



Universitat Autònoma de Barcelona

ADVERTIMENT. L'accés als continguts d'aquesta tesi queda condicionat a l'acceptació de les condicions d'ús establertes per la següent llicència Creative Commons:  http://cat.creativecommons.org/?page_id=184

ADVERTENCIA. El acceso a los contenidos de esta tesis queda condicionado a la aceptación de las condiciones de uso establecidas por la siguiente licencia Creative Commons:  <http://es.creativecommons.org/blog/licencias/>

WARNING. The access to the contents of this doctoral thesis it is limited to the acceptance of the use conditions set by the following Creative Commons license:  <https://creativecommons.org/licenses/?lang=en>

TESIS DOCTORAL

**IDENTIFICACIÓN DE VARIABLES QUE AFECTAN LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN
MUESTRA MEXICANA.**

Rodrigo Dosal Ulloa

Dirigida por el Dr. Lluís Capdevila Ortís



**Doctorado en Psicología de la Salud y del Deporte
Departamento de Psicología Básica, Evolutiva y de la Educación
Facultad de Psicología
Universidad Autònoma de Barcelona**

2021

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Rodrigo Dosal Ulloa', is positioned above the printed name.

Rodrigo Dosal Ulloa

Lluís Capdevila Ortís

Esta Tesis se ha realizado en el marco del grupo de investigación consolidado por la Generalitat de Catalunya 2017SGR-1701, y del proyecto de I+D+I PID2019-107473RB-C21 del Ministerio de Ciencia e Innovación.

Agradecimientos

En primera instancia quiero agradecer a mi tutor de tesis Lluís Capdevila Ortís, quien desde hace mucho tiempo ha sido fuente de inspiración por su rectitud y profesionalismo, eres Lluís un hombre que admiro.

Como de todo en mi vida por lo que estoy agradecido, yo quiero agradecer a mis padres ahora por esta tesis, ya que ha sido su ejemplo un faro que aclara el camino. A Ricardo I y Ricardo II, los primeros héroes y quizá por ellos, los eternos héroes.

A Paulina y David, quienes desde el principio me dieron lo único que supera todo: amor. David, mi padrastro, eres el sueño de Padre que un hijo podría tener, un amigo de mi alma. Paulina, no habrá palabras que alcancen para agradecerte nunca, espero algún día tener tu carácter y fuerza.

A Clarita, Orlando, Juan, José y Maca, gracias por mantener esta llama prendida, cada pregunta por esta tesis me recordaba su importancia.

A Aurora, por ser iluminación y esperanza.

A María Paula, por tu amor que abre cualquier puerta y derriba cualquier barrera. Gracias por darme cada día pulsión de vida.

ÍNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	3
ÍNDICE.....	5
ÍNDICE DE FIGURAS	7
ÍNDICE DE TABLAS	9
PRESENTACIÓN.....	10
RESUMEN	14
ABSTRACT.....	16
CAPÍTULO 1: INTRODUCCIÓN.....	17
1.2 SEDENTARISMO, SOBREPESO Y OBESIDAD EN MÉXICO	19
CAPÍTULO 2: BENEFICIOS DEL DEPORTE.....	20
2.1 BENEFICIO FÍSICO	20
2.2 BENEFICIO SOCIAL.....	22
2.3 BENEFICIO EMOCIONAL	24
2.4 BENEFICIO INDIVIDUAL	25
2.5 BENEFICIO INTELECTUAL.....	27
2.6 BENEFICIO ECONÓMICO.....	28
CAPÍTULO 3: NECESIDADES HUMANAS.....	31
3.1 LA TEORÍA DE JERARQUÍA DE NECESIDADES DE MASLOW	32
CAPÍTULO 4: . LIMITACIONES O BARRERAS PARA LA PRÁCTICA DEL DEPORTE	38
4.1 BARRERAS O LIMITACIONES POR RAZONES ECONÓMICAS EN EDADES TEMPRANAS	40
4.2 BARRERAS O LIMITACIONES POR RAZONES ECONÓMICAS	41
4.3 BARRERAS O LIMITACIONES POR GÉNERO.....	43
4.4 BARRERAS O LIMITACIONES EN EDAD AVANZADA	44
4.5 BARRERAS O LIMITACIONES PARA MINORÍAS.....	45
CAPÍTULO 5: EXCLUSIÓN SOCIOECONÓMICA EN MÉXICO.....	47
5.1 CONSECUENCIAS DE LA EXCLUSIÓN PARA LA PRÁCTICA DEL DEPORTE	49
CAPÍTULO 6: EXCLUSIÓN POR GÉNERO EN MÉXICO.....	52
6.1 IMPORTANCIA DE LA EQUIDAD EN MÉXICO.....	53
6.2 INEQUIDAD EN EL DEPORTE EN MÉXICO	55
6.3 EL DEPORTE COMO POSIBLE HERRAMIENTA PARA LA EQUIDAD	55

CAPÍTULO 7: PLANTEAMIENTO, OBJETIVOS E HIPÓTESIS	59
7.1. PLANTEAMIENTO DE LA INVESTIGACIÓN	59
7.2 OBJETIVOS	60
7.3 HIPÓTESIS	61
CAPÍTULO 8: MÉTODO.....	62
8.1. PARTICIPANTES	62
8.2 INSTRUMENTOS.....	62
8.2.1. <i>Entrevista Personal</i>	62
8.2.2. <i>Cuestionario de Hábitos Deportivos</i>	63
8.3 PROCEDIMIENTO	65
8.4 ANÁLISIS DE DATOS	67
CAPÍTULO 9: RESULTADOS DEL ESTUDIO 1.....	68
9.1 RESULTADOS	68
9.2 BARRERAS SOCIOECONÓMICAS	71
9.3 BARRERAS DE GÉNERO PARA EL DEPORTE	73
CAPÍTULO 10: DISCUSIÓN DEL ESTUDIO 1	80
10.2 BARRERAS SOCIOECONÓMICAS	81
10.2 BARRERAS DE GÉNERO PARA EL DEPORTE	84
CAPÍTULO 11: RESULTADOS DEL ESTUDIO 2.....	88
11.1 PRÁCTICA DEPORTIVA (ESTUDIO 2)	88
11.2 BARRERAS SOCIOECONÓMICAS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA	95
11.3 BARRERAS DE GÉNERO PARA EL DEPORTE (ESTUDIO 2).....	102
CAPÍTULO 12: DISCUSIÓN ESTUDIO 2.....	111
12.1 PRÁCTICA DEPORTIVA.....	111
12.2 BARRERAS SOCIOECONÓMICAS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA	113
12.3 BARRERAS DE GÉNERO PARA EL DEPORTE	116
CAPÍTULO 13: LÍNEAS FUTURAS Y LIMITACIONES DE LA PRESENTE INVESTIGACIÓN....	120
CAPÍTULO 14: CONCLUSIONES.....	121
BIBLIOGRAFÍA	123
ANEXO 1.....	139
ÍTEMS DE HÁBITOS DEPORTIVOS AGREGADOS AL CUESTIONARIO DE INGRESO UNIVERSITARIO	139

ÍNDICE DE FIGURAS

FIGURA 1 EVOLUCIÓN HISTÓRICA DEL DEPORTE PARA FINES DE DESARROLLO Y PAZ SOCIAL	17
FIGURA 2 PIRÁMIDE DE NECESIDADES DE MASLOW	34
FIGURA 3 EQUIDAD DE GÉNERO EN LAS DIMENSIONES DE ECONOMÍA, EDUCACIÓN, POLÍTICA Y SALUD A NIVEL NACIONAL	43
FIGURA 4 CARENCIAS SOCIALES POR PERCENTIL DE INGRESOS	48
FIGURA 5 GUÍA DE LA ENTREVISTA EN PROFUNDIDAD PARA LA ELABORACIÓN DEL CUESTIONARIO	63
FIGURA 6 PORCENTAJES DE RESPUESTA A LAS OPCIONES DEL ÍTEM DE INTERÉS POR EL DEPORTE DEL CUESTIONARIO DE HÁBITOS DEPORTIVOS	68
FIGURA 7 DIFERENCIAS ENTRE LA PRACTICA DE UNA DISCIPLINA DEPORTIVA DE ACUERDO CON EL NIVEL DE INGRESOS..	71
FIGURA 8 NIVEL DE INGRESO 1 Y SUS LUGARES DE PRÁCTICA DEPORTIVA	72
FIGURA 9 NIVEL DE INGRESO 6 Y SUS LUGARES DE PRÁCTICA DEPORTIVA.....	72
FIGURA 10 DIFERENCIAS DE INTERÉS EN EL DEPORTE POR GÉNERO	74
FIGURA 11 DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA PRÁCTICA DE VARIOS DEPORTES	75
FIGURA 12 PORCENTAJES DE PARTICIPACIÓN EN LUGARES DE PRÁCTICA POR GÉNERO	76
FIGURA 13 DIFERENCIAS RAZONES DE PRÁCTICA DEPORTIVA POR GÉNERO	77
FIGURA 14 DIFERENCIAS EN LA PRÁCTICA DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS POR GÉNERO	78
FIGURA 15 DISCIPLINAS DEPORTIVAS MÁS PRACTICADOS POR GÉNERO EN EL PAÍS.....	86
FIGURA 16 INTERÉS POR EL DEPORTE (PRIMERA MUESTRA)	88
FIGURA 17 DISCIPLINAS DEPORTIVAS MÁS PRACTICADAS INGRESO MAS BAJO Y MÁS ALTO (PRIMERA MUESTRA).....	91
FIGURA 18 DISCIPLINAS DEPORTIVAS MÁS PRACTICADAS INGRESO MAS ALTO (SEGUNDA MUESTRA)	92
FIGURA 19 INGRESO Y DISCIPLINA DEPORTIVA PRACTICADA DE ACUERDO AL INGRESO ECONÓMICO (SEGUNDA MUESTRA)	93
FIGURA 20 RAZONES DE PRACTICA DEPORTIVA (PRIMERA MUESTRA).....	95
FIGURA 21 RAZONES DE PRACTICA DEPORTIVA (SEGUNDA MUESTRA).....	96
FIGURA 22 PREFERENCIA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS (PRIMERA MUESTRA)	98
FIGURA 23 PREFERENCIA DE INSTALACIONES DEPORTIVAS (SEGUNDA MUESTRA).....	99
FIGURA 24 NIVEL DE INGRESO MÁS BAJO Y SUS LUGARES DE PRÁCTICA (PRIMERA MUESTRA)	100
FIGURA 25 NIVEL DE INGRESO MÁS ALTO Y SUS LUGARES DE PRÁCTICA (PRIMERA MUESTRA).....	100
FIGURA 26 DIFERENCIAS INTERÉS POR EL DEPORTE ENTRE GÉNEROS (PRIMERA MUESTRA).....	102
FIGURA 27 DIFERENCIAS INTERÉS POR EL DEPORTE ENTRE GÉNEROS (SEGUNDA MUESTRA).....	103
FIGURA 28 DIFERENCIAS EN LA PRACTICA DE VARIAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES (PRIMERA MUESTRA)	104
FIGURA 29 DIFERENCIAS EN LA PRACTICA DE VARIAS DISCIPLINAS DEPORTIVAS ENTRE HOMBRES Y MUJERES (SEGUNDA MUESTRA)	104
FIGURA 30 RAZONES PARA HACER DEPORTE DE HOMBRES Y MUJERES (PRIMERA MUESTRA).....	105
FIGURA 31 RAZONES PARA HACER DEPORTE DE HOMBRES Y MUJERES (SEGUNDA MUESTRA).....	106
FIGURA 32 LUGARES MÁS COMUNES DE PRÁCTICA DE HOMBRES Y MUJERES (PRIMERA MUESTRA)	107

FIGURA 33 LUGARES MÁS COMUNES DE PRÁCTICA DE HOMBRES Y MUJERES (SEGUNDA MUESTRA)	108
FIGURA 34 INCREMENTO DE MUJERES EN LUGARES DE PRACTICA DE LA PRIMERA A LA SEGUNDA MUESTRA	108
FIGURA 35 DIFERENCIA EN LA SELECCIÓN DE DISCIPLINA DEPORTIVA ENTRE HOMBRES Y MUJERES (PRIMERA MUESTRA)	109
FIGURA 36 COMPARATIVO DE PARTICIPACIÓN FEMENINA DE LA PRIMERA A LA SEGUNDA MUESTRA EN DISCIPLINAS DEPORTIVAS	110

ÍNDICE DE TABLAS

TABLA 1 POSIBLE CONTRIBUCIÓN DEL DEPORTE A LAS METAS DEL MILENIO DE LA ONU.....	18
TABLA 2 LIMITACIONES Y EXCLUSIÓN EN EL DEPORTE Y TIEMPO LIBRE.....	39
TABLA 3 RESUMEN DE CATEGORÍAS Y TEMAS REPORTADOS POR PADRES DE ESCASOS RECURSOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA.....	42
TABLA 4 RELACIÓN DE DIMENSIONES, NIVELES Y VARIABLES	64
TABLA 5 COMPARACIÓN DE PORCENTAJES ENTRE INTERÉS POR EL DEPORTE Y FORMACIÓN DE LOS PADRES (χ^2 ; P= .006)	69
TABLA 6 ANÁLISIS CHI CUADRADO DE LUGARES DE PRÁCTICA DEPORTIVA SEGÚN EL INGRESO ECONÓMICO	73
TABLA 7 CORRELACIÓN INGRESO Y FORMACIÓN ACADÉMICA DE LOS PADRES CON LA PRÁCTICA DEPORTIVA DE LOS HIJOS.	73
TABLA 8 DIFERENCIAS ENTRE EL INTERÉS PR EL DEPORTE Y EL GÉNERO	74
TABLA 9 DIFERENCIAS DE GÉNERO EN LA PRÁCTICA DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS.....	75
TABLA 10 DIFERENCIAS DE PARTICIPACIÓN ENTRE LUGARES DE PRÁCTICA POR GÉNERO	76
TABLA 11 DIFERENCIAS PORCENTUALES EN LAS RAZONES DE PRÁCTICA POR GÉNERO.....	77
TABLA 12 DIFERENCIAS PORCENTUALES EN LA PRÁCTICA DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS POR GÉNERO	78
TABLA 13 DIFERENCIAS DE EDAD DE INICIO DE PRACTICA POR GÉNERO	79
TABLA 14 INTERÉS POR EL DEPORTE DE ACUERDO A LA FORMACIÓN ACADÉMICA DE LOS PADRES.....	89
TABLA 15 DIFERENCIAS SIGNIFICATIVAS DE INTERÉS POR EL DEPORTE ENTRE LAS MUESTRAS	91
TABLA 16 DIFERENCIAS ENTRE DISCIPLINA DEPORTIVA Y EL NIVEL DE INGRESO ECONÓMICO.....	93
TABLA 17 DIFERENCIAS DISCIPLINA DEPORTIVA PRACTICADA ENTRE LAS MUESTRAS.....	94
TABLA 18. DIFERENCIAS ENTRE INGRESO Y RAZÓN DE PRÁCTICA (SEGUNDA MUESTRA).....	96
TABLA 19 DIFERENCIAS RAZONES DE PRÁCTICA ENTRE LA PRIMERA Y LA SEGUNDA MUESTRA.....	97
TABLA 20 CORRELACIÓN FORMACIÓN ACADÉMICA, INGRESOS ECONÓMICOS Y PRACTICA DEPORTIVA (SEGUNDA MUESTRA)	98
TABLA 21 DIFERENCIAS ENTRE EL INGRESO Y EL LUGAR DE PRÁCTICA (SEGUNDA MUESTRA).....	99
TABLA 22 DIFERENCIAS LUGAR DE PRÁCTICA ENTRE LAS MUESTRAS	101
TABLA 23 DIFERENCIAS INTERÉS POR EL DEPORTE ENTRE LA PRIMERA Y LA SEGUNDA MUESTRA	103
TABLA 24 DIFERENCIA EN LA PRÁCTICA DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS ENTRE LAS MUJERES DE LA PRIMERA A LAS DE LA SEGUNDA MUESTRA.....	105
TABLA 25 DIFERENCIAS RAZONES DE PRÁCTICA ENTRE MUJERES DE LA PRIMERA Y MUJERES DE LA SEGUNDA MUESTRA	106
TABLA 26 DIFERENCIAS LUGARES DE PRACTICA ENTRE LAS MUJERES DE LA PRIMERA Y MUJERES DE LA SEGUNDA MUESTRA.....	109
TABLA 27 DIFERENCIAS DISCIPLINA DEPORTIVA PRACTICADA ENTRE LAS MUJERES DE LA PRIMERA MUESTRA EN COMPARACIÓN A LAS MUJERES DE LA SEGUNDA MUESTRA	110

Presentación

El interés por la temática que comprende esta tesis doctoral ha surgido con base a los conocimientos adquiridos en mis años de formación académica (licenciatura en Psicología, máster en Psicología del Deporte, máster en Administración Deportiva), el vínculo con las posibles alternativas para enfrentar el sedentarismo desde la perspectiva de una problemática individual y social y, como consecuencia, la atención por los aspectos asociados a la salud desde los aportes de la práctica cotidiana del deporte.

Después de estudiar, tuve la fortuna de involucrarme con el trabajo universitario como profesor de psicología en materias como enfermería aplicada al deporte y al trabajo psicológico con equipos deportivos. Luego del trabajo en campo con el alumnado en psicología del deporte, me involucré en distintos cargos administrativos de planeación en la dirección del deporte universitario, en donde creamos alternativas para mejorar la situación deportiva del alumnado. Fue a partir de estas experiencias donde encontré la necesidad de una visión global para investigar los aportes del deporte en materia general. Ahora trabajo con deporte para el gobierno distrital y he vuelto a encontrar que los beneficios del deporte pueden ocasionar bienes sociales de gran relevancia, que de ser respaldados por trabajos de investigación como el presente, pueden demostrar que son alternativas beneficiosas y sostenibles dentro de programas de desarrollo comunitario.

Se entenderá por «deporte» cualquier forma de actividad física que, a través de participación organizada o no, tiene por objeto la expresión o mejoría de la condición física y psíquica, el desarrollo de las relaciones sociales o la obtención de resultados en competición a todos los niveles (Carta Europea del Deporte, 1992). Comenzó desde los años ochenta, donde los países más desarrollados empezaron a observar los posibles ahorros que estas actividades pueden representar para el sistema de salud, hábitos de vida que ayudan a la promoción de la salud y prevención de ciertas enfermedades.

En nuestros días podemos hablar de una epidemia de sedentarismo, las personas no son tan activas como antes. Es evidente que existen diversos detonantes que revelan las razones de aumento del tipo de vida sedentario; los efectos de las innovaciones industriales, tecnológicas y de transporte han resultado en cambios radicales al estilo de vida y han llevado a que la actividad diaria sea mucho menos activa. Algunos efectos del desarrollo, como por ejemplo el uso de medios de transporte, han impactado directamente la manera como las personas activan su cuerpo durante los desplazamientos y con ello ha disminuido el consumo de energía durante los mismos. Igualmente, la televisión, las computadoras y los diversos medios de entretenimiento electrónico se han convertido en medios de

promoción de momentos de pasividad física cotidiana. La importancia de mantener una vida activa ha quedado manifiesta por las iniciativas ejecutadas en distintos países desde hace más de 3 décadas; sin embargo, aún son insuficientes. Se ha encontrado que al menos el 60% de la población mundial no realiza la actividad física para obtener beneficios para la salud (OMS, 2020). Estos datos tienen serias consecuencias de salud para la población: la falta de actividad física es uno de los principales factores de riesgo para las enfermedades no transmisibles, que son actualmente la principal causa de las muertes en el mundo. La promoción de la actividad física es reconocida como una prioridad para la salud. Siguiendo las recomendaciones de la Organización Mundial de la Salud, muchos países tienen hoy en día estrategias para incrementar los niveles de actividad física. Dichas recomendaciones incluyen guías para aumentar la actividad física por grupos de edad en diferentes lugares y con desglose de objetivos.

Los bajos niveles de actividad física representan un problema mundial, pero de acuerdo con el Banco Interamericano de Desarrollo (BID), América Latina y el Caribe representa una de las regiones más afectadas por esta situación. Aún más grave que lo anterior, el problema se agudiza entre las poblaciones pobres y menos escolarizadas. El propio BID señala que cuanto mayor sea el nivel de ingreso de los países, más deporte se practicará por parte de sus habitantes. En todo el mundo, la desigualdad de ingresos incide negativamente en la actividad física. Otro dato importante señala que las zonas con mayor proporción de población urbana tienen mayores índices de inactividad física. Igualmente se puede resaltar que la actividad física se modifica según la edad y existen datos muy preocupantes en edades entre 11 y 17 años por el impacto a los sistemas de salud en el futuro (Varela-Moreira y col., 2013). Continuando con los datos de América Latina y el Caribe, la participación deportiva varía según el nivel de estudios; es decir, a mayor nivel de estudios mayor es la participación deportiva. Además existe una marcada diferencia cuando hablamos de género y participación deportiva: los hombres hacen más ejercicio que las mujeres. Lo anterior nos presenta un escenario complicado para regiones como América Latina y el Caribe. Sin embargo, el problema como lo relatamos sigue creciendo a nivel global; de hecho, la inactividad física ha sido reconocida como una pandemia que requiere de la aplicación de medidas a nivel mundial.

El deporte puede asumir un rol clave para subsanar esta necesidad mundial. Muchas organizaciones deportivas se han mantenido a la distancia, con prácticas que focalizan el uso del deporte para el alto rendimiento con un énfasis competitivo. Sin embargo, el desarrollo de habilidades motrices básicas a través del deporte podría representar una alternativa más global y fructífera por lo que se refiere a la promoción de la salud general. Desafortunadamente, los recursos destinados al deporte son limitados y el desarrollo del deporte de elite ha ocurrido a expensas de la participación masiva.

Los acercamientos a la promoción de la salud utilizando el deporte se han convertido en un tema de interés global. Las necesidades mundiales han requerido una reorientación de los objetivos de desarrollo hacia factores de prevención de la enfermedad y promoción de la salud. De acuerdo con el BID, el deporte podría fomentar potencialmente el desarrollo económico de los países desde distintos ámbitos, puesto que la mejoría en la salud representa menores gastos no sólo a nivel individual sino también en los sistemas de salud y cobertura médica. Otros aspectos para resaltar son que el deporte contribuye al desarrollo de habilidades sociales, a mejores resultados educativos, a generar mayor confianza a partir del desarrollo de capital social y cultura cívica. Todo lo anterior podría tener efectos positivos en la productividad, nuevamente no solo individual sino también social, como por ejemplo menos días de ausentismo por razones médicas.

Es por todas las razones expuestas anteriormente que el deporte, también en México, puede representar una vía de acceso a hábitos saludables no sólo desde la perspectiva médica sino también social. A fines de 2015, el 56% de la población resultó inactiva, con una ligerísima tendencia al alza desde 2013. Por supuesto, y como en muchos otros países, los porcentajes son aún más desfavorables en el caso de las mujeres. En México, se estimaba para 2017 que el gasto en salud oscilará entre 78,000 millones y 110,000 millones de no diseñarse intervenciones preventivas y costo-efectivas (Álvarez Del Río, Gutiérrez-Delgado, & Guajardo-Barrón, 2012). Sería menos costoso prevenir más y gastar menos en curar enfermedades y, con este objetivo, lograr un mayor número de practicantes podría representar beneficios en todo el sistema de seguridad social, y más particularmente en el sistema de salud. Investigar cuáles son las barreras o limitaciones para la práctica deportiva puede representar un acercamiento a la utilización del deporte como medio de promoción de la salud. La presente tesis doctoral se enmarca en esa línea de investigación.

Para iniciar el proceso de investigación, el primer paso realizado fue la exploración de la literatura existente. Dicho análisis permite conocer diversas perspectivas teóricas y enfoques sobre las experiencias en otros países, así como fundamentos teóricos que dan soporte a los programas de adherencia al deporte desde edades tempranas y las recomendaciones propuestas por los mismos.

El estudio de la bibliografía existente ha facilitado la concentración en los conceptos más comúnmente resaltados. Se hará referencia en un primer apartado a los posibles beneficios del deporte y las razones para invertir en programas deportivos. Después se abordará el concepto de barreras y fortalezas para el deporte a nivel global, continuando con un análisis de los procesos de exclusión, con énfasis en el análisis de la exclusión socioeconómica que se experimenta en el deporte en muestras mexicanas, para finalmente presentar un análisis de las barreras que enfrenta la mujer en cuanto a la participación en actividades deportivas.

La presente tesis busca encontrar cuales son las fortalezas y barreras en una muestra mexicana para la práctica del deporte por considerarlo una de las estrategias menos onerosas para enfrentar

diversos problemas de salud que se enfrentan tanto en México como en otros países. Se hipotetizó que existía una relación entre el nivel socioeconómico y la práctica deportiva, así como limitaciones de participación de acuerdo a las características del alumnado como barreras de participación atribuibles a estereotipos de género como los encontrados por Dosal y Capdevila (2016). Fue por lo anterior que como parte del método se estudió el acercamiento deportivo del alumnado dividiéndole de acuerdo a estratos económicos.

Los resultados mostraron diversas diferencias significativas entre razones, lugares y frecuencia de práctica deportiva atribuibles a la condición socioeconómica y al género. En el apartado de discusión se muestran distintas posibles explicaciones encontradas en el comportamiento de la población en contraste a lo señalado en otros estudios. Algunos de los resultados parciales se publicaron con dos artículos en revistas especializadas. El primero de ellos en la revista “Investigación Económica”, una de las pocas revistas mexicanas indexada en ISI Web of Knowledge (Dosal, R. & Capdevila, L. (2016). Exclusión social y deporte. *Investigación económica*, 75(297), 155-168). El segundo artículo se publicó en la revista Economía UNAM (Dosal, R.; Mejía, M.P. & Capdevila, L. (2017). Deporte y equidad de género. *Economía UNAM*, 14(40), 121-133).

Resumen

Introducción. El deporte es una actividad que puede influir en diversos aspectos del desarrollo humano. Múltiples aristas del desarrollo personal pueden ser enriquecidas con la práctica del deporte. El deporte puede ocasionar beneficio físico, social, emocional, individual, intelectual y económico. Por tal razón se hace necesario explorar cuales son las variables que han ocasionado que las personas se acerquen o alejen de la practica deportiva. **Objetivos.** El objetivo general de esta tesis fue evaluar las variables que afectan la práctica deportiva. Se han plateado como subobjetivos: A) Analizar cuáles son las fortalezas, así como las barreras o limitaciones, más comunes para la práctica del deporte en estudiantes universitarios mexicanos de nuevo ingreso. B) Analizar la relación entre el nivel de ingreso socioeconómico y la práctica deportiva. C) Analizar la relación entre la práctica deportiva y el género. D) En un segundo estudio, comparar la estabilidad de tales relaciones analizando una segunda muestra de nuevo ingreso, de características similares al cabo de 4 años (Estudio 2). **Metodología.** Se realizaron dos estudios; En el primero de ellos, la muestra inicial se componía de 2597 estudiantes de nuevo ingreso, con un 45.1% de mujeres (1172 alumnas) y un 54.5% de hombres (1415 alumnos). En el Estudio 2 la muestra inicial se componía de 2520 estudiantes de nuevo ingreso en el año 2017, con un porcentaje del 56.5 % de mujeres (1424 alumnas) y del 43.5 % de hombres (1096 alumnos). Las muestras finales para ambos estudios fueron de 600 participantes, que se seleccionaron al azar a partir de las muestras iniciales, equilibrándolas en ambos casos según el nivel de ingresos familiares. **Resultados y Conclusiones.** En los resultados del estudio se observa que existen diferencias entre las características de práctica deportiva del alumnado, atribuibles a la condición socioeconómica y al género. Hay diferencias en la práctica deportiva atribuibles al ingreso económico tanto en los lugares escogidos para hacerla, como en las razones para practicar deporte. Se encontró una correlación entre el nivel de formación académica de los padres y el involucramiento deportivo del alumnado. Se incrementó el interés por el deporte tanto en hombres como en mujeres después de un lapso de 4 años. Desafortunadamente, se mantienen estereotipos de género en la práctica deportiva, sin embargo cada vez hay más mujeres practicando, lo que puede indicar una evolución en comportamiento estereotípicos que generan una mayor participación femenina en el deporte. En relación a las diferencias de práctica deportiva a través de un lapso de cuatro años se concluye que existe un mayor interés e involucramiento por la práctica deportiva tanto en hombres como en mujeres. Estos conocimientos nos arrojan una luz en materia del crecimiento que sigue teniendo el deporte y cómo a través del mismo, se pueden construir estrategias de desarrollo

individual y comunitario que de aplicarse correctamente, representan alternativas costo-efectivas para lugares que sufren de inequidades en la distribución del ingreso socioeconómico.

Esta investigación muestra que tanto las universidades como los gobiernos pueden utilizar el deporte como herramienta de desarrollo. Especialmente tomando en cuenta que el deporte representa una alternativa mucho más barata en materia de prevención y tiene efectos en cuestiones de desarrollo físico, emocional, intelectual y social.

Abstract

Introduction. The Sport practice can influence several aspects of human development. Many aspects of personal development can be enriched through the practice of sport. Sport can lead to physical, social, emotional, individual, intellectual and economic benefit. As a consequence, it is necessary to explore which are the variables that have caused people to engage or step away from sport practice.

Objectives. The general objective of this thesis was to evaluate the variables that affect the sport practice among university students in Mexico. The following specific sub-objectives have been proposed: A) To analyze which are the most common strengths, barriers or limitations among freshmen university students on their sport practice. B) To analyze the relationship between the socioeconomic status and sport practice. C) To analyze the relationship between gender and sport practice. D) In a second study, compare four years later, the stability of such relationships by analyzing a second sample of freshmen that has similar characteristics to the first one (2d Study .“Studio 2”).

Methodology. Two studies were performed; On the first study, the initial sample consisted of 2597 freshmen, 45.1% of which were women (1172 female students) and 54.5% were men (1415 male students). On the second study, the first sample consisted of 2520 freshmen in 2017, 56.5 % of which were women (1424 female students) and 43.5 % men (1096 male students). The final samples for both studies consisted on 600 participants that were randomly selected from the initial samples, balancing them in both cases according to their household income level.

