



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA



UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Trabajo Final de Grado

Monografico

Adolescencia y Deporte

Estudiante: Erika Mastomauro

C.I.: 3491267-1

Tutor: Prof. Joaquín Marques Ferres

Mayo de 2018

Montevideo-Uruguay

Índice

| | |
|--|----|
| 1. Agradecimientos..... | 4 |
| 2. Resumen..... | 4 |
| 3. Introducción..... | 5 |
| 4. Adolescencia definición..... | 6 |
| 4.1. Características..... | 8 |
| 4.1.1. Búsqueda de sí e identidad adolescente..... | 9 |
| 4.1.2. Grupos sociales..... | 10 |
| 4.1.3. Pensamiento abstracto..... | 10 |
| 4.2. Manifestaciones y conductas sexuales..... | 10 |
| 4.2.1. Variaciones en el estado de ánimo y contradicción en la manifestación de la conducta..... | 11 |
| 4.2.2. Cambios corporales..... | 11 |
| 5. El lugar de lo social en la adolescencia..... | 12 |
| 5.1. Ejes principales del psiquismo adolescente..... | 13 |
| 6. La necesidad de los grupos en la vida adolescente..... | 15 |
| 7. La adolescencia en Uruguay..... | 16 |
| 7.1. Factores de riesgo..... | 18 |
| 8. Adolescencia y Deporte..... | 19 |
| 8.1. Actividad físico deportiva..... | 19 |
| 8.1.1. Actividad física, ejercicio y deporte..... | 20 |
| 8.1.2. Clasificación..... | 21 |
| 8.1.3. El deporte como fenómeno cultural..... | 22 |
| 8.2. Deporte recomendaciones de la OMS para los jóvenes..... | 24 |
| 8.2.1. El deporte y la actividad motora..... | 25 |

| | |
|---|----|
| 8.2.2. Deporte y cognición..... | 27 |
| 8.2.3. Deporte y salud..... | 28 |
| 8.3. Deporte interacción social..... | 29 |
| 8.3.1. Deporte como lugar de aprendizaje y enseñanza ante las competencias de la vida..... | 30 |
| 9.Deporte y adolescencia en Uruguay..... | 31 |
| 9.1. Deporte y Estado uruguayo..... | 31 |
| 9.1.1. Dónde realizan deporte los jóvenes en Uruguay..... | 32 |
| 10.Consideraciones..... | 35 |
| 11.Bibliografía..... | 37 |

Agradecimientos

Resumen

El presente trabajo monográfico aborda dos grandes temas: el ser adolescente, y del deporte en la vida adolescente. En una primera parte se realiza un acercamiento a los aspectos y características que tiene el desarrollo adolescente, la misma se realiza desde la perspectiva psicoanalítica y social, realizando un repaso de como es su transitar por esta etapa, la importancia del otro y de los grupos para su desarrollo, y la construcción de su identidad. En una segunda parte se articula el deporte en la vida adolescente, para ello se plantean varios conceptos del deporte y los beneficios que otorga en esta etapa vital, para poder dar cuenta que el mismo es un lugar oportuno donde el adolescente puede transitar y tramitar este proceso hacia la adultez.

El propósito es llevar a la reflexión sobre el vinculo actual que existe entre el deporte y los jóvenes uruguayos, y si el mismo no necesitaría mayor estudio, compromiso, apoyo y visibilidad social.

Palabras claves: adolescencia, deporte, actividad física, identidad

Introducción

El presente trabajo se enmarca dentro del estudio del adolescente y la actividad físico deportiva. A fin de su elaboración se realizaron varias lecturas de diversas teorizaciones, tanto del ser adolescente, como de la actividad físico deportiva y su práctica, todo ello en un intento de explorar qué herramientas aporta el deporte y en qué aspectos el mismo puede resultar beneficioso para la constitución de este sujeto que atraviesa una etapa del desarrollo significativa.

Actualmente el deporte forma parte importante de la sociedad, se han hecho muy populares las carreras de calle, impulsadas por diferentes instituciones privadas y públicas, así como también carreras de bicicleta o mountain bike, el atletismo que, incipientemente se empieza a mostrar a través de reconocidos atletas locales e internacionales. La televisación de la liga de basquetbol y el fútbol, que siempre ha sido el deporte por excelencia en Uruguay, ahora gracias a los medios de comunicación se pueden ver disputas de cualquier zona del mundo en tiempo real, todo ello ha posicionado al deporte en un lugar de interés social, destacando las virtudes que el mismo aporta al bienestar de los sujetos, lo cual lo ha llevado a crear una conciencia del deporte como sinónimo de salud.

¿Pero qué pasa cuando hablamos de adolescencia y deporte, existe una cultura de deporte en el Uruguay?. ¿Están dadas las condiciones para la práctica deportiva?

¿Qué tiene la práctica de una actividad físico deportiva para aportar en esta etapa de la vida?.

¿Por qué y para qué realizar deporte en la adolescencia?.

Para ello, la monografía está dividida en dos grandes temas que son; la Adolescencia y el Deporte.

La adolescencia, en la primera parte, se aborda como período vital, vista desde una perspectiva psicoanalítica, sin dejar de utilizar también, algunas consideraciones de otras corrientes que resultan pertinentes a dicho fin. Focalizando la importancia de lo social y los grupos en la vida adolescente.

Para ello se realiza un repaso de cómo es vivida esta experiencia desde las diferentes perspectivas psíquicas, físicas y sociales.

En una segunda parte encontraremos los conceptos que definen al deporte o la actividad física deportiva, los beneficios que encierra en sí mismo y cómo se ha transformado en un fenómeno cultural.

También es tratado desde diferentes perspectivas tanto en lo individual, como en lo grupal y social. Se tiene en cuenta la importancia de la adolescencia y su relación con el deporte, hasta observar qué es lo que acontece actualmente en los jóvenes de nuestro país en esta relación, adolescente-deporte. Cómo es dicho vínculo y las posibilidades habilitadoras para que el mismo forme parte de su quehacer cotidiano adolescente.

Luego de este recorrido se considerarán las interrogantes planteadas a fin de poder dar cuenta, o no, si el mismo es de importancia para los jóvenes y si por lo tanto, debe de formar parte más activa en lo que hace a las políticas públicas para este segmento de población.

Marco Teórico

Adolescencia definición

La adolescencia es la etapa del desarrollo humano que ubicamos entre la niñez y la adultez, inicia con los cambios fisiológicos de la pubertad hasta alcanzar el status sociológico del adulto. Es por ello que la misma varía, y esa variación está relacionada a los cambios biológicos así como también se encuentra relacionada a la cultura imperante del tiempo en el cual se ubica y el lugar.

Según la Organización Mundial de la Salud, la adolescencia es el periodo de crecimiento y desarrollo entre los 10 y los 19 años. Propone que es una de las etapas de transición más importantes en la vida del ser humano, caracterizado por un ritmo acelerado de crecimiento y de

cambios. Los determinantes biológicos de la adolescencia son prácticamente universales; en cambio, la duración y las características propias de este periodo pueden variar a lo largo del tiempo, entre unas culturas y otras, y dependiendo de los contextos socioeconómicos. La adolescencia es un periodo de preparación para la edad adulta.

Desde el psicoanálisis algunos autores se refieren a la adolescencia como una etapa transicional por excelencia, momento de redefinición de la sexualidad, de reedición del edipo, donde se reviven las angustias relacionadas a este complejo, momento de confrontación generacional y de duelos.

La misma se caracteriza por ser una etapa de grandes cambios internos y externos de los sujetos, los cuales comprenden, la vida psíquica con su correlato en la vida física del ser. Es una etapa decisiva del desprendimiento que se inició con el nacimiento.

