y beneficio, lo que importa es su cuantía total.

“...La empresa pública suele actuar sobre la renta de los consumidores garantizando un determinado nivel de prestación del servicio más elevado o bien aplicando un sistema de precios políticos que posibilita una efectiva distribución real de renta, a no ser que resulte perversa la distribución de la carga impositiva que facilita la financiación del déficit en que se incurre.”³

Los estados Contables de Antel arrojan que el resultado neto del ejercicio durante el último año 2012 fue de 3.097.593 (\$ miles).

Por lo que podemos decir que Antel es una empresa de gran rentabilidad que lejos de dar pérdidas al Estado incrementa sus ingresos año a año.

1.3 - Personal empleado al año 2012

De acuerdo a los datos recabados de la página oficial de Antel se indican a continuación las cifras del personal que se encuentra actualmente cumpliendo

³ Empresa pública (n.d): http://es.wikipedia.org/wiki/Empresa_p%C3%BAblica

fusiones en el Ente (si bien las mismas no incluyen al personal contratado por empresas subsidiarias tercerizadas). De este modo se intenta situar a la empresa en cuanto cifras que nos permitan dar una dimensión de la misma dentro del territorio nacional en cuanto a la cantidad de personas empleadas. La misma asciende a la cantidad de 5971 empleados y se clasifica de acuerdo a los siguientes datos:

Presupuestados	4.036
Becarios y pasantes	135
Contratos función pública (ley 17.930)	479
Contratos a término	1.321
Total	5.971

1.4 - ANTEL en otras empresas

En otro orden Antel también tiene participación como sociedad anónima en las siguientes empresas:

ITC S.A. Es una empresa de propiedad pública (con participación mayoritaria de ANTEL) que opera en el marco del Derecho Privado, ANTEL es propietario al 31 de diciembre de 2004 del 99,924% de esta sociedad anónima, cuyo objeto principal es brindar servicios de asesoramiento y asistencia en el área de telecomunicaciones, tecnología de la información y de la gestión tanto en el país como en el exterior.

HG S.A. Es una sociedad anónima cerrada cuyos accionistas son ITC S.A con una participación accionaria de 99.8024% y CND con una participación accionaria 0.1976 de integración tecnológica y de servicios, asociados al desarrollo y operación de sitios web y portales.

ACCESA S.A. Es una sociedad anónima cuyos accionistas son ITC S.A con una participación accionaria del 95% y la CND con una participación accionaria del 5%. La actividad de la empresa es brindar servicios de Call Center y Contact Center. Procesamiento de información, datos y contenidos mediante sistemas de telecomunicaciones y tecnología de la información.

Por lo que si sumamos la cantidad de personas empleadas de forma directa, el personal provisto por empresas subsidiarias y/o tercerizadas, y el personal de las sociedades anónimas, elevaría a más de 6000 el personal que en forma directa o indirecta participa de esta gran comunidad.

Palabras Claves: Actividad física - Ejercicio físico – Aptitud Física – Salud - Sedentarismo

Las primeras tres definiciones fueron extraídas de la Publicación Medicina del Ejercicio, publicada por la Sociedad Uruguaya de Medicina del Deporte en su publicación Diciembre 2004, las cuales entendemos definen los siguientes conceptos en una dimensión amplia y objetiva a lo que refiere al trabajo en cuestión.

Actividad física: se define como “cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos obteniendo como resultado un gasto energético⁴. Actividad física es caminar, correr, limpiar, barrer, hacer las compras, o practicar algún deporte entre otras cosas. Se trata de un término amplio que engloba el concepto de “ejercicio” físico.

Ejercicio físico: por Ejercicio se entiende a la Actividad Física planteada, estructurada, repetitiva y dirigida en el sentido de mejorar o mantener uno o varios de los componentes de la Aptitud Física. Por lo tanto el Ejercicio así entendido pasaría a ser una subcategoría de Actividad Física.⁵

Aptitud Física: se manifiesta como “la capacidad de sobrellevar las tareas diarias, con vigor y conciencia, sin excesiva fatiga, y con suficiente energía como para disfrutar el tiempo libre y enfrentar emergencias imprevistas...Existe un número de cualidades mensurables que contribuyen a que seamos físicamente aptos, y por lo tanto poder cuantificar niveles de Aptitud Física relacionadas con la salud:

- Potencia Aeróbica (Fitness Cardiorrespiratorio)
- Fuerza y Resistencia Muscular (Fitness Muscular)

⁴ Medicina del Ejercicio, Dic.2004, (Pág. 6)

⁵ Ídem, (Pàg.6)

- Flexibilidad
- Composición Corporal

La Aptitud Física no puede ser medida con una sola prueba por lo que cada uno de los componentes son medidos en forma separada, y lo que comúnmente podría realizarse a través de una batería de pruebas.”⁶

Concepto de Salud: Es importante aclarar qué se entiende por salud, por lo que tomaremos el concepto que postula la OMS (Organización Mundial de la Salud) en su constitución de 1946: “el estado completo de bienestar físico (biológico), mental (psicológico) y social, y no solamente la ausencia de enfermedad”.⁷ Trasladándonos hacia una definición más elaborada, nos apoyamos en la definición que realiza Liliana Etchebarne en la publicación “Medicina Preventiva y Social”: “la salud de la población es expresión de su desarrollo social. Ella se enmarca en el Nivel de Vida alcanzado por quienes la integran, es por tanto la resultante de un proceso complejo, dinámico en el que se interrelacionan factores de orden político, económico, social y de atención médica”.⁸ Menciona que la salud forma parte de los sectores sociales y, en su relación con el desarrollo, presenta una naturaleza dual: “es al mismo tiempo un fin y un medio. Es un fin del proceso de desarrollo: aumentar el nivel de salud de la comunidad. Pero también es un medio: el elevado nivel de salud da a la comunidad una fuerza de trabajo más intensa y de mejor calidad, con la cual obtener mayor productividad y aumentar así la disponibilidad de bienes y servicios; o sea, contribuir a lograr un mayor desarrollo.”⁹

Sedentarismo: Aunque los adelantos de la medicina y los desarrollos científicos han brindado al ser humano una mayor expectativa de vida, el cambio de la dieta en los países industrializados y el sedentarismo, sumados a la presión constante del stress en el mundo posmoderno y la escasa actividad física, atentan contra nosotros y son las causas principales de problemas de salud. Señala Pont: “El cuerpo humano es como una máquina que si no se utiliza ni se engrasa, con el paso del tiempo, se va estropeando, se va oxidando, cada vez le es más difícil moverse y funcionar y termina

⁶ Ídem, (Pág.7)

⁷ Etchebarne, Liliana, “Medicina Preventiva y Social” (Pàg.19)

⁸ Ídem, (Pàg.19)

⁹ Etchebarne , Liliana, “Temas de Medicina Preventiva y Social” (Pàg.11)

deteriorándose. El funcionamiento del organismo humano es similar, necesita ser engrasado y estar en movimiento, ser cuidados y atendidos de la mejor manera sin caer en el olvido”.¹⁰ Barbosa (2003) señala que uno de los problemas que actualmente tiene nuestra sociedad, incluyendo a los trabajadores, es el sedentarismo. Dicho inconveniente de salud pública es causante de un número importante de enfermedades, tales como la obesidad y las consecuencias que ella tiene, deteriorando cada vez más la calidad de vida de las personas. En la medida que la gente no tiene grandes demandas de esfuerzo físico en su trabajo y no realiza actividades físicas periódicas, ingresa al sedentarismo.

Por lo tanto, frente a las actividades diarias, se tiene una menor tolerancia a las demandas de esfuerzo físico y cualquier evento, por menor que sea, fatigará a la persona. Ello también, como expresa Gutiérrez (2000), incide en una mayor vulnerabilidad a lesiones del aparato músculo esquelético. Por una parte, la inactividad genera un deterioro de la capacidad aeróbica, y junto con ello, por otro lado, una reducción de los niveles de fuerza muscular y flexibilidad. Según Bowers y Fox (1995) la práctica de actividad física y recreativa va a producir una serie de adaptaciones en el organismo. Estos efectos van desde la obtención de un cuerpo más armónico, un aumento de la resistencia, una mejoría de la coordinación, aumento de la fuerza y de la elasticidad, entre otras variables fisiológicas. Además, el ejercicio produce en los individuos que lo realizan, una sensación de bienestar, tanto en la persona que lo efectúa con fines competitivos, como en aquella que lo realiza con motivos recreacionales.

La Rentabilidad del Ejercicio

Al ser un tema poco explorado se recurrió a la búsqueda de material en la web a modo de lograr información sobre la temática en cuestión. En la búsqueda de material encontramos el libro en “Empresa en Forma”, publicado por el Chileno Jorge Osorio Ergónomo y científico del trabajo, consultor de importantes empresas y autor de varios libros y publicaciones que le han dado reconocimiento en términos de

¹⁰ Pont Geis Pilar, (1996), “Tercera Edad, Actividad física y Salud”, (Pàg.55)

reducción de accidentabilidad, de afecciones osteomusculares (lumbago, tendinitis, etc.), obesidad e incremento de la productividad entre otros. Osorio fundamenta sus objetivos en estudios realizados en Canadá que arrojan como resultado que una persona sana ahorra más de dos mil dólares al año, producto de consultar menos veces al médico, reducir la cantidad de lesiones y enfermedades, y consumir menos remedios.

Al disponer de actividades de salud y condición física, los trabajadores reducen el riesgo de afecciones cardiovasculares, aumentan la productividad y la moral y reducen los gastos de salud, entre varios beneficios más.

Responsabilidad Social de la Empresa (RSE)

Dentro de la temática nos pareció interesante realizar una introducción en cuanto al concepto de Responsabilidad Social en la Empresa, la cual tomamos de la publicación Panorama Mercosur editada por la Cámara Alemana- Uruguaya de Comercio. Esta publicación nos muestra diversos artículos y entrevistas relacionadas con la temática, en donde se propone concientizar en este nuevo aspecto que tanto llama la atención de las empresas en estos días. Nos parece relevante destacar la entrevista realizada al Licenciado en Sociología y Master of International Management Oscar Licandro, coordinador del Programa de Investigación sobre RSE, el cual manifiesta que para definir un concepto de Responsabilidad Social Empresarial se puede partir de diversas visiones. Menciona la ISO 26000 (la cual no se certifica porque se entiende como una norma que apunta a valores) en donde se plantea que las empresas tienen que asumir tanto los impactos negativos (externalidades) de sus actividades sobre los demás actores, como por el otro lado deben de mantener una actitud proactiva en relación con todos sus actores. Plantea además que “...en la sociedad actual la empresa tiene que asumir un nuevo rol, ya no puede ser una organización cuyo objetivo único sea generar dinero.” sino que debe contemplar a todos los actores. Manifiesta que antes la empresa no prestaba atención a lo “social” pero que ahora es una de sus prioridades, en cuanto al bien estar y la mejora del personal entre otros aspectos sociales (clientes, proveedores, etc.).

Indica que en Uruguay la RSE lleva un tiempo de 12 años y cada vez son más las empresas que toman consciencia de los beneficios que la acompañan.¹¹

En el Libro DEPORTE Y CAMBIO SOCIAL EN EL UMBRAL DEL SIGLO

XXI, publicado por la Asociación Española de Investigación Social Aplicada al Deporte, se detallan los siguientes indicadores en donde se demuestran los resultados y beneficios de implementar actividades deportivas en los trabajadores de una empresa.

ANTIESTRES: la práctica de la actividad física y el deporte ayuda a los empleados a desprenderse del exceso de estrés que se genera en su trabajo, y que permite la abstracción de la mente durante el tiempo que se está practicando y por consiguiente el empleado afronta la estresante de una manera menos amenazante y más positiva, capacitándole ver el problema desde diferentes puntos de vista, llegando a una solución correcta e idónea del problema de una manera más rápida y eficaz.

MOTIVACIÓN: al realizarse la actividad física durante la jornada laboral del trabajador, ésta se convierte en un factor motivante del trabajo, de la siguiente manera: - Divide la jornada laboral en dos partes, antes y después de la práctica deportiva haciendo la jornada laboral menos rutinaria y monótona.

La actividad física permite al empleado estar más activo y atento al desempeño de sus funciones por lo que el empleado trabajará mejor y será más eficaz.

El empleado acudirá a su puesto de trabajo mas contento al sentirse mejor consigo mismo y al saber que para la empresa para la cual trabaja se preocupa por su bien estar y salud

MAYOR del producto o servicio final de la empresa: al estar el empleado contento consigo mismo y con la empresa, este se sentirá más vinculado e identificado con la empresa, realizando o desempeñando sus funciones mucho mejor. Aspecto que repercutirá en una mayor calidad del producto o servicio final de la empresa.

REDUCCIÓN DE COSTES DE LA EMPRESA: la empresa podrá reducir costes de producción al realizar mejor el empleado su trabajo, aspecto que conllevará una reducción considerable del número de productos o piezas defectuosas o bien

¹¹ Panorama Mercosur - en:http://issuu.com/ahkuruguay/docs/panoramamercosur_responsabilidad

contribuirá a una reducción de quejas o sugerencias por una mala prestación del servicio.

REDUCCIÓN DE LAS BAJAS LABORALES: Al realizar los empleados una práctica física regular especializada a sus necesidades, por una parte abandonara el excesivo sedentarismo de su puesto de trabajo y por otra parte realizara una actividad física compensatoria en función de las características que cada puesto de trabajo...De este modo el cuerpo será cada vez más funcional y estará mejor preparado para afrontar las necesidades de su puesto de trabajo. Aspecto que repercutirá en un decremento del número de lesiones que sufren los empleados y que impiden el buen desempeño de sus funciones en el puesto de trabajo o en el peor de los casos, la lesión impide totalmente la realización de funciones dentro de la empresa y por lo tanto el trabajador tiene que pedir la baja laboral, no pudiendo acudir a su puesto de trabajo. Esto lleva a la empresa a perder productividad y a aumentar sus costes sociales de la siguiente manera: tiene un puesto de trabajo sin cubrir, si la baja es por una producción prolongada la empresa se ve obligada a contratar un empleado eventual, teniéndole que enseñar las funciones de su puesto de trabajo.