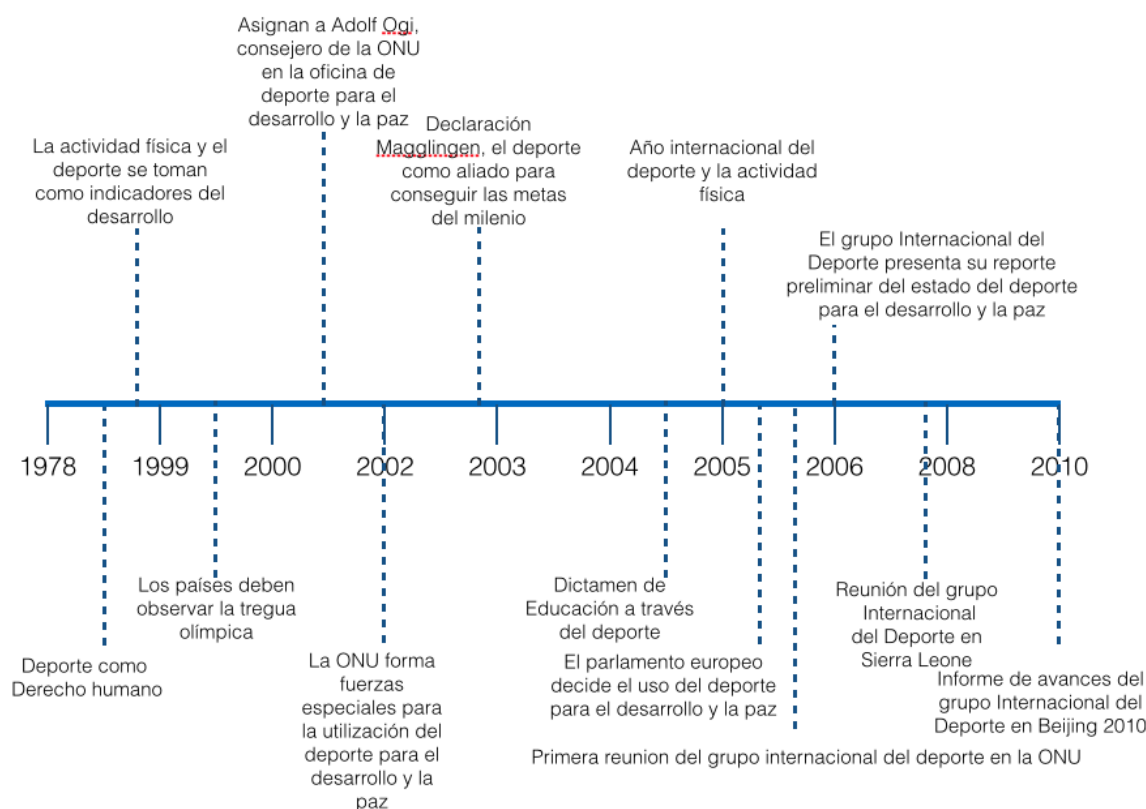
Results and Conclusions. The study finds differences between sport practice among students attributable to their socioeconomic status and gender. There are differences in the sport practice, attributable to economic income, seen in type of places chosen for that matter and in the reasons to engage with the sport practice. A correlation was found between the academic background of parents and the type of involvement with the sport practice from the students. Interest in sport increased after a four year period in both women and men. Unfortunately, gender stereotypes are maintained in the sport practice, although there is an increasing number of women that practice sport, which may indicate an evolution in stereotypical behavior that generates greater female participation in sport. In relation to the differences in practice over a period of four years, we conclude: There is a greater interest and involvement in sports for both men and women. The present research showcases that schools and governments can use Sport as a tool to achieve development. Specially taking into account that Sport represents a cheaper alternative to approach social issues and has direct effects on physical, emotional, intellectual and social development.

Capítulo 1: Introducción

El deporte es una actividad que puede influir en diversos aspectos del desarrollo humano. Es una herramienta de desarrollo social muy redituable ya que sus beneficios promueven el desarrollo no sólo de manera individual sino también colectivo, por la necesidad de interacción entre las comunidades o grupos practicantes.

Diversas organizaciones mundiales han subrayado los beneficios del deporte y han instaurado oficinas propias para utilizarlo como herramienta de desarrollo social. Un ejemplo de lo anterior es que la Organización de Naciones Unidas creó en el 2001 la oficina del deporte para el Desarrollo y la Paz en donde se estudiaba cómo el deporte puede ser promotor de dinámicas que estimulan la cohesión social. La Figura 1 ilustra el avance del deporte para el desarrollo y la paz.

Figura 1 Evolución histórica del deporte para fines de desarrollo y paz social



Fuente: *Sport for Development and Peace, International Working Group 2008.*

Si bien es verdad que el deporte por sí solo no puede solucionar todos los problemas sociales, es cierto que puede ser una herramienta para contribuir con la solución de algunos de ellos. El deporte contribuye a crear relaciones sociales que estimulan sentimientos de identidad y pertenencia -ya que a través de la interacción en dinámicas deportivas se promueven diversas formas de enraizarse con la comunidad y la cultura (Anderson-Butcher y col., 2013). Existen cada vez más casos en los que la contribución del deporte tiene importantes efectos sociales positivos (Holt, 2008). El deporte puede ser una herramienta para incrementar el capital social, siendo un medio para fortalecer individuos y comunidades a través de las interacciones de sus integrantes. Puede además representar otra plataforma educativa de crecimiento en materia de valores y procesos de formación; por ejemplo, Gould y Carson (2008) le atribuyen posibilidades de desarrollo de habilidades como el establecimiento de metas, control emocional, auto-estima y perseverancia.

Desde hace años, la Organización de las Naciones Unidas (ONU) reconoció en el deporte una herramienta práctica y viable que, utilizado de manera integral, podía contribuir a las metas del milenio (la Tabla 1 detalla lo anterior).

Tabla 1 Posible contribución del deporte a las metas del milenio de la ONU

Metas del milenio (ONU)	Contribución del deporte
Erradicar el hambre y la pobreza extrema	Los programas deportivos y la producción de equipamiento deportivo son una fuente de creación de empleo El deporte ayuda a la prevención de enfermedades para que la gente pueda trabajar y ayuda a no generar costos de salud, no solo a los individuos, sino también a las comunidades
Lograr una educación primaria universal	Los programas deportivos motivan a la infancia a implicarse y asistir a la escuela, además de ayudar a mejorar el aprovechamiento académico Los programas deportivos/educativos comunitarios proveen alternativas educativas para los niños que no pueden asistir al colegio
Promover la equidad de género y empoderar a la mujer	El deporte puede causar cambios positivos en las normas de género que permite a las mujeres mayor seguridad y control sobre sus propias vidas Las mujeres y las niñas obtienen oportunidades de liderazgo y experiencia
Reducir la mortalidad infantil	El deporte puede ser utilizado para educar y entregar información de salud para madres jóvenes, lo que resulta en niños y niñas más saludables El incremento en capacidades físicas que da el deporte mejora la resistencia de niños y niñas a diversas enfermedades
Mejorar la salud materna	El deporte para la salud ofrece a mujeres y niñas mayor acceso a la información de salud reproductiva y servicios de educación sexual El incremento de las capacidades físicas contribuye a la recuperación posnatal
Combatir el VIH y el SIDA, la malaria y otras enfermedades	El involucramiento de deportistas y ex deportistas y el aprovechamiento de los eventos deportivos masivos puede incrementar el alcance y el impacto de las campañas educativas y/o preventivas El deporte puede ser utilizado para incrementar el número de vacunas para el sarampión, la malaria, la polio y otras vacunas (¿cómo?)
Garantizar la sostenibilidad ecológica	Las campañas deportivas/educativas pueden incrementar la concientización de la importancia de la protección ambiental y la sustentabilidad (¿cómo?) Las iniciativas deportivas que impulsan la movilización social promueven la participación de la comunidad para mejorar el medio ambiente de la zona. Un

	ejemplo de lo anterior es la iniciativa del equipo de la NFL Philadelphia Eagles Go Green.
Desarrollar una alianza mundial para el desarrollo	Las iniciativas del deporte para el desarrollo y la paz impulsan asociaciones locales y globales igual que las asociaciones con gobiernos, donadores, organizaciones no gubernamentales alrededor del mundo.

Fuente: Oficina del deporte para el desarrollo y la paz de las Naciones Unidas disponible en: <http://www.un.org/wcm/webdav/site/sport/shared/sport/pdfs>

1.2 Sedentarismo, Sobrepeso y Obesidad en México

Desde el año 2010 se estimaba que alrededor del 75% de las muertes en México son ocasionadas por enfermedades no transmisibles; la dieta y la obesidad estaban entre los principales factores de riesgo. En la actualidad, la diabetes ocupa el segundo lugar en causas de muerte entre los mexicanos de acuerdo al Instituto de Medición y Evaluación Médica. Teniendo en cuenta la situación actual, la necesidad para crear estrategias de enfrentamiento al sedentarismo y a la obesidad es no solo de gran impacto económico, sino también cuestión de vida o muerte para la población en México.

Ya desde el 2005 se identificaron los problemas de la obesidad en México y se realizaron algunas acciones para prevenir la obesidad. El Instituto Mexicano del Seguro Social (IMSS) comenzó su propio programa para la prevención de la obesidad llamado PrevenIMSS. Dicho programa tuvo una importante inversión en medios de comunicación a nivel nacional (Barquera y col., 2013). Sin embargo, el problema de sobrepeso y obesidad sigue siendo de gran escala en el país; una prueba de ello es que la diabetes se ha convertido en la principal causa de muerte, siendo además el índice de masa corporal elevado uno de los principales factores de riesgo que explican la tendencia de muertes y discapacidad combinados (Vos y col., 2020).

Continuando con la descripción de la gravedad del problema, en México, los niños y jóvenes están lejos de cumplir con los niveles recomendados de actividad física, sueño y comportamiento sedentario (Argumedo y col., 2020)

Capítulo 2: Beneficios del deporte

El deporte puede tener un impacto positivo en las personas, las comunidades y las sociedades. Se ha vinculado el deporte con acciones que promueven el bienestar social. Realizar deporte de manera cotidiana puede reducir los gastos en materia de salud no sólo para la persona, sino para todo el mecanismo de seguridad médica del Estado. Si bien es verdad que el ahorro en salud es la más común de las tendencias de intervención que involucran al deporte, también es importante resaltar que éste ha sido utilizado como herramienta en dinámicas de desarrollo social, con el objetivo de generar diversos beneficios sociales (Holt, 2008). En reflejo de lo anterior, el deporte tiene el potencial de estimular un amplio espectro de habilidades sociales, como el trabajo en equipo, habilidades comunicativas, solución de conflictos, responsabilidad personal, así como la adopción de actitudes de tolerancia hacia la diversidad (Gano-Overway, Newton, & Magyar, 2009).

El modelo de capital humano del deporte (Bailey y col. 2013) entra en detalle de una amplitud de puntos y visualiza el desarrollo humano en diferentes términos, tomando en cuenta los beneficios que el deporte puede generar. A modo de listado se detallan las contribuciones que dicho modelo señala para posteriormente entrar en la descripción detallada de cada uno de ellos: “Beneficio Físico”, “Beneficio Social”, “Beneficio Emocional”, “Beneficio Individual”, “Beneficio Intelectual” y Beneficio Económico

2.1 Beneficio Físico

El patrimonio físico se refiere a los beneficios que el deporte puede ocasionar en materia de salud individual, como resultado de procesos de promoción de la salud que buscan generar adherencia a hábitos de actividad física y deportiva. El deporte genera beneficios a la salud en diversos sentidos; uno de ellos es el de prevenir y controlar enfermedades (Ng, 2012). Es un medio para controlar la obesidad, prevenir enfermedades infecciosas, promover la salud mental, además de disminuir el riesgo de contraer enfermedades de tipo cardíaco. En los Estados Unidos, algunos programas de deporte contribuyeron con la reducción de los días de ausencia en el trabajo del 32% al 6%, e incrementaron la productividad de 2% al 52%. La posibilidad que tiene el deporte de reducir los costes en los servicios de salud también es evidente (Thorp, 2011). En el 2016, un estudio de la universidad de Sydney reveló que la inactividad física costó a nivel global 67.5 billones de dólares australianos en servicios médicos (Sydney, 2017).

Para quienes no han tenido un tipo de vida que incluya hábitos personales saludables, el deporte puede contribuir a modificarlos ya que las actividades deportivas pueden dar las bases para iniciar un acercamiento al mejoramiento de la salud. Diversas investigaciones han demostrado que estas actividades ayudan a las personas a promover la salud física, al desarrollo de la salud psicosocial y a la reducción de la ansiedad y/o depresión (Fox, 2000). Lo anterior es importante por su posible vínculo contra la creación de dependencia a sustancias nocivas como las drogas, el alcohol o el tabaco, así como prácticas sexuales de riesgo, el embarazo adolescente, conductas antisociales y suicidios. La evidencia ha demostrado que el deporte ayuda a reducir el riesgo de osteoporosis, cáncer de seno y depresión, condiciones que mundialmente afectan mayoritariamente a las mujeres. Se ha encontrado que los deportes ayudan a fortalecer la autoestima lo que a su vez crea la posibilidad de formar relaciones sociales positivas (Penedo y col., 2005).

Los estilos de vida, los factores sociales que determinan la salud de las personas y la transición demográfica son factores que de manera sistemática siguen incrementando la aparición de enfermedades no transmisibles (Alwan y col., 2010). Éstas son la principal causa de muerte y discapacidad; en la región de las Américas, causan cada año el 79% de las muertes (PAHO, OMS 2017) y se preveía que en el 2020 causarían 44 millones de muertes a nivel mundial (ONU, 2014). En México, se estimaba que para el 2017 el gasto en enfermedades no transmisibles fluctuara entre 78.000 millones y 110.000 millones de pesos si no se aplicaban intervenciones preventivas intersectoriales (Álvarez Del Río, Gutiérrez-Delgado & Guajardo-Barrón, 2012), pero un estudio de la OPS (Organización Panamericana de la Salud) realizado entre el 2006 y 2017, calculó que si en México la diabetes y la hipertensión siguen aumentando de acuerdo a las proyecciones que da el estudio, el presupuesto sanitario de la nación debería incrementarse entre un 5% y un 7% cada año (PAHO, 2015). Cabe resaltar que según el Banco Interamericano de Desarrollo, la obesidad entre las edades de 2 a 19 años se ha incrementado 3 puntos porcentuales en América Latina y el Caribe; lo anterior alarma porque el promedio de aumento en todos los países fue de 2.4% en 2017 (BID, 2017). A pesar de todos los esfuerzos, México sigue ocupando uno de los peores lugares a nivel mundial en cuanto a obesidad, según el informe de la Organización de las Naciones Unidas para la alimentación y la agricultura. El problema del sobrepeso afecta a más de la mitad de la población de la región y los países más afectados son Bahamas con un 69%, México con un 64% y Chile con un 63% (FAO; 2017)..

A pesar de que a nivel global no se disponga de suficientes datos que permitan evaluar en su totalidad el papel de las condiciones sociales que afectan la salud y la medida en que estas afectan las enfermedades no transmisibles (Escamilla y col., 2017), la Organización Mundial de Salud sugiere planes de acción contra dichas enfermedades utilizando la promoción de la actividad física. Una

alternativa para contribuir a la solución de estos problemas es el deporte, que, entendido desde un punto de vista integral, puede involucrarse en las respuestas hacia el mejoramiento de la salud y permite ser abordado de manera intersectorial.

La inversión en el deporte para el desarrollo físico toma fuerza cuando se tiene en cuenta que las enfermedades cardiovasculares son la primera causa de muerte en el mundo. La diabetes mellitus afectaba a 1 de cada 11 adultos y más del 50% de los casos no son registrados. El sobrepeso y la salud mental son la segunda causa de muerte de jóvenes de 15 a 29 años de edad y se estima que estas cifras sigan en aumento (Robles, 2018). La evidencia sugiere que las raíces de las enfermedades en la edad adulta residen en las prácticas habituales de la edad temprana (Fernandes & Zanesco, 2010). Es por lo anterior que distintos países han adoptado estrategias de fomento del deporte desde edades tempranas.

2.2 Beneficio Social

Lo ya expuesto, no es todo lo que el deporte puede aportar. El deporte es también una plataforma útil en la interacción social; es una gran herramienta de convivencia humana gracias a las dinámicas que le caracterizan. El deporte es espacio de convivencia de diversas Figuras sociales: padres/madres-hijos/hijas, deportistas-familiares, deportistas-amigos, deportista-deportista, comunidad-deportista, espectador-deportista. La gran mayoría de las actividades implican amplias interacciones de grupos, ya sea por la naturaleza de los deportes de equipo o por los factores de organización de todos los deportes. Estas actividades facilitan naturalmente la creación de vínculos sociales. Cabe resaltar que no es la sola práctica deportiva la que desarrolla actitudes pro-sociales. Sin embargo, se resalta que cuando son correctamente desarrolladas contribuyen al capital social de la comunidad, e incluso a combatir conductas antisociales o criminales (Cullen, Benson, & Makarios, 2012).

Los programas deportivos facilitan la posibilidad de interacción en grupos sociales de mayor número; por ejemplo, los programas que integran a las escuelas de la comunidad proporcionan ventajas para la creación de ambientes favorables entre escuelas y grupos de edades afines. Existen ejemplos de ello: Passport for life, Sainsbury's school games y SportWales. (Shields DL, 1995). Más aún, dichos programas pluralizan la posibilidad de contacto entre diversos grupos sociales que en muchos casos no podrían tener interacción debido a diferencias geográficas, económicas y sociales. Se ha encontrado que el deporte es otra forma de contrarrestar la exclusión social, proporcionando oportunidades de lazos con la comunidad, y así creando vínculos o redes que reducen los problemas de aislamiento social (Bailey, 2008). Es por lo anterior que diversos países y organizaciones buscan políticas de fomento deportivo para propiciar la inclusión social (Cheung, 2003; Micklewright, 2002).

De acuerdo con Mahoney y Stattin (2000), las actividades altamente estructuradas se asocian con bajos niveles de comportamientos antisociales, mientras que las poco estructuradas, con altos niveles de dichos comportamientos. Cuanto más orientado a las necesidades del entorno, mayor probabilidad de éxito tendrán los programas deportivos con énfasis social. De acuerdo con Gould (2012) el entorno social y la capacitación tendrán una influencia en el desarrollo social y personal de los jóvenes. A manera de resumen, el deporte puede ser una herramienta para promover el desarrollo social, siempre y cuando el contenido de los programas tenga en cuenta las necesidades del entorno. Morris et al. (2003) señalan que los programas deben de considerar siete principios para fomentar la buena práctica:

1. Principios de Accesibilidad: que las personas tengan los medios para llegar a la sede del programa;
2. Principios Administrativos: que hayan quedado establecidos los objetivos de manera clara y puedan, gracias a ello, ser monitoreados y evaluados;
3. Principios de facilidad en el entorno: que las personas tengan una participación voluntaria con el mínimo de reglas y sin estimular la competencia;
4. Principios de diversidad de actividades: que las personas perciban las actividades en diversos horarios con bajo coste y que constituyan un desafío;
5. Principios de participación juvenil: dar a los involucrados la posibilidad de participar en la organización (que la actividad sea adoptada como propia por los integrantes del entorno);
6. Principios de vinculación: facilitar el desarrollo de vínculos con otros recursos y servicios para la comunidad y con ello fomentar un punto de contacto para todos los integrantes;
7. Principios de justicia e igualdad.

Para citar otros ejemplos, el Banco Interamericano de Desarrollo (BID) ha apoyado desde el 2004 diversos proyectos con el objetivo de impulsar el desarrollo social por este medio. En el informe del 2017 “Deporte para el desarrollo ¿Qué dice el marcador?” del mismo BID, se detalla cómo el deporte podría promover el desarrollo debido a que en los diversos campos de práctica deportiva se fomentan a diario valores como el trabajo en equipo y la responsabilidad. El informe menciona también cómo el deporte puede contrarrestar las deficiencias en el desarrollo del capital humano. De acuerdo con el BID, los efectos que el deporte puede crear socialmente generan aumentos sobre los niveles de confianza, cultura y capital social.

2.3 Beneficio Emocional

Diversos estudios señalan la relación entre los beneficios del deporte y la salud mental. De acuerdo con Harvey et al. (2017), quienes practicaron deporte a lo largo de su vida son menos propensos a desarrollar desordenes emocionales que quienes no lo hicieron. Para aquellas personas que han sido diagnosticadas con problemas de depresión, los programas deportivos han mostrado efectos similares a los de la psicoterapia o tratamientos de fármacos antidepresivos (Kvam, Kleppe, Nordhaus & Hovland, 2016; Shusch, Vancapfort, Richards, et al., 2016).

La autoestima indica el nivel de satisfacción en el cual una persona se siente acerca de sí misma. De acuerdo a Fox (1999), la autoestima está asociada con la estabilidad emocional de las personas; igualmente señala que la baja autoestima está presente en diversas formas de enfermedad mental. La visión de que el deporte puede contribuir al incremento en los niveles de autoestima o el grado en que las personas se sienten con respecto a si mismos ha sido desarrollada por diversos autores (Morgan, 1997; Daniels and Leaper, 2006; Bowker, Gadbois and Cornock, 2003).

El deporte puede contribuir al desarrollo de la autoestima. La percepción de competencia y el desarrollo de una apariencia favorable se han convertido en fuentes de prestigio social en distintas culturas. Cabe resaltar que, especialmente en la juventud, la apariencia física puede contribuir positivamente al desarrollo de la autoestima. Otro de los conceptos de beneficio emocional vinculados al deporte es el de la autoeficacia. Dicho concepto describe como las creencias de las personas afectan el resultado de sus acciones; es decir, las personas tienen creencias a priori sobre su eficacia para poder lograr un objetivo y el hecho de sentirse competente puede ocasionar la sensación de autonomía y libertad. La práctica del deporte puede ocasionar la modificación de las creencias personales y con ello motivar a las personas a seguir adelante. Cataldo et al. (2013) encontraron una asociación entre la práctica deportiva y la percepción de autoeficacia. Igualmente, existen estudios que señalan como el efecto en la autoestima de las personas puede conducir al empoderamiento de poblaciones o sectores marginados como personas con discapacidad y otros grupos minoritarios. Otros estudios también muestran la contribución del deporte en programas de empoderamiento femenino (Sabo, 2004).

Además, el deporte está asociado con la reducción de la ansiedad, sin importar la edad y estado de salud de los practicantes (Petruzzello, Landers, Hatfield, Kubitz & Salazar, 1991). Se han realizado intervenciones efectivas en la reducción de la ansiedad. En uno de ellos D'Andrea et al. (2013) comentan que las intervenciones en las cuales existe un diseño promovedor de metas terapéuticas tienen un gran potencial de ayuda a poblaciones juveniles traumatizadas. Se ha encontrado que el deporte que implica actividad aeróbica moderada puede contribuir en la ayuda a las personas que sufren de depresión, especialmente la depresión de tipo menor; incluso encontraron efectos

comparables a algunos tratamientos con antidepresivos (Schuch, Vancampfort, Richards, et al., 2016). Además, encontraron que la adherencia a este tipo de programas para combatir la depresión es mayor en los programas que involucran deporte y que estos programas pueden ayudar a mejorar la calidad de vida desde la perspectiva física y psicológica reduciendo síntomas de desorden emocional (Schuch, Vancampfort, Rosenbaum, et al., 2016). Resulta evidente que debido a que el deporte ocasiona beneficios en la salud mental, afecta diversos sistemas corporales. Los efectos del deporte implican la interacción de los sistemas neurobiológicos, cognitivos, físicos y psicosociales. Existen desde hace más de veinte años diversos estudios que señalan el efecto de “sentirse mejor” como beneficio del deporte (Yeung, 1996), no solo por el potencial placentero de la práctica del deporte sino también por los efectos de reducción de la ansiedad y otras emociones displacenteras.

2.4 Beneficio Individual

Con beneficio individual se hace referencia a los beneficios para la formación de carácter y valores personales que se obtienen de la correcta práctica del deporte. La práctica deportiva en la comunidad ofrece contextos en los cuales las personas reciben oportunidades interactivas de desarrollo ético y moral. Las consecuencias sociales del error son menos severas ya que se trata de un aprendizaje con carácter lúdico. Lo anterior es potencializado por la popularidad de las prácticas deportivas (SDP International Working Group, 2008).

Como ya se ha mencionado, el deporte no es en sí mismo la cura de los males sociales, pero adaptándolo a las necesidades de una comunidad puede aportar diversos beneficios. Es necesario cuidar de manera integral el contexto en cuanto al desarrollo personal individual en etapas juveniles. Se requiere promover que las actividades no sean sólo un momento deportivo per-se, sino que representen un reto. Aún más importante que lo anterior es la necesidad de que el espacio deportivo sea un lugar donde los participantes tengan garantías de seguridad y en donde el clima motivacional se oriente al desarrollo de habilidades personales (Barnson, 2011). Para que el deporte pueda ser orientado para el desarrollo de habilidades personales, entre otras cosas, se debe reconocer que su uso puede/debe ser parte de una analogía del proceso competitivo con la vida y no la competencia como fin último. En otras palabras, es la experiencia derivada de la participación deportiva y los valores y herramientas que se aprenden en el proceso lo que le aporta al individuo (y a la comunidad) estrategias que pueden ser aplicadas a su situación personal (Danish,2018). Son justamente estos comportamientos transferibles a las individualidades los que llamamos beneficios individuales y que además tienen la posibilidad de convertirse en habilidades para la vida(Danish y col., 2005). Para citar algún ejemplo de los programas que proporcionan evidencia de los beneficios individuales que

el deporte puede generar, SUPER (Sports United to Promote Education and Recreation) SUPER es un programa que usa el deporte como plataforma deportiva para la vida. Su énfasis reside en aprovechar las cualidades del deporte para proveer diferentes oportunidades para el desarrollo individual. En ese sentido sus objetivos radican bajo el entendimiento de que al terminar el programa los participantes reconozcan la relación entre el rendimiento dentro del determinado deporte y en la vida, habiendo desarrollado habilidades de liderazgo, perseverancia y comunicación.

Uno de los modelos más utilizados en el deporte para hacer seguimiento del desarrollo juvenil a través del deporte es conocido como Desarrollo Juvenil Positivo (Positive Youth Development, PYD). En dicho modelo, los niños y adolescentes son vistos como personas con recursos a desarrollar en lugar de problemas a resolver (Lerner, Brown & Kier, 2005). En este tipo de programas se buscan las características de los individuos y su entorno sociocultural en el cual éstas pueden ser impulsadas para desarrollar fortalezas y promover con ellas un cambio positivo para el desarrollo de sus comunidades. En el deporte se ha hecho énfasis en el uso de enfoques del modelo PYD y especialmente en el de “habilidades para la vida”, que desde la investigación en psicología del deporte es percibido como las habilidades físicas, cognitivas y de comportamiento requeridas para enfrentar las demandas o retos de la vida común del día a día. El sentido de las dinámicas aprendidas en los programas es que deben ser transferibles a otros aspectos de la vida. Ya hemos citado el programa SUPER y como este programa, existen otros como el TPSR (Teaching Personal and Social Responsibility) de Hellison y Wright (2003), así como el sport-specific life skills programs de Petitpas et al. (2005). En este sentido diversas investigaciones han encontrado efectos. Holt et al. 2012 encontraron relación entre las actividades de desarrollo de habilidades para la vida y la asunción de responsabilidad de los propios comportamientos, gracias a los efectos de un programa deportivo construido con ese fin. Igualmente, Camire y col. (2012), así como Trottier & Robitaille (2014), encontraron los efectos positivos de un programa deportivo que utilizaba estrategias de modelos de rol para promover comportamientos de tipo prosocial. Otra de las estrategias utilizadas en este tipo de programas es aprovechar el espacio de comunión deportiva para incorporar charlas o discusiones transferibles del deporte a la vida con los propios involucrados y evidenciar como las vivencias experimentadas en el deporte y las vías de superación de retos deportivos pueden ser transferibles a la vida. Bean y col. (2014) encontraron resultados en este sentido con un programa enfocado al desarrollo de habilidades para la vida a través del deporte en población femenina. Como podemos observar, existen diversos ejemplos de investigaciones que han encontrado efectos del deporte para el desarrollo del patrimonio individual en la formación de las personas. Nuevamente es importante resaltar como el beneficio individual puede beneficiar también las comunidades y como el deporte puede representar una herramienta interesante para cubrir necesidades tan acuciantes como el desarrollo económico de las comunidades.

Es importante mencionar que los programas de promoción del desarrollo poblacional a través del deporte fueron primordialmente enfocados a poblaciones jóvenes. Algunas de las razones de este sesgo pueden explicarse por la concepción de que el deporte es o era interpretado como una actividad de dominio juvenil (Dionigi et al. 2018). La participación de más personas en edad madura ha ocasionado que cada vez más se estudien los beneficios del deporte en edades adultas desde distintas aristas, incluyendo el bienestar individual (Gayman et al. 2017, Dionigi, 2016). Resulta fundamental destacar que el desarrollo ocurre a lo largo de la vida y que los beneficios que el deporte puede generar deben ser considerados como una inversión y recompensa de largo plazo. Posiblemente uno de los mejores ejemplos de lo anterior lo representa el programa Deporte para la Vida (Sport for Life en inglés, 2017), desarrollado y aplicado en Canadá tomando en cuenta los beneficios del deporte a lo largo de la vida de un individuo. Dentro del impacto de este programa es especialmente destacable la manera como prioriza el trabajo intersectorial para brindar herramientas más completas a los participantes. Es así como trabaja conjuntamente con instituciones del gobierno, empresas privadas, escuelas y organizaciones deportivas para brindar una experiencia deportiva más allá del alto rendimiento y lograr con ello que tengan un impacto a largo plazo dentro de la vida de los participantes y sus comunidades.

2.5 Beneficio Intelectual

Al hablar de beneficio intelectual, nos referimos a los beneficios cognitivos vinculados a la práctica deportiva. En la parte superior del cerebro se encuentra el área que controla los procesos mentales de pensamientos complejos esenciales para el desarrollo académico. De acuerdo con la teórica de alfabetización física Margaret Whitehead (2010), la falta de atención en la estimulación sensorial y motora puede afectar el desarrollo de la parte media del cerebro. Para que las neuronas desarrollen las conexiones esenciales, dichas células requieren ser estimuladas. Ratey y Hagerman (2008) aseguran que la actividad física es crucial para el desarrollo cerebral, así como para su mantenimiento; es crucial para el modo en el que pensamos y sentimos. Así mismo sugieren que hay tres maneras en las que el deporte estimula el desarrollo cerebral; n primer término, activando la parte cerebral responsable de la atención, motivación y alerta; en segundo término, habilitando el trabajo efectivo de millones de células cerebrales; y en tercer término, fomentando el proceso de neurogénesis que estimula el crecimiento de nuevas células cerebrales. En palabras de dichos autores, “El deporte es la más poderosa herramienta aislada para optimizar la función cerebral”. Genera cambios positivos en la función y estructura cerebral. Estos cambios incluyen el incremento en la cantidad de flujo sanguíneo, el nivel de activación y el desarrollo cerebral (Marks, Katz, & Styner, 2008). Se ha

encontrado una relación positiva entre la práctica del deporte y la atención (Budde, Voelcker-Rehage, Pietrayk-Kendziorra, Ribeiro, & Tidow, 2008).

De acuerdo con Leisman, Moustafa y Shafir (2016), existe evidencia que sugiere una relación entre los procesos motores y los cognitivos. Por ejemplo, la percepción, la planeación y la toma de decisiones son necesarias para todo tipo de adaptación del cuerpo al medio en el que se desenvuelve. La percepción de que las habilidades cognitivas comparten procesos comunes está avalada por descubrimientos en neuropsicología. Por citar algunos ejemplos Manto y col. (2012) encontraron que el cerebelo está involucrado en el control de los movimientos de coordinación y Ito (2008) demostró que existe activación del cerebelo y el córtex prefrontal durante el movimiento voluntario. Lo anterior es de suma importancia ya que de acuerdo con Diamond (2013), el desarrollo del córtex prefrontal es fundamental para la cognición del más alto orden. El vínculo entre estos conceptos se vuelve trascendental al considerar los problemas de neuro-desarrollo. Al comparar infantes con problemas de coordinación con los de buen desarrollo coordinativo se ha mostrado que también se desarrollan peor en una variedad de dominios cognitivos (Asonitou, Koutsouki, Kourtessis y Charitou, 2012). Además, Kaiser y col. (2015) encontraron que los niños con déficit de atención que sufren de problemas en las funciones cognitivas de mayor orden sufren también de problemas de control motor.