Siguiendo en la misma línea según lo teorizado por Anna Freud (1985), con la llegada de la adolescencia se interrumpe un desarrollo el cual en su devenir era imperturbado durante la niñez, a diferencia de esta etapa donde existe un gran cambio a nivel físico en el púber con su correlato en lo psíquico, con lo cual el mantenerse en equilibrio durante este proceso lo consideraría anormal en sí mismo. Ante ello el adolescente transita un período de mucho movimiento psíquico debido a los cambios que en él se gestan y para así lograr una nueva aprehensión en un re-conocimiento del mundo exterior.

Por su parte la corriente conductual y a través de lo teorizado por Lorenz, sostiene que a partir de la década de los ochenta, *“...varios teóricos afirman que la “época difícil” no es típica para la mayoría de los adolescentes y que el curso de desarrollo durante este período es una continuación de la forma de adaptación anteriores, más que el surgimiento dramático de nuevas formas de comportamiento...”* (Lorenz, 1995).

Mientras que Sobrado (1978), entiende y describe a todas las etapas del desarrollo humano como Fases. Realiza una relación con las etapas del desarrollo humano, comparándolas con las fases

lunares, dice que al igual que la luna se repiten las fases. Las mismas son distintas notando el paso del tiempo, pero de iguales características, entiende que lo mismo acontece en los sujetos, se repiten características cada cierto tiempo, ante lo cual en la adolescencia estaría nuevamente produciéndose una fase, las fases del desarrollo psicológico son momentos que vuelven. “...*Se construyen con particularidad e intensidad en una etapa, pero, las peripecias de la vida logran que cuando coinciden ciertas características, vuelvan los elementos básicos de una fase anterior...*” (Sobrado, 1978).

Por su parte Mc Kinney, Fitzgerald, Strommen (1982), describieron los procesos que conlleva esta etapa, para los cuales el adolescente debe lograr el sentimiento de independencia respecto a sus figuras parentales, culminar con el desprendimiento inicial, adquirir aptitudes sociales lo cual culminará en poder ocupar los roles adultos, alcanzar un sentimiento de sí mismo como de una persona que tiene su propio valor, desarrollar habilidades académicas y vocacionales, adaptarse a su nuevo físico y al desarrollo sexual y asimilar normas y valores internalizados que les sirvan de guía. Es el período donde el individuo establece su identidad definitiva, la identidad adulta, la cual fue un proceso progresivo, que algunos autores sostienen que su formación concluye en esta etapa.

Características

Desde la perspectiva psicoanalítica, el adolescente tiene como tarea desprenderse de los lazos infantiles para realizar su ligamen al mundo adulto, ello lleva a que esta etapa se encuentre caracterizada a nivel psicológico por una búsqueda de sí mismos, de su identidad, por una necesidad de independencia y tendencia a lo grupal. También son características de esta etapa la evolución del pensamiento concreto al pensamiento abstracto, la aparición de los caracteres secundarios sexuales, variaciones en el estado de ánimo y contradicciones en la manifestación de su conducta.

Búsqueda de sí e identidad adolescente

Siguiendo la línea de pensamiento de Garbarino (1978), la búsqueda en sí mismo es debido al sentimiento de encontrarse en un nuevo mundo de los objetos. El niño llega a esta nueva etapa dotado de un mundo interno, de objetos que ha ido internalizando el cual en la adolescencia los mismos difieren del mundo real y ahora debe convivir con los objetos adultos, en alguna medida debe dejar de ser ese niño y cambiar en pos de las nuevas exigencias de este mundo que lo rodea.

Este momento del desarrollo corresponde a una etapa de transición individual y social, así como también de la culminación del proceso de identidad del sujeto. La identidad la adquiere luego de un largo proceso que culmina cuando existe una diferenciación de la familia, de los pares, de los sujetos, la aceptación de la imagen corporal, de la personalidad, así como también de la identidad sexual, de los propios valores y de la ideología. Este proceso se da mediante las experiencias del mundo externo que estructuran al mundo interno, existe un inter juego entre ambos en el cual se va modificando el mundo interno y cuando se proyectan dichas modificaciones hacia el mundo externo, también va modificando la realidad externa. Estas experiencias externas son las que van a influir en la adquisición de la identidad. Dado que la realidad externa es estructurante es fundamental pensar la realidad producida en el vínculo del adolescente con su grupo social. Respecto a la independencia buscada por el adolescente, existe una responsabilidad compartida con los padres, por un lado estos quieren seguir teniendo al niño dependiente, y por otro en el adolescente existe un anhelo por mantener la dependencia infantil. Lo que indica que el mismo, es un proceso difícil, para la resolución y adquisición de dicha identidad.

Grupos sociales

En este proceso de búsqueda de la identidad e independencia, el adolescente encuentra en los grupos costumbres, ideologías y una concepción del mundo que difieren de las que encuentra en su núcleo familiar, el cual favorece a elaborar una identidad distinta a dicho medio. Es un lugar propicio para que el adolescente pueda desempeñar roles propios de la vida adulta, donde encuentra seguridad y estima personal. El adolescente transfiere al grupo parte de la dependencia que tenía con sus padres.

Pensamiento abstracto

Durante esta etapa se adquiere el pensamiento abstracto por medio de un proceso gradual que fue desde el pensamiento concreto hasta este momento, por el cual puede imaginar situaciones e ingresar en el mundo de las ideas. Puede pensar en todas las alternativas así como también tener un razonamiento hipotético deductivo, ello lo habilita a participar en la sociedad y tener una actitud analítica frente a la misma, también a reflexionar sobre su propio pensamiento.

Manifestación y conductas sexuales

La adolescencia es el período donde se da la completud de la madurez sexual, donde aparece la supremacía genital en relación a otras zonas erógenas. En esta etapa existe un desplazamiento del deseo sexual el cual proyecta al exterior de la familia, a un grupo social más amplio. Así como también es momento en el cual define su rol masculino o femenino.

Para Anna Freud durante el desarrollo adolescente, éstos retiran la libido depositada en los padres, a veces drásticamente, y depositan en nuevas figuras sustitutas, según como se dé este proceso, será su posterior desarrollo emocional.

Variaciones en el estado de ánimo y contradicción en la manifestación de su conducta

El adolescente se encuentra en esta etapa reeditando lo que Sigmund Freud teorizó como etapa edípica, este momento también sería influenciado por los elementos de las situaciones presentes, ante lo cual no solo sería una reedición sino una recreación de dicha etapa. Para la teoría freudiana las angustias del adolescente están centradas alrededor del Edipo, en ésta la angustia y la culpa es debido a la elección incestuosa de objeto, por ello se ponen en juego las defensas de proyección o evitación, produciendo conductas de aislamiento o actitudes desafiantes y hostiles.

En el adolescente se dan los procesos de proyección e introyección de forma muy intensa, frecuente y variable. En este proceso el joven tiene identidades ocasionales, transitorias, circunstanciales, no posee una conducta rígida.

Cambios corporales

A nivel físico el adolescente presenta un rápido crecimiento del cuerpo, peso y estatura, aumento de la masa corporal y la musculatura, cambios hormonales, con aparición de caracteres secundarios del sexo, aparición del vello, con las correspondientes reacciones psicológicas, cambios en el tono de la voz, etc..

Los jóvenes atraviesan este período mediado por la pérdida y las adquisiciones. La pérdida no sólo estaría dada por la imago de los padres de la infancia, sino también la pérdida de su ser niño.

A ello se suma la pérdida por su cuerpo infantil, el que comienza a modificarse de forma abrupta y del que debiera hacerse consciente que no lo va a recuperar, lo que lo llevara a tener que re adaptar su imagen interna a esta nueva, mediante un largo y necesario proceso de duelo.

“...El cuerpo del niño preadolescente necesita protección al igual que la necesita psicológicamente, por la debilidad o inmadurez del yo y todo el aparato mental. Existe por lo tanto una coincidencia entre el yo y el esquema corporal, lo que le da una unidad que determina su

propia identidad...(...)...a los 13 o 14 años se produce un crecimiento corporal bastante brusco...”.