MEJORA DE LA ATENCIÓN AL CLIENTE: la atención al cliente sufre una mejora debido a que el empleado esta de mejor humor.

MEJORA DE LA COMUNICACIÓN INTERNA DE LA EMPRESA

MEJORA DE LA IMAGEN INTERNA Y EXTERNA DE LA EMPRESA: el programa de actividad física y deporte en la empresa puede ayudar a mejorar la concepción que el empleado tiene de su empresa, sintiéndose más identificado con ella. Además también puede ser un valor añadido para los empleados y altos ejecutivos de la empresa que ayude a éstos a que no abandonen la empresa yéndose a la competencia. Aspecto que preocupa mucho a muchas empresas en la actualidad. La imagen externa de le empresa también se ve reforzada porque se preocupa por la salud y calidad de vida de sus empleados, pudiéndose hacer un gran eco en la sociedad actual.¹²

No se pretende afirmar que el hecho de implementar actividad deportiva asegure la efectividad de éstos indicadores, que sin duda van a corresponder a la realidad de cada empresa y el contexto en el cual se han recabado, pero son referentes a tener en cuenta al momento de problematizar el tema.

¹² Libro DEPORTE Y CAMBIO SOCIAL EN EL UMBRAL DEL SIGLO XXI, . (Pág. 396 -397)

A continuación se desarrollarán los conceptos de Deporte y Juego por entender que se encuentran íntimamente relacionados en a los objetivos de este trabajo.

Juego

En el libro “Homo Ludens” publicado en 1938 por Johan Huizinga se señala que el hombre crece y se desarrolla jugando, y que el origen del deporte es el juego. Define el juego como “una acción o actividad voluntaria que se desarrolla sin interés material realizada dentro de ciertos límites fijos de tiempo y espacio, según una regla libremente consentida pero completamente imperiosa, provista de un fin en sí misma y acompañada de un sentimiento de tensión y alegría”.¹³

El Juego se define como la actividad libre que se mantiene conscientemente fuera de la vida corriente por carecer de seriedad, pero al mismo tiempo absorben intensa y profundamente a quien la ejerce. Es una actividad desprendida de todo interés material que no produce provecho alguno y que se desarrolla ordenadamente dentro de unos límites temporales espaciales. Si reconocemos que el deporte es esencialmente juego, entonces existe desde el inicio de la humanidad. El hombre juega desde que nace como cualquier otro animal. Huizinga afirma que el juego es el origen de algunos de los logros más preciados del hombre, desde este punto de vista el deporte constituye una de las más importantes creaciones del impulso lúdico del hombre.

Deporte

Para definir el deporte nos inclinamos por dos conceptos que creemos oportunos citar, en cuanto el primero define al deporte desde un aspecto genérico y el segundo lo sitúa dentro del rol en la sociedad y sus beneficios como tal. Siendo esta última la que encontramos más acertada en cuanto a la temática que queremos abordar desde este trabajo.

¹³ Huizinga, Johan, “Homo Ludens”, (2000)

Según la definición de José María Cagigal “El deporte es una diversión liberal, espontánea, desinteresada, expansión del espíritu y del cuerpo, generalmente en forma de lucha, por medio de ejercicios físicos más o menos sometidos a reglas”.¹⁴

La segunda definición la encontramos en el libro “Materiales de Sociología del Deporte”, en cuanto se describe el deporte como “. una de las actividades sociales con mayor arraigo y capacidad de convocatoria,...contribuye al mantenimiento de la salud, a corregir los desequilibrios sociales, a favorecer la inserción social y a fomentar la solidaridad; y en fin, como un determinante importante de la calidad de vida de los ciudadanos de las sociedad contemporánea”¹⁵

Se entiende como una forma especial de juego, donde aparece la confrontación agonística, y donde existen reglas que son las que limitan el tiempo y el espacio, técnicas y tradiciones. También entra la diversión, el esfuerzo, la competencia, el compromiso físico y psicológico y muchas otras cualidades más se ponen en juego.

El deporte encierra una gran cantidad de beneficios, pero como toda actividad dependerá de la forma en que se oriente a la persona en su práctica, del respetar la etapa en la que se encuentra, sus gustos y necesidades, etc.

Dependiendo de los objetivos el deporte puede ser clasificado en las siguientes categorías:

- El deporte recreativo: aquel que es practicado por placer y diversión, sin ninguna intención de competir o superar a un adversario, únicamente por disfrute o goce.
- El deporte competitivo: aquel que es practicado con la intención de vencer a un adversario o de superarse uno mismo.
- El deporte educativo: Es decir, aquel cuya pretensión fundamental es colaborar al desarrollo armónico y de potenciar los valores del individuo.
- El deporte salud: aquel cuyo objetivo fundamental es colaborar al desarrollo de una mejor calidad de vida, a través de la promoción de salud.

¹⁴ CAGIGAL José María, (1981), ¡OH Deporte!, (Pág.48)

¹⁵ Jean-Marie Brohm, Pierre Borudieu, Eric Dunning, Jennifer Hargreaves, Terry Todd, Kevin Young, (1993), “Materiales de Sociología de Deporte, Edición e Introducción de José Ignacio Barrero”,

Se hace importante destacar y desarrollar algunos de los beneficios que conlleva la práctica del deporte citados en el libro “Psicología del deporte” de Antonelli y Salvini (1977):

Beneficios físicos:

- Incrementa la capacidad cardio respiratoria y muscular, lo cual deriva en el aumento de la percepción de auto eficiencia.
- Control del peso corporal, lo cual lleva a un aumento de la autoestima.
- Propicia un estado de ánimo relajado y placentero.
- Disminución de enfermedades.

Beneficios psicológicos:

- Una respuesta a algunas de las necesidades psicológicas fundamentales relacionadas con el juego, el movimiento y la competencia, que son insustituibles en la organización psicosomática de la personalidad. Necesidades que también son la base del desarrollo intelectual, relacionado específicamente con la experiencia psicomotriz.
- Una posibilidad de higiene mental adecuada para prevenir la aparición de caracteropatías, y lograr un mejor nivel de autorrealización.
- La posibilidad de establecer relaciones interpersonales y de grupo, madurando valores comunitarios y cooperativos.
- La posibilidad de crear las bases para desarrollar destrezas de liderazgo, competitividad, capacidad de cooperación, deportividad, autorrealización y auto confianza, los cuales son rasgos característicos para la formación del carácter.

Beneficios sociales:

El deporte y la enseñanza deportiva, pueden convertirse en un importante campo de socialización cuando no solo está centralizado en el rendimiento, sino también en la cooperación y la competencia, con las formas de interacción social ligadas a ellas.¹⁶

En función de estos beneficios se aprecia que el deporte es una actividad de gran valor que influye de forma positiva y directa en la calidad de vida de las personas.

¹⁶ Ferruccio Antonelli, Alessandro Salvini, (1977), “Psicología del deporte” (Tomo I).

Recreación

Creemos importante desarrollar el concepto de Recreación, ya que entendemos que contribuye a reforzar los fundamentos de la propuesta.

Nos inclinamos por el concepto encontrado en el libro “Recreação” de N. Pithan e Silva en cuanto el hombre encuentra una verdadera satisfacción y alegría en lo que está haciendo. Sostienen que la Recreación representa una actividad que es libre y espontánea, y en donde el interés se mantiene por si sólo sin obligación interna o externa u opresora.

Reforzando su concepto estos autores hacen mención a un investigador inglés especializado en recreación, el cual incorpora el concepto de Recreación al trabajo, y viceversa, de esta forma transformar su vida en una constante recreación. Sostienen que no todos están capacitados para entender esta dinámica, y que el día que la humanidad confunda el trabajo con recreación, probablemente la mayoría de los problemas sociales relacionados con el trabajo, encontrarán una solución adecuada.¹⁷

¹⁷ N. Pithan e Silva, “Recreação” , (1959), (Pág. 13)

Reseña Metodológica

1 -1 Paradigma Interpretativo

La investigación en cuestión buscará enmarcarse en un paradigma de corte interpretativo. Dicho paradigma “se caracteriza por indagar el significado de los fenómenos en la complejidad de la realidad natural donde se producen. Este enfoque considera que el mundo social es dinámico y cambiante por su carácter inacabado y constrictivo...”¹⁸ De este modo interpretar la realidad de los Juegos Deportivos dentro de un contexto laboral, y cómo éstos repercuten en el personal y en la empresa.

Tomando como referencia a Taylor y Bodgan esta tesina tiene un enfoque que la sitúa dentro del paradigma fenomenológico, ya que intenta estudiar un fenómeno social que está inmerso en un contexto determinado. Estos autores firman que “en la metodología cualitativa se ve al escenario y a las personas en una perspectiva holística, es decir que las personas, los escenarios, los grupos no son reducidos a variables sino considerados como un todo.”¹⁹

1. 2 - Modelo de Investigación

Por lo que en referencia al modelo de investigación este trabajo presenta una perspectiva cualitativa. Se trata de un tipo de investigación con matices de subjetividad que se orienta al proceso y no al resultado.

No se pretende comprobar ni confirmar ningún hecho en particular, sino que el objetivo general es conocer a modo global como repercute esta propuesta.

Las dimensiones de la empresa en comparación a la muestra obtenida no son significativas, por lo que se orienta a l

¹⁸ Sacristán, Gimeno J. - Pérez, Gómez A. I., (1999).

¹⁹ Taylor y Bodgan, (1996), “Introducción a los métodos cualitativos de investigación”, (Pág.20).

1.3 – Nivel

Con respecto al nivel de profundización orientaremos la investigación a un nivel exploratorio-descriptivo ya que consideramos que el tema ha sido poco explorado y reconocido. Se pretende entonces “dar una visión general, de tipo aproximativo, respecto a una determinada realidad”.²⁰

1.4 - Tipo

El trabajo en cuestión, podemos incluirlo dentro de la clasificación de pura, es decir, "aquellas que no persiguen una utilización inmediata para los conocimientos obtenidos, aunque ello no quiere decir, de ninguna manera, que estén desligadas de la práctica, o que sus resultados, eventualmente, no vayan a ser empleados para fines concretos en un futuro más o menos próximo." ²¹

1.5- Población (universo y muestra)

En lo que se refiere a la población como objeto de estudio la investigación abarcará a todos los empleados de Antel y sus Sociedades Anónimas, ya que la propuesta está orientada a todo el personal.

1.6 - Instrumentos de investigación

Un instrumento de recolección de datos es, en principio “cualquier recurso de que se vale el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos información”. ²²

La adecuada construcción de los instrumentos de recolección de datos permite la correspondencia entre teoría y práctica.

Las técnicas de recolección de información pueden aportar datos primarios (se obtienen directamente a partir de la realidad misma, sin sufrir ningún proceso de elaboración previa.) o secundarios (son registros escritos que proceden también de un

²⁰ Sabino, (1986), “El proceso de investigación”, (Pág.50)

²¹ Ibis, (pág.49)

²² Ibis, (pàg.129)

contacto con la práctica, pero que ya han sido recogidas y muchas veces procesadas por otros investigadores).

En relación a la investigación en cuestión, los instrumentos seleccionados han sido: la recolección de datos primarios utilizando como mayor fuente de información el cuestionario auto administrado, y por otro lado la entrevista pautada.

1.6.1 - La entrevista

Consiste en: una forma específica de interacción social “el investigador se sitúa frente al investigado y le formula las preguntas, a partir de cuyas respuestas habrán de surgir datos de interés. Se establece un dialogo peculiar, asimétrico donde una de las partes busca recoger informaciones y la otra es la fuente de estas informaciones”.²³

De acuerdo a la clasificación del este autor se optó la entrevista pautada, este tipo de entrevista se guía por una lista de puntos de interés, que se irán explorando en el transcurso de la misma.

Tiene como principal ventaja que el entrevistador puede introducir nuevas preguntas o evadir otras, en función de cómo se va dando la entrevista y de las respuestas que va recibiendo.

- Dividiremos la entrevista en dos grupos que creemos fundamental para conocer el desarrollo de la propuesta dentro de la empresa.

Por un lado se entrevistará a un integrante del Comité Organizador de los Juegos Deportivos, para conocer desde su interior cómo nace la propuesta y cómo se desarrollan sus aspectos fundamentales.

²³ Sabino, (1986), “El proceso de investigación”, (Pág.139)

Entrevista Comité Organizador de los Juegos Deportivos

- 1 ¿Cuándo y cómo surgen los Juegos Deportivos en Antel?
- 2 ¿Quiénes integran el Comité Organizador y cómo son designados?
- 3 ¿Qué objetivos se propone el Comité para los Juegos Deportivos de 2012?
- 5 ¿Qué actividades se proponen para la competencia?
- 6 ¿Cómo se organizan los diferentes eventos y qué elementos se tienen en cuenta para llevar a cabo una competencia justa para todos?
- 7 ¿Cómo se gestiona la obtención y manejo de recursos para la realización de los Juegos (económicos, humanos, difusión)?
- 8 ¿Existen premios para los equipos ganadores? ¿En qué consisten?

- En otro orden se entrevistará a la Jefa de la Unidad de Apoyo al Personal, perteneciente a la División de RRHH, para conocer la visión de la empresa en cuanto a políticas de salud enfocadas al personal, específicamente desde la actividad física, además de conocer qué grado de relación mantiene RRHH con los Juegos Deportivos.

Entrevista Unidad de Apoyo al Personal – RRHH

1. ¿Qué función cumple la Unidad de Apoyo al Personal y cuáles son sus objetivos dentro de Antel?
2. ¿Cómo se conforma el equipo de trabajo?
3. ¿Qué actividades promueve y cuáles de ellas están directamente relacionadas con la actividad física?
4. Teniendo en cuenta que Antel cuenta con dependencias en todo el territorio nacional ¿Cómo se maneja el alcance de las diferentes propuestas a todo el personal?

5. Como profesional de la salud ¿Cree usted que la existencia de estas actividades está directamente relacionadas con las bajas por ausentismo laboral (causadas por factores psicofísicos y osteo-musculares)?
6. Tomado en cuenta que los Juegos Deportivos de Antel se llevan a cabo desde el año 2001 ¿Existe la intención de formalizar el vínculo entre el Comité Organizador y Recursos Humanos de la Empresa?
7. ¿Por qué cree que demoró tanto tiempo en formalizarse esta relación (Comité Organizador - RRHH) y cómo se proyecta el trabajo en conjunto para los próximos Juegos?