La función cognitiva es el termino global que agrupa los procesos de organización, control y comportamiento dirigido a una meta. Los componentes centrales de la función ejecutiva son la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva (Diamond, 2013). Como se mencionó anteriormente, parece existir una relación entre el movimiento y la función cognitiva. En el caso específico de la relación entre la función ejecutiva y el control motor, la relación está en que comparten requerimientos de monitoreo, planeación y secuencia de acciones. Pesce (2016) soporta esta asociación con un estudio longitudinal donde descubrió que la mejora en el control de objetos se asociaba con el control inhibitorio después de seis meses de entrenamiento físico.

Todos los hallazgos mencionados en cuanto a la estimulación intelectual tienen una alta significancia en el desempeño escolar. De acuerdo con Ericsson (2008), el desempeño académico mejoró con el incremento de actividad física, lo anterior tiene especial importancia ya que la muestra de Ericsson logró mejores notas a pesar de tener reducido el tiempo para labores estudiantiles.

2.6 Beneficio Económico

La participación en deporte de manera rutinaria puede estar catalogada como un “comportamiento que genera salud”. Como se describió anteriormente, los efectos de bienestar en el funcionamiento del sistema cardiovascular, cognitivo, digestivo y respiratorio no sólo son múltiples, sino que están interrelacionados. Por lo anterior, podemos considerar el tiempo dedicado al deporte

como una inversión en salud. Dados los efectos en la salud que el deporte puede generar, la falta de la práctica deportiva hasta llegar a la inactividad rutinaria está relacionada con mayores índices de enfermedad crónica y, por tanto, mayor afectación a los sistemas de salud gubernamentales (Katzmarzyk y col. 2000).

Es por lo anterior que diversos investigadores han explorado el costo de la inactividad física; por ejemplo, en Canadá más de 2,1 billones de dólares eran atribuidos a la inactividad física el año 2000 (Katzmarzyk y col. 2000), y en tan solo 12 años esta cifra subió a un estimado de 10 billones de dólares al año. Los costos médicos directos asociados a los factores de riesgo importantes como el consumo de tabaco, obesidad e inactividad física en el 2012 representaban el 7,4% de los gastos por servicios de salud en Canadá (Ding, 2017). Para citar otro ejemplo, en Suiza, los costos de la inactividad ascendían a 2.384 billones de francos suizos por año el 2000 (Martin y col. 2001) y en el 2013 representaban el 1,2% del total de gastos médicos al año (Mattli y col. 2018) (Mattli, Wieser, Probst-Hensch, Schmidt-Trucksäss, & Schwenkglenks, 2018). Para México contar con el índice de obesidad infantil más alto del mundo implica una gran presión sobre el presupuesto de las familias, altos costos para el sistema de salud y las finanzas públicas y, en general, representa un impacto profundo en la economía de todos los mexicanos.

El patrimonio económico está asociado a los beneficios que el deporte puede aportar en ahorros hacia los sistemas de salud, así como los efectos del deporte en la productividad y desempeño laboral. Los programas de promoción del deporte alrededor del mundo promueven la idea de que las personas deben ser más activas. En específico el programa “Be active, be healthy”, en Inglaterra, difunde los beneficios económicos que la adherencia a la práctica deportiva puede traer al país, e identifica claramente dos roles: terapias y tratamiento de ciertas condiciones médicas y el uso de la actividad física como método de prevención y reducción de riesgos para la salud de la población. Se estima que el impacto económico de la obesidad en el Reino Unido alcance los 50 mil millones de libras esterlinas el 2050. A pesar de las diversas razones para justificar la implementación de políticas públicas orientadas a incrementar la actividad física en los países, en general, la promoción del deporte es resaltada por los costos que implica para el estado tener una nación de sedentarios.

Por otro lado, existen estudios que han demostrado que estudiantes que practican deporte son laboralmente más exitosos que aquellos no practicantes (Eccles, Barber, Stone, & Hunt, 2003). Los beneficios económicos de la adherencia al deporte desde edades tempranas llegan a tal grado que comprometerse con la actividad deportiva desde edades tempranas está relacionado con percibir mejores salarios de entre un 6% y un 10% (Cabane & Clark, 2015). Lo anterior se atribuye al aprendizaje de habilidades colaborativas y comunicativas. Dichas habilidades facilitan el desarrollo de interacciones que con el tiempo ocasionan seres más productivos laboralmente. Se calculó que el

beneficio a largo plazo de la participación en deporte desde edades tempranas es equiparable al de un año más de formación académica (Lechner, 2009).

Mientras que el deporte puede reducir la incidencia de diversas enfermedades (Humphreys y col. 2014) también tiene un valor en sí mismo para las personas que lo practican. Siguiendo a Downward y Dawson (2016), el valor del deporte para la percepción de bienestar individual también se desarrolla por la satisfacción de relacionarse, y ese aspecto genera en sí mismo un factor de bienestar individual y comunitario que repercute en ahorros en materia de tratamientos de tipo psicológico.

Recapitulación

Con el deporte se pueden impulsar ahorros en los sistemas de salud con especial énfasis en enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer de colon y pecho, e incluso puede ayudar a reducir un número importante de muertes prematuras atribuidas al sedentarismo. Por si eso fuera poco, puede además ayudar en distintos aspectos del comportamiento cívico, aportando especialmente a los procesos de socialización, exaltando la capacidad de lograr acuerdos y la resolución de conflictos (Hoye, Nicholson y Houlihan, 2010). Los beneficios atribuidos al deporte nos llevarían a pensar en la necesidad de alianzas entre los sistemas de salud y las estrategias de desarrollo del deporte. Con el siguiente apartado se profundiza en la teoría de jerarquía de necesidades de Maslow (1943), vinculando los beneficios que el deporte puede aportar desde la perspectiva de la teoría de jerarquía de necesidades humanas.

Capítulo 3: Necesidades humanas

Deci y Ryan (2000), en su teoría de autodeterminación, explican que, para entender la motivación humana, se deben considerar las necesidades innatas de competencia, autonomía y relación con los otros. Este concepto lleva a la hipótesis de que existen distintos procesos regulatorios subyacentes a la lucha por alcanzar nuestras metas. Diversos autores (Lewin, 1936; Tolman, 1932; Abramson y cols, 1978; Bandura, 1989) han señalado que las personas inician y persisten en ciertos comportamientos si piensan que esos comportamientos los llevarán a ciertas metas o resultados. Para Maslow (1963), existen 13 premisas clave que deben ser incluidas en cualquier teoría de motivación:

1. La totalidad del organismo debe ser la base de dicha teoría.
2. Tomar en cuenta que se ha demostrado que cualquier impulso localizable y somatizado es atípico en la motivación humana.
3. Tal teoría debe centrarse en las metas básicas y últimas en lugar de en metas superficiales; debe centrarse en fines y no en medios.
4. Generalmente existen diversos caminos culturales para llegar a la misma meta.
5. Cualquier comportamiento motivado, ya sea preparatorio o consumatorio, será el canal por el que se pueden expresar diversas necesidades básicas simultáneamente, es decir, típicamente un acto tiene más de una motivación.
6. Prácticamente todos los estados del organismo pueden ser entendidos como motivadores o motivantes.
7. Las necesidades humanas se acomodan en un orden jerárquico de prepotencia. Es decir, la aparición de una necesidad se basa en la previa satisfacción de otra necesidad más básica.
8. Cualquier clasificación de motivaciones debe considerar qué tan específicos o generales son los motivos antes de ser clasificados.
9. La clasificación de motivaciones debe estar basada en metas más que en impulsos o comportamientos.
10. La teoría motivacional debe centrarse en humanos y no en animales.
11. La situación del medio ambiente en el que el organismo reacciona debe tomarse en cuenta, pero el medio ambiente por sí mismo raramente podrá explicar el

comportamiento. La teoría del medio ambiente no puede sustituir a la teoría motivacional.

12. No sólo la integración del organismo debe tomarse en cuenta, sino también la posibilidad de reacciones específicas, aisladas, parciales o segmentadas.
13. La teoría motivacional no debe ser apreciada como sinónimo de la teoría del comportamiento. Las motivaciones son solamente una clase de determinante del comportamiento.

3.1 La Teoría de Jerarquía de Necesidades de Maslow

La teoría de jerarquía de necesidades de Maslow (1943) es una de las teorías fundamentales sobre la motivación personal, y puede servir como sostén para visualizar los diversos beneficios que el deporte puede promover. Identifica en orden jerárquico cinco necesidades básicas que subyacen toda actividad humana. Las cinco necesidades son presentadas en orden jerárquico, de las más primordiales a las más desarrolladas, estas son: necesidades fisiológicas (comida, calor, techo) necesidades de seguridad (estabilidad, seguridad); necesidades de pertenencia (amigos, familia, grupos sociales); necesidades de estima (reconocimiento, respeto) y necesidades de auto-realización (desarrollo creativo). De acuerdo con Maslow (1943), los niveles o jerarquías de necesidad deben ser abrigados para poder avanzar al nivel siguiente en ascendencia jerárquica. Esta teoría menciona que son las necesidades fisiológicas el punto de partida; éstas son llamadas, en ocasiones, mecanismos fisiológicos impulsores, lo que nos permite establecer un vínculo con la necesidad de desarrollo físico desde edades tempranas y alcanzar con ello el beneficio físico que propone el modelo de capital humano. Las necesidades fisiológicas a las que hace referencia Maslow están relacionadas con el concepto de homeostasis o equilibrio necesario para el cuerpo, que abarca los esfuerzos automáticos para mantener una constante; por ejemplo, un estado normal en la sangre: el contenido de agua, azúcar, proteína o grasa. Hacen parte de las necesidades fisiológicas la necesidad del ser humano de mantener una temperatura constante, o la necesidad de dormir. Evidentemente la lista puede crecer mucho más, pero el punto está en que el equilibrio ocasionado por la práctica deportiva impacta directamente la cobertura de esta necesidad primaria (fisiológica).

El siguiente nivel de necesidad es el de seguridad y, como lo define Maslow, es la necesidad de sentirse seguro ante daños físicos o psicológicos, otro vínculo más con el modelo de capital humano. Un factor determinante de este segundo nivel de necesidades es la sensación de seguridad con respecto a la salud, tanto física como mental, que a su vez son beneficios propiciados por la práctica deportiva y están señalados en el modelo de capital humano, y en este sentido el deporte impacta la salud no sólo física sino mental de las personas que lo practican. Para decirlo de

otra manera, con relación a la jerarquización de necesidades planteada por Maslow: cuando las necesidades fisiológicas son relativamente bien gratificadas, emerge entonces un nuevo grupo de necesidades que son categorizadas como necesidades de seguridad. Estas necesidades pueden funcionar como organizadoras del comportamiento, y llegar a describir a todo el organismo como un mecanismo en busca de seguridad. Los beneficios que el modelo de capital humano señala permiten visualizar los beneficios emocionales y físicos como promotores de la cobertura de la satisfacción de esta necesidad.

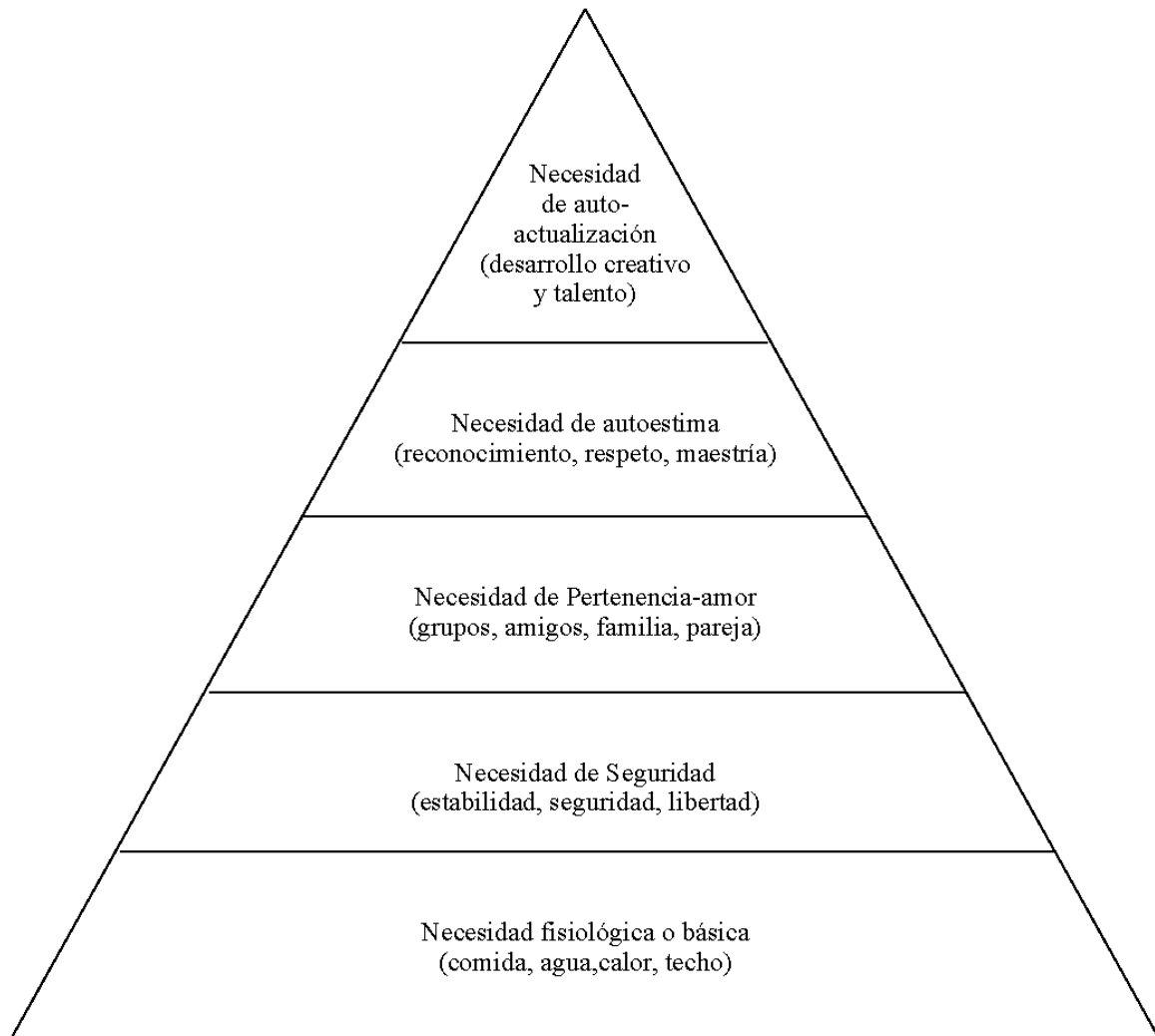
El tercer nivel de necesidad incluye la necesidad de afecto y pertenencia. Los individuos, en su búsqueda de satisfacer la necesidad de pertenencia, tienden a permanecer enlazados a una organización. En este nivel se puede observar la contribución que la práctica del deporte puede ocasionar como facilitador de vínculos humanos. Si ambas necesidades, tanto las fisiológicas como las de seguridad, están satisfactoriamente cubiertas, emergen entonces las necesidades de amor, afecto y pertenencia. La persona busca relaciones afectivas con la gente en general, especialmente por obtener un lugar en su grupo. Como ya se ha mencionado en la exploración del modelo de capital humano, la gran mayoría de las actividades deportivas implican amplias interacciones de grupos. Ya sea por la naturaleza de las actividades de grupo o por factores de organización, las actividades deportivas facilitan naturalmente la creación de vínculos sociales.

Hablando del cuarto nivel jerárquico, Maslow señala que el nivel de estima incluye las necesidades de prestigio, reputación y respeto de los otros, los que se vuelven a su vez autoconfianza y fuerza motivacional. En las sociedades actuales, las personas tienen una necesidad o deseo por una evaluación positiva basada en el respeto y de recibir la estima de otros. En este caso, la creación de estima representa una valoración social que el modelo de capital humano del deporte resalta. Se habla en él de las contribuciones que la práctica del deporte genera en aspectos sociales, beneficiando el proceso de formación de valores (Holt, 2008).

Por último, Maslow menciona el quinto nivel de autorrealización, el cual se refiere a que, incluso cuando todas las otras necesidades estén cubiertas, aún existirá la posibilidad de un nuevo descontento en el caso de que el individuo no esté realizando lo que considera su misión. En este sentido se puede observar el beneficio intelectual creativo que la práctica del deporte puede ocasionar. Es decir, se desarrollará la necesidad de cumplir y convertirse en lo mejor que cada uno puede ser.

Las personas que logran satisfacer los cuatro niveles inferiores buscan mejorarse a sí mismos en un siguiente nivel jerárquico (véase Figura 2). Maslow (1964) señala que la mayor parte del sufrimiento psicológico cotidiano está determinado por deseos de seguridad, de entrega, de identificación, de relaciones y de prestigio que por alguna razón no han podido ser satisfechos. El deporte tiene el potencial de estimular con sus diversos beneficios la cobertura de las necesidades señaladas por Maslow.

Figura 2 Pirámide de necesidades de Maslow



Fuente: Maslow, 1954.

Maslow (1973) caracteriza una necesidad básica de acuerdo con los siguientes puntos:

1. Su carencia alimenta la enfermedad,
2. Su presencia impide la enfermedad,
3. Su restitución cura la enfermedad,
4. En determinadas y complejas situaciones de libre elección, la persona que carece de ellas prefiere satisfacer esta carencia antes que otras,
5. Esta necesidad se encuentra inactiva en retroceso o funcionalmente ausente en una persona sana.

En tiempos actuales, la forma de cubrir nuestras necesidades más básicas (Comer, acceso al agua, lugar donde vivir, un lugar con la temperatura adecuada, salud, etc.) está estrechamente relacionada con la capacidad de pagar por estos servicios. Como lo señala Behjati (2014) en su análisis de salud cardiovascular y la pirámide de Maslow, como una primera necesidad a cumplir está la cobertura económica de los servicios: “Los pacientes con una salud cardiovascular deficiente tienen que ser capaces de pagar por los tratamientos farmacológicos, las intervenciones de especialistas, cirugía y sesiones de rehabilitación”.

Como señala Drakopoulos (1994), la idea de que las preferencias de deseos y necesidades puedan ser estructuradas de una manera jerárquica es antigua y puede encontrarse incluso en escritos de Platón como “La República”. Menger (1950) intenta explicar la utilidad en términos de un grupo de preferencias en un orden creciente de importancia. Pone el ejemplo de un granjero, y señala que su primera necesidad será proveerse de comida, su siguiente necesidad será proveer comida a su familia, después será garantizar la comida para el próximo año y así sucesivamente. Años más adelante, Drakopoulos (2007) también señaló que, como puede esperarse, el comportamiento jerárquico se manifiesta en los patrones de consumo. En particular, el nivel de ingreso económico predice que cuando el ingreso es bajo, un alto porcentaje de este será gastado en comida, ya que la comida satisface una necesidad básica. Lo anterior, aplicado al deporte implica que la práctica deportiva es una especie de lujo que sólo ciertas personas pueden darse.

Maslow explica cómo las necesidades que van surgiendo para cada individuo requieren ser satisfechas para permitir el correcto desarrollo y funcionamiento de las personas: *“A estas necesidades, que son esencialmente déficits del organismo, hoyos vacíos, por decirlo así, que hay que llenar en defensa de la salud y que, lo que es más aún, deben ser llenados por seres humanos distintos al sujeto, es a los que llamaré déficits o necesidades deficitarias para los fines de esta exposición y para presentarlas en contraste con otro y muy distinto tipo de motivación. A nadie se le ocurre poner en entredicho que “necesitamos” yodo o vitamina C. Os recuerdo que la evidencia de nuestra “necesidad” de amor es exactamente del mismo tipo. En los últimos años un número cada vez mayor de psicólogos se han visto empujados a admitir una tendencia hacia el desarrollo y la autosuperación, para poder completar los conceptos de equilibrio, homeóstasis, tensión, reducción, de defensa y otras motivaciones conservadoras”.* (Maslow, 1973, pp. 47).

En relación con la satisfacción de cada una de las necesidades, y empezando por las necesidades básicas, Maslow asegura que éstas son cubiertas por acciones que mediante su presencia impiden o limitan la enfermedad. En el caso del deporte se estimula la prevención de distintas enfermedades; tal es el caso que incluso la Organización Mundial de Salud, desde el 2010, publica recomendaciones para atender la prevención de enfermedades a través de ciertos mínimos necesarios de actividad física. La inactividad física está asociada con el desarrollo de 40 distintas enfermedades

crónicas (Ruegsegger, 2018); En cuanto a las necesidades de seguridad, se puede mencionar que estas tienen que ver con la percepción de confianza y falta de ansiedad o miedo (National Research Council, 1994). Existen investigaciones que han demostrado el efecto del deporte en la reducción de la ansiedad. El deporte reduce la sensación de ansiedad mediante la exposición a sensaciones corporales de miedo sin presentar consecuencias negativas, en un proceso similar al conocido como “Extinción del Miedo”. (Smits, Powers, Berry, & Otto, 2007; Smits & Zvolensky, 2006); La necesidad de pertenencia y amor también estudiada por Maslow, puede ser estimulada a través del deporte. Como se ha mencionado anteriormente, aunque es poco probable que un programa deportivo solucione la vida de las personas participantes, no se puede pasar por alto que el deporte es un medio que logra la intersección de diversas influencias sociales, y tiene la posibilidad de ofertar vínculos entre las personas, el espacio físico y la comunidad. Holt (2017), en su estudio de las investigaciones realizadas en el desarrollo positivo de la juventud mediante el deporte, encuentra que se puede influenciar a través del deporte la vida de las personas en distintos aspectos, tales como el sentido de pertenencia, la amistad, el trabajo en equipo, el control emocional y la confianza en uno mismo. En su análisis encontró en un número elevado de estudios (19 investigaciones) que la sensación de pertenencia se fortalecía a través del impulso a las relaciones entre pares.

En el siguiente orden de necesidades en la teoría de Maslow, encontramos las necesidades de Autoestima. El involucramiento deportivo ha sido asociado con el desarrollo positivo juvenil, incluyendo mejoras en la autoestima (Bloomfield y Barber 2009; Taylor y col. 2012). Es importante mencionar que los efectos en la autoestima, dada la socialización que permite el deporte, se han centrado en la frecuencia con la cual se involucra el individuo con la práctica deportiva y esta frecuencia es a su vez un predictor determinante de los efectos del deporte en el aumento de esta (Slutzky y Simpkins, 2009). Por tanto, los efectos en la autoestima tienden a encontrarse después de una frecuencia de práctica por un periodo de tiempo que establece rutinas periódicas. El estudio de Kliziene y col. (2018) “Efectos de un programa de ejercicio de 7 meses en los ajustes psicosociales y disminución de la ansiedad en adolescentes” encontró que los ajustes psicosociales (autoestima, evaluación de pares, confort emocional) en adolescentes hombres y mujeres fueron más elevados después del programa de ejercicio de 7 meses, comparados con la situación de los de un grupo control. En un sentido práctico, estos descubrimientos pueden sentar precedentes para la adopción de programas deportivos, ya que sería útil implementar este tipo de intervenciones en diversos grupos de edad y con ello fortalecer el desarrollo de las personas, cubriendo otro nivel de necesidades desde la teoría de Maslow.

El último nivel de la teoría de necesidades de Maslow se refiere a la necesidad de auto-realización. El proceso de auto-realización ha sido abordado por distintos teóricos. Para Rogers (1961) la auto-realización involucra distintos procesos, como el desarrollo individual, las alteraciones

y la trascendencia. Goldstein remarcaba que la tendencia de realizarse al máximo puede ser considerado un impulso básico, el impulso de la auto-realización. De acuerdo con Rorty (1980), la felicidad está relacionada con la sensación de realización y el cultivo del sentimiento de asombro. La auto-realización consiste en superar el propio yo, que es el último fin. Maslow (1954) indica que el deseo de auto-realización está profundamente enraizado en la psique: “Un hombre puede ser lo que un hombre debe ser”. Se refiere al deseo de realizarse, específicamente, a la tendencia de cada uno de convertirse en lo que es potencialmente, convertirse en todo lo que cada uno es capaz de ser. Distintos investigadores en materia deportiva han estudiado el tema de la auto-realización y lo han vinculado con estados cognitivos como el de la experiencia cumbre, la sensación de fluir, la sensación de “estar en la zona” y atención plena (Cooper, 1998; Csikszentmihalyi, 1990; Jackson, 2000).

En este sentido, Maslow (1970) menciona que la experiencia cumbre es la intensificación de las experiencias en las que el grado de involucramiento es tal que se pierde la conciencia del “yo”. Considerando que el deporte puede ayudar a generar este tipo de sensación auto-realizadora puede ser una herramienta en la búsqueda de la realización interna de las personas.

Recapitulación

A grandes rasgos se ha planteado en este capítulo tercero el posible vínculo que puede tener el deporte con la cobertura de necesidades sociales y su relación con la teoría de jerarquía de necesidades de Maslow, haciendo énfasis en las oportunidades resultantes del fomento deportivo, para cubrir dichas necesidades. La intención del siguiente apartado es profundizar en la existencia de barreras o limitaciones para la práctica deportiva de las cuales sería necesario hacerse cargo para poder multiplicar los beneficios del deporte. Una vez detallados los posibles beneficios del deporte es necesario profundizar en la necesidad de hacer del deporte una herramienta a la cual toda la población tenga acceso. Para ello sería importante resaltar primero cuales son las barreras y limitaciones a las cuales se enfrentan para así subrayar la necesidad de reducirlas.

Capítulo 4: . Limitaciones o barreras para la práctica del deporte

Es comúnmente aceptado que el deporte aporta beneficios para la salud; hay múltiples hallazgos sobre la reducción de riesgos en enfermedades coronarias y algunos tipos de cáncer atribuidos a la práctica del deporte (Batty y Lee, 2004; Batty y Thune, 2000). Más importante aún, los aportes se refieren no sólo a la salud física sino al concepto de salud psicosocial y de calidad de vida (Hardman y col., 2009).

Desde hace más de un cuarto de siglo se comenzaba a resaltar la importancia de reducir las barreras o limitaciones en el uso del tiempo libre (Goodale and Witt, 1989; Jackson, 1988; Jackson, 1991). Después de analizar más de cincuenta estudios sobre las limitaciones que afectaban la práctica deportiva para ciertos grupos en particular, Collins, Henry y Houlihan (2014) desarrollaron un análisis detallado de las limitaciones comunes para la práctica de actividades deportivas. Dicho análisis aporta la agrupación de 3 factores limitaciones o barreras; “Ambientales/estructurales”, “Mediadores” y “Personales”; Los factores ambientales/estructurales son aquellos que impiden la práctica deportiva, como, por ejemplo, la carencia o insuficiencia de instalaciones deportivas o la imposibilidad de transporte. Son, además, imposibilidades físicas, económicas y sociales. Los factores mediadores se refieren a las barreras o limitaciones con las que se enfrentan las personas al encontrarse con los operadores prácticos, que van desde quienes deciden el acceso a las instalaciones deportivas hasta los facilitadores, profesores de educación física y entrenadores. Las barreras identificadas como factores personales son aquellas que pueden ser consideradas psicológicas y van desde la percepción individual de ineficacia deportiva hasta la percepción de inhabilidad para socializar en dichos espacios (Tabla 2).

Tabla 2 Limitaciones y exclusión en el deporte y tiempo libre

Grupo excluido	Juventud			Pobres/ desempleados	Mujer	Mayor	Minoría	Capacidad diferente
	Niños	Jóvenes	Jóvenes infractores					
Factores Ambientales / Estructurales								
Ambiente pobre física / socialmente	X	X	XX	XX	X	X	XX	X
Instalaciones pobres	X	X	XX	XX	X	X	X	XX
Poco apoyo social	X	X	XX	XX	X	X	X	XX
Poco/mal transporte	XX	XX	XX	XX	XX	XX	X	XXX
Políticas excluyentes Encargados instalación deportiva	X	X	XX	XX	X	X	XX	XX
Etiquetas sociales	X	XX	XXX	X	X	X	XXX	XX
Factores Personales								
Tiempo (falta)	X	X	XXX	XXX		X		X
Dinero (falta)	X	X	XXX	XXX	X	XX	XX	XX
Habilidades (falta)	X	X	XXX	XXX	X	X	XX	XX
Inseguridad	XX	XX	XX	XX	XXX	XXXX	XX	XX
Incapacidad / Impotencia	XX	XX	XXX	XXX	XX	XX	XXXX	XX
Auto-imagen	X	X	XX	XX	X	X	XX	XX

Fuente: Collins y Kay, 2014. *Deporte y Exclusión social*. Nota: el número de X muestra la severidad con la que experimentan la limitación los diversos grupos. El color azul subraya los factores mediadores

Ya hace años, Roberts (1999) señalaba cómo el dinero se convertía en la raíz de las diferencias en el uso del tiempo libre. Decía que las clases más privilegiadas podían hacer sustancialmente más cosas con su tiempo libre. En la descripción del famoso sociólogo Pierre Bourdieu, el deporte funciona como un escalón de exclusión social que favorece a las clases dominantes y termina, por tanto, siendo operado como un mecanismo de control. Ya desde 1996, Ravenscroft describió como el deporte no estaba siendo una actividad facilitada por el estado y comenzaba a convertirse en una expresión de consumo. No es de extrañar que muchas barreras o limitaciones para la participación se vinculen con el costo de participar, del transporte, del tiempo disponible, así como con la confianza para participar, especialmente cuando no han participado de manera habitual. Ravenscroft (1993) señalaba que el acceso al tiempo libre debe ser visto como parte de una concepción de inclusión ciudadana.

Existen, pues, múltiples barreras o limitaciones para la práctica del deporte que se pueden enmarcar dentro de los factores mencionados anteriormente. Hacen parte de estas el ingreso económico, el racismo, la edad, el género, la discapacidad, entre otros.