(De Garbarino, 1978).

El ahora adolescente tiene que conocer su nuevo cuerpo e internalizarlo, con su correspondiente gasto de energía psíquica, en un largo proceso que lo transitara mediante el duelo por su imagen perdida.

También este sentimiento de no conocer su cuerpo, de sentir que no le pertenece, de ser extraño para él, tiene su correlato en lo biológico dado el abrupto crecimiento óseo y que la musculatura muchas veces no acompaña a dicho proceso en el crecimiento. Por ejemplo, el adolescente obtiene mayor altura pero menos fuerza, lo que lo puede hacer parecer ante la vista del otro débil o torpe, ya que no se ha adaptado, no ha internalizado sus nuevas dimensiones y aún no se ha re-conocido en su nuevo cuerpo puede llevarlo a toparse con las cosas , volcar, etc.

“..La reacción común de ellos es la vivencia de desintegración, la falta de unidad y armonía con respecto a la imagen de su propio cuerpo, la incapacidad de ordenación de las diferentes partes que lo componen...” (De Garbarino, 1978)

El lugar de lo social en la adolescencia

Desde una perspectiva social, Powell (1963), ubica en un lugar de importancia el desarrollo social durante esta etapa ya que para él muchos de los problemas que afronta el adolescente son sociales.

El adolescente tiene que aprender a aceptar e interactuar con las normas de su cultura y a enfrentarse a nuevas situaciones más complejas que hasta las que ahora se había enfrentado.

Garbarino entiende que la adolescencia tiene como tarea también una función social. El adolescente es el nexo entre lo que fue y lo que será. Es el conductor de los nuevos ideales, que no serán los que sus padres tuvieron.

El niño llega a la adolescencia con un mundo internalizado el cual es producto de la introyección de la imágenes parentales, que generalmente difieren del mundo real. Es el momento de resignificar

todo lo que hasta el momento había sido introyectado ante una confrontación de los objetos del mundo real con los que el tiene internalizado, los mismos en esta etapa cobran un nuevo significado. Con ello la identidad.

“Los acontecimientos y las representaciones sociales impactan en la adolescencia como tiempo abierto a la resignificación subjetiva, tiempo de recomposición de identificaciones que se desnudan de aquellas primeras relaciones...” (Firpo, 2013).

Ejes principales del psiquismo adolescente

Tomando la definición de Firpo, el psiquismo adolescente, se edifica en base a los siguientes ejes principales: barrera del incesto, ideal del yo, el lugar del otro y sentimiento de sí

“... La barrera del incesto es la que reprime las tendencias hacia los objetos incestuosos durante la tensión sexual acrecentada en la pubertad (...) es la que posibilita el desasimiento de la autoridad de los padres y la posibilidad de volcarse al campo social, donde surge el grupo de pares y la importancia en la construcción de un “nosotros”.(Firpo, 2013).

Entonces la barrera del incesto actuaría de facilitador para que el adolescente tenga otro rol, desde lo social , desde su implicancia, ahora él va a ser quien se acerque a sus pares, quien tienda sus propias redes de vínculos, facilitando el pasaje de sus representaciones, significaciones familiares a actuar en otros contextos donde la familia nuclear no sea protagonista.

“...Uno de los trabajos que el adolescente debe de realizar es el pasaje de lo familiar a lo extra familiar, y en lo extra familiar están los grupos de pares, los amigos, los otros....” (Firpo, 2013).

Siguiendo a Firpo (2013), la realidad del adolescente contemporáneo está signada por nuevos valores. Por ejemplo los adolescentes se ven influenciados por la industria del ocio, es la más importante para mantener las modas y los valores de esta comunidad. Estamos ante una cultura que define sus valores en valores de mercado, que carecen de valor perdurable, una cultura de consumo como la nuestra, de productos que están allí para su uso inmediato, están las soluciones rápidas, la satisfacción instantánea, no requieren esfuerzos prolongados para obtener resultados ante cualquier necesidad cotidiana, ello va en sintonía a un ritmo veloz y vertiginoso de nuestros días, es un mundo de lo efímero.

Para la autora (Firpo, 2013), cuando el adolescente sólo es definido desde una óptica de consumir y del tener, queda a merced de la intemperie, aumenta su soledad y se lo entrena para la esclavitud.

Para ella, desde ese lugar donde es puesto al adolescente .-lugar de consumo, de valores distorsionados.-, ingresa así a otros ámbitos donde el lugar monopólico de la familia queda sustituido por otros agentes, que en lugar de ampliar el campo de libertad lo reducen.

La importancia del lugar del otro está dado por quien acompaña, apoya, alienta en esta etapa y actualmente se deja delegado a medios de comunicación o variedades de entretenimiento de mercado. El lugar del quien sostiene y acompaña, “...condición de la existencia material y subjetiva, y que en la adolescencia tiene una función de acompañar, legitimar, sancionar, no de incondicionalidad pero si de disponibilidad...” (Firpo,2013). Este lugar puede estar ocupado por cualquier figura sin la necesidad de ser el progenitor pero sí, debe de existir alguien que otorgue ese respaldo fundamental en esta esta vital.

“... El sujeto se constituye con el otro, en el otro, sin el otro. Con el otro desde los momentos iniciales del psiquismo, en el otro, otro que esté al lado (no del lado), que acompañe, no

incondicionalmente pero si disponible, es decir que no abdique, y sin el otro, porque en algún momento deberá sustraerse de ese otro, lo que llamamos desasimiento parental ...” (Firpo, 2013).

Ante lo cual no solo es necesario que el adolescente pueda proyectarse como adulto, sino que este camino no lo transite solo, que él mismo lo realice acompañado de diferentes actores necesarios para que habiliten dicho pasaje.

Respecto al “el sentimiento de sí” se sostiene o se alza en base al residuo del narcisismo infantil, los logros del ideal del yo y de la satisfacción de la libido de objeto.

Es por ello que no solo la institución familia es necesaria para sostener este pasaje del adolescente hacia la vida adulta, también lo son las diversas instituciones así como también sus grupos de pares.

Como se denominan entre ellos muchas veces no utilizan la categoría “amigo” sino que utilizan otras expresiones a modo de acercamiento o semejanza con el par tal vez por gustos diversos de música, vestimenta, etc., pero no en el vínculo estrecho, afectuoso con ese otro, dice Firpo (2013).

“...en este momento de re significación subjetiva surgen dos tareas: la referida a la sexualidad, y otra con respecto a los ideales. Los ideales dejan de ser asiento en las figuras de los padres, para deslizarse a otros lugares...”(Firpo, 2013).

La necesidad de los grupos en la vida adolescente

Para Aberastury y Knobel (1994), ocupan un lugar de relevancia en el adolescente los diferentes grupos de los que pueda integrar ya que , ante tanto movimiento y trabajo psíquico está también en

la búsqueda de la uniformidad, dicha uniformidad se la puede hallar en los grupos de pares, la cual le puede brindar seguridad y autoestima.

Para los autores en el grupo hay un proceso de sobreidentificación masiva, todos se identifican con cada uno. En él se dan los procesos de disociaciones, proyecciones e identificaciones que ocurren en el adolescente.

La unión e identificación que éstos logran en el grupo, muchas veces los torna más cercanos que con sus vínculos familiares y los mismos influyen en la vida cotidiana de estos adolescentes en tanto a las costumbres, vestimentas, música, moda, etc..

Por medio de la pertenencia al grupo el adolescente puede elaborar una identidad distinta a la del medio familiar, ya que en los grupos se manifiestan otros pensamientos, ideales ideológicos y culturales.

La dependencia que antes tenía con sus padres ahora es transferida al grupo, este resulta un refuerzo para su personalidad. Allí encuentra el estímulo y reconocimiento que necesita el adolescente.