1.6.2 - Cuestionario

En la definición de Sabino (1986) el cuestionario puede usarse independientemente de las entrevistas formalizadas, “en tal caso se entregará al respondiente dicho cuestionario para que éste, por escrito, consigne por sí mismo las respuestas” Si bien se lo encuentra como un derivado de la entrevista se entiende que al no existir interacción entre las personas deja de clasificarse como tal. “La ventaja principal de tal procedimiento radica en la gran economía de tiempo y personal que implica, ya que los cuestionarios pueden enviarse por correo, dejarse en algún lugar apropiado, o pueden administrarse a grupos reunidos a tal efecto” (Sabino, p.146).

Por la realización de los diferentes encuentros deportivos, tanto en diversas partes de Montevideo como en el Interior del país, se optó por utilizar el correo corporativo en donde se eligieron equipos al azar, dentro de Montevideo y del Interior, por entenderse un medio eficaz para obtener los datos requeridos.

A modo de enriquecer la información se elaboraron preguntas cerradas y preguntas abiertas, que permitieron no solo datos cuantitativos sino que también la obtención de datos cualitativos que de este modo permitió enriquecer la información.

²⁴ Ibis, (Pàg.146)

1.6.3 - Cuestionario Participantes – Juegos Deportivos

Señale con una “X” cuando corresponda

1 - Indique si ya ha participado de los juegos	
Es la primera vez que participo	<input type="checkbox"/>
Ya he participado en años anteriores	<input type="checkbox"/>
2) ¿Qué le parece la propuesta de la Empresa?	
Excelente	<input type="checkbox"/>
Buena	<input type="checkbox"/>
Sin sentido	<input type="checkbox"/>
Me es indiferente	<input type="checkbox"/>
3 - Indique según la escala de valor 1, 2, 3, 4,5 (1 es más importante y 5 menos importante)	
¿Qué es lo más importante para usted?	
Competir	<input type="checkbox"/>
El premio	<input type="checkbox"/>
Integración	<input type="checkbox"/>
Salud	<input type="checkbox"/>
Recrearse	<input type="checkbox"/>
4- (Indique según la escala de valor 1, 2, 3, 4, 5 (1 es más importante – 5 menos importante)	
¿Qué le genera participar?)	
Rivalidad con otros Equipos	<input type="checkbox"/>
Compañerismo	<input type="checkbox"/>
Bien Estar	<input type="checkbox"/>
Identidad con la Empresa	<input type="checkbox"/>
Mejor Rendimiento en el Trabajo	<input type="checkbox"/>
5 - ¿Qué le motiva participar en los Juegos?	
6 - ¿Qué beneficios o desventajas cree que tenga al participar en esta actividad?	
Beneficios:	
Desventajas:	

Análisis de Datos

Análisis entrevista 1: Comité Organizador

De acuerdo a lo que surge de la entrevista al integrante del Comité Organizador, y a modo de hacer una reseña histórica, Antel comienza a participar en competencias empresariales *“Y los juegos nacen, te repito a través de que los juegos empresariales existen de toda la vida y Antel decidió participar. Como evidentemente la participación en esos juegos empresariales fue horrible porque las empresas contratan a profesionales para estos eventos, se vio la idea de hacer los primeros juegos deportivos de Antel”*. Se organizaban en la ACJ en el año 2000 con la participación de otras empresas *“los primeros Juegos Deportivos de Antel,... se juega todo en la ACJ, se contrata,...lo hicimos nosotros justamente, enmarcamos las disciplinas que queríamos hacer,...lo único que se alquilaron canchas de fútbol porque eran demasiados equipos para jugar en la ACJ,...”*.

Luego por iniciativa de los funcionarios se crean competencias deportivas a las cuales se invitaba otras empresas en donde institucionalmente “Antel” no participa en forma directa, pero les presta un complejo deportivo que era de su propiedad desde el año 1986, ubicado en la estación terrena de Manga *“En realidad en Antel desde el año 86, tiene un complejo deportivo que no lo utiliza hace más de 20 años, que está en la estación terrena de Manga, en el cual en aquella época contaba: dos canchas de fútbol grande, dos canchas de baby fútbol, cancha de voleyball, cancha de basquetbol,..”*

Según surge de la entrevista las demás empresas contaban con equipos profesionales y la participación de Antel no fue buena, *“Como evidentemente la participación en esos juegos empresariales fue horrible porque las empresas contratan a profesionales para estos eventos, se vio la idea de hacer los primeros juegos deportivos de Antel”*, por lo que en el año 2001 nace la idea de hacer los primeros Juegos Deportivos únicamente para la empresa y se extiende la invitación a todo el interior, aunque son llevadas a cabo en Montevideo.

Se demora cuatro años en realizar los segundos Juegos Deportivos, los cuales se organizan mejor apuntando más hacia la integración con el interior del país *“ya se participa con la gente más tiempo, se dedica más y se arma una infraestructura de competir no solo en Montevideo sino en lo que es el Litoral, el centro y el Este de país y*

se hacen sub cedes en los distintos lugares, Paysandú, en Durazno y en Maldonado... ahí son los segundos Juegos de Antel, ya más integrado el interior...”

Para el lanzamiento de los terceros Juegos surge un conflicto con el Sindicato de Antel (Sutel) teniéndose que recolectar firmas de funcionarios que querían participar de los juegos, las cuales fueron elevadas a la Gerencia General y al Directorio, y luego de un acuerdo con el Sindicato se logra su realización.

La iniciativa de formar un Comité Organizador surge del interés común de algunos funcionarios de querer impulsar este tipo de actividades en la empresa, y si bien algunos de ellos dependían de RRHH no partía de una política Empresarial *“en realidad se fue formando el grupo por amor al arte, o sea, somos un grupo de personas que queremos llevar adelante la propuesta y nos fuimos sumando de a poco”*

El Comité Organizador está integrado por diez trabajadores de la empresa y hasta el 2011 participaban de la actividad en forma voluntaria, es decir no cobraban remuneración, pero a partir del 2012, por medio de la gestión de la Unidad de Apoyo al Personal, se logró una compensación por dicho trabajo.

El Comité tiene como objetivo principal incrementar la participación de los empleados de la empresa, la cual se refleja en una mayor aceptación de la propuesta que se ve reflejada en el aumento de participantes año a año *“Más que nada promover la participación y la integración de los empleados de la empresa. Los objetivos para estos juegos es que participen cada vez más funcionarios y que aumente la integración, ya que Antel es muy grande y estas actividades promueve la integración.”*

El evento es difundido a través de la Intranet Corporativa de modo que todos tengan acceso a la información, en cuanto a las actividades propuestas, reglamentos, solicitudes de inscripción, y demás comunicaciones por parte del comité. Es importante destacar que los empleados de las sociedades anónimas de Antel también tienen acceso a esta red y las mismas posibilidades de participar.

Las Actividades propuestas que siempre prevalecen son el fútbol cinco, el basquetbol, el hándbol y el voleibol (siendo este último algunos años mixto), también juegos de salón como las cartas a modo de integrar a quienes prefieren otro tipo de actividades o las dos

“Después para los que no les gusta mucho moverse se plantean juegos de salón como la conga y el truco. Los participantes pueden elegir también anotarse en un deporte y en un juego de salón”.

Para la realización de los eventos deportivos se contratan diferentes canchas, mientras que para los eventos de salón se utilizan las instalaciones de la empresa.

Para arbitrar las actividades se contratan estudiantes avanzados de Educación Física conocidos por los trabajadores, y en los casos de las canchas de fútbol ya tiene árbitros incluidos. En todos los casos son remunerados *“Se buscan o estudiantes avanzados de educación física conocidos por los funcionarios, o en el caso del fútbol el año pasado se contrataron canchas que ya tenían jueces incluidos (en el fútbol). Todos son remunerados, en este último caso estaba incluido en el alquiler de las canchas”.*

Para financiar el evento el comité elabora un informe en base a la repercusión de la propuesta del año anterior, del cual se eleva un presupuesto al Directorio para ser aprobado. Este informe se fundamenta en base a los datos que registra el Comité Organizador el cual se respalda en el incremento de participación de los trabajadores, así como las repercusiones favorables que los participantes hacen llegar a través del correo corporativo felicitando al comité por la propuesta *“Llevamos una base de datos de todos los años, que luego te la puedo acercar, que indica el incremento de participantes año. Se hace una reunión, cada uno evalúa,...el Directorio ya te pide un nuevo presupuesto para el año que viene en relación a lo que sucedió este año...se hace un balance general... Se eleva un presupuesto económico al Directorio y es aceptado...”.*

Las competencias finales se desarrollan en el Parque de Vacaciones de UTE y ANTEL ubicado en la ciudad de Minas, y si bien los equipos ganadores reciben sus correspondientes medallas y reconocimiento, para la mayoría de los participantes el premio es clasificar para jugar las finales en el Parque: *“si bien siempre entregamos medallas, el premio en sí para todos siempre es ir a las finales en el Parque, ahí la gente ya está motivada desde el vamos,...a cada participante se les regala una camiseta con el logo de los Juegos y pueden invitar a sus familiares o amigos participar del evento, lo que hace que sea una jornada más de integración... Para los participantes llegar al Parque ya es prácticamente la meta”.*

Según información proporcionada por el Comité de acuerdo a su base datos vemos la siguiente relación año – participante en donde se refleja un incremento de las inscripciones desde los primeros juegos hasta los últimos.

Año 2001 - 500 Inscripciones

Año 2004 - 800 Inscripciones

Año 2008 - 910 Inscripciones

Año 2009 - 1460 Inscripciones

Año 2010 - 1530 Inscripciones

Año 2011 - 1450 Inscripciones

Año 2012 - 1550 Inscripciones

Análisis Entrevista RRHH - Unidad de Apoyo al Personal

La Unidad de Apoyo al Personal depende de la División de Recursos Humanos, y está integrada por un equipo multidisciplinario de profesionales que hacen un total de once personas *“...una contadora, una técnica en administración, una asistente social, una psicóloga, una educadora social, un profesor de educación física y un estudiante avanzado de la misma carrera, dos administrativas, un administrativo especialista y una médica que sería yo”*, lo cual se justifica por las tareas que lleva adelante.

Tiene como objetivo promover la Calidad de Vida de los trabajadores dentro de la empresa, desde lo psicológico, sociales y biológico *“...promociona la calidad de vida laboral...”* *“...y los objetivos es eso, es que el trabajador mejore su salud psicológica, social y biológica, este...creando buenos ambientes de trabajo, este...mejoras en salud. Básicamente que Antel sea un buen lugar de trabajo, un lugar saludable de trabajo también”*.

Para eso lleva adelante diversas actividades a través de Talleres de Calidad de Vida y, específicamente desde el año 2012, apuesta a la Actividad Física a través la de la Gimnasia Laboral, la creación del Grupo de Corredores de Antel, así como la integración a la Unidad de los Juegos Deportivos, este último con el objetivo de fortalecer el lazo formal con el Comité Organizador ya existente desde años anteriores. Estas tres propuestas pretenden motivar a los trabajadores en su ambiente laboral, promover la integración y la promoción de salud en la empresa.

Para llevar a cabo las propuestas relacionadas con la actividad física cuentan con un profesor de Educación Física y un estudiante avanzado. los cuales ya eran funcionarios de la empresa, y si bien este cargo no existe en Antel, actualmente se está gestionando la creación del mismo, lo que crearía un antecedente único en la empresa: *“la carrera no está regularizada en la empresa, no existe el cargo de Profesor de Educación Física, pero a raíz de esta nueva propuesta se está gestionando la creación del cargo en Antel, lo cual comenzamos a gestionar a través de un expediente, o sea, va a ser la primeva vez que exista un cargo así...es algo innovador”*.

Otras actividades que lleva adelante la Unidad de Apoyo al personal es la gestión del Seguro de Vida, proporcionar Becas de estudio para hijos de funcionarios, realizar Acuerdos con diferentes empresas, dentro de las cuales se encuentran descuentos en Instituciones Deportivas (entre otras opciones), gestiona las Ayudas Económicas para funcionarios que padecen problemas de salud, y lleva adelante un Voluntariado, el cual tiene como objetivo promover el componente humano y la solidaridad de los trabajadores hacia la comunidad, *“básicamente buscar que el trabajador de Antel sea solidario con otras causas, que no le sea ajeno el mundo exterior”*. Esto a través de diversas actividades que se pueden realizar dentro y fuera del horario laboral.

Con el fin de trasladar las propuestas al Interior del país se han realizado talleres de Calidad de Vida y de Biodanza, lo que ha tenido una gran aceptación *“las repercusiones que hemos tenidos son espectaculares, la gente fue toda, copada, a parte llevamos al Biodanza,... Biodanza como desarrollo de habilidades sociales y emocionales, es espectacular, y la gente del interior lo acepta pila, y quedo encantada y agradecida”*. En un futuro se tiene como objetivo formar referentes de salud que promuevan la gimnasia laboral y crear nuevos grupos de corredores. Para eso se contratarían profesores de educación física, o por medio del propio referente de salud en caso de estar capacitado para dicha actividad, *“Lo que queremos hacer es en realidad, encontrar un referente del interior que venga acá a capacitarse con los profesores de educación física a tener capaz un día de capacitación o algo, y que pueda aplicar en su departamento...”* De este modo integrar al interior en las diversas propuestas.

El vínculo entre el Comité Organizador y RRHH sólo existía a través de un proceso formal para gestionar los expedientes, pero el Comité siempre se gestionó en forma independiente: *“Era solo el expediente, se elevaba el expediente, nada más, desde lo formal siempre estuvo vinculado”*.

En el 2012 peligraba la realización de los Juegos, pero el Directorio y el Divisional de RRHH tenían la voluntad de que se llevaran a cabo, por lo que desde la Unidad de Apoyo al Personal se gestiona con el Directorio y por primera vez, el pago de una compensación para que pudieran llevarse a cabo.