4.1 Barreras o limitaciones por razones económicas en edades tempranas

Los primeros años de vida son fundamentales para el desarrollo de habilidades motrices. Dichas habilidades funcionan como estructuras básicas para el desarrollo de otras más complejas. La educación física en la escuela primaria puede volverse el fundamento para la participación prolongada en actividades deportivas las cuales surten efectos prolongados en la salud de la población. Los niños interactúan jugando y al hacerlo aprenden de su ambiente, de ellos mismos y establecen así una relación con el mundo. El juego es esencial para el desarrollo humano, porque es gracias a él que se desarrollan habilidades motrices, afectivas, físicas y cognitivas (Lester y Russell, 2008). Sutton (2008) mostró que los niños que provenían de hogares con más ingresos económicos tenían juegos mejor organizados y estructurados. Posiblemente uno de los estudios más reconocidos sobre los atributos del juego para la vida es el de Schweinhart y Weikart (1997), en el que seguían la evolución de los participantes desde edades tempranas hasta los veinte años y encontraban que los niños que tuvieron más riqueza en sus actividades de juego obtuvieron mejores resultados escolares y laborales. Es por estas razones que cuando hablamos de barreras para la actividad física y el deporte debemos tomar en cuenta las oportunidades que se brindan a niños y niñas desde edades tempranas. Solo para centrar la atención en una cuestión elemental es importante resaltar la oportunidad de juego que tendrán los alumnos de las escuelas con instalaciones deportivas en comparación con los que no las tienen. Como Collins (2014) señala, la educación física en las etapas escolares primarias debe ser el fundamento para el establecimiento de vidas saludables y la excelencia deportiva. A pesar de la importancia de aprovechar el deporte escolar, aún hay lugares que no lo utilizan de la manera adecuada. Desafortunadamente, México es un ejemplo de lo anterior. De acuerdo con el Observatorio Mexicano de Enfermedades no Transmisibles (OMENT, 2015), solamente el 48% de las escuelas registradas tienen instalaciones deportivas en uso y apenas el 29% de ellas tienen profesor de educación física. La situación ya es alarmante en otros países con mejores oportunidades, instalaciones y recursos para el deporte y, por lo tanto, el problema todavía es más grave en México. Sólo en Inglaterra (Davies, 2013) se reportaron efectos de la obesidad en el 12% de niños en edad preescolar, el 10% de los alumnos de educación primaria y el 19 % de los alumnos en el sexto año escolar. El hecho de no dar la oportunidad de realizar la práctica deportiva desde edades tempranas de manera rutinaria en las escuelas afectará en mayor medida a quienes no puedan pagar por

actividades deportivas en horarios extracurriculares. Roberts y Brodie (1992) encontraron en seis distintas ciudades que el número de deportes practicados durante la juventud es el principal predictor de la práctica deportiva futura de los individuos. La búsqueda de la difusión equitativa del deporte conlleva conocer cuáles son las barreras que enfrenta la población y con ello proveer mejores ofertas deportivas.

A pesar de que en distintos lugares del mundo se fomenta la práctica deportiva en edades escolares, el problema de la obesidad infantil y juvenil sigue creciendo. El coste para los individuos y las sociedades de no combatir las barreras para la práctica deportiva puede no percibirse inmediatamente, pero en un futuro cada vez más cercano, el efecto de no contrarrestarlas se verá reflejado en los gastos de los servicios de salud en términos de enfermedades cardiovasculares, obesidad, diabetes y otras enfermedades crónicas que la mayoría de los países no puede permitirse con el sistema de salud actual. El anterior es el caso de México.

4.2 Barreras o limitaciones por razones económicas

Distintos estudios han encontrado que las barreras económicas son un factor determinante que limita las oportunidades de participación en el deporte (Gordon-Larsen, McMurray, y Popkin, 2000; Crawford, 2008). La participación en actividades deportivas es superior en infantes pertenecientes a familias con mayor ingreso económico (Clarke, 2008), lo cual los hace más propensos a cumplir con los estándares recomendados de actividad física diaria y, por ende, ver reflejados los efectos en el estado de salud que suponen dichos estándares (Colley, 2011). Por el contrario, aquellos infantes y adolescentes que viven en vecindarios de escasos recursos tienen acceso a menor número de instalaciones deportivas, entre otras limitaciones, por la percepción de poca seguridad experimentada en las zonas en donde se encuentran dichas instalaciones.

Las principales barreras para la práctica deportiva tienen una amplia relación con el ingreso económico. Lo anterior se vuelve alarmante al evaluar que son precisamente los que menos tienen los que más necesitarán gastar en salud, entre otras razones, porque una persona que no realiza deporte tiene un mayor riesgo de padecer enfermedades no transmisibles que son muy difíciles de costear económicamente. El acceso a los programas de deporte debería ser posible especialmente en las zonas de escasos recursos económicos (Humbert y col. 2006). Existen diversas barreras que impiden a familias de escasos recursos lograr adherencia al deporte. No contar con los recursos para acceder a la infraestructura deportiva es uno de ellos, y además los tiempos de desplazamiento, la alimentación, la seguridad y la cultura también hacen parte de un contexto que dificulta la práctica deportiva. En este sentido, la población de zonas marginadas geográficamente y socioeconómicamente, en donde

además hay carencia de infraestructura deportiva, debe desplazarse a lugares donde sí existen los espacios, multiplicando con ello las barreras para la práctica deportiva, ya que se enfrentan a los problemas de los costos de traslado y tiempo de desplazamiento. Esto esta sustancialmente la posibilidad de practicar algún deporte para quienes tengan más de un trabajo, cuenten con una jornada laboral con horarios anormales o no cuenten con alguien de apoyo para acompañar a los menores en el desplazamiento. No obstante, es fundamental lograr ahorros en materia de salud pública facilitando herramientas para lograr el acceso al deporte a toda la población, especialmente a aquellos con mayor riesgo de verse afectados por las consecuencias del sedentarismo.

Holt y col. (2011) elaboraron folletos descriptivos que detallan limitaciones y barreras, así como soluciones alternativas para los padres de familia de escasos recursos económicos para la práctica de actividad física y deporte en Canadá (Tabla 3).

Tabla 3 Resumen de categorías y temas reportados por padres de escasos recursos para la práctica deportiva

Categorías	Temas
Barreras y limitaciones	Barreras económicas Manejo del tiempo (traslado a entrenamientos y partidos) Mantenimiento y ascenso de los costes de participación cuando los hijos mejoran deportivamente
Soluciones alternativas	Redes de ayuda entre padres Fondos de ayuda para el deporte Otros recursos de ayuda adicionales

Fuente: Holt y col. 2011

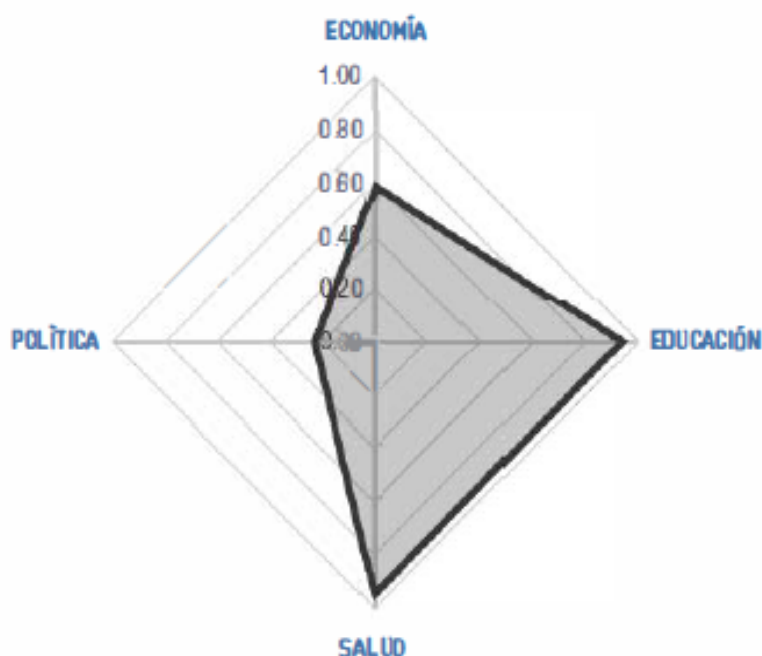
Incluso en lugares donde existen fondos de ayuda para la adherencia a la práctica del deporte, como en Canadá, los padres de familia de estratos económicos bajos se enfrentan a barreras para poder impulsar la práctica de sus hijos. Además de lo anterior, los costos de la práctica tienden a aumentar cuando los implicados evolucionan deportivamente, lo que reduce los beneficios de la práctica por periodos prolongados de tiempo, ya que por razones económicas esa práctica tiene que ser interrumpida.

Las barreras para la práctica son tantas que incluso en los países donde existen fondos para evitar este mal se sufren limitaciones. Lo anterior hace pensar en el tamaño de la barrera económica en aquellos países en donde no se destinan este tipo de ayudas tan específicas. Como ya se mencionó, la barrera económica para la práctica del deporte se relaciona y afecta de manera global a todas las otras barreras, como se puede ver en la tabla # 2 (limitaciones y exclusión en el deporte y tiempo libre).

4.3 Barreras o limitaciones por género

Diversas dimensiones de la inequidad de género siguen prevaleciendo de manera global. Si bien es cierto que se ha visto algún aumento del acceso femenino a la salud y a la educación, en dimensiones como la representación política o la equidad económica y laboral sigue habiendo una amplia brecha. A nivel global se está muy lejos de lograr consolidar la equidad de género (Figura 3). No es de extrañar que en el deporte se repita este comportamiento.

Figura 3 Equidad de género en las dimensiones de economía, educación, política y salud a nivel nacional



Fuente: Global Gender Gap Index 2015

Por otro lado, los estereotipos de género son parte de otra dimensión que constituye una de las barreras más comunes para la práctica deportiva. En múltiples casos, “*el tipo de práctica deportiva crea barreras que limitan las oportunidades de mejorar las capacidades físicas de hombres y mujeres. El arraigo de estereotipos es un círculo vicioso que atrapa a las personas y a sus posibilidades de elegir en libertad*” (Dosal, Capdevila Ortis, & Mejía-Ciro, 2017). De acuerdo con el The Global Gender Gap Report (2015) cuando la mitad de los ciudadanos sufre discriminación, el crecimiento equilibrado de los países resulta limitado. En este sentido, diversos países han aumentado su interés en desarrollar el deporte de manera equitativa para ambos géneros. Así pues, se pueden

identificar dos enfoques para el tratamiento de los estereotipos de género en el deporte. El primero tiene que ver con facilitar la inclusión femenina en diversos ámbitos sociales utilizando el deporte como una herramienta que desdibuje dichos estereotipos; es decir, utilizar el aporte del deporte para empoderar a las niñas y mujeres (Kay, 2009) y familiarizar a niños, niñas, mujeres y hombres con los roles que pueden ser asumidos por todos. La segunda vertiente es la de incrementar el número de mujeres practicando deporte con miras a los aportes en materia de salud que esto representaría para los países; por ejemplo, sólo en México, la inactividad física en mujeres durante el 2017 era 13% más alta que en hombres, dos puntos porcentuales más que lo revisado en el 2013 (INEGI Instituto Nacional de Estadística y Geografía, 2018)

4.4 Barreras o limitaciones en edad avanzada

De acuerdo con Collins y Kay (2014) una persona saludable de más de 70 años tiene un 54% de probabilidad de vivir hasta los 90 años, pero todo esto puede verse reducido en un 22% si es fumadora, un 26% si es obesa, un 36% si es hipertensa, pero, aún más impactante, un 44% si tiene un estilo de vida sedentario.

Las minorías están poco representadas en el deporte y el bajo nivel de participación, especialmente en la dirección de federaciones o asociaciones deportivas, representa barreras para la participación equitativa en los procesos deportivos.

McPherson (1999) señala que mientras se pierde la capacidad física con el paso del tiempo, la adaptación a los cambios físicos ocasionados por la edad es no solo un proceso social sino también biológico. La adaptación a la vida común se puede ir tornando cada vez más complicada si se descuida el estado de salud física; incluso el transporte se puede volver un problema (Walker y col. 2006). La evidencia de la magnitud de los beneficios físicos y mentales en edades avanzadas se ha incrementado desde 1998, cuando el colegio americano de medicina deportiva ya declaraba que el sedentarismo es por muchos una condición más peligrosa en personas de la tercera edad.

La participación en actividades deportivas se ha reducido a nivel global. Rodgers (1977) decía que la inactividad se venía acentuando debido a que las personas mayores de 50 años habían tenido poca experiencia deportiva en la niñez, no aprendieron habilidades motrices, o, por llamarlo de otra manera, eran deportivamente analfabetos. El informe COMPASS (Coordinated Monitoring of Participation in Sports, 1999) analiza que la participación deportiva se reduce en las personas de la tercera edad en todos los países europeos estudiados. Para los adultos mayores la fuerza muscular, la flexibilidad y la densidad ósea se comienza a perder cerca de un 10% por década después de los 30 años. Otra de las consecuencias encontradas en el Reino Unido es alarmante: el 31% de las mujeres mayores de 70 años eran incapaces de caminar más de 400 metros (Skelton y col. 1994) o, lo que es

lo mismo, se encontraban limitadas a un radio de 200 metros de su lugar de residencia. Es imperativo reducir los índices de abandono deportivo en personas mayores facilitándoles actividades para lograr la participación regular. El crecimiento global de personas mayores de 65 años seguirá aumentando, lo que vuelve de crucial importancia brindar oportunidades de mantenimiento físico, no solo para reducir gastos en materia de salud Abate y col. (2007), sino para mejorar la calidad de vida.

4.5 Barreras o limitaciones para minorías

El deporte, como muchas otras formas de expresión cultural, es un espacio de lucha, resistencia o disputa en el cual se ven reflejadas manifestaciones ideológicas; es un espacio en donde las ideologías dominantes pueden ser amenazadas o reafirmadas. Estudios en investigaciones sobre el tema han encontrado que la cultura, la religión, el racismo, las clases y los recursos socioeconómicos son factores que determinan la sub-representación de las minorías en la práctica deportiva (Strandbu, Bakken, & Sletten, 2017). Todavía existen afirmaciones que señalan que ciertas razas no son adecuadas para la práctica de ciertos deportes, según la Agencia de la Unión Europea para los derechos fundamentales. Ésta misma reporta que se han identificado diversos incidentes de racismo, antisemitismo y antigitanismo, especialmente en deportes como el fútbol y el baloncesto en la Unión Europea. Sin embargo, sólo 10 estados miembros tienen un sistema de monitorización de incidentes de racismo. En el fútbol se reportaron incidentes no sólo en el nivel profesional, sino que también en el deporte juvenil e infantil; incluso árbitros estuvieron implicados en esos incidentes racistas (Mauro, 2017). De acuerdo con Sabo (2016), la inequidad en la participación deportiva en grupos minoritarios se manifiesta desde edades tempranas. La mayoría de los deportes en los Estados Unidos ven reducidos el número de participantes pertenecientes a grupos minoritarios entre el octavo y doceavo año escolar.

Las personas provenientes de minorías están sub-representadas en el deporte. Los bajos niveles de participación se acentúan particularmente en los puestos de dirección de asociaciones o federaciones deportivas (Mauro, 2013). Long, Hylton, Spracklen, Rana, & Bailey (2009) encuentran que a pesar de que a nivel global la participación de las minorías en nuevas iniciativas para la práctica deportiva se está acercando de manera representativa al porcentaje de su población, la falta de “Capital Deportivo” y, en ocasiones, el “Capital Social” afectan negativamente la introducción de dicha población al deporte, así como las posibles carreras deportivas que esto podría implicar. Según el estudio que realizaron, se cree que dentro de las barreras de la no participación y/o especialización en el deporte pueden estar incluidos factores como el desconocimiento del funcionamiento de la estructura del deporte dentro de los países, la falta de acceso a contactos claves dentro de los deportes, así como la imposibilidad de encontrar acceso a participar a nivel competitivo.

Recapitulación

Desde hace años, se plantean en distintos lugares del mundo y en México objetivos para el aumento en la participación de los ciudadanos en programas de prevención y promoción de la salud a través del deporte (WHO, 2013). Seguirá siendo muy complicado lograr aumentar dicha participación en el deporte si no se piensa que, para lograr esta participación, primero es necesario aumentar las oportunidades de acceso que se le ofrecen de manera integral y constante a todos los ciudadanos. Para lograr que una sociedad sea saludable es necesario la inclusión de todos los ciudadanos. Las políticas públicas que pretendan utilizar el deporte como herramienta de desarrollo tendrán amplios efectos si cubren las necesidades de los distintos grupos poblacionales, de manera sistemática, sostenible en el tiempo y sensible a las particularidades de cada minoría (como en el caso de las minorías étnicas y el adulto mayor).

En general, las limitaciones para la práctica deportiva son varias, pero Collins y Kay (2014) resaltan especialmente la exclusión que sufren las personas con pocos recursos económicos y, entre otros autores, Kay (2014) subraya la exclusión que sufre la mujer, y especialmente las niñas. De acuerdo con él, las mujeres han trabajado históricamente para equilibrar las oportunidades de participar, administrar y enseñar, pero siguen existiendo grandes brechas con la contraparte masculina, lo encontrado en la academia, lo reconocido en las políticas públicas y lo ejecutado por los gobiernos. Es notorio que la escasez económica y la exclusión por ser mujer tenga tanto impacto en factores personales y ambientales (Tabla 2). Es por esa razón que los siguientes apartados ahondan en primer término la exclusión social experimentada por razones económicas de la población en general para ahondar más adelante la limitación de la práctica por género.

Capítulo 5: Exclusión socioeconómica en México

La pobreza puede ser definida por la carencia de recursos para alimentarse y participar en muchas actividades que son llevadas a cabo o fomentadas en las sociedades a las que se pertenece. También se reconoce el uso del tiempo libre como parte de esas actividades colectivas (Townsend, 1979). En particular, en el deporte suele encontrarse que la pobreza es la principal limitación de la participación humana (Donnelly, 2008).

En la misma línea, Lister (1990) y Scott (1994), señalan que la pobreza resulta mejor entendida cuando se relaciona con el concepto de exclusión social. A diferencia de la pobreza económica, la exclusión no sólo significa falta de ingresos o desempleo, sino también la imposibilidad de acceder a diversos beneficios sociales.

Levitas (2007) definió la exclusión social como un complejo proceso multidimensional que involucra tanto la insuficiencia de recursos, bienes y servicios, así como la inhabilidad para participar en actividades normales para la mayoría de la sociedad ya sea en el campo político, social, cultural o económico. Becker y Boreham (2009) señalan que la exclusión social no sólo reside en cantidad en el poder de compra de productos necesarios, sino que implica carencia de servicios, experiencias o impedimento a participar en actividades que en la sociedad donde se vive son comunes.

Más aún Healey (1998) y Walker (1995) señalan que la exclusión puede ser experimentada por personas o grupos al igual que por lugares (vecindarios o comunidades). Un ejemplo extremo de lo anterior es cuando es imposible ir a un parque debido a no existir un parque cercano.

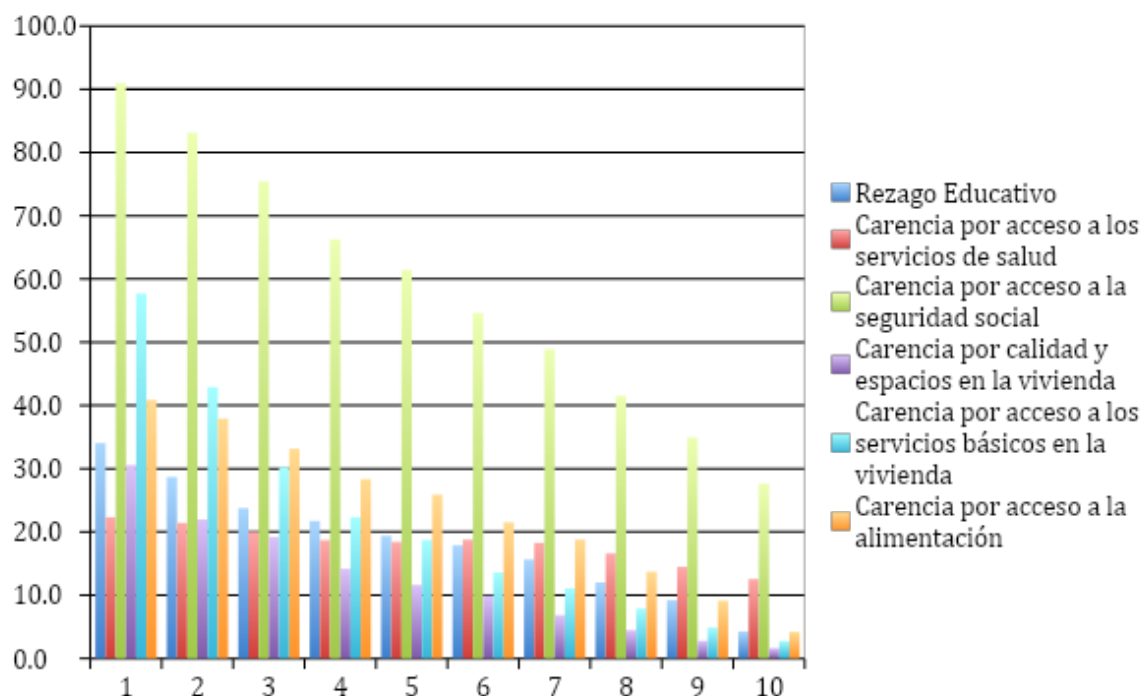
En México, la exclusión abarca distintas esferas, desde la laboral a la académica o social, e incluso hasta el uso del tiempo libre. Existe exclusión social en una amplia gama de actividades colectivas. Desde luego el estatus económico parece estar en la raíz de muchas diferencias en el uso del tiempo libre (Roberts, 1999). Los diferentes estratos sociales practican diferentes actividades; ciertas actividades están caracterizadas por los recursos que cada estrato posee. En consecuencia, existen grandes diferencias de accesos que ocasionan el cierre de alternativas a ciertos sectores sociales.

En relación a la práctica de actividad física y deporte, la exclusión social es relevante cuando se observa que hay algunas personas que pueden adquirir artículos o accesos necesarios para la práctica y otras que quedan marginadas de la posible compra y, por ende, de la participación. Ravenscroft (1993) asigna al estado la responsabilidad de crear las condiciones sociales para la utilización del tiempo libre, por cuanto el acceso a la recreación es parte de una ciudadanía inclusiva.

De acuerdo con Stiglitz (2012), en la ausencia del soporte del gobierno, muchos de los hijos de familias pobres no tendrán acceso a servicios básicos de salud y nutrición, además de que los servicios de educación son limitados e impiden a niños y niñas adquirir las habilidades y conocimientos necesarios para ganar movilidad social.

El Consejo Nacional de Evaluación de la Política de Desarrollo Social (CONEVAL) mide la pobreza en México con una serie de indicadores que evalúan no sólo el ingreso, sino las carencias sociales. El ingreso es percibido como una de las dimensiones de la pobreza pero miden siete dimensiones a las que dan el nombre de carencias sociales. Esas carencias sociales identifican a la población que no cuenta con un mínimo necesario de cada uno de los indicadores. Las carencias sociales evaluadas por CONEVAL son el rezago educativo, el acceso a los servicios de salud, a la seguridad social, a la alimentación, a la calidad y a los espacios de la vivienda, así como el acceso a servicios básicos de la vivienda. En México, se repite y acentúa este tipo de patrón: a mayor nivel de ingreso menos carencias sociales, más esperanza de vida, mayor acceso a la seguridad social, a los servicios básicos en la vivienda y a la alimentación, como puede observarse en el siguiente cuadro con datos del Coneval de 2014 (Figura 4). La presente investigación encontró que el fenómeno se repite en la práctica del deporte.

Figura 4 Carencias sociales por percentil de Ingresos



Fuente: estimaciones del CONEVAL con base en el MCS-ENIGH 2014.

Siguiendo la conceptualización de Atkinson (1998), la exclusión se compone de tres elementos constitutivos: relatividad, agencia y dinámica. La relatividad se refiere a que las personas

son excluidas de formar parte de una comunidad mayor, en un lugar y momento determinados. No es posible juzgar si una persona está excluida socialmente examinando sus circunstancias en aislamiento, sino tomando en cuenta también las actividades del resto de la comunidad. En el deporte un ejemplo sería que el grupo más fuerte excluya del uso de las instalaciones deportivas al grupo débil.

La exclusión implica actos realizados (agencia) por una persona o personas que hace(n) la exclusión. En el caso del deporte puede ser desde el propio portero, los practicantes o hasta el director de un centro o institución. El agente puede ser el propio sujeto ya que en ocasiones es quien se excluye a sí mismo. En el deporte es común que una persona se excluya a sí misma de la participación al no sentirse capaz. Por otro lado, hay hábitos o costumbres mediante las cuales la propia sociedad forma estructuras de exclusión. La forma de considerar y tratar a alguna minoría sería un caso típico.

En términos de dinámica se subraya el hecho que los excluidos no lo son solamente por su situación actual, sino en su posibilidad de desarrollo futuro, entiéndase por futuro el propio o el de los descendientes. Lo grave de la exclusión social es que puede llegar a ser un fenómeno transgeneracional, y que al propio tiempo las personas pueden ser excluidas por las expectativas sociales que se forman en torno a ellas.

5.1 Consecuencias de la exclusión para la práctica del deporte

Para bien o para mal, nos enfrentamos a necesidades: el deporte constante implica un gasto, desde la posibilidad de comprar los artículos para practicarlo hasta el traslado al lugar de práctica. Entonces, el deporte visto como acto de consumo, por fuerza excluye a los que menos tienen, sobre todo si se observan las tendencias económicas actuales hacia la concentración de los ingresos. De acuerdo a Stiglitz (2012) el 1% de la población se lleva más del 20% del ingreso nacional en los Estados Unidos de América. Esta tendencia se repite en diversos países. En México, las disparidades distintivas son mayores y hacen de la pobreza factor determinante de las carencias sociales (véase Figura 1). En el plano deportivo, nuevamente la pobreza se convierte en el gran restrictor.

Las personas por debajo del ingreso medio han aumentado su número, no sólo en México sino en diversos países de América Latina. Los desempleados, y sobre todo los trabajadores informales, han seguido creciendo en el país de manera constante. La condición de pobreza no es una condición inusual entre los ciudadanos mexicanos y tampoco lo es a nivel global. 42 millones de personas no tienen empleo en los países de la OECD. El desempleo es 77% mayor que antes de la crisis de finales de la década del 2000. México vive intensamente este problema, con una baja participación laboral: 60.7%. Peor aún, es uno de los países miembro de la OECD con peor situación para los jóvenes, donde el 22,4% de la población entre 15 y 29 años ni estudia ni trabaja. Es además el país

que menos gasto destina a políticas de empleo. No acaba ahí, el salario mínimo, apenas en el 2013, lo colocaba como el segundo país con ingreso por salario mínimo más bajo. Los niveles por calidad del trabajo son mucho menores al promedio de los otros países miembros y, con respecto a la inseguridad laboral, el riesgo de salarios extremadamente bajos es especialmente alto en México (véase OECD, 2015). La pobreza restringe también el uso del tiempo libre, lo que es evidente al observar que las disparidades económicas implican una diferencia en la cantidad de práctica deportiva.

De acuerdo a la declaración de Berlín MINEPS V (Ministers and Senior Officials Responsible for Physical Education and Sport) de la Unesco (2013), el acceso al deporte es un derecho fundamental sin importar raza, edad, género, recursos económicos, cultura, identidad u orientación sexual. En México la práctica del deporte es considerado un derecho constitucional (artículo 4). Es por ello que si en algún momento se fomentó que el deporte sea un derecho desde el ámbito legal también deberían crearse políticas públicas que se encarguen de ello. Los fenómenos de exclusión en el deporte se reproducen hasta en los lugares de práctica. Las instalaciones más utilizadas por la población en general son las que no implican gasto; a ello deben añadirse los problemas de seguridad, que pueden alejar a la población de la práctica deportiva en lugares públicos (de Almeida Mendes y col., 2014).

El hecho de que la práctica implique de alguna manera un acto de consumo tiene evidentemente mayores efectos restrictivos en las personas que menos tienen. En nuestro país, el 10% de la población rica tiene cada vez más, mientras que el 90% restante tiene cada vez menos. Todo lo anterior hace obvia la necesidad de habilitar más instalaciones de práctica gratuita, ya que la pobreza exagera los impedimentos de realizar cualquier actividad que cueste un extra.

Los programas de promoción de la salud son urgentes. Sólo en México se estima que para el 2017 el gasto en enfermedades vinculadas con la salud oscile entre 78.000 millones y 110.000 millones si no se aplican intervenciones preventivas y costo-efectivas (Álvarez Del Río, Gutiérrez-Delgado, & Guajardo-Barrón, 2012). La necesidad de habilitar la posibilidad de práctica para todos se acentúa cuando son los que menos tienen los que menos pueden y podrán pagar en servicios médicos. El coste para el estado en servicios de salud aumentará cada vez más si no se invierte en la prevención y promoción de la salud. Es por lo anterior que diversas instituciones, como la Organización Mundial de la Salud, han difundido recomendaciones globales para la utilización de la actividad física en la promoción de la salud (OMS, 2010). La propia Organización de las Naciones Unidas prevé que para el 2020 haya 44 millones de muertes por falta de promoción de la salud (ONU, 2014).

Las enfermedades no transmisibles son la principal causa de muerte y discapacidad. El deporte puede representar una alternativa para combatir estas enfermedades, principalmente por ser de las

intervenciones estatales más económicamente accesibles. Es importante resaltar la necesidad de actuar en la población menor de edad. Se requiere tomar en cuenta que las raíces de las enfermedades en la edad adulta residen en las prácticas habituales en edad temprana. (Fernandes & Zanesco, 2010)

Recapitulación

Este capítulo pretende señalar la falta de oportunidades de acceso al deporte para las personas de escasos recursos. Incluso se puede observar como distintos teóricos han encontrado la necesidad de fomentar el acceso al deporte precisamente para la población que menos tiene. Los beneficios que el deporte podría generar son especialmente importantes desde la perspectiva de promoción de la salud, ya que son los que menos tienen los que se verían más beneficiados de no tener que gastar una parte de sus escasos recursos en enfermedades que pueden atrasar o disminuir el efecto de las mismas (obesidad, diabetes, cancer, entre otras).

Capítulo 6: Exclusión por género en México

El concepto de equidad de género es multidimensional; es decir, está compuesto de diversas aristas como la legal, educacional, económica, política, de salud y sistemas familiares. Es por lo anterior que la profundidad de la inequidad se explica por la combinación de variables políticas, socio-económicas y culturales (Dijkstra, 2002; Frias, 2008; Harvey, Blakely, & Tepperman, 1990; Sugarman & Straus, 1988; Young, Fort, & Danner, 1994). Por un periodo prolongado se han practicado roles de género que han resultado en el menor involucramiento del género femenino en distintos aspectos de la actividad social. Los roles de género a veces tienen como resultado que las mujeres sean disuadidas para involucrarse en ciertas actividades sociales. En el caso del deporte, especialmente en México, las mujeres son afectadas por un menor involucramiento en la participación como lo muestra el seguimiento del INEGI, MOPRADEF. Examinar más de cerca las cuestiones de exclusión femenina en el contexto deportivo constituye un objetivo fundamental de la presente investigación.