Por ello, pertenecer a un grupo para Aberastury y Knobel (1994), colabora en la transición necesaria para el ingreso en el mundo adulto a fin de lograr la propia individualización adulta. Entienden que después de pasar por la experiencia grupal, el individuo podrá empezar a separarse del grupo de pares, “la barra” y asumir su identidad adulta.

La adolescencia en Uruguay

La sociedad uruguaya tiende hacia el envejecimiento progresivo de su población.

Existe una tendencia a extender esta etapa del desarrollo hacia la adultez, la misma se puede observar en cómo se ha postergado el momento en que los jóvenes dejan el hogar familiar o se casan e inclusive la postergación de tener hijos.

Como consecuencia de ello se manejan dos hipótesis, la existencia de dos modelos diferenciados de pasaje hacia roles familiares adultos elaborada por Carlos Filgueira sobre fines de los 90 parece confirmarse. “... *Un primer modelo es el experimentado por jóvenes de sectores medios y altos que pueden optar por invertir por más tiempo en capital humano y permanecen más tiempo en el sistema educativo, y postergan la formación de un hogar propio, la construcción de una familia propia y, especialmente, la llegada de su primer hijo. El otro es el que caracteriza a jóvenes en situación de vulnerabilidad, quienes cuentan con menos apoyos familiares, y que está marcado por una emancipación más temprana del hogar paterno, la constitución más temprana del hogar propio, vinculado en la mayoría de los casos a la tenencia de los hijos ...*” (Rossel, 2009).

Respecto a la educación, la tasa de asistencia ha aumentado significativamente entre adolescentes y jóvenes de mayores ingresos y ha tendido a descender entre quienes provienen de los hogares más desfavorecidos. “...*según datos de la Encuesta Continua de Hogares (ECH) de 2007, sólo la mitad de los y las adolescentes y jóvenes entre 15 y 17 años habían completado el ciclo básico y apenas poco más de un cuarto de los jóvenes de entre 18 y 20 años habían completado el segundo ciclo...*” (Rossel,2009)

En lo que respecta a la salud de los adolescentes la información que se encuentra disponible la cual cita Rossel (2009) “... *revela una tasa de mortalidad por causas externas es de 19 por cada 100.000 personas, para las mujeres de entre 15 y 29 años, mientras que entre los varones esa cifra es casi cuatro veces mayor 73 por cada 100.000 personas...*” la morbi-mortalidad de los adolescentes dice que se debe en gran parte a la violencia, así como también a la alta tasa de suicidios, a la problemática se suma el consumo de cigarrillos, de alcohol y de drogas

Continuando con el trabajo realizado por Rossel (2009), respecto a hábitos saludables de los jóvenes uruguayos ella entiende como “...*un elemento preocupante para la reflexión sobre políticas*

públicas es que la práctica de hábitos saludables entre los adolescentes y jóvenes no es muy frecuente. Según un estudio realizado en 2004, apenas uno de cada tres adolescentes y jóvenes de entre 14 y 29 años declaró que practicaba deporte para cuidar su cuerpo...” (Rossel, 2009).

Dato que se modifica cuando la pregunta se amplía y se consulta por alguna actividad física “... preguntar sobre si realizaban algún tipo de actividad física, casi seis de cada diez (58%) respondieron que lo hacían, una proporción que entre los hombres llega incluso a siete de cada diez (70%). Pero otro estudio realizado a adolescentes residentes en las zonas más vulnerables del país reveló que la mitad (49,3%) nunca hace deporte...” Rossel (2009).

Factores de riesgo en los/las adolescentes uruguayos

Los factores psicosociales de riesgo en la adolescencia estarían dados por: “...la deserción en la educación es uno de los principales comportamientos de riesgo que pueden ocurrir en la adolescencia y juventud, y se tiene en cuenta que, según varios estudios, está fuertemente asociada a otras conductas de riesgo y déficits, como la anticipación de roles adultos, el ingreso precoz al mercado de trabajo, el clima educativo de los hogares y las expectativas educativas de las familias...” (Rossel,2009), así como también por la insatisfacción de las necesidades psicológicas básicas, como ser la necesidad de independencia, de aceptación de un grupo, de relación íntima personal, el no encontrar una vía adecuada de autoafirmación, entre otros. También los riesgos sociales podrían darse por un inadecuado ambiente familiar, pertenecer a grupos antisociales, bajo nivel socio-económico,etc..

Adolescencia y Deporte

Hasta aquí sólo es un repaso por las teorizaciones del ser adolescente y la importancia que tiene lo social y los grupos en la vida de los mismos para su desarrollo hacia el camino de la adultez, estos jóvenes ahora tienen nuevas tareas a ejecutar, como desarrollar competencias para su nuevo rol social, así como volverse autónomo y consolidar nuevas relaciones con el otro desde un lugar de mayor madurez.

Ante lo planteado y luego de haber esclarecido la importancia de lo social y los grupos en los adolescentes, continuando en el camino hacia las respuestas de las interrogantes iniciales, encontramos como un grupo social de relevancia a la actividad físico-deportiva, el que podemos describir como un lugar para aprender y aprehender del mundo real, uno de los campos en los cuales se puede jugar la problemática adolescente. Es un marco que posibilita transitar y tramitar la adolescencia generando experiencias y herramientas. El desarrollo personal y social es tan importante como el desarrollo académico y en el deporte se aprende tanto o más que en el aula sobre los diversos aspectos que hacen a la vida del adolescente y por lo tanto lo forman y fortalecen. Frente a esto, haremos un repaso por el deporte y su articulación en el mundo adolescente para poder dar cuenta de lo aquí planteado y fundamentar nuestras interrogantes.

Actividad Físico - Deportiva

Según la definición teórica de la Real Academia Española el deporte tiene dos conceptos o finalidades en su descripción “...1. *Actividad física, ejercida como juego o competición, cuya práctica supone entrenamiento y sujeción a normas.* 2. *Recreación, pasatiempo, placer, diversión o ejercicio físico, por lo común al aire libre...*”

Por su parte la Organización Mundial de la Salud (2018), desde otra perspectiva define a la actividad física como “...*cualquier movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos que exija gasto de energía...*”

Nos encontramos entonces con diferentes definiciones respecto al deporte, pero en todas se repite para su definición la palabra ejercicio y en otras también se utiliza la palabra diversión, para su explicación.

La siguiente definición, tomada de la Carta Europea del Deporte de 1992, utiliza otros términos para definir el deporte, no solo sería diversión o ejercicio ya que para la misma también aparece la competencia y el bienestar producto de la práctica del mismo. Definición: Toda forma de actividad que mediante la participación casual organizada tiende a expresar o a mejorar la condición física y el bienestar mental estableciendo relaciones sociales u obteniendo resultados en competiciones de cualquier nivel.

De lo anteriormente descrito se desprende que el deporte no solo sería movimiento del cuerpo, dado que no todas las actividades que implican movimiento corresponden a un deporte como por ejemplo barrer, ya que aquel, según esta concepción, supone reglas y también posee un fin recreativo, y va más allá de la salud física, ya que por medio de el deporte se está favoreciendo a los individuos desde su bienestar emocional hasta el social, cuestiones que trataremos más adelante.

Actividad física, ejercicio y deporte

Podemos realizar una primera distinción entre actividad física, ejercicio y deporte. La actividad física podría ser cualquier actividad que se realice en la que implique el movimiento del cuerpo, como puede ser caminar, bailar o limpiar una casa. Por su parte el ejercicio corresponde a la actividad física planificada con dirección a un fin, como puede ser mantenerse saludable y por lo tanto salir a correr todas las mañanas. En tanto el deporte es la actividad física especializada con un fin competitivo, requiere entrenamiento y está reglamentado.

Por lo tanto el deporte se caracteriza por ser una actividad o ejercicio físico reglamentado, que tiene como aspecto constitutivo el desgaste físico de quienes lo practican, lo que resultaría esencial como consecuencia de su práctica y para que el mismo detente el estatus de deporte.