Es a partir de este año (2012) que nace el vínculo directo entre el Comité Organizador y la Unidad de Apoyo al Personal, con la finalidad de seguir promoviendo los Juegos

Deportivos, pero con la intención de modificar su esencia en el año 2013 *“... la propuesta para el año 2013 es integrar al Comité Organizador directamente con esta Unidad y realizar un trabajo en conjunto. O sea los Juegos van a depender directamente de nosotros”*. Los Juegos Deportivos pasaron a llamarse “Juegos de Antel”, ya que existe la idea de integrar una mayor variedad de disciplinas, actividades que no sean únicamente deportivas, como el arte, el teatro y la trivia, con el objetivo de estimular la participación de todos los trabajadores e integrar diferentes edades, ya que se entiende que para la integración de todos únicamente el deporte es un factor limitante: *“Promover unos Juegos que tengan diversidad de propuestas y lleguen a más trabajadores, porque reducir los Juegos únicamente a los Deportes limita mucho, y la idea es integrar para que participen la mayor cantidad de trabajadores”*.

Anteriormente no existía el nexo con la persona indicada, en un principio comenzó a gestionarse con trabajadores que no estaban directamente relacionados a RRHH, *“lo que pasó es que no existía la persona indica, no existía el nexo indicado, o sea, yo lo que veo, o sea, creo que siempre existió de parte de RRHH, siempre, el expediente pasaba por RRHH y por Gerencia General, ta?, este..y bueno, las cosas van evolucionando a medida que pasa el tiempo”*. A medida que fueron pasando los años se vio que esta actividad estaba directamente relacionada con recursos humanos, con la salud del trabajador, por lo que hoy en día se cree que le corresponde gestionar la actividad a RRHH.

Uno de los factores que pueden haber incidido es que existo un cambio en la cultura empresarial, *“ tiene que ver con una cultura general de todas las empresas, ahora está orientado a eso, a la salud del trabajador, a la salud psicológica y social , y emocional, o sea RRHH, este...la persona este...al trabajar con más satisfacción trabaja mejor, es más , más feliz, y rinde mejor y por lo tanto la empresa tiene mejores resultados, entonces se vio que, eso, promocionar la calidad de vida, trabajar en la calidad de vida laboral es lo más importante para que funcione una empresa...”*. La entrevistada nos indica que anteriormente RRHH de una empresa solía relacionarse con el pago de sueldos, el reclutamiento y selección de personal, pero ahora también se relaciona con las emociones y la salud del trabajador.

Se fomenta trabajar en la calidad de vida laboral como lo más importante para que funcione una empresa y se ha tomado en cuenta la actividad física como uno de los

factores que previenen las enfermedades cardiovasculares, indicadas como la principal causa de ausentismo a nivel mundial: *“promocionar la calidad de vida, trabajar en la calidad de vida laboral es lo más importante para que funcione una empresa, entonces bueno, teniendo en cuenta que la actividad física es uno de los factores más importantes para prevenir las enfermedades cardiovasculares, que es la principal causa de ausentismo, he.. También, a nivel mundial, he la principal causa de muerte ni que hablar que todos los factores de riesgos figuran en el ausentismo laboral...”*

La Jefa de la Unidad de Apoyo al Personal afirma que implementar actividades físicas en Antel incidiría de forma favorable en las bajas por ausentismo laboral, ya que el trabajador se siente motivado en lo que respecta a estas actividades, las cuales previenen no solo factores de riesgos en salud generados por estar ocho horas entados en sus puestos de trabajo, sino que también generan un estímulo social al trabajador por formar parte de un grupo, y que además estas propuestas crean hábitos de salud que conlleva un mejor bienestar: *“...una actividad recreativa, la gimnasia laboral, un estímulo de formar parte de un grupo, del grupo de corredores de Antel, de un grupo por lo social también, a parte de, de por, por lo saludable, de la actividad física, la motivaría mucho, ha, ha no faltar por querer ir al grupo de corredores, a no faltar por la gimnasia laboral, y a sentirse mejor, a tener su cuerpo más oxigenado mente más, más este oxigenada también, este...la relajación de los músculos a través de ejercicio...”*.

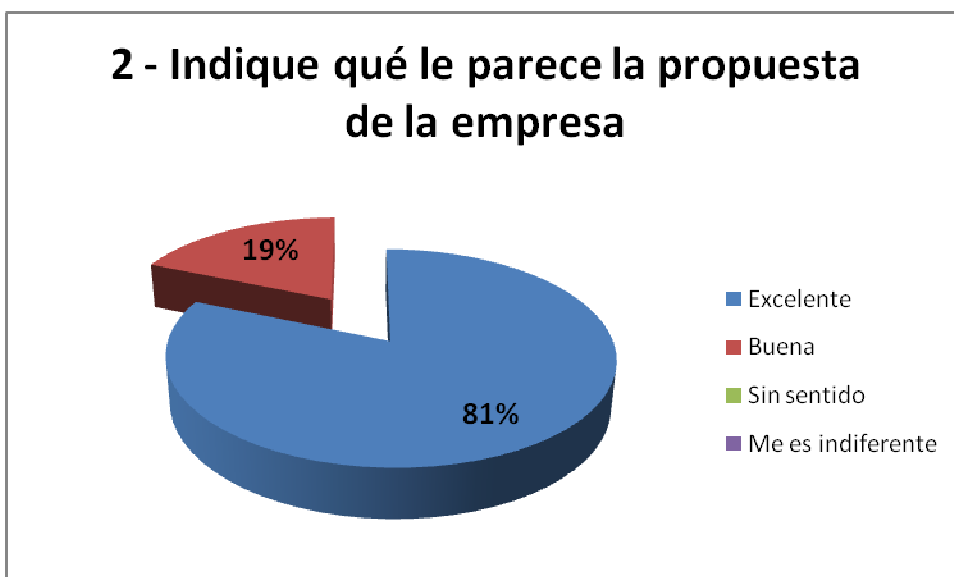
Nos indica que si bien hasta el momento la Unidad de Apoyo al Personal no cuenta con indicadores específicos que demuestren las bajas por ausentismo laboral, se han implementado encuestas subjetivas que arrojan resultados positivos, en cuanto el trabajador se siente menos fatigado y se encuentra más estimulado para ir a trabajar desde que forman parte del grupo de corredores o realizan la gimnasia laboral: *“...si se siente mejor desde que está haciendo gimnasia laboral, yendo al grupo de corredores, y este...si le dan ganas de ir a trabajar, si están más contentos, si se sienten menos fatigados...y esas encuestas han dado excelentes resultados, de 500 trabajadores por un lado y 800 por otro los resultados son extraordinarios de todos”*

Análisis Cuestionarios a los participantes

En el diagrama que se presenta a continuación vemos que el 69 % de los encuestados ya han participado de los Juegos en años anteriores, por lo que se destaca una gran reincidencia en la misma. El 31 % participa por primera vez lo que demuestra que existe un incremento en la participación.



Del siguiente diagrama podemos resaltar solo dos de las opciones ya que en las demás no hubieron encuestados que se inclinaron por ellas. El 81 % destacó que la propuesta de la empresa le parece "excelente" y el 19 % manifestó que la idea era "buena". De esta lectura se desprende que existe una gran aceptación entre los participantes.



En los siguientes dos cuadros se hará referencia a los valores más altos en porcentaje, prevaleciendo hacia dónde se inclinan la mayoría de los encuestados al momento responder “qué es lo más importante” y “qué le genera participar” en un rango de valor del 1 al 5. Donde 1 es el valor más importante y 5 es el valor que refiere a lo menos importante.

3 - Indique según la escala de valor 1, 2, 3, 4,5 (1 es más importante y 5 menos importante)					
¿Qué es lo más importante para usted?	1	2	3	4	5
Competir	5.71	7.14	11.43	42.86	32.86
El premio	2.86	7.14	5.71	30	54.29
Integración	35	21.43	18.57	5.71	5.71
Salud	21.43	32.86	34.29	15.71	1.43
Recrearse	20	31.43	31.43	15,71	1.43

El **54,29 %** indicó en el valor 5 de la escala que “el premio” es lo menos importante; El **42,86 %** manifestó en el valor 4 “la competencia” como una de las cosas menos importantes”; El **35 %** indicó en el valor 1 que “la integración” era lo más importante; El **34,29 %** se posicionó en la media de la escala (con el valor 3) manifestando “la salud” como lo tercero más importante, y el **31,43 %** se posicionó en el lugar 2 y 3 de la escala manifestando que “Recrearse” era lo segundo y tercero más importante.

De la lectura realizada de los porcentajes más elevados vemos que para la mayoría de los participantes prevalece como “lo más importante” la integración, la salud y la recreación y como “lo menos importante” la competencia y el premio.

4 - Indique según la escala de valor 1, 2, 3, 4, 5
(1 es más importante – 5 menos importante)

	1	2	3	4	5
¿Qué le genera participar?)					
Rivalidad con otros Equipos	1.43	1.43	18.57	11.43	67.14
Compañerismo	68.57	27,14	1,43	2.86	—
Bien Estar	28.57	58.57	10	2.86	—
Identidad con la Empresa	1.43	8.57	40	31.43	18.57
Mejor Rendimiento en el Trabajo	—	4.29	31.43	52.85	11.43

En el siguiente cuadro de valores se desprende que el **65,14 %** ubica la “Rivalidad entre equipos” con el valor 5, el **68,57 %** manifiesta el “compañerismo” con el valor **1**, el **58,57 %** se inclina con el valor **2** por la opción “bien estar”, mientras que el **40%** ubica la “Identidad con la Empresa” en la media de la escala (valor **3**) (destacándose los siguientes valores más altos en los valores 4 y 5). Por último el **52,85 %** sitúa en el valor **4** de la escala la opción “Mejor rendimiento en el trabajo” (le sigue en la media de la escala con el valor 3 un 31,43 %)

De la lectura de los mayores porcentajes se interpreta que al participar de esta actividad lo que les genera en su mayoría es “compañerismo” y “bien estar”, en tanto que la “rivalidad entre equipos”, “identidad con la empresa” y “mejor rendimiento en el trabajo” están posicionados cómo lo menos importantes dentro de su rango de valores. Este último mantiene el segundo porcentaje más alto en la media de la escala, por lo que se desprende que si bien no está posicionado dentro de los más importantes existe una tendencia a relacionar dicha actividad con el sentimiento de mejora, entendiendo que sí repercutiría en su ámbito laboral.

5 - ¿Qué le motiva participar en los Juegos?

Al momento de identificar cuáles eran las motivaciones de los encuestados se encontraron coincidencias en varias de las respuestas, por lo que se procedió a clasificar las mismas en dos sub categorías “Deporte y Actividad Física” e “Integración en la Empresa” y de este modo interpretar el siguiente análisis.

Deporte y Actividad Física

La mayoría de los encuestados muestran una tendencia por el gusto hacia la actividad deportiva y aprovecha esta oportunidad para integrarse con compañeros de trabajo (y/o encontrarse desde otro rol). Además manifiestan que el deporte es una herramienta de integración y recreación a la vez que promueve la salud.

C 1 “...La posibilidad de participar de una competencia Deportiva ya que disfruto mucho de los deportes

C 9 “el deporte...”

C 12 “...me gusta la idea de poder compartir y competir junto a mis compañeros en un deporte que divertido, dinámico”

C 14 “Hacer deporte, está bueno como recreación ayuda a integrarse con gente de otros servicios”

C 17 “...la posibilidad de hacer deporte con mis amigas fuera del ámbito laboral”

C 22 “...me gusta jugar a las cartas y hacer deporte”

C 32 “...LA PRÁCTICA DE DEPORTES Y LA RECREACIÓN”.

C 35 “...la oportunidad de practicar un deporte para salir de la rutina”.

C 37 “...la posibilidad de compartir entre otras el deporte fuera del ámbito laboral”

C 39 “...EL HECHO DE COMPETIR ME ALCANZA PUES SIEMPRE HICE DEPORTES”

C 40 “Realizar una actividad física siempre es positivo”

C 42 “La idea de practicar deporte de manera organizada.”

C 44 “...además que de por si me gusta la actividad física,...”

C 46 “...además de practicar el deporte que más me gusta.

C 48 “Hacer deportes...”

C 53 “PODER HACER DEPORTES PARA MI BIENESTAR EMOCIONAL Y FISICO...”

C 54 “Me gusta mucho el deporte...”

C 59 “... hacer deporte ya que llevo una vida un poco sedentaria.”

C 60 “HACER DEPORTE...”

C 64 “La actividad deportiva...”

C 66 “...a través de esta actividad haciendo deportes que es lo que más me gusta.”

Integración en la Empresa

Vinculando este análisis con el anterior un elemento central a la hora de identificar este grupo es la notoria reiteración en las respuestas, las cuales denotan que la motivación está directamente relacionada con la necesidad de integración con los demás compañeros de trabajo. Algunos manifiestan que es una oportunidad para conocer compañeros que hasta el momento sólo conocían en forma telefónica, otros la posibilidad de conocer compañeros de otras localidades. Destacamos el C 35 en cuanto manifiesta que dicha actividad no sólo promueve la integración del personal sino que estimula y motiva al empleado y esto repercutiría en su rendimiento.

C1 “...veo la oportunidad de poder realizar un gusto personal en mi empresa...es una instancia para conocer gente de otros sectores.”

C2 “...compartir entre los compañeros fuera del ámbito laboral”.

C3 “... la integración entre compañeros fuera del ámbito laboral.”

C4 “...la integración entre compañeros de la oficina fuera del ámbito laboral”

C5 “Integrarnos con los demás compañeros de la zona...”

C6 “EL ACERCARME A MIS COMPAÑEROS, CONOCER EL ROSTRO DE OTROS QUE SOLO CONOZCO LA VOZ,...”

C 7 “Poder participar en una actividad que tiene como objetivo la integración del personal...”

C 9 “...la integración de diferente grupos”.

C15 “...tiene que ver con una actividad saludable y de integración.”

C 17 “...la posibilidad de hacer deporte con mis amigas fuera del ámbito laboral

C 20 “...compartir con mis compañeras un tiempo divertido fuera de la oficina”.