La equidad de género promueve que los intereses, las necesidades y las prioridades de ambos géneros sean tomados en cuenta. Quizá el punto más importante sea resaltar que la equidad de género no es un asunto de mujeres o para las mujeres. Una sociedad que se preocupa únicamente por desarrollar uno de los géneros (cualquiera que este sea) es como un deportista que sólo se preocupa por desarrollar un lado de su cuerpo. Tanto hombres como mujeres experimentan los efectos adversos al enfrentar restricciones a consecuencia de los estereotipos de género. Existen distintas formas de discriminación, algunas muy evidentes y otras totalmente sutiles, como prácticas familiares o sociales (los niños no lavan los platos) que facilitan o dificultan el desarrollo igualitario de ambos géneros. Los ciudadanos de cada país son su principal factor de desarrollo. Cuando la mitad de estos sufre problemas para desarrollarse, el crecimiento de ese país se verá limitado (Gender Gap Report, 2015). La equidad de género es hoy un factor de bienestar alrededor del mundo. Cuando ambos géneros participan en la fuerza laboral, las economías crecen. La reducción de la brecha laboral entre géneros tiene efectos de crecimiento económico más veloz (OECD, 2012).

Desafortunadamente, aún a día de hoy podemos encontrar evidencia de que la disparidad de género persiste. De acuerdo con el Banco Interamericano de Desarrollo, al comparar el salario de hombres y mujeres con el mismo tipo de preparación académica y edad, las mujeres ganan un 17% menos en los países latinoamericanos. Aún más grave que lo anterior, en algunos países de la región la diferencia salarial ha crecido en los últimos 15 años. Las mujeres están con mayor probabilidad

desempleadas, trabajan en empleos de menor calidad y son segregadas laboralmente. El promedio de desempleo femenino es mayor que el de los hombres en la gran mayoría de los países de la región. En América Latina, las mujeres tienen mayor presencia en empleos informales. El 58% de las mujeres se ocupan en empleos sin prestaciones de ley. A pesar del aumento en el acceso a la educación, las mujeres sufren diversas desigualdades en la convivencia habitual y, a pesar de que están empleadas, tienen que ocuparse también de los trabajos domésticos. Globalmente, casi la mitad del potencial productivo femenino es inutilizado mientras que sólo el 22% del varonil no es aprovechado. Un estudio en más de 219 países estima que cerca del 50% del crecimiento económico de los países miembros de la OECD es atribuible al incremento en la equidad educativa entre géneros (OECD, 2012). El aumento del nivel académico femenino impulsa el crecimiento económico. Los avances en el acceso educativo femenino repercuten en el desarrollo global. Por cada año educativo adicional para las mujeres en edad reproductiva se observa una reducción de un 9,5% en la mortalidad infantil (Gakidou, 2010). El 50% de los nacimientos de bebés de madres primerizas en países en vías de desarrollo son de niñas en edades tempranas (UNFPA, 2013). Muy por el contrario, cuando las niñas avanzan más grados escolares se disminuye el número de embarazos adolescentes lo que ocasiona un desarrollo social más rico (Levine, 2009).

6.1 Importancia de la equidad en México

La equidad de género se refiere a la igualdad de responsabilidades, derechos y oportunidades para niños, niñas, mujeres y hombres. La equidad no significa bajo ninguna circunstancia que hombres y mujeres se conviertan en lo mismo; más aún, las diferencias no necesariamente implican inequidad. La equidad de género se refiere a que hombres y mujeres tengan los mismos derechos y responsabilidades pero muy especialmente que las oportunidades no sean distintas por el simple hecho de nacer mujer u hombre (OSAGI, 2001). La violencia de género es quizá la más fuerte expresión de inequidad y sus efectos repercuten en la salud y libertad, no solo de mujeres sino de la sociedad. La declaración de las Naciones Unidas para la eliminación de la violencia en contra de las mujeres data del año 1993 y los avances siguen siendo insuficientes. Tristemente, México es un país ejemplo de lo anterior. Las repercusiones de la violencia de género han sido y son mayúsculas. Ya no sólo Ciudad Juárez sino que ahora Ecatepec son referentes mundiales de muerte por violencia de género. El aumento en las tasas nacionales de feminicidios sólo permite abrir la boca para no volverla a cerrar dejando el corazón de nuestras familias y sociedades roto para siempre.

La situación femenil en México hace urgente intervenir desde todos los sectores posibles para erradicar la inequidad de género. Sólo para visualizar el efecto de invertir en esta causa, basta decir que cuando una mujer termina más de 7 años de formación educativa, se casa 4 años más tarde y tiene

en promedio dos hijos menos (Levine, Lloyd, Greene y Grown, 2009). Más del 50% de los primeros embarazos adolescentes ocurren en países en vías de desarrollo, lo anterior es elemental en un país como México, donde el embarazo adolescente es uno de las principales factores para el subdesarrollo. Para rematar, la equidad laboral tendría efectos muy positivos para el desarrollo económico. Se estima que las mujeres aumentarían en un 54% el producto interno bruto de los países si se les proporcionara entrenamiento y oportunidades de inserción laboral equitativas (ONU, 2011).

México es uno de los países con peor rendimiento en equidad de género en América (Frias, 2014). El nivel de equidad o inequidad de un país es observado a partir de la atención a las variables de inequidad en el acceso laboral, política, económica y educativa (Di Noia, 2002).

El foro económico mundial publicó el estudio Gender Gap Report, 2015. México está ubicado en el lugar número 71 de 145 países evaluados. Dicho reporte mide la brecha de equidad de género clasificando a los países de acuerdo al índice de equidad entre géneros. El reporte evalúa cuatro distintos subíndices que observan las variables de inequidad ya mencionadas: participación y oportunidad económica, salud y sobrevivencia, logros académicos y poder/representación político.

El subíndice de participación y oportunidad económica se compone de tres conceptos: brecha de participación, brecha de remuneración y brecha de promoción. La brecha de participación es obtenida a partir del cálculo de la diferencia en la participación laboral entre hombres y mujeres. La brecha de remuneración resulta de la evaluación de la proporción de ingreso comparado entre hombres y mujeres. Por último, la brecha de promoción se refiere a la diferencia en los puestos ocupados por hombres y mujeres y se calcula evaluando la cantidad de mujeres y hombres ocupando puestos directivos y midiendo el número de trabajadores hombres y mujeres en cargos profesionales y técnicos. Este es el subíndice en el que nuestro país está peor ubicado. México quedó ubicado en el lugar 126 de 145 países. Tenemos al país peor clasificado de la región latinoamericana en oportunidades y participación laboral femenil. La dependencia económica es tal vez el principal candado para la libertad general.

El subíndice de salud y sobrevivencia coloca a México en el lugar más alto junto a países como Nicaragua, Guatemala, El Salvador, Brasil, Francia y Namibia, que obtuvieron el mismo valor, colocándolos a todos en el primer lugar. Lo que indica que los accesos a los sistemas de salud se han equilibrado para ambos géneros.

El subíndice de logros académicos se calcula con la evaluación de acceso a la educación primaria, secundaria y terciaria. El subíndice calcula la diferencia entre géneros a partir del acceso a dichos niveles educativos. Otro factor de éste se calcula comparando la alfabetización entre géneros. México quedó ubicado en el lugar 75.

El subíndice de representación política mide la brecha entre hombres y mujeres en los puestos de toma de decisión política y compara el número de hombres y mujeres ocupando cargos políticos, legislativos y ejecutivos. México se ubica en el lugar 34.

En nuestro país, penosamente nos encontramos a una larga distancia de la equidad. La violencia de género tiene tal magnitud que las mujeres sufren incluso para trasladarse de un lugar a otro. La Ciudad de México es la segunda ciudad más peligrosa del mundo para trasladarse en el caso de ser mujer (FIA, 2016).

Más de seiscientos millones de niñas están creciendo en países en vías de desarrollo. Tanto el Banco Mundial como las Naciones Unidas reconocen en el apoyo a las mujeres una tarea que facilitaría el desarrollo sustentable. La equidad de género representa una de las principales vías de desarrollo para cualquier país. Los países no pueden desarrollarse de manera sustentable si facilitan las oportunidades, recursos y libertades sólo a la mitad de sus miembros. Una estrategia de equidad es, por tanto, una estrategia política de desarrollo.

6.2 Inequidad en el deporte en México

La situación de la mujer en cuanto a la practica deportiva en México es muy similar a la que se observa en otras esferas sociales: una reducida participación en puestos de dirección/decisión, que limita a su vez la creación de nuevas oportunidades de desarrollo para el deporte femenino en todas sus esferas. Para detallar lo anterior podemos observar el numero de mujeres en puestos directivos a nivel nacional. En el caso de las instituciones de representación estatal (Institutos del Deporte) por estado podemos observar que sólo el 20% de los cargos son ocupados por mujeres. Es decir, de 32 estados en el país, solamente 6 de ellos tienen el el cargo directivo a mujeres, lo que representa que el 82% de los directores de Instituto a nivel nacional son hombres. En cuanto a las Federaciones deportivas Nacionales el caso es aún más grave con solamente el 7% de los cargos directivos ocupados por mujeres. La cifra es escandalosa: solo 5 de 71 Federaciones deportivas nacionales en México cuentan con una directora mujer.

6.3 El Deporte como posible herramienta para la equidad

El deporte puede representar un espejo de los problemas que afectan a una sociedad. Éste podría apreciarse como otra manera de expresar un síntoma en un contexto distinto. Así pues, la sociedad tiene un impacto en el deporte y el deporte un impacto en la sociedad.

El deporte, como otras actividades en nuestra sociedad, es parte de esa inequidad, por tanto uno de los primeros factores a tomar en cuenta es el acceso a dicha actividad. Aunque el nivel de

participación de atletas mujeres en las competiciones olímpicas ha venido creciendo desde París 1900 hay que llamar la atención al hecho que el acceso femenino al deporte recreativo y formativo es muy limitado (Bittman y Wajcman, 2001). El aumento de la participación femenina representa un beneficio económico para el deporte y todas las industrias relacionadas por razones de participación y popularidad (Sólo en México más del 50% de la población es femenina). El objetivo de la industria debería ser asegurarse que el deporte es atractivo para la mayor cantidad de personas posible. Mucho más importante aún, el deporte puede ser herramienta de construcción de capital social porque proporciona un espacio de convivencia.

Incrementar la participación femenina es vital, ya que el deporte puede representar el inicio o el primer acercamiento a un estilo de vida que integre hábitos saludables. De acuerdo con la UNESCO, los efectos positivos para una persona que practica deporte a lo largo de la vida son varios: reducción de los riesgos de padecer cáncer, diabetes o enfermedades cardiovasculares, e incluso llegar a vivir 5 años más. Una persona con hábitos deportivos ahorra en promedio más de 2.741 de dólares al año en salud, y percibe entre 7-8% más de salario. La inactividad física causa más muertes que el consumo de tabaco. Por todas estas razones se hace fundamental involucrar a ambos géneros en la práctica de actividad física y el deporte.

Los avances han sido extremadamente lentos aunque no inexistentes. En primera instancia se exploró como involucrar a más niñas y mujeres en la práctica de deporte para después llegar a la idea de también utilizar la práctica del deporte como una vía de inclusión de mujeres y niñas a la sociedad, rompiendo con ello estereotipos de género (Picard, 2001). Con estas prácticas se puede objetar la subordinación femenina, ya que al promover la participación femenina en actividades “masculinas” se rompen estereotipos sociales desde el juego (Humberstone, 2002). Desafortunadamente, en diversos lugares los estereotipos de género tradicionales son reforzados a través de la práctica del deporte de maneras estereotípicas. En la práctica habitual es común ver que existen prácticas deportivas “para mujeres” y prácticas deportivas “para hombres” que terminan acentuando las diferencias de género reproduciendo y, en ocasiones enfatizando, las características socio-culturales del lugar.

Para la búsqueda de igualdad de género en la práctica del deporte 280 delegados de 82 países (México incluido) representando organizaciones gubernamentales y no gubernamentales firmaron la declaración de Brighton desde el año 1994 con el objetivo de crear una cultura que permita a las mujeres involucrarse plenamente en todos los aspectos de la práctica del deporte.

La declaración de Brighton manifiesta que el estado debe realizar todos los esfuerzos posibles para asegurar que las instituciones y las organizaciones responsables operen con los estatutos de la carta de las Naciones Unidas, la declaración universal de los derechos humanos y la convención de

las Naciones Unidas. Esta declaración está pensada para complementar las leyes, códigos, reglas y regulaciones en relación a mujer y deporte abarcando:

1. Equidad e igualdad en la sociedad y el deporte: Los estados y el gobierno deben realizar todos los esfuerzos para asegurar las condiciones de igualdad descritas en la carta de las Naciones Unidas
2. Instalaciones: La participación femenina en el deporte está influenciada por la cantidad y accesibilidad a instalaciones deportivas
3. Deporte infantil y escolar: Las organizaciones deportivas deben asegurar el mismo rango de oportunidades de participación para niños y niñas
4. Incremento en la participación: Las oportunidades deportivas deben ser provistas para ambos géneros asegurándose de cubrir las necesidades y aspiraciones femeninas
5. Deporte de alto rendimiento: Los encargados del deporte de alto rendimiento deben asegurar el apoyo equitativo a ambos géneros
6. Liderazgo: Los responsables de las organizaciones deportivas deben desarrollar políticas programas y estructuras que incrementen el número de mujeres en puestos de liderazgo y toma de decisión
7. Educación: Los procesos educativos deben incluir aspectos relacionados a la equidad de género
8. Investigación: Las investigaciones en materia deportiva deben desarrollar conocimiento acerca del desarrollo deportivo de ambos géneros
9. Recursos: Los recursos deben ser proporcionados para ambos géneros
10. Cooperación internacional: Las organizaciones gubernamentales y no gubernamentales deben facilitar ejemplos de buenas prácticas en materia de políticas de equidad.

Del mismo año data la creación del Grupo de Trabajo Internacional sobre la Mujer y el Deporte, que tiene la misión de empoderar a las mujeres utilizando el deporte como herramienta y crear una cultura deportiva basada en la equidad de género promoviendo el involucramiento de mujeres y niñas en la sociedad.

El 1995 el Comité Olímpico Internacional creó la Comisión de Mujer y Deporte para asesorar al comité ejecutivo en políticas a desarrollar en el campo. Distintos países han establecido sus propios criterios para asegurar un mejor involucramiento de las mujeres en el deporte. Inglaterra, por ejemplo ha conseguido avances desde la formación en el 2001 del grupo coordinador de Mujer y Deporte.

A día de hoy la inequidad se mantiene, diversos datos de la Fundación de Mujeres y Deporte (WSSF, 2010) mostraron que sólo una cuarta parte de las niñas realizaban 60 minutos de actividad deportiva al día. La proporción de niñas realizando los niveles recomendados de actividad física a la

semana se reducía a partir de los 10 años. Cuando se hablaba de participación en algún deporte, las niñas eran menos propensas a participar en deporte a la semana y, mientras más crecían, su participación caía dramáticamente. De acuerdo a Sport England, los niveles de baja participación deportiva femenina continúan en la adultez: solamente el 12,7% de mayores de 16 hacen deporte por lo menos una vez a la semana. Fue por esa razón que Inglaterra, desde hace más de 15 años, lanzó programas para combatir la situación, como por ejemplo “Active Women Programme”.

Los principios de la declaración de Brighton de 1994 parecen ser, más de 20 años después, solo una aspiración en países como México. Por tal de cumplir con los principios de la declaración es necesario que más personas estén interesadas en los derechos de la mujer y, sobre todo, que más personas con este interés ocupen cargos de decisión y liderazgo.

Recapitulación

Uno de los problemas más graves a los que nos enfrentamos en México es la exclusión social. En específico, la exclusión por género representa no solo exclusión social sino agresiones físicas de todo tipo. Mantener esta clase de limitaciones en la inclusión de nuestros ciudadanos representa fragmentar las posibilidades de desarrollo de la sociedad en su conjunto. El deporte podría representar una herramienta de acceso al sector más grande de nuestra población 51,078%.

Capítulo 7: Planteamiento, objetivos e hipótesis

7.1. Planteamiento de la Investigación

De acuerdo con lo que se ha expuesto en el Capítulo 1, el deporte puede ser una herramienta para contrarrestar el sedentarismo y con ello disminuir los factores de riesgo de enfermedades no transmisibles, que son actualmente las principales causas de muerte a nivel mundial. Resulta esperanzador encontrar que el deporte es una herramienta para enfrentar las consecuencias de dichas enfermedades. Como se mencionó en dicho Capítulo, ahora casi todos los países cuentan con estrategias para disminuir los efectos del sedentarismo, impulsadas por la Organización Mundial de Salud.

En el Capítulo 2, hemos visto la profundidad del impacto positivo que el deporte puede ocasionar en la persona. Si bien es cierto que el énfasis actual es vincular el deporte con los ahorros en los sistemas de salud también es verdad que el deporte lleva muchos años siendo utilizado para promover diversos beneficios. Desde la perspectiva social el deporte es una plataforma de interacción y convivencia de diversos grupos sociales; lo más impactante es que puede abarcar la interacción de grupos menores como escuelas o grupos sociales de gran tamaño como comunidades. Tomando en cuenta los beneficios emocionales, el deporte puede producir efectos antidepresivos comparables a tratamientos farmacológicos. Igualmente puede contribuir al desarrollo de valores ya que las personas reciben oportunidades interactivas de desarrollo ético y moral donde las consecuencias sociales al error son menos severas por tratarse de un aprendizaje de carácter lúdico. Además, en el apartado 2.5 se observan los beneficios cognitivos que el deporte ocasiona en el funcionamiento cerebral.

En el Capítulo 3, se presentó una de las teorías psicológicas más reconocidas, la teoría de jerarquía de necesidades de Maslow (1943), que identifica en orden jerárquico las necesidades básicas que subyacen toda actividad humana. De acuerdo con teoría, los niveles o jerarquías de necesidad deben ser cubiertos para avanzar al nivel que le sigue en ascendencia jerárquica. Es a partir de esta teoría que se encuentran oportunidades de desarrollo personal que ayudan a la persona a ir resguardando o avanzando en dichos niveles jerárquicos con el deporte como herramienta y a partir de los beneficios señalados desde la perspectiva del modelo de capital humano señalado en el capítulo 2.

A pesar de todos los posibles beneficios que el deporte puede generar, se ha señalado en el Capítulo 4 que sigue siendo inaccesible para ciertas personas debido a limitaciones o barreras. Dichas

limitaciones se agrupan en tres factores: el factor ambiental, los mediadores y la autopercepción de incapacidad.

En el Capítulo 5 se muestra el peso de la exclusión socio-económica en México donde a menor nivel de ingresos se experimentan más carencias sociales. El salario mínimo en México es uno de los más bajos en todo América Latina y es uno de los países con peor situación para los jóvenes, donde el 22,4 % de la población entre los 15 y los 29 años no puede acceder ni a los estudios ni al trabajo. Resulta evidente que el acceso al deporte es otra más de las carencias que se viven en México. Las enfermedades no transmisibles son causa de muerte y discapacidad. El deporte puede representar una alternativa para combatir esas enfermedades, principalmente por ser de las intervenciones estatales más accesibles económicamente.

Como si todo lo anterior no fuera suficientemente restrictivo, en el Capítulo 6 se señala otra de las formas de exclusión que se viven en México, uno de los países con peor rendimiento en equidad de género. Dicha exclusión también se vive en materia deportiva. Los roles de género a veces tienen como resultado que las mujeres sean disuadidas para involucrarse en ciertas actividades sociales. En el caso del deporte las mujeres son afectadas con un menor involucramiento en la participación. Incrementar la participación femenina es vital, ya que el deporte puede representar el inicio o el primer acercamiento a un estilo de vida que integre hábitos saludables.

Por todas estas cuestiones, y porque según nuestro conocimiento no existen seguimientos longitudinales de la práctica deportiva en México, estamos interesados en conocer cuáles son las limitaciones o barreras que más comúnmente enfrenta una población de jóvenes universitarios. Por lo tanto, se pretende analizar si existe alguna relación para la práctica deportiva a partir del nivel de ingresos socioeconómicos, del género y del tipo de práctica deportiva. Con lo anterior se pretende profundizar en las posibilidades de acceso al deporte que tienen los jóvenes universitarios de la ciudad de México. También se analizará si estas relaciones evolucionan con el paso del tiempo, comparando dos muestras de nuevo ingreso en la universidad separadas por un período de 4 años.

7.2 Objetivos

A partir de este planteamiento, los objetivos generales de esta tesis son:

1. Analizar cuáles son las fortalezas, así como las barreras o limitaciones, más comunes para la práctica del deporte en estudiantes universitarios mexicanos de nuevo ingreso.
2. Analizar la relación entre el nivel de ingreso socioeconómico y la práctica deportiva.
3. Analizar la relación entre la práctica deportiva y el género.

4. En un segundo estudio, comparar la estabilidad de tales relaciones analizando una segunda muestra de nuevo ingreso de características similares al cabo de 4 años (Estudio 2).

7.3 Hipótesis

A continuación, se resumen nuestras hipótesis iniciales respecto a los objetivos generales planteados:

- **Respecto al objetivo 1:** Se esperan encontrar fortalezas y barreras de tipo ambiental para la práctica deportiva y que sean estas las principales causas para la práctica o abandono en la población estudiada.
- **Respecto al objetivo 2:** Se espera que el nivel y las características de la práctica deportiva estén relacionados con el nivel de ingresos económicos.
- **Respecto al objetivo 3:** Se esperan encontrar diferencias en el nivel y el tipo de práctica deportiva entre los distintos géneros.
- **Respecto al objetivo 4:** Se espera que, al cabo de 4 años, en la muestra del segundo estudio se presenten menos barreras para la práctica deportiva, y que la práctica deportiva sea más accesible para niveles de ingresos más bajos, y que se constate más equidad de género.

Capítulo 8: Método

Para la recopilación de datos del estudio 1 y el estudio 2 se incorporaron al cuestionario de ingreso a la universidad ítems acerca de hábitos deportivos (anexo 1) en donde el alumnado describió sus características de practica deportiva.

8.1. Participantes.

La primera muestra inicial correspondiente al Estudio 1 se compone de 2.597 estudiantes de nuevo ingreso, con una media de edad de 29.92 (DT=8.89) años. Todos los participantes ingresaron en el año 2013 a los niveles de licenciatura y posgrado, con un 45,1% de mujeres (1.172 alumnas) y un 54,5% de hombres (1.415 alumnos).

La segunda muestra inicial correspondiente al Estudio 2 se componía de 2.520 estudiantes de nuevo ingreso en el año 2017, con un porcentaje del 56,5 % de mujeres (1.424 alumnas) y del 43,5 % de hombres (1.096). La media de edad de la segunda muestra fue de 28.64 años (DT=7.85) años.

En ambas muestras la participación se realizó de forma voluntaria y con consentimiento informado, al completar un cuestionario específico junto a la hoja de nuevo ingreso. Las muestras finales para ambos estudios fueron de 600 participantes, que se seleccionaron al azar a partir de las muestras iniciales, equilibrándolas en ambos casos según el nivel de ingresos familiares.

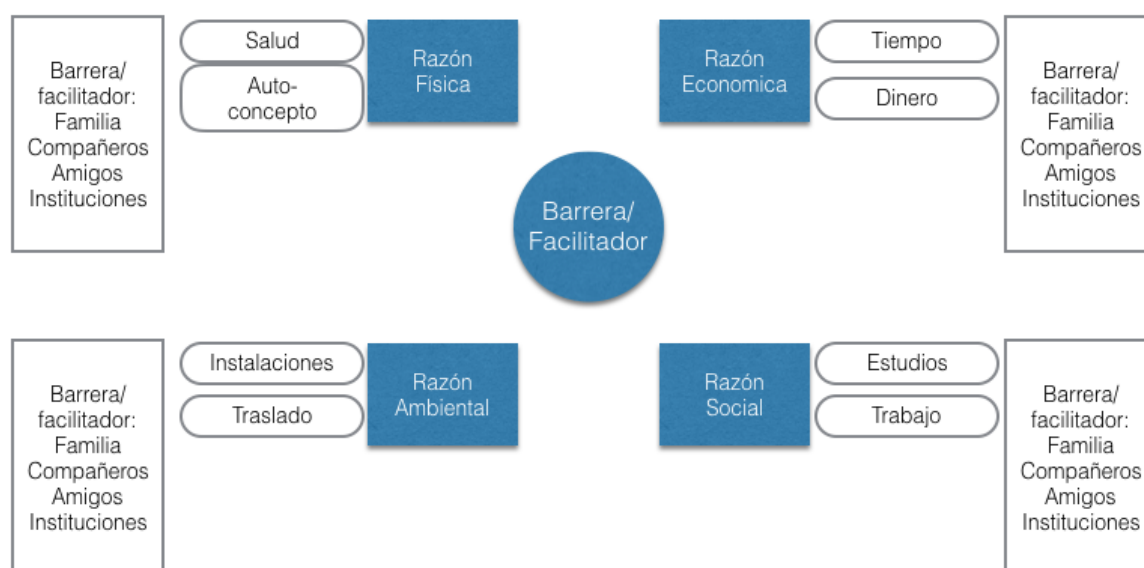
8.2 Instrumentos

8.2.1. Entrevista Personal

Se elaboró un modelo de entrevista personal para identificar las necesidades detectadas por la comunidad de estudiantes, con la finalidad de obtener la información necesaria y adecuada para construir el Cuestionario final para la recogida de datos en los dos estudios.

Siguiendo la recomendación de Heinemann (2003), se ha elaborado una guía de entrevista con el objetivo de facilitar la fluidez de la interacción entrevistador-entrevistado. Como se mencionó anteriormente, este tipo de apoyo facilita la conducción de la entrevista para asegurarse de abordar todos los temas. Dicha guía se presenta a continuación:

Figura 5 Guía de la entrevista en profundidad para la elaboración del cuestionario



Fuente: Elaboración propia inspirada en Inglés, 2012

Para elaborar el contenido de la guía de la entrevista, y de acuerdo con Heinemann (2003), se ha partido de la pregunta inicial y del marco teórico. En el primer apartado, se preguntó sobre factores personales y situación académica actual, pidiendo que detallen de quien han percibido limitaciones o apoyo (familia, compañeros, profesores, pareja...). El segundo tema abordado fue el de los factores ambientales /estructurales que se componen de cuestiones socio-económicas y los conflictos que han encontrado en dicho aspecto. Para la tercera sección se indagaba sobre factores mediadores y las consecuencias que ciertas políticas han tenido en la condición de práctica deportiva. Se preguntó, entonces, por la calidad de vida y las consecuencias percibidas de la adherencia a la práctica deportiva. El último tema abordado fue el deportivo, donde se les cuestionó sobre el tiempo dedicado a la actividad deportiva, incidencias, éxitos y fracasos, y la dificultad de integrar la práctica deportiva al estilo de vida.

Siguiendo las recomendaciones de permitir a la persona expresarse sin condicionamientos, los temas fueron incluidos cuando la persona entrevistada los abordaba. Al inicio de la entrevista se les preguntó a cada uno de los entrevistados datos personales como edad, género, inicio de la práctica deportiva, estudios, profesión y estudios de los padres.

8.2.2. Cuestionario de Hábitos Deportivos.

En el Anexo 1 se puede consultar con detalle el Cuestionario utilizado en los dos estudios que conforman esta tesis. A continuación se detallan los datos recogidos en el cuestionario para cada una

de las áreas: datos sociodemográficos generales de los participantes, que incluyen: nombre, edad, carrera universitaria; los datos de la situación académica, que incluyen el promedio general de los estudios inmediatos anteriores; y los datos de la situación socio-económica, que incluyen el nivel de ingresos mensuales familiares. En la Tabla 4 se presentan las dimensiones, niveles y variables que utilizamos para delimitar el objeto teórico y orientar el análisis de datos para la futura interpretación de resultados.

Partiendo de la base que las personas se enfrentan en mayor o menor medida a diversas barreras o limitaciones para la práctica deportiva, distinguiremos entre la dimensión personal, la dimensión ambiental/estructural y la dimensión de mediadores. En el caso de la dimensión personal se evalúa la limitación que las características sociodemográficas, socioeconómicas y académicas representan para la práctica habitual de actividad física y deporte. La dimensión estructural o ambiental queda comprendida por características de práctica personal y familiar. Es por ello que, con base en nuestro marco teórico, evaluaremos no sólo las siguientes dimensiones, niveles y variables sino la posible relación entre ellas. La tabla 4 resume lo anterior:

Tabla 4 Relación de dimensiones, niveles y variables

Dimensiones	Niveles	Variables
1. Dimensión Personal	1.1 Características sociodemográficas	1.1.1 Edad
		1.1.2 Género
		1.1.3 Vivienda
	1.2 Características socioeconómicas	1.2.1 Ingreso mensual
		1.2.2 Escolaridad Padre
		1.2.3 Escolaridad Madre
		1.2.4 Ocupación Padre
		1.2.5 Ocupación Madre
		1.2.6 Tipo ocupación
		1.2.7 Horas de trabajo
	1.3 Características académicas	1.3.1 Promedio en estudios inmediatos anteriores
		1.3.2 Número de materias reprobadas
		1.3.3. Número de exámenes extraordinarios
1.3.4 Número de materias recursadas		
2. Dimensión Ambiental	2.1. Características de práctica	2.1.1 Lugar de práctica
		2.1.2 Edad de inicio de práctica
		2.1.3 Interés en la actividad física y deporte
		2.1.4 Motivos de práctica
		2.1.5 Motivos de abandono
		2.1.6 Número de deportes practicados
		2.1.7 Número de años practicando
	2.2. Características de práctica familiar	2.2.1 Hermanos que practicaron disciplinas deportivas
		2.2.2 Hermanos que practican disciplinas deportivas
		2.2.3 Madre que practicó disciplinas deportivas
		2.2.4 Padre que practicó disciplinas deportivas
		2.2.5 Madre que práctica disciplinas deportivas
		2.2.6 Padre que práctica disciplinas deportivas

A partir de los datos recogidos en el Cuestionario específico, se han generado las siguientes variables que se utilizarán en el análisis de resultados:

Nivel de Ingreso Familiar, con 6 categorías ordenadas de menor a mayor ingreso económico:

- Nivel 1 (ingresos más pobres), con 100 estudiantes provenientes de familias con ingresos menores de 246.44 pesos mexicanos diarios.
- Nivel 2 con ingresos familiares entre 246,44 y 492,88 pesos mexicanos diarios
- Nivel 3 con ingresos familiares entre 492,88 y 739,32 pesos mexicanos diarios
- Nivel 4 con ingresos familiares entre 739,32 y 985,76 pesos mexicanos diarios
- Nivel 5 con ingresos familiares entre 985,76 y 1232,2 pesos mexicanos diarios
- Nivel 6 con ingresos familiares mayores de 1232,2 (con ingresos 5 veces superiores a los menos favorecidos).

Nivel de estudios de los padres, con 16 valores resultantes de la sumatoria del nivel educativo de padre y madre o los tutores legales, constan en el formulario de acceso los valores siguientes discriminados para padres y madres:

- 0: Sin formación
- 1: Primaria
- 2: Secundaria
- 3: Escuela Normal
- 4: Carrera Técnica
- 5: Bachillerato
- 6: Licenciatura
- 7: Maestría
- 8: Doctorado

8.3 Procedimiento

En el Estudio 1, se realizó una primera fase de recolección de datos, que se compone de 20 entrevistas en profundidad con una muestra seleccionada de estudiantes universitarios 11 mujeres y 9 hombres de la Facultad de Ciencias con una edad entre 19 y 24 años. Estas entrevistas permitieron identificar las necesidades detectadas por la comunidad del alumnado, para elaborar posteriormente el Cuestionario.