Autores como Durand (1962), encuentran en el deporte las características de la performance y gratuidad, la performance estaría indicando hacia dónde se dirige el esfuerzo del deportista y por su parte la gratuidad su carácter no utilitario, el gusto por su práctica, ello lo estaría diferenciando de otras actividades físicas no deportivas .

Se busca a través de su práctica el máximo rendimiento de sus participantes, pero que sea una actividad pautada, reglamentada, y donde se busca el máximo rendimiento no debe opacar la gratuidad que lo caracteriza . El deporte es susceptible de adaptaciones flexibles y variadas, no se trata de estructuras rígidas, encasilladas.

Clasificación

Debido a la diversidad de actividades físico -deportivas que existen, se han dividido para su identificación según diversas categorías.

Podemos realizar una primera clasificación del deporte ubicándonos entre los deportes recreativos y los deportes de competición.

También se ha realizado una clasificación del mismo ubicándolo según la situación del deportista, la forma de la actividad y el marco donde se desarrolla.

Existe otra clasificación en cuatro categorías que allí se distinguen entre deportes individuales, deportes colectivos, deportes de combate y deportes al aire libre. Algunos de los cuales puede pertenecer a dos categorías por tratarse, por ejemplo; de deportes individuales que se practiquen al aire libre.

En Uruguay también los encontramos clasificados como deportes tradicionales a lo que hace el fútbol, basquetbol y handball y no tradicionales a los restantes deportes.

El deporte como fenómeno cultural

En nuestra época el deporte ocupa gran parte de la vida cotidiana de la población en esta región del planeta, todos los medios de comunicación dedican gran cantidad de minutos al aire o en la prensa escrita a informar de los acontecimientos deportivos actuales, por ínfimo que resulte todos conocen algo del deporte y de los deportistas más destacados.

Para conocer sobre los inicios del deporte se han realizado investigaciones en pos de obtener dicha información, así se ha logrado saber que los pueblos primitivos realizaban diferentes actividades que hoy podemos denominar deporte, como los pueblos indígenas Norteamericanos, quienes tenían gran variedad de juegos con pelota.

El deporte fue evolucionando conforme evolucionan las sociedades, se mantenía el deporte cambiaban sus formas. Los ejes evolutivos del mismo están vinculados a la “identidad social”, se juega entre conocidos y familia, también se encuentran relacionados a “el significado adaptativo o ecológico” como por ejemplo para desarrollar habilidades para la caza, para mantener la forma física, para integrar a los jóvenes a las responsabilidades de adultos. También puede hablarse de “especialización” en las sociedades primitivas ello era casi inexistente ya que todos juegan a todo. En dichas sociedades primitivas, la “cuantificación” también era inexistente, obtiene su máxima en la actualidad, “el alejamiento social” se entiende por ello que si juegan entre sí no es importante el resultado, pero si juegan contra otro equipo el resultado es lo más importante.

El deporte en base a estos ejes fue evolucionando hasta llegar a la Europa de mitad del Siglo XIX, donde comienza a ser una forma de disciplinamiento del cuerpo y preparación de los mismos para la guerra.

“...Las características que adquieren los deportes modernos son:

1. Secularismo, como opuesto a la relación de los juegos antiguos con los rituales religiosos

2. Igualdad, el establecimiento de reglas que equiparen a los contendientes

3. Burocratización, la invención de instituciones reguladoras

4. Especialización, la concentración de los practicantes en una sola especialidad

5. Racionalización, la introducción de técnicas específicas de entrenamiento y tácticas

6. Cuantificación, la introducción de mediciones, archivo y estadísticas

7. Obsesión con los récords, en tanto la cuantificación permite establecer

continuamente barreras a ser superadas...” (Alabarces, 2009).

Es en el siglo XX es cuando el deporte se expande entre las clases populares, para ello fue necesaria cierta modernización de los regímenes laborales. Actualmente existe una profesionalización del deporte *“...la disputa por ésta enfrenta a las clases populares y medias en surgimiento con las élites, en tanto significa la retribución por un uso hasta entonces ilegítimo del tiempo libre, tornándose legítimo y útil; permitiendo, nuevamente, la construcción del deporte como espacio de incorporación y ascenso social de las clases populares...”(Alabarces, 2009).*

El fenómeno cultural del deporte existente en nuestra época, no escapa al adolescente, si bien no podemos referirnos a la totalidad de los mismos en rasgos generales podemos decir que también los jóvenes encuentra motivación para realizar la práctica de algún deporte, sea por “estar en forma”, para pertenecer o para ser notorios ante el grupo de pares, así como también para parecerse a su deportista favorito. El adolescente se siente motivado en la práctica deportiva a fin de obtener el reconocimiento de sus compañeros, para sentirse integrado y valorado dentro de un grupo.

La autoestima se encuentra positivamente influida por la práctica del deporte, en esta etapa de construcción y búsqueda de su identidad, el hecho de sentirse competente, dominar el deporte de su elección, le ayudan a aumentar su autoestima y a afirmarse ante sus compañeros.

Deporte recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud para jóvenes

El deporte también ha resultado de interés para las políticas internacionales, dado que entienden la importancia del deporte para la salud, por ejemplo y entre otras, el sedentarismo es una gran preocupación para los Estados ya que encuentran en la inactividad de los sujetos, un gasto grande en la salud de la población.

El deporte es un aliado significativo para el mantenimiento o mejora de la salud.

La falta de cultura hacia el movimiento genera sus efectos en el futuro de los sujetos, “...Los encargados de velar por la salud pública se encuentran alarmados por las cifras que indican la poca actividad física y las consecuencias sociales en términos de bienestar físico que la escoltan.

Recientes estudios señalan al sedentarismo como un factor que acompaña la aparición y gravedad de un número importante de enfermedades crónicas como la hipertensión arterial, la diabetes y la obesidad, entre otras. En el contexto latinoamericano se hallan cifras bastante preocupantes que estiman que más de un cuarto de la población mayor a los 14 años no practica una actividad física o deporte. Uno de los estudios más reciente, realizado en Argentina, encontró que aproximadamente el 60% de los varones y el 75% de las mujeres de entre 25 y 70 años no realizan actividad física regularmente (Argentina en movimiento, 2000)...” (Ramírez, Vinaccia, Suarez, 2004).

Por ello y a fin de generar cultura de actividad física por su correspondiente beneficio para la salud, la Organización Mundial de la Salud (OMS en adelante), realiza recomendaciones para los sujetos, entre los cuales especifica para cada franja etaria entendiéndose que para los jóvenes de 5 a 17 años respecto a la actividad física necesaria y adecuada sería:

“...Para los niños y jóvenes de este grupo de edades, la actividad física consiste en juegos, deportes, desplazamientos, actividades recreativas, educación física o ejercicios programados, en el contexto de la familia, la escuela o las actividades comunitarias. Con el fin de mejorar las funciones cardiorrespiratorias y musculares y la salud ósea y de reducir el riesgo de ENT, se recomienda que:

- Los niños y jóvenes de 5 a 17 años inviertan como mínimo 60 minutos diarios en actividades físicas de intensidad moderada a vigorosa.*
- La actividad física por un tiempo superior a 60 minutos diarios reportará un beneficio aún mayor para la salud.*
- La actividad física diaria debería ser, en su mayor parte, aeróbica. Convendría incorporar, como mínimo tres veces por semana, actividades vigorosas que refuercen, en particular, los músculos y huesos...”*

La OMS realiza recomendaciones para los jóvenes solamente basada en factores físicos de los sujetos, pero existen otras áreas donde el deporte resulta beneficioso.