- C 21 *“...integrarme con los demás compañeros de la empresa”.*
- C 22 *“Me gusta participar en este tipo de instancias, me parecen buenas para conocer a compañeros de otras ciudades...”*
- C 25 *“En primer lugar la integración con mis compañeras/os...”*
- C 27 *“Integrarme con mis compañeros y divertirme”.*
- C 28 *“... interactuar con otros compañeros”.*
- C 29 *“...integración con los compañeros de todo el país”.*
- C 30 *“...conocernos”*
- C 31 *“...SOCIABILIZAR”*
- C 32 *“...LA INTEGRACIÓN CON COMPAÑEROS DE TODO ANTEL”*
- C 35 *“...destacando como positivo y rico el conocer a compañeros fuera de lo que es o laboral...sin dudas que este tipo de actividades, son las que estimulan e aportan cosas positivas para todos, lo cual se refleja en el desempeño laboral en la empresa. Con un personal estimulado, todo funciona mejor”.*
- C 36 *“Es una gran oportunidad de inter relacionamiento de los empleados...”*
- C 37 *“...la posibilidad de compartir entre otras el deporte fuera del ámbito laboral...”*
- C 38 *“...permite interactuar con diferentes compañeros de otras áreas que están bajo la misma empresa, nos identifica más a la misma”*
- C 39 *EL HACER CONOCIDOS DE LOS VARIOS COMPAÑEROS QUE EXISTEN DENTRO DE ANTEL ES MUY BUENO*
- C 41 *“...conocer compañeros de otras aéreas”.*
- C 42 *“... la posibilidad de integrarme con mis compañeros de trabajo.”*
- C 44 *“...es una forma de encontrarnos con otros compañeros, que a muchos no conocía”.*
- C 45 *“La posibilidad de compartir con compañeros una actividad recreativa y distinta a las que habitualmente compartimos...”*
- C 46 *“...confraternizar con otros compañeros de la empresa que si no hubiera sido por los juegos no los hubiera conocido”*
- C 47 *“Fomentar el compañerismo y el conocimiento personal de otros compañeros con los cuales antes quizás solo hablábamos por teléfono sin conocerlos personalmente...”*
- C 48 *“... relacionarme con distintos compañeros de la empresa.”*
- C 49 *“La posibilidad de conocer gente...”*

- C 50 “No solo son los juego, sino la preparación que hacen integrar a compañeros de otra localidad...”
- C 52 “...confraternizar con mis compañeros en otro ámbito que el del laburo.”
- C 56 “Compartir un rato con amigos y compañeros del ente...”
- C 57 “Rencuentro con viejos compañeros de trabajo...”
- C 58 “...generan vínculos con más personas dentro de la empresa.”
- C 60 “PODER REUNIRME CON COMPAÑEROS DE TRABAJO FUERA DE TRABAJO”
- C 61 “Para integración con diferentes compañeros de trabajo de la empresa...”
- C 64 “...encontrarme con otros compañeros de otros sectores o departamentos...”
- C 66 “Relacionamiento con otros compañeros de la empresa...”
- C68 “Me motiva poder juntarme con compañeros en un ámbito fuera del trabajo poder ver compañeros de otros lugares...”
- C 69 “CONFRATERNIZAR CON EL RESTO DE ANTEL”

Parque de Vacaciones

Podemos interpretar que otra de las motivaciones se encuentra relacionada con el interés llegar a las finales que se desarrollan en el Parque de Vacaciones de UTE y Antel. Si bien no todos lo logran es una motivación que impulsa la participación y muchos lo identifican como el premio.

- C1 “...posibilidad para conocer el Parque”
- C7 “...y poder visitar el parque de vacaciones”
- C 24 “LA OPORTUNIDAD DE IR AL PARQUE DE VACACIONES”
- C 26 “...y por supuesto ir al Parque!!”
- C 27 “...de la posibilidad de ir al Parque de Vacaciones todos juntos”.
- C 31 “...IR AL PARQUE”
- C42 “...y por qué no, conocer el parque de vacaciones de ANTEL
- C 43 “La posibilidad de ir al Parque”
- C45 “...la posibilidad de clasificar a las finales en el parque donde se puede compartir además con la familia”.
- C 51 “...y también el premio de la estadia en el Parque”

C 67 *“...también es una motivación la posibilidad de clasificar a las finales en el parque donde se puede compartir además con la familia”*

6 - ¿Qué Beneficios y/o desventajas cree que tenga el participar de esta actividad?

En siguiente análisis se procedió a clasificar en sub categorías, a modo de identificar e interpretar las diferentes respuestas que mantienen coincidencias al momento de nombrar los *beneficios* y las *desventajas* que los participantes identifican en dicha actividad.

Beneficios

Integración y Recreación

En la mayoría de los encuestados se interpreta una gran aceptación de la propuesta en cuanto manifiestan la voluntad de integrarse con los demás compañeros de la empresa, lo ven como una instancia de re encuentro y socialización entre todos los participantes. Manifiestan también que es una instancia recreativa que permite desarrollar una actividad divertida fuera del ámbito laboral.

En el C 58 destacamos la respuesta en cuanto a que estas actividades generan vínculos *“...que a veces ayudan en gran forma al desempeño de las tareas dentro de la empresa”*; En el C 35 se destaca que este tipo de actividades *“conlleva a un mejor desempeño laboral..”* Por lo que podemos deducir repercutiría en forma favorable en el empleado, que de alguna manera proyectaría su bien estar en el desempeño dentro del ámbito de laboral.

Al ser una empresa con muchos empleados y dependencias en todo el país, se hace importante destacar que a través de esta actividad se refuerza el componente humano desde de un espacio de recreo y esparcimiento.

C 1 *“...es una actividad recreativa que permite sociabilizar desde otro ámbito...”*

- C 2 “...los beneficios son muchos he conocido a compañeros de mi localidad y de otras que no los hubiera conocido si no fuera de esta forma”
- C 3 “...esta buena la iniciativa ya que ayuda a integrarse entre compañeros y compartir otras cosas fuera del trabajo”
- C 4 “...conocer gente nueva - integra el personal”
- C 5 “...ventaja me encuentro con viejos compañeros”
- C 6 “...INTEGRACION”
- C 7 “... conocer gente nueva, interactuar con estos en espacios distintos al cotidiano.
- C 8 “...el conocer nuevos compañeros e interactuar.”
- C 10 “El compartir y recrearnos”
- C 11 “...poder relacionarse con los compañeros de trabajo fuera del ámbito laboral por un motivo divertido”
- C 14 “La recreación, integración...”
- C 15 “Como beneficios encuentro varios: una actividad de integración, que lleva a conocer más gente dentro de la empresa...”
- C 18 “Formar parte de un equipo, relacionarte con gente que trabaja en Antel, en diversos lugares, divertirse, etc”
- C 19 “...el deporte es una actividad recreativa y saludable”
- C 20 “Beneficios... compartir con mis compañeras algo que nos gusta a todas,...”-
- C 23 “RECREARSE, COMPARTIR,...”
- C 24 “BENEFICIOS INTEGRACION, SALUD, RECREACION”
- C 25 “Como beneficio..., la integración, la recreación y la diversión...”
- C 27 “... la unión de compañeros para un fin común, etc”
- C 29 “...si muchas: conocer e intercambiar con compañeros,...”
- C 30 “...conocer gente nueva”
- C 31 ““... INCENTIVA LA INTEGRACIÓN Y RECREA”
- C 32 “... NOS TOMAMOS UN TIEMPITO PARA COMPARTIR CON OTROS
- C 34 “..Beneficia en conocer gente de otras dependencias”
- C 35 “... integración con otros compañeros, te saca de la rutina y del estrés, lo que conlleva a un mejor desempeño laboral, entusiasmo, alegría, etc. “
- C 36 ““...y para quienes practicamos deporte todo el año es un momento más de integración.”
- C 37 “ventajas la integración, recreación...”

- C 38 *“...los beneficios son los de generar mayor unión y motivación grupal, lograr que las personas de la empresa se conozcan y compartan momentos, etc”*
- C 39 *“BENEFICIOS COMPETIR LA INTEGRACION Y EL ESTAR EN ACTIVIDAD LO VEO MAS Q POSITIVO”*
- C 40 *“Integración, salud física, diversión, la noche de la ciudad de Minas es muy buena”*
- C 41 *“Genera un momento de integración fuera del ámbito laboral”*
- C 42 *“Lo utilizo como herramienta para integrarme (ingresé éste año) ... y como una manera de recrearme.”*
- C 44 *“la ventaja según lo veo compartir un DIA todos juntos, conocernos, charlar...”*
- C 45 *“Con respecto a los beneficios, entiendo que principalmente los mismos se asocian al bienestar resultante de practicar. una actividad recreativa con compañeros de trabajo.”*
- C 46 *“... conocer otros compañeros con los que practique deporte todo el año que si no hubiera sido por los juegos no hubiera sucedido.”*
- C 48 *“... y conocer a gente que trabaja en la misma empresa”*
- C 49 *“... encuentro la posibilidad de conocer gente nueva,...”*
- C 50 *“la integración con compañeros de otros sectores,...”*
- C 51 *“...conocer compañeros personalmente que ya conocíamos por correo electrónico pero que no habíamos tenido oportunidad de encontrarnos”*
- C 52 *“Compartir otros momentos con compañeros de trabajo”*
- C 53 *“INTEGRACION CON COMPAÑEROS.”*
- C 54 *“Por un lado es una buena forma de integrarse y divertirse en un ámbito distinto al laboral.”*
- C 55 *“Salud e integración”*
- C 58 *“Ayuda a la integración de personas de distintas divisiones o sectores generando vínculos que a veces ayudan en gran forma al desempeño de las tareas dentro de la empresa”*
- C 59 *“Aporta al fortalecimiento de las relaciones personales”*
- C 61 *“...integrarse con los compañeros de trabajo, encontrarse en otro ámbito en que no sea en el trabajo,...”*
- C 64 *“Beneficio, ..., la amistad, compañerismo, distracción”*

C 66 “...conocer otros compañeros con los que practique deporte todo el año que si no hubiera sido por los juegos no hubiera sucedido.”

C 67 “...los mismos se asocian al bienestar resultante de practicar una actividad recreativa con compañeros de trabajo”

C 69 “...PODER COMPARTIR CON EL RESTO DE LOS COMPAÑEROS DE ANTEL UNA LINDA JORNADA DE INTEGRACION Y DIVERSION.”

C 70 “El mayor beneficio es la felicidad de sentir que parte del tiempo libre de uno es utilizado para una actividad recreativa y saludable.”

Salud y Bien Estar

Podemos vincular el análisis anterior a otra de las características que se desprenden de la misma categoría, en cuanto que está asociada a la interpretación que hacen los encuestados de la actividad física y sus repercusiones en la salud. Una gran mayoría manifestó que la actividad deportiva promueve hábitos de salud que repercuten no solo en el físico sino que también en lo mental. Lo que nos da la pauta de que son conscientes de que participar de actividades deportivas es sinónimo de salud en todos sus componentes (mental, físico, etc).

C 1 “... además de salud como lo es hacer actividad física”

C 9 “deporte es salud”

C12 “...ganas en salud, no solo física si no también mental

C 15 “...es una actividad que promueve la salud

C 16 “Beneficia a nivel de salud, distrae la mente, agiliza el cuerpo...”

C19 “...el deporte es una actividad recreativa y saludable”

C 20 “...todo lo que tenga que ver con salud”

C 23 “...Ventajas todas (físicas, psicas, emocionales, etc, etc.), si tienes la cabeza bien puesta y si no te ayuda a ponerla en su sitio

C 22 “...hacer deportes es bueno para la salud...”

C 24 “...INTEGRACION, SALUD, RECREACION...”

C 25 “...Como beneficio se puede indicar la salud...”

C 29 “...bajar niveles de stress”

C 31 “...FAVORECE A NIVEL DE SALUD”

- C 35 “...salud...”
- C 40 “...salud física,...”
- C 42 “...cuidar mi salud...”
- C 45 “...entiendo que principalmente los mismos se asocian al bienestar resultante de practicar una actividad recreativa”
- C 49 “...mayo consciencia del cuidado de la salud...”
- C 50 “...realizar deporte baja el nivel de stress por lo tanto también nos ayuda en nuestra salud”
- C 55 “...salud e integración”
- C 57 “...Siempre practique deporte, bueno para la salud”
- C 64 “... beneficio, en la salud,...”
- C 65 “EN MI CASO BIEN ESTAR FISICA Y MENTALMENTE”
- C 68 “...realizar ejercicio físico, bien estar”

Desventajas

No encuentran desventajas

Tomando en cuenta que abarca casi la mitad de las encuestas resulta ser un dato favorable que treinta y dos de los mismos indican que no encuentran desventajas de participar en la propuesta, sino que en forma contraria algunos indican que este tipo de actividades no genera desventajas en ningún aspecto.

Destacamos en C57 que además sugiere que la empresa tendría que promover más seguido este tipo propuestas ya que dichas actividades repercutirían en el desempeño del empleado.

- C 2 “Ninguna”
- C 3 “Ninguna”
- C 4 “Ninguna”
- C 6 “NO”
- C 8 “no encuentro”
- C 12 “no”

- C 15 *“Como desventajas no encuentro ninguna.”*
- C 16 *“... no se me ocurre al momento desventajas de participar en estas instancias”*
- C 18 *“no considero que hayan desventajas”*
- C 19 *“desventajas no le veo mas que llevarse alguna desilusión en cuanto al rendimiento de uno mismo”*
- C 24 *“NO CREO QUE TENGA”*
- C 27 *“no”*
- C 29 *“no le veo ninguna desventaja”*
- C 30 *“no encuentro”*
- C 31 *“DESVENTAJA NINGUNA”*
- C 32 *“NINGUNA”*
- C 34 *“no veo”*
- C 37 *“dolor de huesos y músculos, en realidad no veo desventajas.”*
- C 38 *“No veo desventajas en actividades que busquen la integración”*
- C 39 *“DESVENTAJAS NO ME PARECE Q LAS HAYA O SEA NO ME PRESENTA NINGUNA DESVENTAJA”*
- C 41 *“no me doy cuenta”*
- C 45 *“No encuentro ninguna desventaja resultante de participar en los juego”*
- C 46 *“Desventajas, ninguna”.*
- C 54 *“No”*
- C 57 *“ninguna, lo que me parece interesante es que la empresa apoyara a mantener actividades como esta durante mayor parte del año, creo que colaboraría en el desempeño de las actividades,..”*
- C 58 *“no creo que haya algo desfavorable para acotar”*
- C 59 *“SON MAS LOS BENEFICIOS”*
- C 64 *“DESVENTAJAS NO HE ENCONTRADO”*
- C 66 *“No encuentro ninguna desventaja resultante de participar en los juegos”*
- C 67 *“Ninguna”*
- C 69 *“No le veo desventajas.”*
- C 70 *“No le veo desventajas.”*

Desigualdad de condiciones.