Para la realización de las entrevistas, se contactó al equipo de la secretaría general de la Facultad de Ciencias para explicarles el objetivo de la investigación, y ellos a su vez nos pusieron en contacto con la población estudiantil que pudiese estar interesada en participar en la entrevista organizando una invitación global a participar en una sesión informativa, donde se invitó al alumnado a formar parte del grupo de entrevistados. Dicho alumnado decidió su participación voluntariamente y se acordó el lugar y horario de las entrevistas con los participantes de esta primera fase. Las entrevistas siempre se realizaron antes o después de las actividades académicas y fueron realizadas entre los meses de febrero y marzo del 2013. Las entrevistas se realizaron un lugar tranquilo en el que no se generaran muchas distracciones. Todas las entrevistas se lograron llevar a cabo sin interrupciones. El tiempo de realización de las entrevistas fue desde 25 minutos hasta 1 hora 12 minutos. Las entrevistas en profundidad fueron grabadas con el consentimiento de todos los entrevistados, explicándoles la posibilidad de una futura transcripción de lo relatado.

En una segunda fase, en el Estudio 1 se incluyó el formulario de acceso o ingreso en la Universidad y el Cuestionario específico de hábitos deportivos, elaborado a partir de la información obtenida mediante la entrevista. De esta forma, se obtendría información sobre costumbres y hábitos deportivos, pudiendo relacionarla con distintas variables sociodemográficas ya contenidas en el cuestionario de acceso a la Universidad. Algunas de estas variables incluyen la situación socio-económica, cultural y educativa de la familia del alumnado de nuevo ingreso.

En el Estudio 1 (año 2013), 2.597 estudiantes cumplimentaron el Cuestionario de Hábitos Deportivos junto al formulario de nuevo acceso a la universidad. En el Estudio 2 (año 2017), 4 años después, fueron otros 2.520 estudiantes de nuevo ingreso los que cumplimentaron el Cuestionario de Hábitos Deportivos al ingresar en la universidad, todos ellos integrantes de distintas carreras universitarias. El segundo estudio se basó en la comparación con el Estudio 1, al cabo de 4 años, de los hábitos deportivos y de su relación con variables socioeconómicas, en una muestra diferente de estudiantes de nuevo ingreso. A fin de examinar más directamente el impacto de la exclusión social en el deporte de acuerdo al nivel de ingresos económicos, en ambos estudios se conformaron unas muestras aleatorias finales de 600 estudiantes. Ambas muestras se equilibraron de la siguiente manera, utilizando el programa estadístico SPSS, en función del nivel de ingreso familiar:

- Nivel 1 (ingresos más pobres), con 100 estudiantes provenientes de familias con ingresos menores de 246.44 pesos mexicanos diarios.
- Nivel 2, con ingresos familiares entre 246.44 y 492.88 pesos mexicanos diarios
- Nivel 3, con ingresos familiares entre 492.88 y 739.32 pesos mexicanos diarios
- Nivel 4, con ingresos familiares entre 739.32 y 985.76 pesos mexicanos diarios
- Nivel 5, con ingresos familiares entre 985.76 y 1232.2 pesos mexicanos diarios

- Nivel 6, con ingresos familiares mayores de 1232.2 (con ingresos 5 veces superiores a los menos favorecidos).

8.4 Análisis de datos

Para el análisis de resultados, se ha utilizado el paquete estadístico IBM SPSS Statistics para Windows (versión 21). Al tratarse de variables cualitativas, en primer lugar se ha realizado un análisis descriptivo indicando el porcentaje de respuestas a los ítems del cuestionario. Para analizar la relación entre pares de variables categóricas ordenadas numéricamente en orden ascendente, se ha aplicado el análisis de correlación de Spearman (*rho*). Por otro lado, para analizar la relación entre pares de variables cualitativas con categorías no ordenadas, se aplicó un análisis de *Chi-cuadrado* de Pearson. Se han considerado estadísticamente significativos los valores *p* inferiores a 0,05.

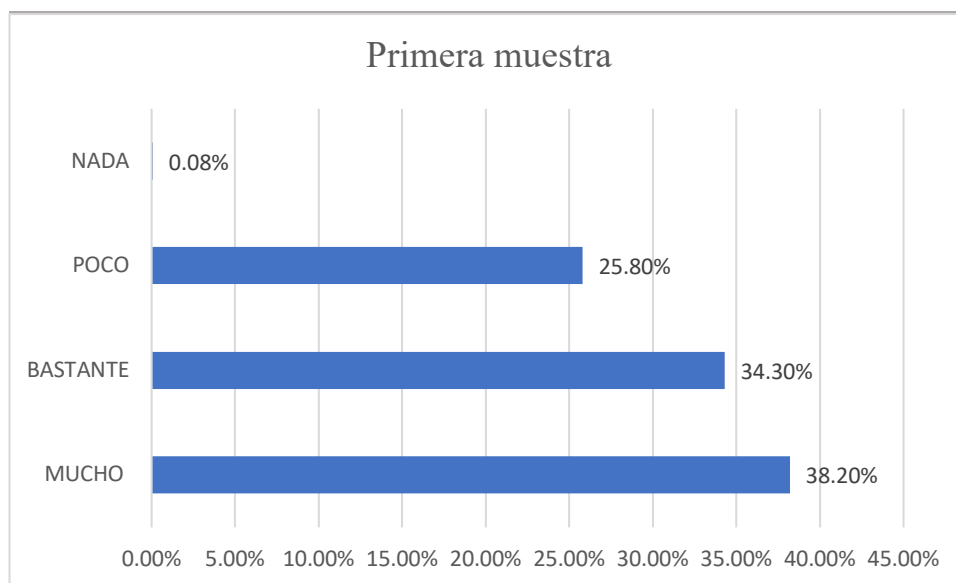
Capítulo 9: Resultados del Estudio 1

9.1 Resultados

A continuación se detallan los resultados del Estudio 1. En esta sección, se exponen los resultados obtenidos a partir de las entrevistas y de las respuestas a los cuestionarios. Los resultados se presentan de manera estructurada siguiendo el mismo orden de las preguntas en el Cuestionario de Hábitos Deportivos.

Analizando el ítem de Interés por el Deporte, los resultados indican que sólo el 0,08 % de los participantes indicaron que no tienen nada de interés por el deporte, un 25,8% expresaron tener poco interés por el deporte, mientras que un 34,3 % indicó tener bastante interés y el 38.2% mucho interés por el deporte. (Figura 6)

Figura 6 Porcentajes de respuesta a las opciones del ítem de Interés por el Deporte del Cuestionario de Hábitos Deportivos



Teniendo en cuenta que las posibles opciones de respuesta a esta variable se pueden representar en categorías numéricas de orden ascendente (de 1=nada hasta 4=mucho), podemos relacionarla con otras variables del mismo tipo a partir del análisis de correlación de Spearman (ρ). Así, se encontraron correlaciones positivas del interés por el deporte con el nivel de ingreso

económico ($\rho=.125$; $p<.001$), así como con el nivel de formación académica de los padres . ($\rho=.131$; $p<.001$).

En ese mismo sentido, se encontró una relación significativa entre la formación de los padres y el interés por el deporte del alumnado comparando los porcentajes de respuestas a partir del análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p= .006$). Así, la Tabla 5 nos muestra una tendencia a que existe mayor interés por el deporte de los participantes de acuerdo con una mayor formación académica de los padres.

Tabla 5 Comparación de porcentajes entre interés por el deporte y formación de los padres (χ^2 ; $p= .006$)

	INTERESPORELEDEPORTE					Total
	0	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO	
Sin formación	0 .0%	0 .0%	1 .2%	0 .0%	0 .0%	1 .2%
Formación nivel 2	0 .0%	1 .2%	7 1.2%	4 .7%	1 .2%	13 2.2%
Formación nivel 3	1 .2%	1 .2%	9 1.5%	5 .8%	3 .5%	19 3.2%
Formación nivel 4	0 .0%	0 .0%	18 3.0%	34 5.7%	33 5.5%	85 14.2%
Formación nivel 5	0 .0%	2 .3%	19 3.2%	23 3.8%	29 4.8%	73 12.2%
Formación nivel 6	0 .0%	0 .0%	13 2.2%	11 1.8%	16 2.7%	40 6.7%
Formación nivel 7	1 .2%	0 .0%	14 2.3%	11 1.8%	11 1.8%	37 6.2%
Formación nivel 8	0 .0%	0 .0%	12 2.0%	18 3.0%	10 1.7%	40 6.7%
Formación nivel 9	0 .0%	0 .0%	12 2.0%	16 2.7%	15 2.5%	43 7.2%
Formación nivel 10	0 .0%	0 .0%	10 1.7%	14 2.3%	14 2.3%	38 6.3%
Formación nivel 11	0 .0%	0 .0%	7 1.2%	8 1.3%	18 3.0%	33 5.5%
Formación nivel 12	0 .0%	0 .0%	7 1.2%	23 3.8%	20 3.3%	50 8.3%
Formación nivel 13	2 .3%	1 .2%	8 1.3%	9 1.5%	14 2.3%	34 5.7%
Formación nivel 14	0 .0%	0 .0%	13 2.2%	18 3.0%	34 5.7%	65 10.9%
Formación nivel	0	0	5	9	6	20

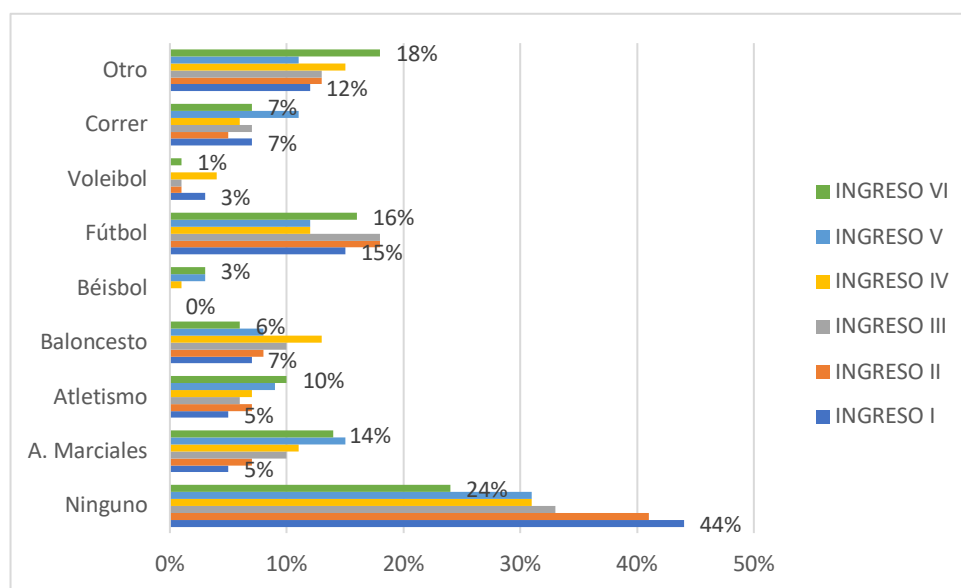
15	.0%	.0%	.8%	1.5%	1.0%	3.3%
Formación nivel	0	0	0	3	5	8
16	.0%	.0%	.0%	.5%	.8%	1.3%
Total	4	5	155	206	229	599
	.7%	.8%	25.9%	34.4%	38.2%	100.0%

*Vease el apartado 8.2.

Una de las cuestiones que tuvo mayor relevancia tanto en el análisis de las entrevistas como del cuestionario es la limitación económica para la práctica deportiva del alumnado. En términos generales, la muestra estudiada sufre de limitaciones económicas importantes. Un ejemplo textual de lo anterior es la siguiente transcripción de las entrevistas realizadas: *“En lo económico, yo en lo personal no tuve problemas, porque sí tengo el apoyo de mis padres, pero no sé cómo lo hace mucha gente que no tiene cómo. A lo mejor sí les pueden dar dinero para la escuela, pero venir aquí al gimnasio es caro.... Considero que sí hay carreras muy caras, como arquitectura, pero a lo mejor es como un gasto que ya tienes y es prioritario, tienes como medido el gasto. Nosotras no pagamos por entrenar aquí por ser universitarias, pero hay casos en los que sí son esas las limitantes. Mis padres en mi caso soportan mis gastos.”*

Otros datos encontrados señalan que el 44 % de los estudiantes pobres no practican deporte alguno y que el 76% de los mejor situados económicamente sí lo hace. En la Figura 7, se puede observar que los deportes que implican un menor coste o un coste compartido son más comúnmente practicados por el alumnado en general: Fútbol con un promedio del 15 %, Baloncesto con un 9 %, en cambio la actividad deportiva de “correr” 7% mantiene un porcentaje similar del 7% para los participantes del nivel más bajo y del nivel más bajo de ingresos. Otros deportes como Artes Marciales oscila de un 5 % para los que menos ingresos reportan a un 14 % para los que más perciben. Atletismo refleja un incremento el porcentaje de participantes conforme sube el nivel de ingreso; mientras el ingreso 1 practica en un 5% el Ingreso más alto lo hace al doble, es decir un 10 %.

Figura 7 Diferencias entre la practica de una disciplina deportiva de acuerdo con el nivel de ingresos.



9.2 Barreras socioeconómicas

Si bien las cifras anteriores son probatorias de que el ingreso económico es una de las causas fundamentales de la incorporación o de la segregación al deporte, hay otros factores de influencia. La práctica deportiva, está no solamente afectada por el tipo de disciplina deportiva seleccionada, sino que afecta los lugares para su práctica. La Figura 8 nos ilustra lo anterior, ya que mientras que el grupo más pobre utiliza con más frecuencia los lugares gratuitos, el grupo con mayor nivel adquisitivo frecuenta lugares de práctica casi contrarios. En otras palabras, los clubs o los gimnasios no son nada utilizados por el grupo con menos recursos. En cambio, un 42 % de estos participantes utilizan lugares gratuitos: lugares abiertos en un 19 % s y delegacionales en un 23 %. Al comparar los lugares de práctica podemos observar que el 31 % del grupo de mayores ingresos practica en lugares con un coste de acceso: un 15% en clubs privados y un 16 % en gimnasios.

Figura 8 Nivel de ingreso 1 y sus lugares de práctica deportiva

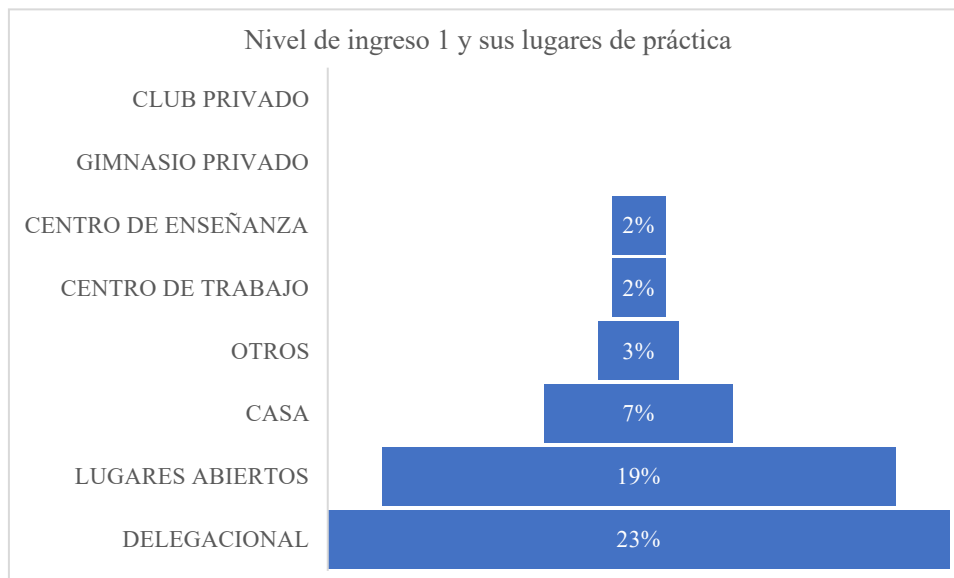
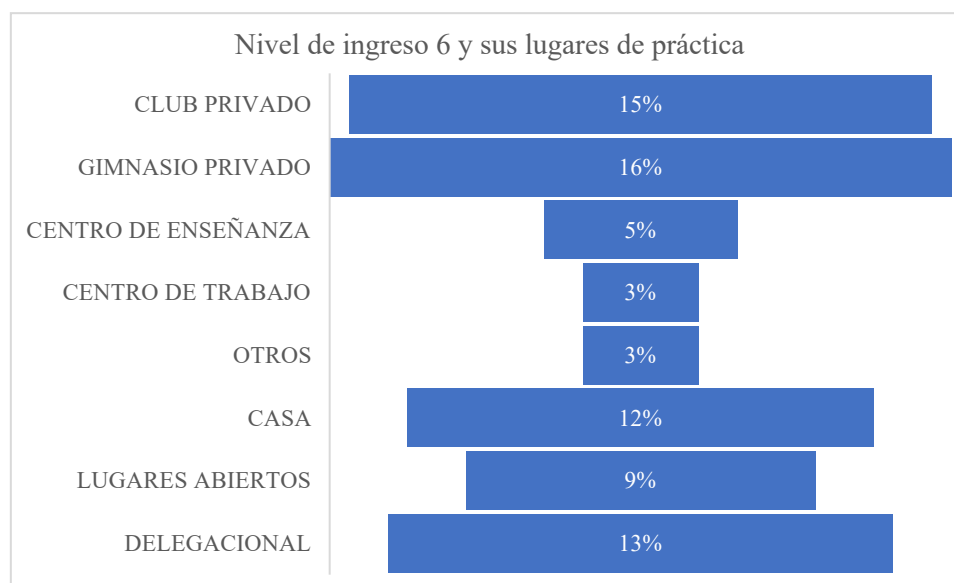


Figura 9 Nivel de Ingreso 6 y sus lugares de práctica deportiva



Los resultados anteriores muestran significación al comparar los porcentajes entre el Ingreso y el lugar de práctica con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$; ver Tabla 6).

Tabla 6 Análisis chi cuadrado de lugares de práctica deportiva según el ingreso económico

	0	NO PRACTICO EN NINGUNA DE ESTAS INSTALACIONES	LUGARES ABIERTOS (PARQUE, CALLE, CAMPO)	INSTALACIONES DELGACIONALES	CENTRO DE ENSEÑANZA	CENTRO DE TRABAJO	CASA	GINNASIO PRIVADO	CLUB PRIVADO	OTROS	Total
INGRESO 1	2 .3%	42 7.0%	19 3.2%	23 3.8%	2 .3%	2 .3%	7 1.2%	0 .0%	0 .0%	3 .5%	100 16.7%
INGRESO 2	0 .0%	35 5.8%	25 4.2%	23 3.8%	2 .3%	0 .0%	10 1.7%	3 .5%	1 .2%	1 .2%	100 16.7%
INGRESO 3	1 .2%	33 5.5%	27 4.5%	20 3.3%	5 .8%	3 .5%	3 .5%	4 .7%	2 .3%	1 .2%	99 16.5%
INGRESO 4	0 .0%	35 5.8%	22 3.7%	19 3.2%	1 .2%	4 .7%	6 1.0%	4 .7%	6 1.0%	3 .5%	100 16.7%
INGRESO 5	0 .0%	25 4.2%	19 3.2%	21 3.5%	5 .8%	3 .5%	14 2.3%	10 1.7%	2 .3%	1 .2%	100 16.7%
INGRESO 6	1 .2%	23 3.8%	9 1.5%	13 2.2%	5 .8%	3 .5%	12 2.0%	16 2.7%	15 2.5%	3 .5%	100 16.7%
Total	4 .7%	193 32.2%	121 20.2%	119 19.9%	20 3.3%	15 2.5%	52 8.7%	37 6.2%	26 4.3%	12 2.0%	599 100.0%

La Tabla 7 muestra correlaciones entre variables categóricas ordinales, observándose correlaciones positivas entre el nivel ingreso mensual de la familia, el número de hijos que practican deporte y la formación académica de los padres ($p < .001$).

Tabla 7 Correlación ingreso y formación académica de los padres con la práctica deportiva de los hijos.

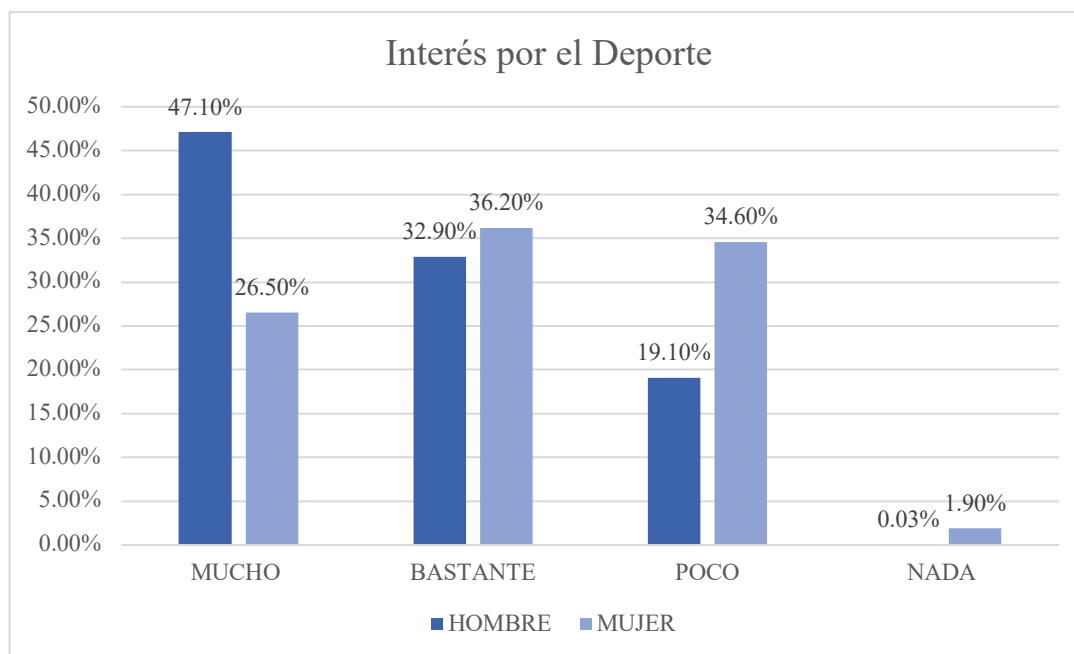
	Formación académica de ambos padres	Ingresos mensuales de la familia	Alumnos (hijos) practicantes del deporte
Formación académica de ambos Padres	1	.297**	.223**
Ingresos mensuales en la familia		1	.119**
Alumnos (hijos) practicantes del deporte			1

** Correlación estadísticamente significativa al 99% de confiabilidad

9.3 Barreras de género para el deporte

La primera diferencia entre géneros se observa en los resultados generales de interés por el deporte, ya que casi la mitad de los hombres (un 47%) mencionaron mucho interés por el deporte, por tan solo un 26.5 % de las mujeres participantes. Al analizar el poco interés por el deporte, solo la quinta parte de los hombres (19%) menciona tener poco interés, mientras que más de la tercera parte de las mujeres responde tener poco interés (35%) (ver Figura 10).

Figura 10 Diferencias de interés en el deporte por género



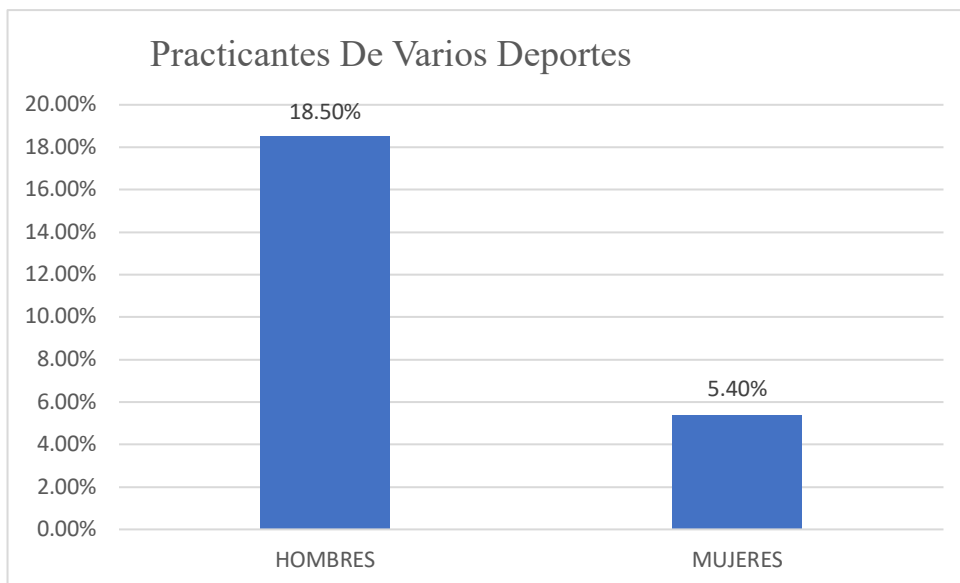
Al comparar los porcentajes entre el nivel de interés por el deporte y el género con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson, se han encontrado diferencias significativas (χ^2 ; $p = .001$; ver Tabla 8).

Tabla 8 Diferencias entre el interés por el deporte y el género

	INTERES POR EL DEPORTE					Total
	0	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO	
Hombre	2 .6%	0 .0%	65 19.2%	112 33.0%	160 47.2%	339 100.0%
	50.0%	.0%	41.9%	54.4%	69.9%	56.6%
Mujer	2 .8%	5 1.9%	90 34.6%	94 36.2%	69 26.5%	260 100.0%
	50.0%	100.0%	58.1%	45.6%	30.1%	43.4%
TOTAL	4 .7%	5 .8%	155 25.9%	206 34.4%	229 38.2%	599 100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Al observar la práctica deportiva, en la Figura 11 podemos notar que, mientras los hombres llegan a practicar varios deportes en un 18.5 % de los casos, las mujeres lo hacen sólo en un 5.4 %.

Figura 11 Diferencias de género en la práctica de varios deportes



En la Tabla 9 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar los porcentajes de la practica de varias disciplinas deportivas entre géneros con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p < .001$).

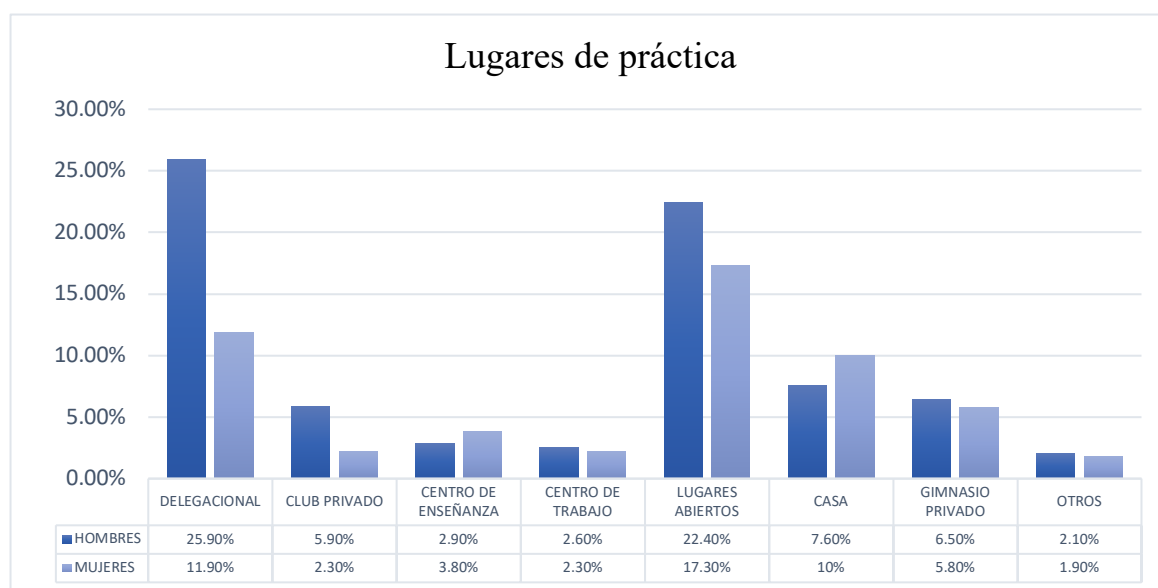
Tabla 9 Diferencias de género en la práctica de disciplinas deportivas.

	NUMERO DE DISCIPLINAS DEPORTIVAS PRACTICADAS				Total
	0	NO PRACTIQUE	PRACTIQUE UN DEPORTE	PRACTIQUE VARIOS	
Hombre	2	105	169	63	339
	.6%	31.0%	49.9%	18.6%	100.0%
	50.0%	43.4%	61.2%	81.8%	56.6%
Mujer	2	137	107	14	260
	.8%	52.7%	41.2%	5.4%	100.0%
	50.0%	56.6%	38.8%	18.2%	43.4%
TOTAL	4	242	276	77	599
	.7%	40.4%	46.1%	12.9%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Hombres y mujeres presentan diferencias en los lugares seleccionados para hacer deporte. La Figura 12 detalla las diferencias de lugar de práctica deportiva por género. Las mujeres practican en

primer lugar en espacios abiertos en un 17.3 %, mientras que los hombres lo hacen en primer lugar en instalaciones deportivas delegacionales en un 25.9 %.

Figura 12 Porcentajes de participación en lugares de práctica por género



Para constatar lo anterior, se han comparado los porcentajes entre los lugares de práctica elegidos y el género con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson, y se han encontrado diferencias significativas (χ^2 ; $p = .001$; ver Tabla 10).