El deporte y la actividad motora

El deporte es una forma de bienestar físico, emocional, social y de competencia cognitiva, que mediante la implementación del mismo favorece a la mejora del funcionamiento del organismo así como a evitar hábitos nocivos, colabora en el buen estado general del ánimo, favorece las relaciones interpersonales y el contacto con el entorno social, la aceptación de normas sociales, la regulación del comportamiento y el disfrute del tiempo libre.

Por otro lado en la época que vivimos, dadas las condiciones de la evolución en las tecnologías y la vertiginosidad de los tiempos, podemos ver que el ambiente cada vez más priva al niño de las

experiencias motoras variadas. Desde muy temprana edad el adulto le impone al niño a permanecer quieto, lo cual va en contra de favorecer la integración de esquemas motores más complejos. Ello se acentúa con la adolescencia. El niño ya no tenía el espacio dedicado al movimiento el cual hubiese hecho que, más tempranamente, el niño encontrase de forma casual la actividad deportiva que fuera de su agrado y desde sus posibilidades motoras, ahora el adolescente ingresa en un momento que por temor a la vergüenza ante el desafío de una prueba que no pueda lograr, dada esa falta de estímulos tempranos, lo hagan quedar en ridículo frente a sus pares, ello dificulta aún más el ingreso en la actividad deportiva.

“Un amplio conjunto de experiencias perceptivo motoras adquirido durante la infancia es la base para posteriores adquisiciones, progresos y especializaciones en la edad adulta. Las técnicas deportivas se derivan de los esquemas motores de base desarrollados en la infancia: correr, saltar, golpear, lanzar y recoger son algunos de los esquemas motores presentes en las actividades espontáneas del niño y, de forma mucho más elaborada, en muchísimas disciplinas deportivas” (Manno, Aquili y Carbonaro, 1993).

En esta etapa del desarrollo ya cuando las actividades motoras fueron desarrolladas, la multiplicidad de las mismas permite el enriquecimiento de mayores y mejores habilidades y destrezas motoras en el adolescente, quien al comenzar con su crecimiento abrupto y su correspondiente modificación corporal necesita readaptar sus movimientos a su nuevo cuerpo con sus nuevas dimensiones y distancias entre él y los objetos.

Portillo (1992), dice que ello se *“...refleja en una necesaria reconstitución de las capacidades motoras...”* que es cuando se debe de aprovechar las potencialidades del deporte debido a que entiende que solo de esa manera es posible un desarrollo motor orgánico óptimo.

Resulta importante la motricidad para el desarrollo y el rendimiento intelectual en todos los ámbitos ya que el aprendizaje, el pensamiento, la creatividad y la inteligencia no son procesos propios del pensamiento únicamente, sino de todo el cuerpo. Es necesario incentivar al desarrollo motor por medio de actividades.

Deporte y cognición

Existe actualmente un interés general por conocer los aspectos positivos del deporte en lo que hace a la cognición humana, es por ello que se han realizado un sin fin de investigaciones para poder así evaluar. Por ejemplo Ramirez, Vinaccia, Suárez (2004), dan cuenta de estudios desarrollados en la Universidad de Illinois en Estados Unidos en 1999, y comprobaron que a mayor actividad aeróbica, menor resulta la degeneración neuronal.

Otros estudios respecto a la mejora cognitiva en la población adulta y joven fueron realizados, obteniendo resultados positivos ante la práctica de una actividad física. Se observaron mejoras en la atención, control inhibitorio y memoria de trabajo en un grupo de jóvenes. El mantenimiento de un flujo constante de sangre y oxígeno al cerebro preserva las funciones cognitivas. Así como también concluyeron que los procesos cognitivos en niños que realizan deporte en forma habitual resultan mejores de los niños que son sedentarios.

También el ejercicio físico ayuda a la conservación en mejores condiciones de la función cognitiva y sensorial del cerebro, teniendo un papel neuro preventivo en enfermedades neurodegenerativas como Alzheimer, Parkinson, Huntington o esclerosis lateral amiotrófica.(Ramírez, Vinaccia y Suárez, 2004).

Dado los resultados obtenidos Ramírez, Vinaccia, Suarez (2004), concluyen que la actividad físico deportiva puede ser considerada un elemento central y fundamental ante las políticas de promoción de salud para la población niño-adolescente

Deporte y salud

Como ya ha sido mencionado actualmente el sedentarismo es a nivel mundial una problemática ya que acompaña la aparición y gravedad de enfermedades crónicas como lo son la hipertensión arterial, la diabetes, la obesidad, etc..

A su vez, como se hace mención en el ítem anterior, la práctica deportiva puede mejorar las funciones cognitivas y propiciar un mejor transitar por algunas enfermedades tal como la ansiedad, depresión, estrés.

Estudios indican que la actividad deportiva ayuda a la construcción de una sólida autoestima, una auto imagen positiva de sí . Y el estar activamente desarrollando una actividad física contribuye a la reducción de las conductas auto-destructivas y antisociales en la población joven (Ramírez, Vinaccia y Suárez, 2004).

Tamorri (1999), dice que la actividad motora produce efectos positivos sobre el plano fisiológico y también sobre el plano psicológico.

Cuando se realizan actividades físicas de gran intensidad y duración provocan un aumento de las capacidades de trabajo, la confianza, la estabilidad emocional, el funcionamiento intelectual, el bienestar psicofísico, disminuyendo así la ansiedad y la tensión.

Es importante para la salud, el bienestar y la calidad de vida de los individuos el cuidar su integralidad, el deporte resulta beneficioso en este aspecto favoreciendo a mejorar la forma y resistencia física, a regular la presión arterial, a incrementar o mantener la densidad ósea, a mejorar la resistencia a la insulina, así como también a mantener el peso corporal el tono y la fuerza muscular, también a la flexibilidad y movilidad de las articulaciones, favorece su práctica a quien realice la actividad ya que por medio de la misma pueden gozar de un tiempo para sí.

Al necesitar el adolescente interactuar socialmente, la práctica de los diversos deportes también estaría facilitando las relaciones interpersonales.

Respecto a lo planteado en la relación de la salud con el deporte, este último interviene de forma activa en todos los aspectos del ser, considerando que las funciones fisiológicas y cognitivas se encuentran interrelacionadas y por ello un cambio que se dé en un aspecto tendrá su repercusión en otra parte del organismo.

Deporte e interacción social

El deporte lleva a la interacción social, al trabajo en equipo, y con ello a una responsabilidad social, al convivir, al compañerismo, justicia, se genera empatía entre pares que se identifican con el mismo lugar, así como también con el mismo sentir, responsabilidad, preocupación por los demás, cohesión de grupo, es el lugar propicio para expresar los sentimientos.

“...Los valores culturales, las actitudes sociales y los comportamientos individuales y colectivos aprendidos en el marco de las actividades deportivas, vuelven a encontrarse en otros campos de la vida como en el trabajo y las relaciones familiares...” (Ramírez, Vinaccia y Suárez, 2004).

En lo que hace a la interacción social y la forma que el deportista tiene de entender el éxito y la derrota, éste tiene otra visión respecto a ello, se rige por un pensamiento más crítico respecto de cómo se ha desempeñado mediante la actividad, cuál fue su rendimiento o el de su equipo, el factor más importante está puesto en el esfuerzo y no solo en el resultado final. Ello en la vida cotidiana genera una nueva forma de entender el ganar o perder.

Deporte como lugar de aprendizaje y enseñanza ante las competencias de la vida

Según lo elaborado por Dias, Cruz y Danish (2000), luego de revisar estudios de diferentes instituciones y psicólogos deportivos, analizaron que los deportistas de alto rendimiento reconocen la relación que existe entre su estado mental y su rendimiento deportivo. Así como también pueden dar cuenta del valor de la utilización de algunas técnicas y estrategia psicológicas de promoción del rendimiento deportivo, el uso del deporte favorece las competencias y desarrollo humano a lo largo de la vida.