Cuatro de los encuestados resaltan que una de las desventajas se refleja en la desigualdad de condiciones al momento de competir, ya sea porque hay equipos que cuentan con competidores federados (lo que les da un mejor rendimiento), así como también la diferencia de edad y estado físico entre los diferentes participantes. Siendo una empresa con diversas franjas etáreas se hace difícil mantener una equidad entre quienes participan.

C 1 “... no siempre existe un ámbito de compañerismo al momento de prevalecen afinidades y los que tiene más condiciones para el juego. Algunos se sienten desplazados y se puede convertir en algo frustrante”

C 7 “que en algunos deportes se permita que jugadores federados participen con jugadores comunes, lo que hace imposible una competencia real.”

C 9 “...desigual condiciones para competir”

C 17 “es la gran diferencia de edad que existe con las demás participante”

C 44 “en el caso de los deportes donde está comprometido nuestro físico es notoria la desventaja con equipos de funcionarios por lógica, divertirnos).

Rivalidad

Siete de ellos manifestaron que la competencia deportiva genera rivalidad entre los equipos, como describe el C49 esto puede llevar a situaciones de agresión y violencia. Como en toda competencia deportiva se hace difícil controlar algunas situaciones que se generan al momento del juego y es posible que en este aspecto se generen conflictos entre quienes participan de dicha actividad.

C 10 “la rivalidad entre equipos”

C 11 “la rivalidad que se genera con otros equipos que se lo toman como una competencia de alto nivel”

C 22 “Una desventaja puede ser que algunos se toman demasiado en serio el tema de la competición y puede generar rivalidades”

C 49 *“Como desventaja veo el mal enfoque de la competitividad, lo cual trae situaciones de agresión y violencia.”*

C 61 *“no encuentro muchas, solo que la rivalidad no se pase de los limites.”*

C 63 *“Puede generar demasiada rivalidad entre colegas del trabajo o cierta violencia”*

C 69 *“A VECES SE VE RIVALIDAD EN LOS CUADROS”*

Tiempo y gastos

Once de las encuestas señalan el factor “tiempo” como una de las desventajas. Hacen referencia a su tiempo libre fuera del ámbito laboral, en lo que refiere a que dedicar tiempo a esta actividad le quita horas con su familia. Por otro lado algunos encuentran la falta de tiempo para juntarse y entrenar con el equipo, así como solventar los gastos de canchas para alquilar ya que la empresa no proporciona un lugar físico.

C 13 *“EL TIEMPO QUE LLEVA ENTRENAR LUEGO DEL TRABAJO, DINERO PARA ALQUILAR LAS CANCHAS,”*

C 20 *“las desventajas podrían ser que nos quita tiempo en nuestra vida habitual”*

C 25 *“Y la única desventaja es que se complica al organizar trabajo y otra actividad.”*

C 33 *“como es entre compañeras del mismo lugar tarde y para poder reunirnos todas practicamos muy tarde. Nos genera gastos porque nosotras pagamos la cancha para poder practicar.”*

C 36 *“En mi caso personal participar en los juegos me quita tiempo de entrenamiento en otra disciplina deportiva en post de practicar con el equipo que es lo más importante.”*

C 43 *“tal vez el tiempo para juntarse a entrenar”*

C 47 *“Desventaja que no almuerzo en casa los domingos”*

C 51 *“Tener que perder un día o más de Z7 si toca un evento un día de trabajo”*

C 53 *“ALEJARME DE MI FAMILIA*

C 62 *“que se realicen los domingos, es el único día que tenemos libre ya que trabajamos de lunes a sábado”*

C 64 *“falta de tiempo para juntarse”*

C 66 “se hace difícil coordinar horarios para que todos podamos entrenar”

Diferencias entre compañeros

Si bien se presentó en una sola de las respuestas nos parece importante destacar que una de las posibles desventajas sería la desigualdad que se genera entre participantes con experiencia y los que no la tienen, lo que puede generar que estos últimos no se sientan integrados y por ende puede condicionar la participación en próximas actividades.

C 1 “no siempre existe un ámbito de compañerismo al momento de prevalecen afinidades y los que tiene más condiciones para el juego. Algunos se sienten desplazados y se puede convertir en algo frustrante”

Promover más actividades

Algunos de los encuestados manifestaron que les gustaría que la empresa promoviera este tipo de actividades durante todo el año, ya el tiempo que dura es insuficiente. Encontramos que en los C35 y C56 relacionan la motivación del personal directamente con la propuesta y creen que sería necesario incentivar el desempeño laboral en la empresa desde este ángulo.

C 35 “se debería hacer más seguido, no solo una vez al año. También se pueden hacer otras propuestas que dado que en la empresa, mantener al personal motivado es algo que tiene que tener en primer lugar”

C 50 “... y la más importante que se nos hace corto el campeonato.”

C 52 “la desventaja podría ser la limitante en participar solo de una competencia dado que soy una persona activa y me gustan”

C 58 “ninguna, lo que me parece interesante es que la empresa apoyara a mantener actividades como esta durante mayor parte del año, creo que colaboraría en el desempeño de las actividades,”

Lesiones

Es cierto que toda actividad deportiva esta íntimamente relacionada a la posibilidad de lesionarse durante un partido, lo que puede repercutir en lo laboral, ya que dependiendo del tipo de lesión tal vez provocaría ausentismo hasta estar recuperado (ya sea el caso de un esguince por ej.).

C 54 “Como desventajas, si la competencia es sana, solo se me ocurre la posibilidad de sumar lesiones por no estar 100% en forma.”

C 56 “La desventaja que veo es solo si hay lesiones por maltrato físico o un accidente en mi caso respecto al futbol, seria que no se puede trabajar hasta que sea sanada la lesión, demás ninguna.

Conclusiones

Tomando en cuenta los resultados obtenidos a través de los datos aportados por las diferentes técnicas, se entiende pertinente destacar las siguientes conclusiones que nos permitirán acercarnos a las interrogantes planteadas en los objetivos propuestos.

1 – Los Juegos Deportivos de Antel se desarrollan en el marco de competencias deportivas internas, que abarcan a todo el personal de Antel y sus sociedades anónimas. Tiene como objetivo promocionar la integración del personal y promover la calidad de vida, potencializando lo psicológico, social y biológico.

Aunque en sus comienzos fueron impulsados por el interés común de algunos trabajadores, a partir del año 2012 pasan a depender de la División de Recursos Humanos, a través de la Unidad de Apoyo al Personal, en donde se destacan los Juegos Deportivos como una herramienta necesaria para promocionar la salud de los trabajadores.

2 - Si bien se mantiene un gran porcentaje de participantes reincidentes en la propuesta, se ha incrementado año a año la participación en los Juegos Deportivos, lo que denota una gran aceptación de los trabajadores, prevaleciendo entre sus intereses la integración, la salud y la recreación como aspectos fundamentales al momento de participar en dicha actividad.

Existe también una conciencia colectiva de que este tipo de actividades promueve hábitos de salud que repercuten en la vida del trabajador.

Tomando en cuenta que los encuentros deportivos pueden generar situaciones límite, por el hecho de que se genera cierta rivalidad entre quienes compiten, los resultados arrojan porcentajes altos en cuanto esta actividad no genera un sentimiento de competencia entre los trabajadores.

Si bien no entran en juego premios importantes, una de las motivaciones al momento de pensar en un premio son las finales en el Parque de Vacaciones de UTE y Antel.

3 - Contrastando las respuestas de los participantes con los Objetivos del Comité Organizador y la Unidad de Apoyo al Personal, creemos que éstos se cumplen

ampliamente por las diversas declaraciones que indican el gusto por la actividad física, la necesidad de integración y recreación.

Además de los Juegos Deportivos, Antel lleva adelante un programa de gimnasia laboral y promueve un grupo de corredores con el fin de ampliar actividades que promuevan la salud.

Por lo expuesto anteriormente, se desprende que a lo largo del presente trabajo se pudo obtener una aproximación al funcionamiento de los Juegos Deportivos de Antel y al impacto generado en los trabajadores.

Se entiende que es importante destacar un cambio significativo en las políticas de la empresa, que se demuestra al momento de incluir un grupo de profesionales que actúan desde sus diferentes especialidades en pos de mejorar la calidad de vida del trabajador, impulsando políticas que rescatan el factor humano en todas sus acepciones dejando de lado intereses netamente económicos.

Respondiendo a nuestra pregunta de partida, y de acuerdo a los resultados obtenidos, encontramos que el deporte puede ser una herramienta válida para encaminar objetivos de salud en una empresa, y que puede generar fortalezas internas en cuanto favorece la relación laboral desde otro ámbito.

Sin duda estamos frente a un fenómeno que recién está comenzando en donde se destaca la integración del profesor de Educación Física como un hecho innovador, que nos toma como referentes en cuanto aportemos desde nuestra profesión a contribuir a la mejora de la calidad de vida en la sociedad empresarial.

Referencia Bibliográfica

- Barbosa, J.A, (2003), “Estudo sobre o nível de participação, num programa de atividade física, saúde e suas relações com as doenças crônicas não transmissíveis e a qualidade de vida”: (Tese de Doutorado): Faculdade de Educação Física - Universidade Estadual de Campinas.

- Bowers, R., Fox E., (1995),”Fisiología del deporte” 3, ed. Buenos Aires, Medica Panamericana.

- Brohm, Jean-Marie, Borudieu, Pierre, Dunning, Eric, Hargreaves, Jennifer, Todd, Terry, Young, Kevin, (1993), “Materiales de Sociología de Deporte, Edición e Introducción de José Ignacio Barrero”, Las Ediciones de La Piqueta.

- CAGIGAL José María, (1981), ¡OH Deporte, Editorial Miñón.

- El juego y la educación física”, en www.monografias.com

- Empresa pública (n.d): en: http://es.wikipedia.org/wiki/Empresa_p%C3%BAblica

- EMPRESAS EN FORMA o cómo hacerle el quite a la crisis económica con actividad física. Osorio, Jorge Ed. ISBN, Año 2000,(n.d), en: http://www.paritarios.cl/especial_empresas_en_forma.htm

- Entes Autónomos y Servicios Descentralizados del Uruguay, (n.d), en: http://es.wikipedia.org/wiki/Entes_Aut%C3%B3nomos_y_Servicios_Descentralizados_del_Uruguay

- Etchebarne, Liliana (1998), “Temas de Medicina Preventiva y Social”, Oficina del libro AEM, Montevideo.

- Ferruccio Antonelli, Alessandro Salvini, (1977), “Psicología del deporte” (Tomo I), Editorial Miñón.

- Gutiérrez M., (2000), Síntesis de charla sobre biomecánica. Diplomado en Ergonomía. Universidad de Concepción.

Heyward, V.H, (1997), “Advanced fitness assessment, exercise prescription”, 3 Ed. Human Kinetics.

- <http://www.antel.com.uy/Institucional>

- Huizinga, Johan, (2000), “Homo Ludens”, Editorial Alianza.

- Libro DEPORTE Y CAMBIO SOCIAL EN EL UMBRAL DEL SIGLO XXI, Margarita Latiesa Rodríguez, Pilar Martos Fernández y José Luis Paniza Prados (comp.) Volumen 1. Investigación Social y Deporte nº 5. Ed. ESM SL Librerías Deportivas Estebans Sanz, S.L. Imprenta Proyecto Sur de Ediciones S.L., (n.d), en: <http://books.google.com.uy>

- Medicina del Ejercicio, Sociedad Uruguaya de Medicina y Deporte, Año XIX, Nº 2, Diciembre 2004.

-N. Pithan e Silva, (1959), “Recreação” (Jogos – Diversões - Passatempos) Teoría e Conceito – História Técnica e Organização. 1ra.Ediçao, Editora Cía. Brasil, San Paulo

- Panorama Mercosur en:

http://issuu.com/ahkuruguay/docs/panoramamercosur_responsabilidad

- Pont Geis Pilar, (1996), “Tercera Edad, Actividad física y Salud”, Edit. Paidotribo

- Sabino, (1986), “El proceso de investigación”, Humanistas, Buenos Aires.

- Sacristán, Gimeno J., Pérez, Gómez A. I., “Comprender y transformar la enseñanza” 1999, Editorial Morata., Madrid, España.

- Salud.com, El cuidado del corazón en el ámbito laboral, (n.d), en:
<http://www.salud.com/salud-en-general/el-cuidado-del-corazon-el-ambito-laboral.asp>

- Taylor y Bodgan, (1996), “Introducción a los métodos cualitativos de investigación”, Paidós, Barcelona.

ANEXOS

Entrevista Comité Organizador

1 -E - ¿Cuándo y cómo surgen los Juegos Deportivos en Antel?

R - Los primeros juegos surgen a raíz de que había un comentario de que habían juegos empresariales, y Antel decide participar...en realidad, en Antel desde el año 86,... tiene un complejo deportivo que no lo utiliza hace más de 20 años, que está en la estación terrena de Manga, en el cual, en aquella época, contaba: dos canchas de fútbol grande, dos canchas de baby fútbol, cancha de voleibol, cancha de basquetbol, este ...a raíz de unos eventos de campeonatos de cancha que empezamos a hacer a nivel de Antel (en el 86) con otro compañero (Carlos Balicosqui), primero arrancó como de Antel, después empezamos a invitar empresas, tuvimos más de 20 equipos participando en esos eventos ...