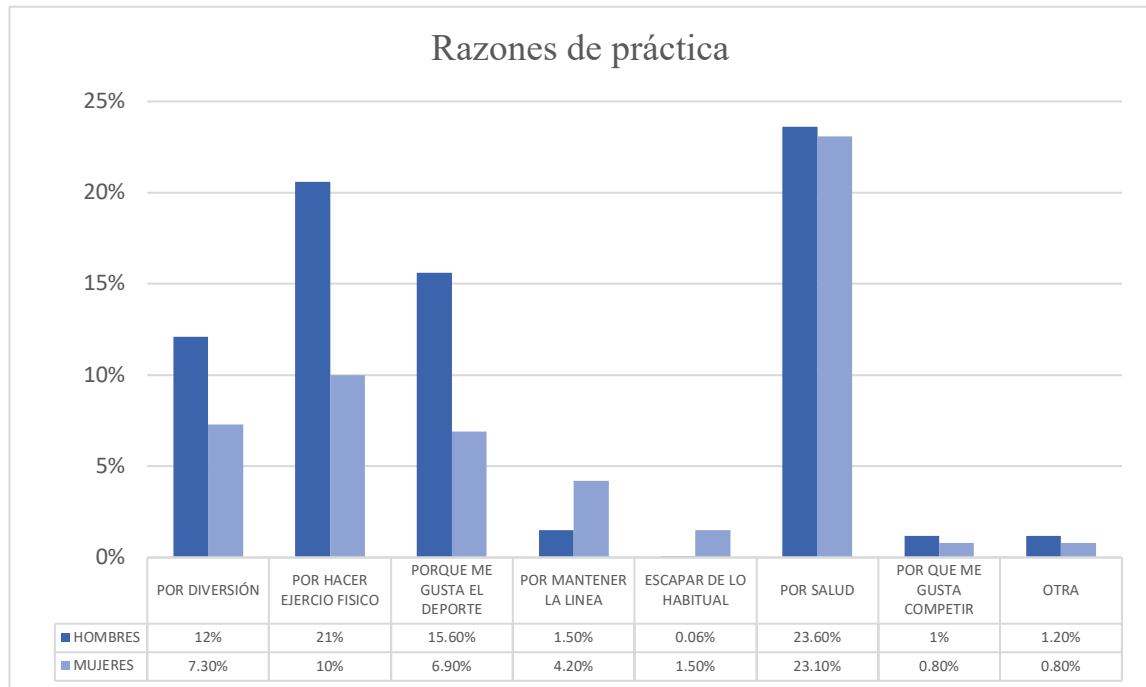
Tabla 10 Diferencias de participación entre lugares de práctica por género

	LUGAR DE PRÁCTICA										
	0	NO PRACTICO EN NINGUNA DE ESTAS	LUGARES ABIERTOS (PARQUE, CALLE, CAMPO)	INSTALACIONES DELEGACIONALES	CENTRO DE ENSEÑANZA	CENTRO DE TRABAJO	CASA	GIMNASIO PRIVADO	CLUB PRIVADO	OTROS	Total
Hombre	2	79	76	88	10	9	26	22	20	7	339
	.6%	23.3%	22.4%	26.0%	2.9%	2.7%	7.7%	6.5%	5.9%	2.1%	100.0%
	50.0%	40.9%	62.8%	73.9%	50.0%	60.0%	50.0%	59.5%	76.9%	58.3%	56.6%
Mujer	2	114	45	31	10	6	26	15	6	5	260
	.8%	43.8%	17.3%	11.9%	3.8%	2.3%	10.0%	5.8%	2.3%	1.9%	100.0%
	50.0%	59.1%	37.2%	26.1%	50.0%	40.0%	50.0%	40.5%	23.1%	41.7%	43.4%
TOTAL	4	193	121	119	20	15	52	37	26	12	599
	.7%	32.2%	20.2%	19.9%	3.3%	2.5%	8.7%	6.2%	4.3%	2.0%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Al estudiar las diferencias entre géneros, se puede observar que es mayor el porcentaje de hombres que práctica deporte por diversión (12 %), así como por realizar ejercicio físico (21 %), en

cambio para las mujeres se puede ver que la razón de práctica femenina más señalada es mantener la salud, con un 23 % (Figura 13).

Figura 13 Diferencias razones de práctica deportiva por género



En la Tabla 11 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar las razones para hacer deporte entre hombres y mujeres con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$).

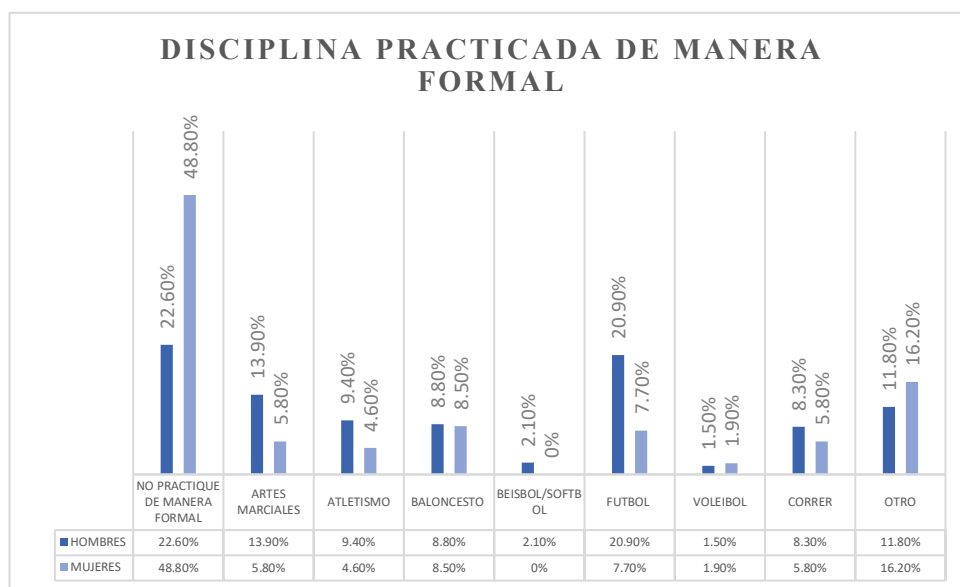
Tabla 11 Diferencias porcentuales en las razones de práctica por género

	RAZONDEPRACTICA										Total
	0	DIVERSION	HACER EJERCICIO FISICO	ME GUSTA EL DEPORTE	MANTENER LA LINEA	ESCAPAR DE LO HABITUAL	MEJORAR LA SALUD	ME GUSTA COMPETIR	OTRA RAZON	NINGUNA DE ESTAS RAZONES	
Hombre	2 .6%	41 12.1%	70 20.6%	53 15.6%	5 1.5%	2 .6%	80 23.6%	4 1.2%	5 1.5%	77 22.7%	339 100.0%
Mujer	2 .8%	19 7.3%	26 10.0%	18 6.9%	11 4.2%	5 1.9%	60 23.1%	2 .8%	4 1.5%	113 43.5%	260 100.0%
TOTAL	4 .7%	60 10.0%	96 16.0%	71 11.9%	16 2.7%	7 1.2%	140 23.4%	6 1.0%	9 1.5%	190 31.7%	599 100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

En la Figura 14 se puede observar que casi la mitad de las mujeres mencionan no haber practicado una disciplina deportiva de manera formal. Por otro lado los hombres se involucran más

en la práctica de una disciplina deportiva, ya que el 75.9% de ellos lo hace. La participación de los hombres en disciplinas deportivas fue mucho mayor que el de las mujeres en todas las disciplinas deportivas estudiadas menos en voleibol y baloncesto (ver Figura 14)

Figura 14 Diferencias en la práctica de disciplinas deportivas por género



Al comparar los porcentajes entre hombres y mujeres en las disciplinas deportivas practicadas con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson, se han encontrado diferencias significativas (χ^2 ; $p = .001$; ver Tabla 12).

Tabla 12 Diferencias porcentuales en la práctica de disciplinas deportivas por género

	DEPORTE PRACTICADO										Total
	0	NINGUNO	ARTES MARCIALES	ATLETISMO	BALONCESTO	BEISBOL	FUTBOL	VOLEIBOL	CORRER	OTRO	
Hombres	2	77	47	32	30	7	71	5	28	40	339
	.6%	22.7%	13.9%	9.4%	8.8%	2.1%	20.9%	1.5%	8.3%	11.8%	100.0%
	50.0%	37.7%	75.8%	72.7%	57.7%	100.0%	78.0%	50.0%	65.1%	48.8%	56.6%
Mujeres	2	127	15	12	22	0	20	5	15	42	260
	.8%	48.8%	5.8%	4.6%	8.5%	.0%	7.7%	1.9%	5.8%	16.2%	100.0%
	50.0%	62.3%	24.2%	27.3%	42.3%	.0%	22.0%	50.0%	34.9%	51.2%	43.4%
TOTAL	4	204	62	44	52	7	91	10	43	82	599
	.7%	34.1%	10.4%	7.3%	8.7%	1.2%	15.2%	1.7%	7.2%	13.7%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

En la Tabla 13 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar la edad de inicio de práctica deportiva entre hombres y mujeres con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .018$). Se puede observar una mayor cantidad de hombres que inician la actividad deportiva a edades más tempranas que en las mujeres. Lo anterior se repite en las edades de inicio de

menos de 9 años con un 53.9 % de hombres, de 9 a 10 con un 62 % y de 10 a 11 años con un 63.3 %. Igualmente tiende a haber inicios más tardíos en las mujeres de 14 a 15 años, con un 83.3 % de mujeres, y en las mayores a 15 años con un 87.5 %.

Tabla 13 Diferencias de edad de inicio de practica por género

	FRANJA DE INICIO							Total
	NO CONTESTA	MENOS DE 9 AÑOS	DE LOS 9 A LOS 10 AÑOS	DE LOS 10 A LOS 11 AÑOS	DE LOS 12 A LOS 13 AÑOS	DE LOS 14 A LOS 15 AÑOS	CON MÁS DE 15 AÑOS	
Hombre	7	144	114	57	16	1	1	340
	2.1%	42.4%	33.5%	16.8%	4.7%	.3%	.3%	100.0%
	50.0%	53.9%	62.0%	63.3%	51.6%	16.7%	12.5%	56.7%
Mujer	7	123	70	33	15	5	7	260
	2.7%	47.3%	26.9%	12.7%	5.8%	1.9%	2.7%	100.0%
	50.0%	46.1%	38.0%	36.7%	48.4%	83.3%	87.5%	43.3%
TOTAL	14	267	184	90	31	6	8	600
	2.3%	44.5%	30.7%	15.0%	5.2%	1.0%	1.3%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%

Capítulo 10: Discusión del Estudio 1

Como se mencionó anteriormente, se analizaron los datos de manera descriptiva, después se estudió la correlación entre ingreso y la formación académica en relación al interés por el deporte, encontrándose que existan diferencias significativas atribuibles al Ingreso y la Formación Académica de los padres. Ambas variables eran cualitativas, pero el código de cada categoría estaba ordenado de forma ascendente, de menor a mayor ingreso económico familiar (6 categorías) y de menor a mayor formación académica de los padres o tutores (16 categorías). En el análisis de resultados se aplicó una correlación de Spearman (adecuada para este tipo de variables) y se encontraron diferencias estadísticamente significativas ($p < .001$). Por otro lado, se encontró un fenómeno de tipo socializador en la práctica deportiva a nivel familiar; es decir, cuando la familia realiza deporte, promueve o facilita que sus hijos lo practiquen, e igualmente cuando la familia no practica deporte, el alumnado tampoco lo hace. En este caso, se aplicó un análisis de *Chi-cuadrado* de Pearson, que nos permite observar que la práctica deportiva se modifica de acuerdo con el nivel de ingresos y la formación académica de los padres. Lo anterior no es un nuevo descubrimiento, ya que hay otros estudios que indican que los adolescentes de bajos ingresos realizan menos actividad física que sus pares de mayores ingresos (Drenowatz y col, 2010, Gordon-Larsen y col, 2006, Hanson y col, 2007). En México, la exclusión social se manifiesta en las más diversas vertientes (laboral, educativa, institucional, política), y abarca incluso el uso del tiempo libre de los ciudadanos. La escasez de ingresos, las deficiencias educativas y de servicios de seguridad social son causa de malformación del capital humano en el presente, y causa de marginación transgeneracional de la pobreza, así como de menor movilidad y de menores posibilidades de ascenso social de los menos favorecidos. Hoy por hoy, la precariedad de los ingresos, reduce las perspectivas y alternativas de vida de la población y el acceso a derechos fundamentales (Andres-Rosales, 2018). El deporte en México es un espejo que refleja la exclusión de los que menos tienen.

Por otro lado, se encontraron diferencias de práctica deportiva entre géneros. Por un periodo prolongado se han practicado roles de género que han resultado en el menor involucramiento del género femenino en distintos aspectos de la actividad social. Los roles de género a veces tienen como resultado que las mujeres sean disuadidas para involucrarse en ciertas actividades sociales. En el caso del deporte, las mujeres son afectadas con un menor involucramiento en la participación y competición deportiva. Continuando con la identificación de variables que afectan la práctica deportiva, se encontraron diferencias entre las características de práctica masculina y las

características de práctica femenina. Como se señaló en el apartado de resultados, casi la mitad de las mujeres reportan no haber practicado ninguna disciplina deportiva. Analizaremos todo ello en los siguientes apartados.

10.2 Barreras socioeconómicas

En el Estudio 1 pudimos observar que el alumnado que tiene un nivel de ingresos económicos familiares más alto reporta hacer más deporte que el alumnado con menor ingreso económico. De acuerdo con Stiglitz (2012), el 1% de la población absorbe el 18%-19% del ingreso económico en los Estados Unidos de América. En cambio en México, las disparidades distributivas son aún mayores, cuando el 10% de la población rica toma el 60% del ingreso (Esquivel, 2015) y hacen de la pobreza un factor determinante de la segregación social. En efecto, crece la población por debajo del ingreso medio; los trabajadores informales son el 60% del empleo del país; de los jóvenes entre 15 y 29 años, el 22%, ni estudia ni trabaja; el salario mínimo es bajísimo (en 2013, situó a México como el segundo país con nivel más reducido); la calidad del trabajo es inferior al promedio de otros países; el riesgo de recibir salarios de miseria es especialmente alto (véase OECD, 2015). Eso fuerza a la supervivencia de la práctica del deporte a depender principalmente de erogaciones de los presupuestos familiares. Y ese gasto, en condiciones económicas precarias, suele separar a las clases sociales y segregar a los que menos tienen. Hay aquí un hueco, otra falla inducida importante en la confección de las políticas públicas y de la propia acción privada (Dosal y Capdevila, 2016).

La declaración de Berlín MINEPS V de la Unesco (2013) hace del deporte un derecho fundamental sin importar raza, edad, género, cultura, identidad u orientación sexual. En México, el artículo cuarto de la Constitución consagra a la cultura física y a la práctica deportiva como un derecho, cuya promoción corresponde al Estado. Aún, concibiéndolo como derecho humano, la práctica del deporte resulta extremadamente reducida y excluyente entre la población mexicana. El módulo de Práctica y Ejercicio Físico (MOPRADEF) del INEGI (Instituto Nacional de Geografía y Estadística), recoge información de la población de 18 años o más, en 32 ciudades de más de 100.000 habitantes. Las cifras resultantes revelan hechos alarmantes. A fines de 2019, más de la mitad (58%) de esa población resultó inactiva con una ligerísima tendencia al alza desde 2013. Por supuesto, los porcentajes son aún más desfavorables en el caso de las mujeres. Los datos de la Encuesta Nacional de Cultura y Deporte confirman esos hechos. En 2008, el 68.7 % de los encuestados contestó no realizar ninguna actividad física y el 73.2 % que no practica deporte alguno (Pöllman y col, 2015).

Como señala Drakopoulus (1994), la idea de que las preferencias de deseos y necesidades pueden ser estructuradas de una manera jerárquica es antigua y puede encontrarse incluso en escritos de Platón como “La República”. Menger (1950) intenta explicar la utilidad en términos de un grupo

de preferencias en un orden creciente de importancia. Pone el ejemplo de un granjero, y señala que su primera necesidad será proveerse de comida; su siguiente necesidad será proveer comida a su familia, después será garantizar la comida para el próximo año y así sucesivamente. Años más adelante, Drakopoulos (2007) también señaló que, como puede esperarse, el comportamiento jerárquico se manifiesta en los patrones de consumo. En particular, el nivel de ingreso económico predice que cuando el ingreso es bajo, un alto porcentaje del mismo será gastado en comida, ya que la comida satisface una necesidad básica. Scott (2002) dice que se ha notado que la decisión jerárquica está siendo utilizada en materias tales como la economía de la salud y en la medicina. Como es lógico imaginar, para lograr una implicación deportiva a lo largo de los años, es necesario cierto nivel de ingresos económicos, y ésta es una necesidad identificada en los resultados expuestos. Una de las vías para determinar el nivel de acceso a bienes económicos que se ha utilizado en esta investigación es la cantidad de salarios mínimos que acceden al hogar del alumno mensualmente. En la comparación entre el alumnado inscrito en el periodo académico 2013 que llenó los datos del cuestionario deportivo, pudimos observar que un nivel de ingresos económicos familiares más alto se relaciona con hacer más deporte que con menor ingreso económico. La población estudiada con menos recursos reportó no hacer deporte en un 44 % de su total, mientras que el 76 % (un 30 % más) de la población con más recursos sí lo hace. Lo anterior tiene un sentido lógico, ya que mientras menos recursos se tienen menos se puede acceder a bienes como el acceso al deporte. En este sentido, el estudio de Drenowatz (2010) encontró que el Índice de Masa Corporal fue significativamente diferente en la comparación entre los grupos de distinto nivel de ingresos, siendo mayor en los participantes de los grupos de menores ingresos que en los de los grupos de mayores ingresos. El problema es que, como comentamos en los capítulos iniciales, el deporte es un bien que podría generar múltiples ahorros para la población que más lo necesita. Por decirlo con otras palabras, son los pobres los que podrían beneficiarse más del deporte como un medio prevención y de ahorro para no tener que gastar recursos en el cuidado de su salud. El deporte podría representar una alternativa de salud interesante tomando en cuenta la elevada incidencia de la obesidad y de la diabetes en la población mexicana. La diabetes, por ejemplo, ocupa un lugar en las primeras causas de muerte en el mundo, pero en México es la segunda causa de muerte y la primera causa de años de vida saludables perdidos (INEGI, 2018)

Existen más indicadores que señalan la diferencia en el acercamiento al deporte entre los diferentes niveles de ingreso de la población estudiada. En nuestro estudio se encontró una correlación positiva significativa entre el nivel de ingreso y el interés por el deporte. A mayor nivel de ingreso familiar, los participantes señalan tener más interés por el deporte. Otra correlación estadísticamente significativa señaló que a mayor formación académica de los padres, mayor interés por el deporte en el alumnado estudiado. Se encontraron también diferencias significativas en cuanto

a la relación de la formación académica de los padres y el interés por el deporte de la muestra. A mayor formación de los padres, el alumnado señala más interés por el deporte. Esto podría ser debido posiblemente a un mayor conocimiento de los beneficios del deporte sobre la salud, que se transmitiría en mayor grado entre padres e hijos en las familias con mayor formación académica de los padres. Familia y educación juegan un papel fundamental en la formación de la persona humana y, desde luego, en la transmisión de valores y hábitos, en la consolidación de preferencias e intereses comunes.

En la muestra de Estudio 1 pueden observarse diferencias en la elección del deporte atribuibles al nivel de ingreso de las familias y, por decirlo de otra manera, a las posibilidades de acceso a la práctica. Hay deportes más caros que otros y que además requieren de espacios amplios, que llevan consigo mayores exigencias de desplazamiento o altos costos de inscripción en instituciones privadas. Todo eso influye en determinar la selección de deportes por estratos sociales y, en sentido positivo, explica que los jóvenes se tornen más deportistas a medida que sube el ingreso familiar. En nuestra muestra pudimos encontrar que los deportes que implican un menor coste o un coste compartido eran más comúnmente practicados. Sin embargo, otros deportes como las artes marciales muestran diferencias entre los practicantes, siendo el grupo de menor ingreso el que menos lo practica (en un 5 %), mientras que un 14 % de los participantes con más recursos económicos reportó practicarlo. Igualmente, la practica de atletismo muestra una situación similar, ya que mientras los más pobres lo practican en un 5 %, el doble de la población con más recursos lo practica.

Los datos anteriores muestran una diferencia en la práctica deportiva de acuerdo al nivel de ingresos, pero nuestra muestra señala también diferencias en los lugares de práctica. Así, los participantes con mayor nivel de ingresos reportan practicar en un 31 % en lugares que requieren de un coste de membresía e inscripción, mientras que ningún participantes con el nivel de ingresos menor lo hace. A título ilustrativo, las cuotas mensuales a pagar en algunos centros deportivos de la Ciudad de México (Club Deportivo Chapultepec, Club España, Club Libanés), alcanzan cifras superiores al salario mínimo mensual mexicano (2,190 pesos). El gasto de capital en la compra de una membresía en esas instituciones se valúa entre dos y tres años completos de percepción de tres salarios mínimos. Por supuesto existen opciones menos onerosas, como por ejemplo las que ofrecen muchos centros académicos, pero también aquí tendrían que considerarse las colegiaturas de la educación privada. Aun así, hay una inclinación deportiva evidente: más de dos tercios de la población físicamente activa mayor de 18 años usa instalaciones públicas y el 30% utiliza otras de carácter privado (MOPRADEF, 2015). En nuestra muestra se encontraron diferencias estadísticamente significativas en cuanto a que el grupo de ingreso más bajo señaló practicar en instalaciones gratuitas en un 42 %, mientras que ningún participante de ese grupo practicaba deporte en instalaciones con costo; pero seguramente lo más alarmante es que el grupo de ingreso más bajo indicó no practicar ningún deporte en un 42 %.

Esta situación se revierte al estudiar los lugares de práctica del grupo con más recursos económicos, encontrándose que 3 de cada 4 participantes practican deporte, es decir, el 77 %. En la muestra analizada también se encontró relación entre la elección deportiva del participante y la práctica deportiva de la familia de procedencia, por ejemplo en deportes como el béisbol, softbol, voleibol, fútbol y la práctica de otros deportes. Pero también encontramos un resultado preocupante cuando la familia no practica deporte, ya que el participante tampoco lo hace.

Los resultados encontrados parecen indicativos del potencial unificador que el deporte tiene actualmente en nuestras familias y por ende en nuestra sociedad. Adicionalmente, el deporte debiera formar parte activa de las políticas de prevención de actividades delictivas. Se trata de crear alternativas al uso del tiempo libre de los jóvenes para apartarlos del ocio o de trasgresiones al orden jurídico. En ese contexto, la vía deportiva afianza lazos comunitarios familiares y hasta llena vacíos de las políticas gubernamentales. Ello cobra especial relevancia al observar el alejamiento paulatino y el desencanto de los jóvenes en actividades de la política. Cuatro de cada cinco personas entrevistadas de esa edad declaran no tener interés ni haber participado en reuniones o en decisiones propias de las asociaciones políticas. Tampoco confían en los cuerpos e instituciones policíacas. En contraste, manifiestan mayor confianza en la familia o en las escuelas y centros académicos (Cordera y García 2012). Llama entonces la atención no sólo el semi-desapego hacia el deporte de las políticas públicas, sino el poco interés puesto en su fomento por partidos políticos y sindicatos.

10.2 Barreras de género para el deporte

Resulta llamativo el hecho de que hombres y mujeres presenten diferencias tan grandes en cuanto a sus hábitos para hacer deporte. En nuestro estudio pudimos encontrar que las mujeres reportan menor interés por el deporte, ya que solo el 26.5 % de las mujeres participantes manifestó tener mucho interés por el deporte, mientras que el 47.1 % de los hombres, casi la mitad, mencionaron mucho interés por el deporte. Solo la quinta parte de los hombres, un 19 %, mencionó tener poco interés, mientras que más de la tercera parte de las mujeres, el 35 %, responde tener poco interés. En términos generales, el 38.5 % de las mujeres no están practicando deporte, lo que resulta llamativo porque sólo el 23.9 % de los hombres contestó no practicar. Otra diferencia quedó representada en el número de disciplinas deportivas practicadas, ya que los hombres reportaban practicar varios deportes en casi el 20 %, mientras que apenas el 5 % de las mujeres mencionó hacerlo. Además, hombres y mujeres seleccionaron distintos lugares para hacer deporte: las mujeres practican como lugar preferencial en espacios abiertos y los hombres lo hacen en mayor medida en instalaciones delegacionales.

Los datos obtenidos revelan otras diferencias de práctica deportiva según el género, poniendo de relieve algunas limitaciones en contra de las mujeres. Por ejemplo, la mitad de los hombres, el 48.3 %, utiliza instalaciones gratuitas y públicas (instalaciones delegacionales y lugares abiertos), mientras que apenas la tercera parte de las mujeres, un 29.2 %, las utilice a pesar de ser gratuitas. Esto tiene muchísima lógica en un país donde el ingreso económico está muy limitado y el pago por acceder a instalaciones deportivas es un lujo que la mayoría no puede permitirse. Lo que resulta controversial es que la mayoría de los hombres estén utilizando y no así las mujeres.

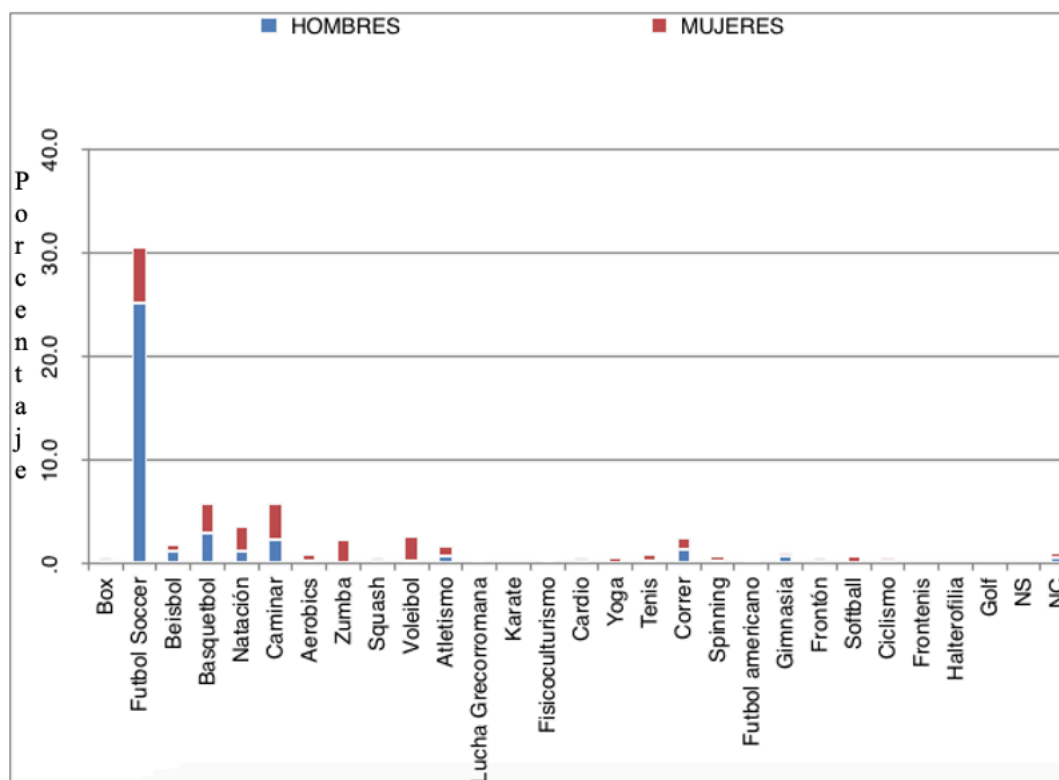
En cuanto a razones de práctica, hombres y mujeres señalan en orden jerárquico las mismas razones para hacer deporte. En primer lugar puntúan los motivos de salud, en segundo lugar “por hacer ejercicio físico”, en tercero “por el gusto de hacer deporte“, y en cuarto “por diversión”. Lo que resulta muy esclarecedor es que para todas las razones de práctica deportiva es menor el porcentaje de mujeres que manifiesta motivos para hacer deporte. Por decirlo con otras palabras, un menor porcentaje de mujeres ha identificado razones para hacer deporte. Lo anterior parece estar ligado a los estereotipos de práctica deportiva en México. Este país es un claro caso de estereotipos en la práctica deportiva. El número de personas físicamente inactivas sigue aumentando y las mujeres no sólo se ejercitan menos que los hombres en todos los grupos de edad, sino que dedican menos tiempo semanal a la práctica deportiva. Según la Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte (2015), el 72% de las mujeres no practica ninguna disciplina deportiva. En nuestra muestra se repite este fenómeno y casi la mitad de las mujeres, un 48.8 %, señala no haber practicado ninguna disciplina deportiva contrastando con tan solo el 22.6 % de los hombres que mencionó no haber practicado ninguna disciplina deportiva.

Los resultados anteriores estarían en consonancia con un diagnóstico general de género de la situación mexicana que revela rezagos de importancia en la corrección de problemas vivos. De acuerdo con la Confederación Deportiva Mexicana, solamente el 7 % de las federaciones están presididas por mujeres (CODEME, 2019). Ello contrasta con el hecho de que en los últimos tres Juegos Olímpicos (desde 2004), la rama femenil ha dado al país el 72 % de las medallas ganadas. Por otro lado, no es casual que las medallistas premiadas provengan en su mayoría de los estados de la República con mayor igualdad de género (Según los datos del estudio de Frías (2014), la correlación entre el índice de equidad estatal y el lugar de nacimiento de las medallistas, arrojó una relación estadísticamente significativa de 0.56. Igualmente, se encontró una asociación sólida entre el lugar de nacimiento de las medallistas mexicanas y su nivel de escolaridad femenil. Esta relación es estadísticamente significativa (correlación de 0.505; $p < .001$), de acuerdo a los datos de la encuesta INEGI (*Cuéntame*, 2015). En un estudio se recopiló los resultados de las olimpiadas nacionales entre 2011 y 2015, en tanto que son las competencias deportivas más importantes del país. Se encontró que los éxitos femeniles por Estado de la República Mexicana correlacionaron

significativamente con el total de medallas conseguidas. Las conclusiones indicaban que las comunidades más exitosas en el deporte son las que incluyen a ambos géneros en la práctica del mismo. Dicho valor se ve reflejado también en la relación significativa entre el lugar de nacimiento de las medallistas olímpicas y el total de medallas ganadas (Dosal et al., 2017).

Otro dato más de las barreras para el involucramiento deportivo de la mujer es que el portal de empleo de la Secretaría de Educación Pública de México indica que sólo 23 de cada 100 profesionales asociados al deporte o a la cultura física, corresponden a mujeres (SEP, 2019). En México, no sólo es escaso el tiempo consagrado al ejercicio físico de las personas, sino que además, la dedicación y la selección del deporte practicado están influidos tanto por las agudas diferencias en el ingreso económico de las familias, como por tradiciones y prejuicios sobre lo que corresponde hacer a mujeres y hombres. Eso explica mucho sobre las diferencias significativas entre hombres y mujeres en las preferencias deportivas. Las mujeres prefieren voleibol, yoga, “spinning” y “aerobics”, mientras que los hombres se inclinan por el futbol (soccer o americano), el béisbol y el karate. Por otro lado, los hombres practican más deportes de contacto que las mujeres. Y por último, son casi inexistentes los deportes con participación mixta simultánea de mujeres y hombres. Los casos señalados, ejemplifican la reproducción en el deporte de algunos estereotipos socialmente deformadores en el deporte (véase la Figura 15)

Figura 15 Disciplinas deportivas más practicadas por género en el país



Fuente: Elaboración propia con base a los datos de la Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte (2015).

En conclusión, si hombres o mujeres ven limitadas sus alternativas debido a prácticas estereotípicas se corre el riesgo de dejarles marginados, imposibilitándoles incorporarse no sólo a actividades deportivas sino a diversas actividades sociales. Nuestro tipo de práctica deportiva crea barreras que limitan las oportunidades de mejorar las capacidades físicas de hombres y mujeres. El arraigo de estereotipos es un círculo vicioso que atrapa a las personas y a sus posibilidades de elegir en libertad. “El trabajo al servicio del desarrollo humano va mucho más allá del empleo, pero el desarrollo humano también consiste en aumentar los rangos de elección de las personas y garantizar que tengan acceso a más oportunidades” (PNUD, 2015).