Los autores entienden al deporte como un medio positivo para los jóvenes en lo que hace referencia a la construcción de su identidad, del carácter, del crecimiento y del desarrollo en general en esta etapa de la vida en particular. Detallan que los adolescentes, a medida que se involucran y se interesan en el deporte también aumentan su preocupación en el desempeño y con la competencia, lo que hace del deporte un buen ejemplo de competencia personal, así como también una metáfora para enseñar sobre una vida con éxito.

Para estos autores, participar en el deporte tiene sus beneficios en el desarrollo psicocial de quienes lo practican, durante el mismo se aprende de responsabilidad, conformidad, subordinación, persistencia, mayor nivel de toma de decisiones. Lo que aquí se aprende se puede traspolar a otros contextos de la vida cotidiana sea la familiar o la laboral, ante ello Dias, Cruz y Danish (2000), visualizan dos razones, "*....a) las competencias físicas son similares a las competencias de vida, en la medida que se aprenden mediante la demostración, el modelado y la practica y b) muchas de las competencias aprendidas en el deporte, incluyendo las capacidades de alto rendimiento bajo presión, la solución de problemas, el cumplimiento de plazos y de desafíos, convivir tanto con el éxito como con el fracaso, trabajar en equipo y en un sistema beneficiarse del feedback, son capacidades y competencias que pueden y deben aplicarse a otros dominio de vida...*" (Dias, Cruz, Danish, 2000).

Deporte y adolescencia en Uruguay: breve reseña de oferta formal y no formal. Instituciones deportivas, baby fútbol, AUF

Deporte y Estado uruguayo

El 7 de julio de 1911 se promulga la ley No 3.789 y con ella se crea la Comisión Nacional de Educación Física, integrada por representantes de organismos públicos (Universidad, Asistencia Pública, Instrucción Primaria y Academia Militar) y miembros honorarios elegidos por el Poder Ejecutivo a través de Ministerio de Instrucción Pública.

La organización institucional de la C.N.E.F. tuvo modificaciones por la aplicación del Decreto de Ley del 13 de diciembre de 1943, transformándose en Comisión Coordinadora de Educación Física y siendo ahora sus integrantes honorarios— además de los designados por el Poder Ejecutivo — los delegados del Ministerio de Defensa, de la Universidad del Trabajo, de los consejos de Enseñanza Primaria y Secundaria, de la Intendencia de Montevideo, del Ministerio de Salud Pública y del Consejo del Niño.

En el año 2000 a través de un acuerdo político preelectoral, la C.N.E.F. se transformó en Ministerio de Deporte y Juventud. Cinco años después, el organismo se fusionó con el Ministerio de Turismo, el área Juventud pasó a la órbita del recientemente instaurado Ministerio de Desarrollo Social, conformándose así, el Ministerio de Turismo y Deporte.

En 2015, el Poder Ejecutivo envió al Parlamento un proyecto de ley para la creación de la Secretaría Nacional del Deporte, como órgano desconcentrado dependiente de la Presidencia de la República, redistribuyendo atribuciones y competencias.

En el año 2016 impulsado por la Ley 19331 se crea el órgano desconcentrado de la Secretaría Nacional del Deporte, la cual a partir del momento pasa a la órbita directa de Presidencia de la

República. Se le otorgan las potestades de ejecución, supervisión y evaluación de planes en el deporte, así como la instrumentación de la política en la materia, entre la que se incluye el desarrollo de un Plan Nacional Integrado de Deporte y la promoción de medidas conducentes a la seguridad integral en el deporte.

Asimismo la ley le asignó la Presidencia de la Comisión Honoraria para la Prevención, Control y Erradicación de la Violencia en el Deporte, creada en el artículo 2° de la Ley N° 17.951, de 8 de enero de 2006.

Donde realizan los jóvenes deporte en Uruguay

En Uruguay se pueden encontrar algunas ofertas de deportes que en su mayoría son de carácter privado, constituyendo lo público la actividad deportiva que se realiza en las Escuelas y en los Liceos Públicos.

Donde se nuclea gran cantidad de niños y preadolescentes es en el baby fútbol, existe un sin fin de clubes de baby fútbol sociales, donde los niños a partir de los 4 años de edad hasta los 13 años pueden asistir.

Según reglamentación correspondiente al ex Ministerio de Turismo y Deporte “...*La Organización Nacional de Fútbol Infantil (ONFI) funciona en la órbita del Ministerio de Turismo y Deporte, ejerciendo, en forma exclusiva, la rectoría del fútbol infantil entre los 6 y 13 años de edad, en todo el territorio nacional. Tiene como finalidad fomentar una actividad beneficiosa para la formación física y moral de la niñez. Puede coordinar, acordar o convenir su actuación con toda clase de instituciones públicas o privadas a efectos de cumplir con los fines mencionados, procurando la*

continuidad de la práctica deportiva de los niños cuando se conviertan en adolescentes...”

(Resolución DINADE 382/15)

Otros espacios donde pueden ir los niños y jóvenes a realizar actividad físico deportiva, es en las plazas de deportes, las mismas corresponden, su predio a la Intendencia y su estructura edilicia a la Secretaría de Deporte. Pero las actividades son gerenciadas por una Comisión Privada la cual según las actividades y cada plaza sería la oferta y la correspondiente cuota social.

También están las pistas de atletismo (dos en Montevideo, barrio Parque Batlle y Prado), pertenecen a la Secretaría de Deporte y a ella pueden concurrir jóvenes a partir de los 10 años, las cuales también poseen una matrícula.

Luego encontramos clubes deportivos la mayoría de los cuales están concentrados en Montevideo, los mismos son de capitales privados y su fin no solo es fomentar la práctica deportiva y la competición, sino que también resultan redituables para quienes lo gerencian, estos tienen convenios con las escuelas públicas y ante ello presentan actividades puntuales a ese sector de niños y jóvenes.

Según el Art. 66 de la Ley 17292 *“A efectos de la presente ley se consideran clubes deportivos las organizaciones privadas, integradas por personas físicas o jurídicas que tengan por objeto la práctica de una o varias modalidades deportivas por sus asociados, así como la participación en actividades y competiciones deportivas en las distintas Federaciones Deportivas. Se entienden por Federaciones Deportivas las asociaciones de segundo grado integradas por clubes deportivos, aunque difiera su denominación identificatoria.”*

Uno de los clubes más importantes de Uruguay nuclea 280 jóvenes entre los cuales 230 se encuentran federados, lo cual implica un alto compromiso con la actividad (dato proporcionado por el Sr. Gomes de Freitas de la Gerencia del Club Malvín)

Y por último se encuentra el fútbol profesional nucleado en la Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF), Artículo 1º del Estatuto AUF. *“... La "Asociación Uruguaya de Fútbol", en adelante AUF, fundada el 30 de marzo del año 1900, con domicilio en la ciudad de Montevideo, está constituida por los clubes y ligas de todo el país admitidos como asociados. Club es toda asociación civil con personería jurídica; Liga es la agrupación de varios clubes. Ambos tipos de organizaciones estarán regidas por estatutos que no se opongan al de esta Asociación y deberán dar cumplimiento a las normas reglamentarias que rigen la misma...”*

Luego que los púberes finalizan el baby fútbol, continúan con la práctica del deporte en clubes de fútbol asociados a la AUF, aproximadamente 600 adolescentes todos los años ingresan a las formativas de dichos clubes, allí el deporte se torna más exigente con mayores compromisos, vinculados a la profesionalización del mismo, ya no deben de pagar por practicarlo pero si deben de tener mayor disponibilidad, disposición y compromiso para su práctica.