Los equipos eran de Antel e invitaciones que había a empresas, todo interno, Antel en realidad lo único que nos prestaba era el predio, porque no participaba directamente, participábamos como que Carlitos Balicosqui en este caso y yo éramos los representantes de Antel en todo esto. Logramos poner inclusive duchas agua caliente, luz,...y después, de golpe, se cortó, a raíz de que Antel cedía los terrenos, hoy los tiene la selección uruguaya de fútbol, este... todo ese predio se perdió. En realidad la historia, eso se pensaba que para que sábados y domingo, para que la familia de Antel concurriera a hacer el deporte que quisiera, iban a hacer unos parrilleros, había una propuesta hecha del parrillero...se cortó, las políticas justamente...., si de alguna manera sin el apoyo del Ente no se puede llegar a nada.

Y los juegos nacen, te repito a través de que los juegos empresariales existen de toda la vida, y Antel decidió participar. Como evidentemente la participación en esos juegos empresariales fue horrible porque las empresas contratan a profesionales para estos eventos, se vio la idea de hacer los primeros Juegos Deportivos de Antel. Entonces salen los juegos de Antel y se deciden hacer a nivel de todo el Uruguay, como no había experiencia previa, en este caso estaba Lia Terra a cargo de lo que era la parte de RRHH, se contacta con este compañero, conmigo y un montón de gente con ganas de hacer algo. Esos primeros Juegos Deportivos hace de que venga a competir todo el mundo acá, porque no había una idea de cómo poder ir al Interior, entonces... se

inscriben unas 500 personas, como todo primeros juegos se compite acá en Montevideo. Claro tuvo esto un resultado bárbaro y quedó toda la gente de por qué no se había enterado para participar.

E - ¿y eso en qué año?

R –...eso estamos hablando en el 2001...los primeros Juegos Deportivos de Antel,... se juega todo en la ACJ, se contrata, lo hicimos nosotros justamente, enmarcamos las disciplinas que queríamos hacer,...lo único que se alquilaron canchas de fútbol porque eran demasiados equipos para jugar en la ACJ,... y en la ACJ en aquella época se jugó al frontón, al tenis, al ajedrez, basquetbol, voleibol, este...

E- ¿y habían empresas invitadas?

R – no empresas no habían, era Antel, primeros juegos deportivos de Antel, esos son los primeros juegos Deportivos de Antel, en el cual la cabeza Lía Terra que era la parte de RRHH , una cantidad de gente que le gustaba hacer algo , que estaba por primera vez y este muchacho (Carlos) y yo, digo yo en mi vida me dedico a hacer eventos fuera de Antel, yo hago eventos deportivos fuera de Antel que es en lo que pienso terminar mi vida cuando me jubile...y bueno y ahí nacen los primeros juegos en el año 2001. Después a todo esto como siempre sucede hay ondas buenas y malas y se demora 4 años en hacer los segundos Juegos Deportivos de Antel. Ahí sí este..., ya se participa con la gente más tiempo, se dedica más y se arma una infraestructura de competir no solo en Montevideo sino en lo que es el Litoral, el centro y el Este de país y se hacen sub cedes en los distintos lugares, Paysandú, en Durazno y en Maldonado... ahí son los 2dos Juegos de Antel, ya más integrado el interior y bueno...

2 – E - ¿Quiénes integran el Comité Organizador y cómo son designados?

R – Hoy en día somos un grupo de diez personas que estamos en la organización, a lo cual se designó un presidente para hacerlo más organizado, pero en total somos diez que nos reunimos a organizar la actividad todos los años...

E - pero ¿cómo se formó el grupo?

R – en realidad se fue formando el grupo por amor al arte, o sea, somos un grupo de personas que queremos llevar adelante la propuesta y nos fuimos sumando de a poco

E - ¿Se obtiene una remuneración extra o se participa en forma voluntaria?

R - Es voluntario, es a voluntad...acá pagas para estar.....claro el comité es muy a voluntad, son diez personas que se dedican el fin de semana a los juegos y ya no se puede exigir, dependes si uno puede venir o no puede venir...no está pago...este...y yo creo que la experiencia te ha dado que ya sabes a ver dónde están los errores y ver estar mejor parado ahí.... la gente se cansa... un agotamiento o un cansancio de lo mismo que hace que te aparezcan fisuras. Cuando el comité se reúne hay propuestas muy claras...detallar las jornadas, en qué horarios vamos a estar, saber en dónde puede haber una dificultad y apoyarnos en eso.

3 - E -¿Qué objetivos se propone el Comité para los Juegos Deportivos del 2012?

R – Más que nada promover la participación y la integración de los empleados de la empresa. Los objetivos para estos juegos son que participen cada vez más funcionarios y que aumente la integración, ya que Antel es muy grande y estas actividades promueven la integración.

Siempre la propuesta es mejorar, trabajar sobre errores, siempre tratamos de, cuando termina hacer un balance, y decir qué estuvo bien o qué no estuvo bien, trabajar sobre eso que no estuvo bien, reforzar lo que estuvo bien y siempre apostar a la mayor cantidad de gente...el objetivo es que participe cada vez más gente, pero para eso hay que trabajar para mejorar los errores.

E - ¿Así que más que nada el objetivo es que participe la mayor cantidad de gente?

R - ...sí que las cosas sean...a ver cómo te puedo explicar, siempre que participe más gente está muy bueno, pero después hay que mejorar cosas, errores,...el tema que como no se puede exigir y nadie me puede exigir a mi ciertas cosas...es tema de conducta personal, tiene que haber algo muy explícito que es la forma de trabajar, pero al ser honorario es muy bravo, yo no le puedo decir a alguien tal cosa y...

5 – E - ¿Qué actividades se proponen para las competencias?

R - Las actividades que se proponen son el básquetbol, Fútbol 5 que por la diversidad de edades se plantean dos categorías para que sea más justa la competencia, no es lo mismo jugar contra pibes de 30 años y que hayan equipos con hombres de más de 40 entonces siempre se intenta contemplar esa variedad. Otra actividad que es fija es el vóleibol que también puede variar, hubo años que se planteó que fuera mixto y otros como este año que se dividió entre femenino y masculino, porque también al no ser gente que compita en el deporte, sino que lo hacen por diversión, y hasta algunos no saben jugar, pero igual se anotan para integrarse a la competencia, ...entonces al hacerlo mixto se corría el riesgo de que alguien sufriera un pelotazo fuerte ya que los hombres tienen más fuerza, entonces hemos ido probando, pero el voleibol por ser un deporte tan socialmente aceptado nunca puede faltar. También se propone el hándbol para mujeres que si bien no se anotan tantas personas como en el voleibol siempre se han formado entre 7 u 8 equipos entre el interior y Montevideo... otros años hemos implementado la competencia en el Frontón, pin pon, el ciclismo...

Después para los que no les gusta mucho moverse se plantean juegos de salón como la conga y el truco. Los participantes pueden elegir también anotarse en un deporte y en un juego de salón, se ha visto mucho que optan por las dos opciones, pero creo que es fundamental que se planteen propuestas para todos los gustos y con los años hemos comprobado que es así, porque año a año siempre se han anotado muchísimas personas en estas actividades.

E – ¿Entonces las actividades que se repiten siempre son el Fútbol 5, el voleibol, el hándbol, el basquetbol y los juegos de salón?

R - ...sí, son los que siempre están como una fija, las otras pueden variar...hubo un año que funcionó muy bien lo del ciclismo pero se complica juntar a la gente del interior para que compita con los de Montevideo antes de llegar a las finales en el parque, entonces no deja de ser una propuesta diferente pero a veces no siempre se puede organizar todo a la vez...este año no lo propusimos y no salió.

6 – E - ¿Cómo se organizan los diferentes eventos (deportes y de salón) y qué elementos se tienen en cuenta para llevar a cabo una competencia justa para todos?

R - Para los deportes se alquilan diferentes canchas, sobre todo para el fútbol que es donde se inscriben más equipos y se hace más difícil conseguir las canchas los domingos. Los juegos de salón se hacen en la sala de eventos de la torre de modo de abaratar gastos. En cuanto a los deportes en si este años un equipo tenía como golera una mujer...eso fue una trampa del reglamento para ver qué hacían, no había nada que impidiera la participación mixta en esta modalidad.

¿Quiénes son designados para arbitrar los partidos? ¿Reciben remuneración o son voluntarios? ¿Pertenece a la Empresa?

R - Se buscan o estudiantes avanzados de educación física conocidos por los funcionarios, o en el caso del fútbol el año pasado se contrataron canchas que ya tenían jueces incluidos (en el fútbol). Todos son remunerados, en este último caso estaba incluido en el alquiler de las canchas.

7 E - ¿Qué premios reciben los equipos ganadores?

R – si bien siempre entregamos medallas, camisetas con el logo de los Juegos el premio en sí para todos siempre es ir a las finales en el Parque, ahí la gente ya está motivada desde el vamos

E – ¿Cuándo decís el Parque te refiere al Parque de Ute y Antel en Minas?

R – sí, sí,...la gente disfruta de ir al Parque porque además puede llevar a la familia,...este, y eso es una jornada más de integración, porque comparten con los familiares esta actividad...digamos, extra laboral. Para los participantes llegar al Parque ya es prácticamente la meta...

R – ¿Y cómo es eso del Parque? ¿Antel lo consigue gratis?

E – No, no, las estadías en el Parque para las finales entran en el presupuesto de los Juegos, Antel tiene que pagar para las estadías,...eso sí, a los integrantes de los

equipos finalistas no se les cobra, Antel paga, pero los familiares o invitados que llevan pagan como cualquier otro.

8 E - ¿Cómo se gestiona la obtención y manejo de recursos para la realización del evento (económicos, humanos, difusión)?

R - Llevamos una base de datos de todos los años, que luego te la puedo acercar, que indica el incremento de participantes año. Se hace una reunión, cada uno evalúa,...el Directorio ya te pide un nuevo presupuesto para el año que viene en relación a lo que sucedió este año...se hace un balance general. Una vez terminado los juegos te llueven los correos, creo que se están copiando,...los bajan y los van guardando...se hace un respaldo. Aparecen muchas sugerencias buenas, y aparece gente que te indica disciplinas nuevas para hacer y me parece que está bien. Yo creo que Antel más allá de los juegos tiene que apoyar a que la gente haga deporte. Se eleva un presupuesto económico al Directorio y es aceptado, también se publica el evento en la Intranet de modo que accedan todos a la información.

Igualmente a partir del próximo año el Comité de los Juegos va depender en forma directa de otra Unidad de Antel que depende de RRHH, e... que apunta a promover la salud en el personal de la empresa,...o sea, el comité va a seguir funcionando como hasta ahora pero es una forma de formalizar los Juegos y de algún modo vamos a tener más facilidad para obtener los recursos...o sea, todas las propuestas deportivas o recreativas van a depender de esta Unidad...que depende de RRHH y que este año, por ejemplo, crearon el grupo de corredores de Antel, ...yo creo que esta bueno que la empresa fomente y respalde este tipo de actividades y que las personas que estamos en estos temas estemos respaldados, que no sea algo tan a pulmón...

E –...entonces ¿esta nueva Unidad va a ser quien tome las riendas del comité?

R – y...algo así, ... el Comité va a seguir funcionando como hasta ahora, pero como te decía formalmente va a depender del grupo de actividades que están en este nuevo sector...es una forma de formalizar... hoy en día en todos lados se ve cómo las empresas cada vez más toman conciencia de lo necesario que es la actividad física en los empleados y que si vos apoyas vas a tener una mejor respuesta,...van a estar más motivados, la gente se empieza a conocerse más o de otra forma que no es en el

ambiente de trabajo, no sé si me explico, este...entonces si bien el Comité sigue funcionando igual va a estar más respaldado en cuanto a lo institucional.

E - Muchas gracias por su tiempo.

R - De nada estamos a las órdenes

Entrevista RRHH – Unidad de Apoyo al Personal

1 - E ¿De quién depende la Unidad de Apoyo al Personal y cómo se conforma el equipo de trabajo?

R – Bueno la Unidad de Apoyo al Personal depende de la División de RRHH y en el equipo de trabajo somos once trabajadores, está formado por una contadora, una técnica en administración, una asistente social, una psicóloga, una educadora social, un profesor de educación física y un estudiante avanzado de la misma carrera, dos administrativas, un administrativo especialista y una médica que sería yo.

E - ¿Existe algún motivo por el cual tenga que haber esa variedad de profesiones dentro de la Unidad?

R – Si porque se abarcan diferentes temas, diferentes temáticas, que van desde lo social hasta lo administrativo y es necesario contar con un equipo preparado, por ejemplo actividades deportivas por eso precisamos profesores de educación física, que promuevan la actividad física, este...después realizamos Talleres de Calidad de Vida, el Voluntariado, que eso necesita toda la parte de educación social, la parte de psicología, los Juegos de Antel con una futura beta artística, este...los Juegos Deportivos de Antel, este...donde se estimula el deporte, las actividades físicas, y también hay tareas de administración como las becas de estudios, los presupuestos que requieren de personal con conocimientos contables y administrativos para llevarlos a cabo.

2- E ¿Qué función cumple la Unidad de Apoyo al Personal y cuáles son sus objetivos dentro de Antel?

R – Bueno básicamente promueve la calidad de vida laboral, ta? este...y los objetivos es eso, es que el trabajador mejore su salud psicológica, social y biológica, este...creando buenos ambientes de trabajo, este...mejoras en salud. Básicamente que Antel sea un buen lugar de trabajo, un lugar saludable de trabajo también. Este... se trabaja en actividades que, que promueven la calidad de vida del trabajador y de la

trabajadora, de ahí parten diferentes temas como te comentaba anteriormente, las becas para los hijos de funcionarios con lo que refiere al estudio, las ayudas económicas por motivos de salud y las actividades de organización y promoción de la salud...

El profesor y el estudiante de Educación Física son contratados por fuera de Antel?

E – No, en ambos casos ya eran funcionarios y este...y los incorporamos a esta Unidad por la necesidad de contar con gente especializada en actividades físicas.

E - Pero ¿son remunerados como profesionales?