Según la mencionada institución sus objetivos los define como *“El propósito fundamental de la AUF es el de promover, difundir e incrementar la cultura en todas sus manifestaciones, especialmente por medio de la cultura física, y a través del fútbol como ejercicio físico, recreativo, educativo e higiénico...”*

También existen algunas propuestas de verano aprovechando las playas de Montevideo coordinadas por la Intendencia de Montevideo y la Secretaría de Deporte actividades que en su mayoría son acuáticas de libre acceso para todas las edades

Consideraciones

Luego de haber realizado este recorrido por estos dos temas, a grosso modo, y entendiendo que hay mucho camino por andar en lo que respecta al estudio y desarrollo de ambas temáticas, podemos concluir que la actividad físico deportiva significa un gran aliado para que el adolescente pueda transitar por dicha etapa.

Dado el período que atraviesa el sujeto durante su desarrollo de púber a la vida adulta y lo importante que resulta el otro, los grupos y la sociedad para realizar dicho pasaje, teniendo presente las posibilidades habilitadoras o no, que pueda tener para llevar adelante este proceso, es evidente que la práctica del deporte favorece en el formar parte de un lugar, un equipo, una institución y lo que se genera en el encuentro con ese otro, allí se conjugan varios aspectos del desarrollo, entre ellos el autocontrol, la tolerancia a la frustración, la empatía, la consideración y respeto hacia el otro y la estabilidad emocional. Lugares donde el adolescente necesita poder consolidar para un mejor transitar por esta fase, y favoreciendo a construir su identidad, ya que en esta etapa estamos creando la base del adulto.

El practicar una actividad deportiva es el lugar para que el adolescente pueda realizar esta etapa desde la libertad, la libertad para expresarse y poder realizar esa búsqueda de sí, realizar ese reconocimiento de quien es ahora frente a los nuevos objetos que se le presentan del mundo real. Es un lugar que propicia la autonomía del sujeto. Así como también es el lugar para proyectar su mundo interno en pos de ir modificando el mundo real, para facilitar y consolidar su identidad.

También encontramos en la práctica de una actividad físico deportiva, aspectos que resultan un buen medio para mejorar la comunicación entre los sujetos y así privilegiar el desarrollo de las relaciones interpersonales, ya que la misma requiere de un intercambio constante entre los participantes con quienes se comparte dicha actividad, como lograr el acercamiento con el otro, con ese otro con quien identificarse y así generar un re-conocimiento de sí, ello no resluta durante las actividades curriculares dado que en el aula no se debe dialogar con los compañeros. Mientras que el generar empatía con el otro, colabora a la solidaridad y la cooperación entre los sujetos.

Por medio de la practica del deporte se favorece a la creatividad , diversión, autodisciplina, mantenimiento o mejora de la salud , honestidad, perseverancia, autodominio, respeto, humildad autorrealización y autoexpresión.

También la práctica deportiva puede resultar beneficioso para colaborar en la cura o un mejor transitar ante patologías frecuentes como lo son el estrés, la ansiedad y la depresión.

Ante lo expuesto es necesario ubicar la práctica deportiva en los adolescente en un lugar de mayor relevancia y visibilidad así como tambien brindarle mayor importancia en nuestra sociedad, lograr mayor participación de los jóvenes, para ello reforzar políticas públicas a fin de facilitar el acceso, ya que las practicas de la actividad física, según datos mencionados, no cuentan con gran popularidad entre este segmento de la población, y el mismo tal como se describio, es un lugar de múltiples beneficios para el desarrollo de esta etapa.

Se necesita crear cultura de deportiva, habilitar espacios para la practica de los mismos, en donde todo adolescentes pueda tramitar este proceso y construir su identidad, desde este lugar que le otorga beneficios para su integralidad en pos de su desarrollo hacia la adultez.

Bibliografía

Aberastury, A. Knobel, M. (1994). La adolescencia normal. Buenos Aires-Argentina. Editorial Paidós.

Balaguer, I. Castillo, I. (2004). Factores psicosociales asociados con la participación deportiva en la adolescencia.

Recuperado de: <http://www.redalyc.org/html/805/80536310/>

Brohm, J.M. et al. (1993) 20 tesis sobre el deporte. Madrid-España. La Piqueta.

Contreras, O., Fernández, J., García, L., Palou, P., Ponseti, J. (2010). El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. Recuperado de:

<http://www.redalyc.org/html/2351/235116414002/>

Cruz, J. (2003). Psicología del Deporte. Madrid-España. Síntesis S.A.

Devís, J. (2007) Actividad física, deporte y salud. Barcelona – España. INDE Publicaciones.

De Garbarino, M., Garbarino, H (1978). La Adolescencia. Montevideo-Uruguay. Editorial Imago.

Dias, C., Cruz, J., Danish, S. (2000). El deporte como contexto para el aprendizaje y la enseñanza de competencias personales. Programa de intervención para niños y adolescentes.

Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v9n1-2/19885636v9n1-2p107.pdf>

Dosil, J. (2003). Ciencias de la Actividad Física y del Deporte. Madrid – España.

Editorial Síntesis S.A.

Durand, G. (1962) El adolescente y el deporte. Barcelona- España. Editoriales Luis Miracle S.A.

Educación física en las escuelas Recuperado de: <http://www.mides.gub.uy/18634/educacion-fisica-en-las-escuelas>

Contreras, O., Fernández, J., García, L., Palou, P., Ponseti, J. (2010).El autoconcepto físico y su relación con la práctica deportiva en estudiantes adolescentes. Recuperado de:

<http://www.redalyc.org/html/2351/235116414002/>

Esquivel, W. (2003). Entrenamiento del Cerebro del Atleta. Enfoque psicopedagógico. Guatemala

Litografía & Imprenta Apolo.

Firpo, S. (2015) La construcción subjetiva y social de los adolescentes. Bs. As-Argentina. Letra viva, Librería y Editorial.

Freud, A. (1985). Psicoanálisis del desarrollo del Niño y del Adolescente. Barcelona-España.

Editorial Paidós

Historia del Estado uruguayo en el Deporte. Secretaría Nacional del Deporte. Recuperado de:

<http://www.deporte.gub.uy/institucional/historia.html>

Hortiguela, D., Perez, A., Calderón, A. (2016) Efectos del modelo de enseñanza sobre el autoconcepto físico del alumnado en educación física. Recuperado de www.restos.org

Maddaleno, M., Munist, M., Serrano, C., col. (1995) La salud del adolescente y del joven. Washington, D.C. - E.U.A. Publicación Científica

Mckinney, J. Fitzgerald, H. Strommen, E.(1982) Psicología del desarrollo. Edad adolescente. México D.F.- México. Editorial El manual moderno.

Molnár, G., Hegedüs, J., Beretervide, J. (1993) “Entrenamiento de la Resistencia. Hacia la Eficiencia del Entrenamiento”. Montevideo-Uruguay. Editorial Hispano Europea

Muñoz, A., Garcés, E., Cantón, E. (2010).Estudio de conductas prosociales y antisociales. Comparación entre niños y adolescentes que practican y no practican deporte.

Recuperado

de:<http://www.informaciopsicologica.info/OJSmottif/index.php/leonardo/article/view/149/115>

Palatnik, N. (2014). Ganar y perder también cuentan. Montevideo- Uruguay. Tradinco S.A.

Portillo, J., Martínez, J., Banfi, M.(1992) La adolescencia . Salud y Enfermedad/2. Montevideo – Uruguay. Ediciones de la Banda Oriental.

Powell, M. (1975). La psicología de la adolescencia. Madrid-España. Ediciones F.C.E. España, S.A.

Ramírez, W., Vinaccia, S., Suarez, G. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: una revisión teórica. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/res/n18/n18a08.pdf>

Reglamento general de organización y funcionamiento. Recuperado de:

http://www.onfi.org.uy/onfi_mixto/images/reglamentos/reglamentofuncionamiento2015.pdf

Sobrado, E. (1978). Acerca del ser sujeto. Montevideo- Uruguay. Editorial Imago S.R.L

Tamorri, S. (1999). Neurociencia y Deporte: psicología deportiva: procesos mentales del atleta. Barcelona-España. Paidotribo.