R - No en el momento no, este...la carrera no está regularizada en la empresa, no existe en el un cargo de Profesor de Educación Física, pero a raíz de esta nueva propuesta se está gestionando la creación del cargo en Antel lo cual comenzamos a gestionar a través de un expediente, o sea, va a ser la primera vez que exista un cargo así...es algo innovador, años atrás no imaginabas tener un cargo como este en la empresa porque todo el mundo relaciona Antel con otra cosa, con los teléfonos y todo eso, pero por suerte de a poco se va abriendo camino en lo que refiere a los recursos humanos y si todo sale bien dentro de poco van a estar siendo remunerados acorde a sus actividades.

3 - E ¿Qué actividades promueve la Unidad y cuáles de ellas están directamente desarrolladas con la Actividad Física?

R – ...que no están relacionadas con la actividad física, por ejemplo el Voluntariado, en donde el trabajador de Antela porta a la comunidad como voluntario, es sin remuneración, es una actividad que uno hace hacia la comunidad hacia la otra persona sin nada a cambio, se puede hacer dentro del horario de trabajo o fuera del horario, y bueno nosotros lo que hacemos es convocar a funcionarios, capacitarlos para que puedan desarrollarse en la comunidad, con niños, adolescentes, adultos, jóvenes, he...este hacer tareas de diferente tipo, desde educación, de construcción, de socialización

E - ¿Y qué se busca al convocar funcionarios para este tipo de voluntario? ¿Cuál es el propósito real?

- Se busca que el funcionario de Antel se solidarice con otras causas, que pueda brindar ayuda a quienes necesiten, desde una ONG a una escuela o liceo, etc, aportando su granito de arena desde lo que saben hacer, o aunque no se caracterice por algo específico siempre va a poder aportar desde lo humano y lo social, básicamente buscar que el trabajador de Antel sea solidario con otras causas, que no le sea ajeno el mundo exterior digamos. Y ahí desde la Unidad creemos que estamos enriqueciendo al funcionario también desde lo humano, sintiéndose útil y ayudando a los demás. Eso creo que enriquece a las personas, cuando damos sin recibir...por eso Voluntariado. También se realizan talleres de Calidad de Vida en donde al funcionario se le brindan herramientas desde lo teórico- práctico que puedan servirles tanto en su vida diaria como también en el ambiente laboral. Ahí entran en juego el conocimiento que aportan los integrantes de la unidad desde sus diferentes profesiones, con lo que te decía anteriormente. Se gestionan Becas para los hijos de funcionarios que están realizando estudios, ayudas económicas para funcionarios que están padeciendo tratamientos por motivos de salud. El Seguro de Vida que también va dentro de nuestra Unidad, este...los Acuerdos con diferentes empresas beneficiando al trabajador, haciéndole un descuento en educación, en vestimenta, en salud, en actividades deportivas, tenemos acuerdos con muchos clubes deportivos este...después estos son los acuerdos. Después específicamente relacionadas con la actividad física promovemos la Gimnasia Laboral, que se inició este año, este... un plan piloto, se aprobó este año, después tenemos el Grupo de Corredores de Antel y los Juegos Deportivos.

E - ¿Me podrías contar un poco en qué consiste el grupo de corredores de Antel?

R - Bueno la idea surge también este año, básicamente se formó un grupo de entrenamiento fuera del horario laboral tres veces por semana, y se invita a los funcionarios a participar de esta actividad, ya que creemos que el grupo motiva a realizar este deporte, que de otra manera salir a correr solos es poco motivante, además se fomenta la integración de los funcionarios y se promueve la salud desde esta actividad que es correr y que tantos beneficios traen a la salud.

...y ¿cómo se lleva a cabo la organización?

E – bueno desde nuestra unidad contamos con el profesor de educación física y además se contrataron por fuera cuatro profesores de Educación Física como

apoyo,...especializados en este tipo de actividades, este... los entrenamientos se realizan tres veces por semana en la rambla, en el prado y a veces en el Parque Batlle...dependiendo del clima o de las condiciones del lugar se pueden modificar, pero la idea es tener lugares fijos, este...y que además no sean siempre en el mismo lugar, así se da la posibilidad de variar las distancias...ya que no todos viven cerca... eso también implica un esfuerzo de la gente, pero han respondido bastante bien, tenemos un promedio de cien inscriptos este año. El grupo de corredores se planteó dos objetivos para este año que son dos carreras, la Malvín y la San Felipe y Santiago. Como el grupo es bastante homogéneo la idea de tener cinco profesores fue de crear tres niveles diferentes, tenemos principiantes que no se les exige tanto por supuesto, intermedios y avanzados...de esta manera se mantiene motivado al grupo, porque es una actividad que implica un esfuerzo grande y también cierto cuidado, teniendo en cuenta que muchos de ellos es la primera vez que participan de este tipo de actividades. Pero estamos muy contentos con las repercusiones que se han tenido, los funcionarios han respondido en una forma que no esperábamos...

E - ¿Y los Juegos Deportivos de Antel ya dependían de esta Unidad?

R – Si bien en la “R” nuestra de la Unidad, ya dependían los Juegos Deportivos, había una relación, pero lo gestionaba el Comité Organizador, pero para realizar las diferentes gestiones el expediente salía de acá, ta?, pero a partir de mayo...a partir de junio de 2012, yo hablé con el Divisional, el Divisional me dijo “tienen que salir los Juegos”, hablé con el presidente del Comité, no iban a salir porque ya faltaba poco tiempo y lo que pedí fue la compensación para el Comité. Sin compensación no salía, después de 7 años de laburar sábados y domingos he...

E - ¿Y por qué no le daban la compensación?

R – porque nunca la pidieron

E - ¿O sea que no había intención de hacer los juegos en el 2012?

R – No había intención de hacerlos en el 2012, este... y yo lo gestioné que tenía que salir, que el Directorio quería que saliera, y la, la opción era una compensación, era que la plantee y obviamente dijeron que sí porque, porque eran horas trabajadas, entonces logramos eso en el 2012

E - ¿Y anteriormente el vínculo de los Juegos Deportivos y RRHH era solo formal?

R – Era solo el expediente, se elevaba el expediente, nada más, desde lo formal siempre estuvo vinculado. Más intenso en lo formal el año pasado, los Juegos Deportivos salieron gracias a nuestra gestión, pero nosotros no intercedimos en la gestión de ellos, nosotros hicimos la gestión para que saliera ta?, pero ellos hicieron lo mismo que tenían organizado en otros años.

E - O sea que específicamente actividades que promueven la salud son el Grupo de Corredores, la Gimnasia Laboral y...

R – y los Juegos Deportivos ahí va...

4 – E Teniendo en cuenta que Antel cuenta con Dependencias en todo el territorio nacional ¿Cómo se maneja el alcance de las diferentes propuestas?

R –Bueno en este año 2012 este... ya hemos ido con talleres de Calidad de Vida al Interior, ta? O sea puntales diríamos, actividades puntuales ta? Lo que tenemos proyectado para el año que viene es he...en cuatro departamentos del Interior, formar grupos de corredores de Antel, a través de bueno, de contratar referentes en cada departamento que sean especializados en Educación Física, o que sean especializados en cursos para que sean referentes y bueno, y el contrato de, de algún profesor de Educación Física este...de cada Departamento

E - ¿Y la Gimnasia Laboral?

R - Bueno la gimnasia laboral, lo que tenemos pensado es, en cada taller de Calidad de Vida, vamos y hacemos gimnasia laboral o Pausa Activa, en algunos talleres del interior. Lo que queremos hacer es en realidad, encontrar un referente del interior que venga acá a capacitarse con los profesores de educación física a tener capaz un día de capacitación o algo, y que pueda aplicar en su departamento...en principio, bueno después buscar otra manera...

E - O sea que ¿en un principio hacen talleres?

R – exacto, talleres...

E - Y qué repercusiones han tenido...

R – las repercusiones que hemos tenidos son espectaculares, la gente fue toda, copada, a parte llevamos al Biodanza,... Biodanza como desarrollo de habilidades sociales y emocionales, es espectacular, y la gente del interior lo acepta pila, y quedo encantada y agradecida de lo lindo que fue.

E - 5 Como profesional de la salud ¿Cree usted que la existencia de estas actividades está directamente relacionadas con las bajas por ausentismo laboral (causadas por factores psicofísicos y osteo-musculares)?

R – Sí, o sea, la típica persona que trabaja en Antel administrativa está ocho horas sentada en una máquina, ta?, habitualmente no se para cada dos horas, ni hace ejercicios de relajación, ni nada, entonces al estar en una misma posición, la persona tiene contracción permanente de ciertos, músculos que bueno, que generan tendinitis, cervicalgias, todos causas de ausentismo laboral...aparte de eso la falta de, de motivación que tienen en el trabajo, este ...que una actividad recreativa, la gimnasia laboral, un estímulo de formar parte de un grupo, del grupo de corredores de Antel, de un grupo por lo social también, a parte de, de por, por lo saludable, de la actividad física, la motivaría mucho, ha, ha no faltar por querer ir al grupo de corredores, a no faltar por la gimnasia laboral, y a sentirse mejor, a tener su cuerpo más oxigenado

mente más, más este oxigenada también, este...la relajación de los músculos a través de ejercicio, este...

E - Si bien son actividades un poco nuevas en la empresa ¿existe algún indicador que demuestren en el momento las bajas por ausentismo laboral?

R - Los indicadores específicos de ausentismo no, lo que si tenemos son indicadores de una encuesta subjetiva, de las encuestas, con el estímulo, de las ganas de ir a trabajar, con, con, si, este... si se siente mejor desde que está haciendo gimnasia laboral, yendo al grupo de corredores, y este...si le dan ganas de ir a trabajar, si están más contentos, si se sienten menos fatigados,...y esas encuestas han dado excelentes resultados, de 500 trabajadores por un lado y 800 por otro los resultados son extraordinarios de todos.

E - ¿Positivos?

R – Si, positivos.

6 – E Tomando en cuenta que los Juegos Deportivos de Antel se llevan a cabo desde el 2001 ¿Existe la intención de formalizar el vínculo entre RRHH y el Comité Organizador?

R – Bueno en la Resolución de la Unidad, desde el inicio esta que los Juegos Deportivos dependen de esta Unidad, pero si bien solo se tuvo el trato formal de elevar el expediente. El expediente lo hacia el Comité de los Juegos, anteriormente a que yo no estaba, pasaba el expediente. Desde el año pasado 2012 este...la propuesta para el año 2013 es integrar al Comité Organizador directamente con esta Unidad y realizar un trabajo en conjunto. O sea los Juegos van a depender directamente de nosotros.

7 – E Porqué cree que demoró tanto en formalizarse la relación

R – Un poco porque no había cultura, antes RRHH se relacionaba con pagar sueldos, reclutamiento y selección, pagar sueldos...ahora RRHH es lo que son los seres humanos, y está más relacionado con la emoción, este...tiene que ver con una cultura

general de todas las empresas, ahora está orientado a eso, a la salud del trabajador, a la salud psicológica y social, y emocional, o sea RRHH, este...la persona este...al trabajar con más satisfacción trabaja mejor, es más, más feliz, y rinde mejor y por lo tanto la empresa tiene mejores resultados, entonces se vio que, eso, promocionar la calidad de vida, trabajar en la calidad de vida laboral es lo más importante para que funcione una empresa, entonces bueno, teniendo en cuenta que la actividad física es uno de los factores más importantes para prevenir las enfermedades cardiovasculares, que es la principal causa de ausentismo, he.. También, a nivel mundial, he...la principal causa de muerte ni que hablar que todos los factores de riesgos figuran en el ausentismo laboral... Específicamente en con los Juegos Deportivos lo que pasó es que no existía la persona indica, no existía el nexos indicado, o sea, yo lo que veo, o sea, creo que siempre existió de parte de RRHH, siempre, el expediente pasaba por RRHH y por Gerencia General, tal?, este ...y bueno, las cosas van evolucionando a medida que pasa el tiempo y en un inicio fue alguien que no está relacionado con RRHH, que, que tuvo esa idea, obviamente porque, eso, lo importante es eso, la diversidad de las cabezas, de, de diferentes profesiones, o de lo que sea que forman algo, entonces formaron los juegos y a medida que fueron pasando, fueron pasando, se vio que estaba relacionado con RRHH, con la salud del trabajador, no?, entonces le corresponde a RRHH gestionar y hacer esa actividad. Recién este año, para el 2012, recién se, se están realizando muchas actividades nuevas en la Unidad, entonces por eso tampoco no tenían con quién conectarse, porque era el Comité junto con el Divisional, y ahora es el Comité con la Unidad de Apoyo al Personal, no existía ese nexos y ahora hay, entonces ahora existe...

E - Teniendo en cuenta esto último ¿Cómo se proyecta el trabajo en conjunto para los próximos Juegos, Comité Organizador y la Unidad de Apoyo al Personal?

R – Bueno, estamos pensando, este... hacer un, un proyecto nuevo, los Juegos ya no serán específicamente Deportivos, sino que se llamarían solo “Juegos de Antel” y tendrían diversas propuestas, este...para el año que viene, teniendo en cuenta este... el comité que ya está, y nuevos integrantes que vamos a ser los de esta Unidad, ... y bueno y más allá de la propuesta que está, aumentar, aumentar la diversidad de propuestas y de disciplinas, y hacerlo más he...que estimule la participación de, de

todos los trabajadores, de las diferentes edades, hacer variedad de disciplinas para que las diferentes edades puedan formar parte de la propuesta.

E - Como por ejemplo ¿cuáles podrían ser esas nuevas propuestas?

R – por ejemplo estamos pensando en promover dentro de los equipos obra de teatro, obras de arte, Trivia, coreografía, este... una variedad de disciplinas dentro de un mismo equipo que dé la posibilidad de a quienes le gusten los deportes participen de los deportes, pero tal vez la compañera de 50 años se integre en la obra de arte por ejemplo. Promover unos Juegos que tengan diversidad de propuestas y lleguen a más trabajadores, porque reducir los Juegos únicamente a los Deportes limita mucho, y la idea es integrar para que participen la mayor cantidad de trabajadores. Igualmente aun no está nada concreto es un proyecto que va en camino para el 2013 y esperemos que salga todo bien.

Muchas gracias.

Cuestionarios participantes