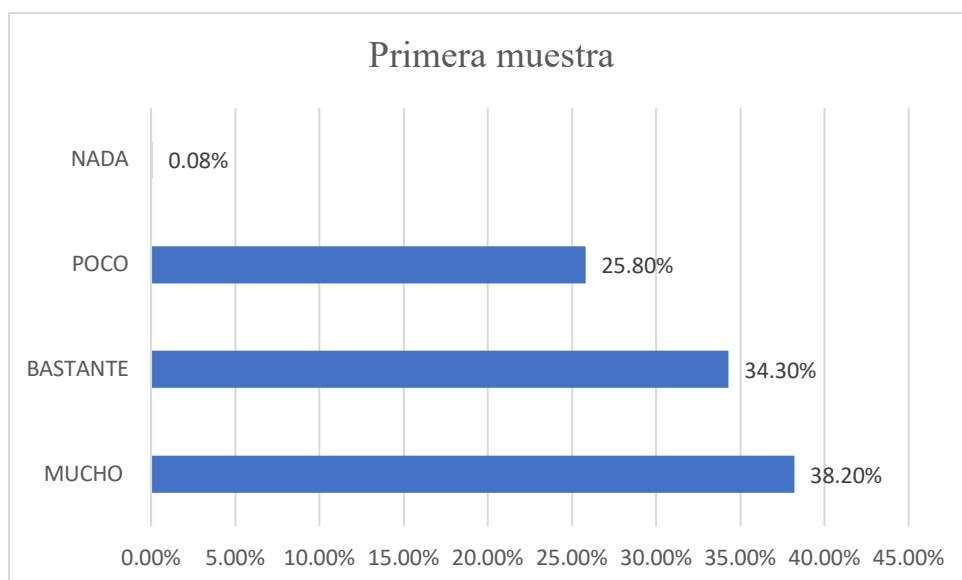
Capítulo 11: Resultados del Estudio 2

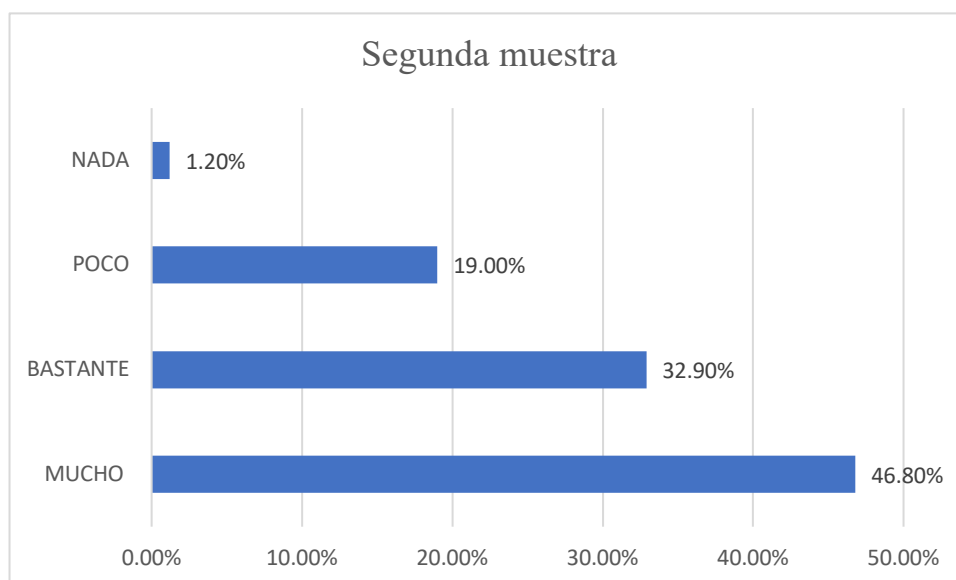
En este apartado se analizarán los datos de la segunda muestra (obtenidos al cabo de 4 años), comparándolos con los de la primera muestra ya analizados en los anteriores apartados. Igualmente, se analizarán los datos de manera descriptiva, se aplicarán análisis de correlación entre variables categóricas ordinales (*rho* de Spearman) y análisis de Chi-cuadrado (χ^2 de Pearson) para comparar porcentajes entre las dos muestras.

11.1 Práctica deportiva (Estudio 2)

En primer lugar, podemos señalar que entre la primera y la segunda muestra aumentó el interés por el deporte. En cuanto a la primera muestra pudimos observar únicamente el 0.8% de la población con nada de interés por el deporte; un 25.8% expresó tener poco interés por el deporte; un 34.3% indicó tener bastante interés; y por último, el 38.2% señaló mucho interés por el deporte. La segunda muestra mostró un mayor interés por el deporte, donde el 46.80 % mencionó mucho interés, el 32.90 % bastante interés, el 19 % poco interés, y sólo el 1.20 % mencionó no estar interesado para nada en el deporte (ver Figura 16)

Figura 16 Interés por el deporte (primera muestra)





En el mismo sentido que en el primer estudio, observamos que en la segunda muestra tanto el nivel de ingreso económico como la formación de los padres volvieron a correlacionar con el interés por el deporte.

Así, se encontraron correlaciones positivas del interés por el deporte con el nivel de ingreso económico ($\rho=.101$; $p<.001$), así como con el nivel de formación académica de los padres ($\rho=.124$; $p<.001$).

Como en el Estudio 1, encontramos que a mayor formación de los padres se da un mayor interés por el deporte de los participantes.

En la Tabla 14 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson los porcentajes de respuesta de estas dos variables. Se puede observar que los estratos más altos de ingreso económico concentran mayor interés por el deporte (χ^2 ; $p=.007$). Por tanto, se repite la tendencia del primer estudio, que reportaba mayor interés por el deporte conforme aumenta el nivel de formación académica de los padres.

Tabla 14 Interés por el deporte de acuerdo a la formación académica de los padres

Ingreso	INTERES POR EL DEPORTE				Total
	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO	
Sin formación	1 .2%	1 .2%	1 .2%	0 .0%	3 .5%
Formación nivel 2	0 .0%	2 .3%	1 .2%	1 .2%	4 .7%
Formación nivel 3	0 .0%	2 .3%	2 .3%	2 .3%	6 1.0%
Formación nivel 4	1 .2%	8 1.3%	7 1.2%	20 3.3%	36 6.0%

Formación nivel 5	0 .0%	7 1.2%	15 2.5%	13 2.2%	35 5.8%
Formación nivel 6	1 .2%	12 2.0%	21 3.5%	27 4.5%	61 10.2%
Formación nivel 7	0 .0%	4 .7%	5 .8%	8 1.3%	17 2.8%
Formación nivel 8	1 .2%	18 3.0%	15 2.5%	18 3.0%	52 8.7%
Formación nivel 9	0 .0%	9 1.5%	10 1.7%	11 1.8%	30 5.0%
Formación nivel 10	1 .2%	13 2.2%	12 2.0%	19 3.2%	45 7.5%
Formación nivel 11	1 .2%	6 1.0%	13 2.2%	12 2.0%	32 5.3%
Formación nivel 12	2 .3%	12 2.0%	13 2.2%	32 5.3%	59 9.8%
Formación nivel 13	0 .0%	8 1.3%	22 3.7%	32 5.3%	62 10.3%
Formación nivel 14	0 .0%	13 2.2%	41 6.8%	53 8.8%	107 17.8%
Formación nivel 15	0 .0%	1 .2%	15 2.5%	21 3.5%	37 6.2%
Formación nivel 16	0 .0%	2 .3%	7 1.2%	5 .8%	14 2.3%
Total	8 1.3%	118 19.7%	200 33.3%	274 45.7%	600 100.0%

**Vease el apartado 8.2*

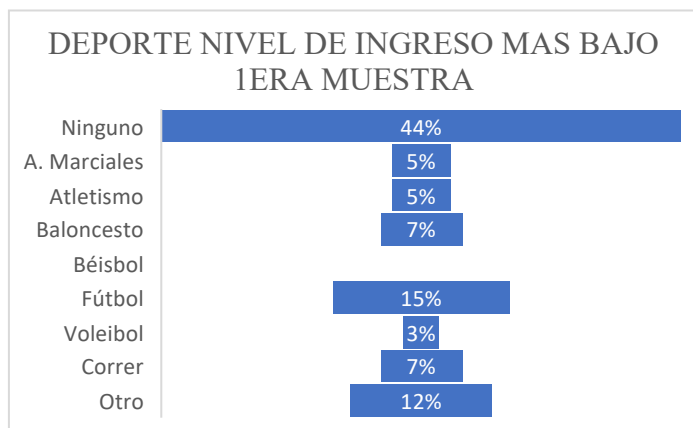
En la Tabla 15 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar el interés por el deporte entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p= .008$). Así, mientras que la primera muestra señaló tener con mayor frecuencia poco interés en el deporte, la segunda muestra indicó tener mucho interés por el deporte en mayor medida.

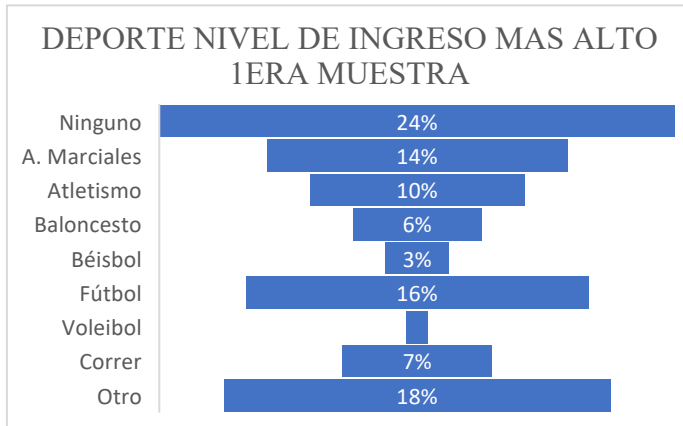
Tabla 15 Diferencias significativas de Interés por el deporte entre las muestras

			MUESTRA		Total
			1	2	
INTERES POR EL DEPORTE	0	Recuento	4	0	4
		% dentro de INTERESPORELDEPORTE	100.0%	0.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	.7%	0.0%	.3%
		% del total	.3%	0.0%	.3%
	1 NADA	Recuento	5	8	13
		% dentro de INTERESPORELDEPORTE	38.5%	61.5%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	.8%	1.3%	1.1%
		% del total	.4%	.7%	1.1%
	2 POCO	Recuento	155	118	273
		% dentro de INTERESPORELDEPORTE	56.8%	43.2%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	25.9%	19.7%	22.8%
		% del total	12.9%	9.8%	22.8%
	3 BASTANTE	Recuento	206	200	406
		% dentro de INTERESPORELDEPORTE	50.7%	49.3%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	34.4%	33.3%	33.9%
		% del total	17.2%	16.7%	33.9%
	4 MUCHO	Recuento	229	274	503
		% dentro de INTERESPORELDEPORTE	45.5%	54.5%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	38.2%	45.7%	42.0%
		% del total	19.1%	22.9%	42.0%
Total	Recuento	599	600	1199	
	% dentro de INTERESPORELDEPORTE	50.0%	50.0%	100.0%	
	% dentro de MUESTRA	100.0%	100.0%	100.0%	
	% del total	50.0%	50.0%	100.0%	

En cuanto a la elección de la disciplina deportiva se observa cómo el fútbol (en un 15%) y no practicar formalmente ninguna disciplina (44 %), fueron más comúnmente señalados por el estrato más bajo en la primera muestra, y ese mismo estrato no participaba en otros deportes como Artes Marciales (5 %) y Atletismo (5 %) (ver Figura 17).

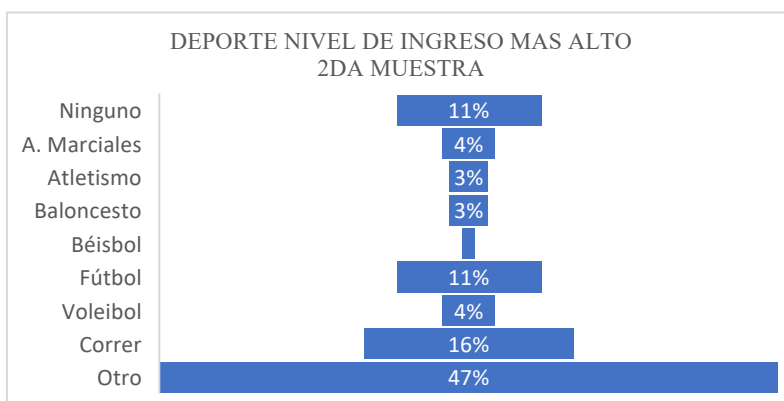
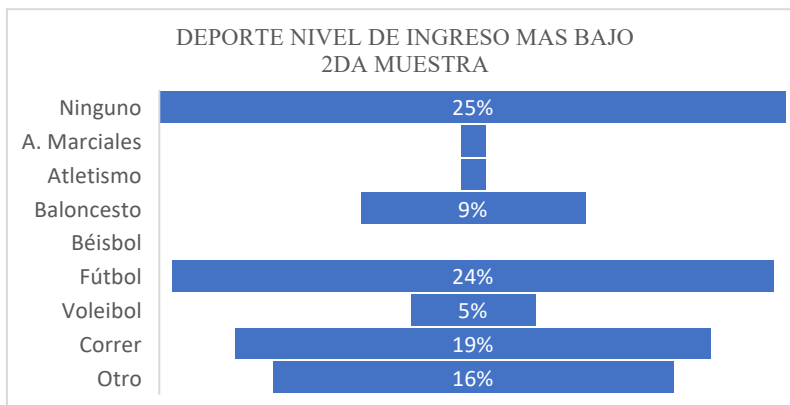
Figura 17 Disciplinas deportivas más practicadas ingreso mas bajo y más alto (primera muestra)





Esta misma tendencia se encontró para la segunda muestra pero con mucho mejores resultados en cuanto a práctica deportiva. Mientras que el estrato más bajo de la primera muestra señalaba no haber practicado una disciplina deportiva en un 44 %, la segunda muestra en su estrato más bajo señala no haber practicado en un 25 %. Igualmente, el estrato más alto aumentó su número de practicantes. En la primera muestra no practicaron ninguna disciplina deportiva el 24 % de los participantes del estrato más alto y para la segunda muestra se reduce a menos de la mitad, con el 11% (ver Figura 18).

Figura 18 Disciplinas deportivas más practicadas ingreso mas alto (segunda muestra)

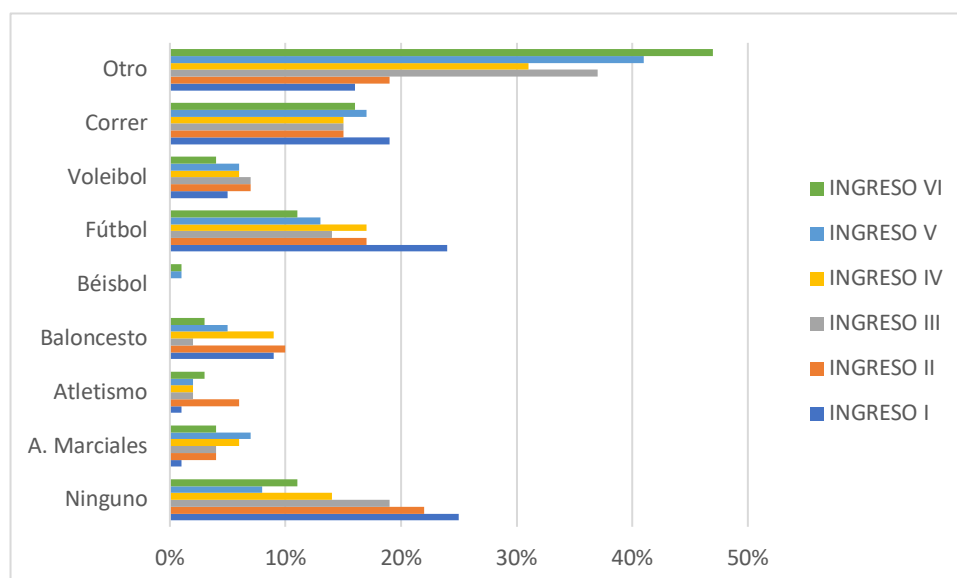


Cabe señalar que para la segunda muestra se encontraron diferencias significativas entre el ingreso y el deporte practicado (χ^2 ; $p= .003$). Se puede observar que tanto la falta de práctica de disciplinas deportivas como la práctica del fútbol se concentra en los 2 estratos de ingresos más bajos. Mientras que las artes marciales y “otro” son practicados por los participantes con un nivel de ingresos más alto (ver Tabla 16 y Figura 19).

Tabla 16 Diferencias entre disciplina deportiva y el nivel de ingreso económico

	DEPORTE PRACTICADO									Total
	NINGUNO	ARTES MARCIALES	ATLETISMO	BALONCESTO	BEISBOL	FUTBOL	VOLEIBOL	CORRER	OTRO	
INGRESO 1	25 4.2%	1 .2%	1 .2%	9 1.5%	0 .0%	24 4.0%	5 .8%	19 3.2%	16 2.7%	100 16.7%
INGRESO 2	22 3.7%	4 .7%	6 1.0%	10 1.7%	0 .0%	17 2.8%	7 1.2%	15 2.5%	19 3.2%	100 16.7%
INGRESO 3	19 3.2%	4 .7%	2 .3%	2 .3%	0 .0%	14 2.3%	7 1.2%	15 2.5%	37 6.2%	100 16.7%
INGRESO 4	14 2.3%	6 1.0%	2 .3%	9 1.5%	0 .0%	17 2.8%	6 1.0%	15 2.5%	31 5.2%	100 16.7%
INGRESO 5	8 1.3%	7 1.2%	2 .3%	5 .8%	1 .2%	13 2.2%	6 1.0%	17 2.8%	41 6.8%	100 16.7%
INGRESO 6	11 1.8%	4 .7%	3 .5%	3 .5%	1 .2%	11 1.8%	4 .7%	16 2.7%	47 7.8%	100 16.7%
Total	99 16.5%	26 4.3%	16 2.7%	38 6.3%	2 .3%	96 16.0%	35 5.8%	97 16.2%	191 31.8%	600 100.0%

Figura 19 Ingreso y disciplina deportiva practicada de acuerdo al ingreso económico (segunda muestra)



En la Tabla 17 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar la práctica de una disciplina deportiva entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p= .001$). Los incrementos más importantes en la segunda muestra se observan en el número de

practicantes de voleibol, correr y “otro” deporte. Pero lo más destacable es que en la segunda muestra hay un menor porcentaje de no practicantes.

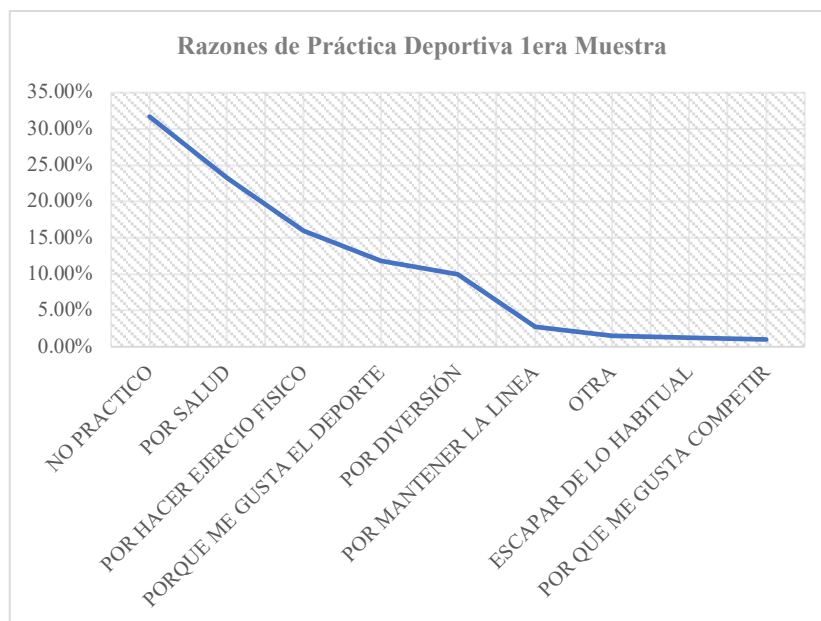
Tabla 17 Diferencias disciplina deportiva practicada entre las muestras

DEPORTE PRACTICADO	0	Recuento	MUESTRA		Total
			1	2	
		4	4	0	4
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	100.0%	0.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	.7%	0.0%	.3%
		% del total	.3%	0.0%	.3%
	1 NINGUNO	Recuento	204	99	303
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	67.3%	32.7%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	34.1%	16.5%	25.3%
		% del total	17.0%	8.3%	25.3%
	2 ARTES MARCIALES	Recuento	62	26	88
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	70.5%	29.5%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	10.4%	4.3%	7.3%
		% del total	5.2%	2.2%	7.3%
	3 ATLETISMO	Recuento	44	16	60
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	73.3%	26.7%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	7.3%	2.7%	5.0%
		% del total	3.7%	1.3%	5.0%
	4 BALONCESTO	Recuento	52	38	90
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	57.8%	42.2%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	8.7%	6.3%	7.5%
		% del total	4.3%	3.2%	7.5%
	5 BEISBOL	Recuento	7	2	9
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	77.8%	22.2%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	1.2%	.3%	.8%
		% del total	.6%	.2%	.8%
	6 FUTBOL	Recuento	91	96	187
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	48.7%	51.3%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	15.2%	16.0%	15.6%
		% del total	7.6%	8.0%	15.6%
	7 VOLEIBOL	Recuento	10	35	45
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	22.2%	77.8%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	1.7%	5.8%	3.8%
		% del total	.8%	2.9%	3.8%
	8 CORRER	Recuento	43	97	140
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	30.7%	69.3%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	7.2%	16.2%	11.7%
		% del total	3.6%	8.1%	11.7%
	9 OTRO	Recuento	82	191	273
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	30.0%	70.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	13.7%	31.8%	22.8%
		% del total	6.8%	15.9%	22.8%
Total		Recuento	599	600	1199
		% dentro de DEPORTE PRACTICADO	50.0%	50.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	100.0%	100.0%	100.0%
		% del total	50.0%	50.0%	100.0%

11.2 Barreras socioeconómicas para la práctica deportiva

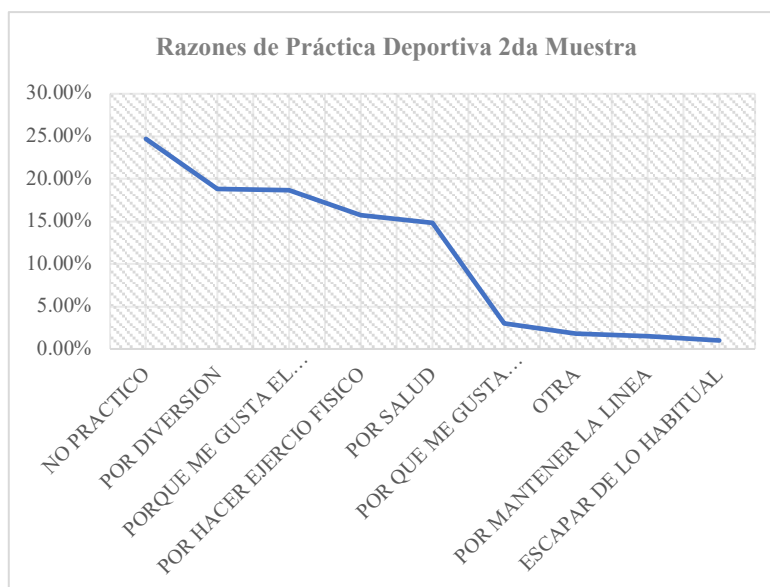
En cuanto a las razones de práctica, se observan diferencias entre la primera y la segunda muestra. Así, la primera muestra señala en un 23 %, que su principal razón para la práctica deportiva es por razones de salud; un 16 % de los participantes mostraron que su principal razón para la práctica deportiva es hacer ejercicio físico; y la tercera razón más común para la práctica es por el gusto de hacer deporte, con un 11.8 % de los participantes (ver Figura 20).

Figura 20 Razones de practica deportiva (primera muestra)



Al comparar estos datos con los encontrados en los resultados de la segunda muestra (ver Figura 21) podemos observar que la razón más común de práctica deportiva ha cambiado, siendo en este caso por diversión, con el 18.8 % de los participantes. La segunda razón de práctica es por el goce de hacer ejercicio (18.7%), y el 15.7 % señala que su principal razón de práctica deportiva es por hacer ejercicio físico.

Figura 21 Razones de practica deportiva (segunda muestra)



En cuanto a la segunda muestra, la Tabla 18 muestra diferencias estadísticamente significativas al comparar el nivel de ingreso con las razones de práctica, según un análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .002$).

Tabla 18. Diferencias entre ingreso y razón de práctica (segunda muestra)

	DIVERSION	HACER EJERCICIO FISICO	ME GUSTA EL DEPORTE	MANTENER LA LINEA	ESCAPAR DE LO HABITUAL	MEJORAR LA SALUD	ME GUSTA COMPETIR	OTRA RAZON	NINGUNA DE ESTAS RAZONES	TOTAL
INGRESO 1	14 2.3%	22 3.7%	12 2.0%	1 .2%	0 .0%	10 1.7%	2 .3%	2 .3%	37 6.2%	100 16.7%
INGRESO 2	17 2.8%	19 3.2%	9 1.5%	1 .2%	4 .7%	12 2.0%	2 .3%	1 .2%	35 5.8%	100 16.7%
INGRESO 3	16 2.7%	14 2.3%	13 2.2%	2 .3%	0 .0%	22 3.7%	4 .7%	4 .7%	25 4.2%	100 16.7%
INGRESO 4	18 3.0%	15 2.5%	23 3.8%	0 .0%	1 .2%	14 2.3%	4 .7%	0 .0%	25 4.2%	100 16.7%
INGRESO 5	24 4.0%	25 4.2%	15 2.5%	3 .5%	1 .2%	11 1.8%	3 .5%	2 .3%	16 2.7%	100 16.7%
INGRESO 6	23 3.8%	18 3.0%	22 3.7%	2 .3%	0 .0%	20 3.3%	3 .5%	2 .3%	10 1.7%	100 16.7%
TOTAL	112 18.7%	113 18.8%	94 15.7%	9 1.5%	6 1.0%	89 14.8%	18 3.0%	11 1.8%	148 24.7%	600 100.0%

En la Tabla 19 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar las razones para practicar deporte entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$).

Tabla 19 Diferencias razones de práctica entre la primera y la segunda muestra

RAZONDEPRACTICA	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	Total
	Recuento	4	0	4							
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	100.0%	0.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	.7%	0.0%	.3%							
	% del total	.3%	0.0%	.3%							
	1 DIVERSION	Recuento	60	112	172						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	34.9%	65.1%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	10.0%	18.7%	14.3%							
	% del total	5.0%	9.3%	14.3%							
	2 HACER EJERCICIO FISICO	Recuento	96	113	209						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	45.9%	54.1%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	16.0%	18.8%	17.4%							
	% del total	8.0%	9.4%	17.4%							
	3 ME GUSTA EL DEPORTE	Recuento	71	94	165						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	43.0%	57.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	11.9%	15.7%	13.8%							
	% del total	5.9%	7.8%	13.8%							
	4 MANTENER LA LINEA	Recuento	16	9	25						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	64.0%	36.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	2.7%	1.5%	2.1%							
	% del total	1.3%	.8%	2.1%							
	5 ESCAPAR DE LO HABITUAL	Recuento	7	6	13						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	53.8%	46.2%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	1.2%	1.0%	1.1%							
	% del total	.6%	.5%	1.1%							
	6 MEJORAR LA SALUD	Recuento	140	89	229						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	61.1%	38.9%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	23.4%	14.8%	19.1%							
	% del total	11.7%	7.4%	19.1%							
	7 ME GUSTA COMPETIR	Recuento	6	18	24						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	25.0%	75.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	1.0%	3.0%	2.0%							
	% del total	.5%	1.5%	2.0%							
	8 OTRA RAZON	Recuento	9	11	20						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	45.0%	55.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	1.5%	1.8%	1.7%							
	% del total	.8%	.9%	1.7%							
	9 NINGUNA DE ESTAS RAZONES	Recuento	190	148	338						
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	56.2%	43.8%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	31.7%	24.7%	28.2%							
	% del total	15.8%	12.3%	28.2%							
Total	Recuento	599	600	1199							
	% dentro de RAZONDEPRACTICA	50.0%	50.0%	100.0%							
	% dentro de MUESTRA	100.0%	100.0%	100.0%							
	% del total	50.0%	50.0%	100.0%							

Par la segunda muestra se han encontrado correlaciones similares que en la primera entre el nivel académico de los padres, la práctica deportiva de los hijos y el nivel de ingresos económicos familiares (ver Tabla 20).

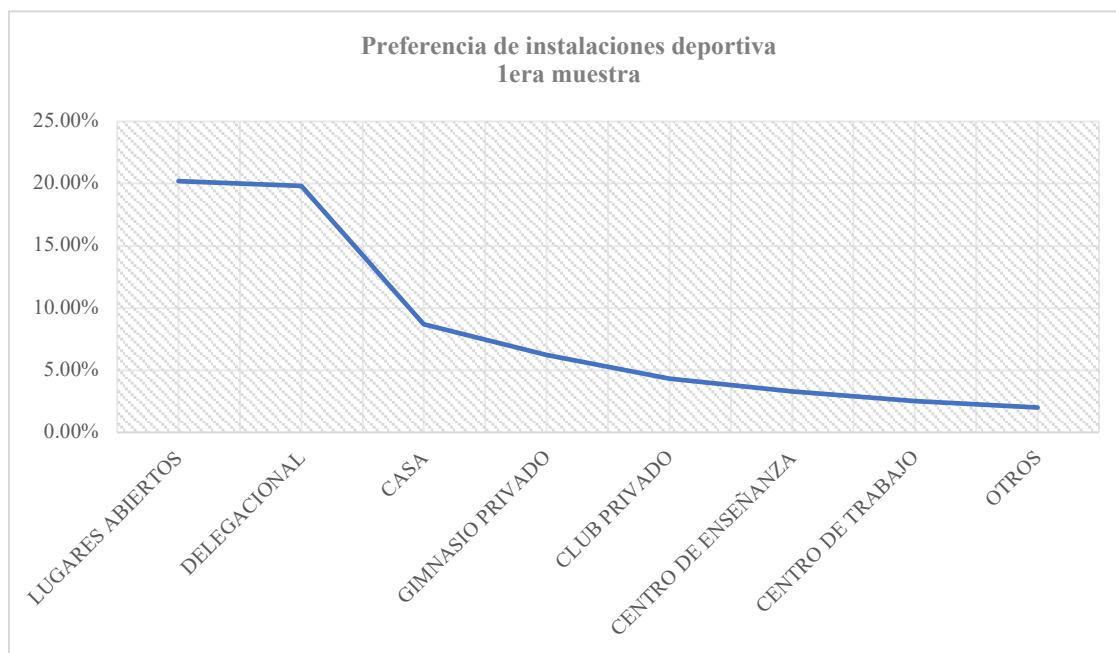
Tabla 20 Correlación Formación académica, Ingresos económicos y practica deportiva (segunda muestra)

MUESTRA 2	Formación académica de ambos padres	Ingresos mensuales de la familia	Alumnos (hijos) practicantes del deporte
Formación académica de ambos Padres	1	.485**	.174**
Ingresos mensuales en la familia		1	.154**
Alumnos (hijos) practicantes del deporte			1

** $P < .001$

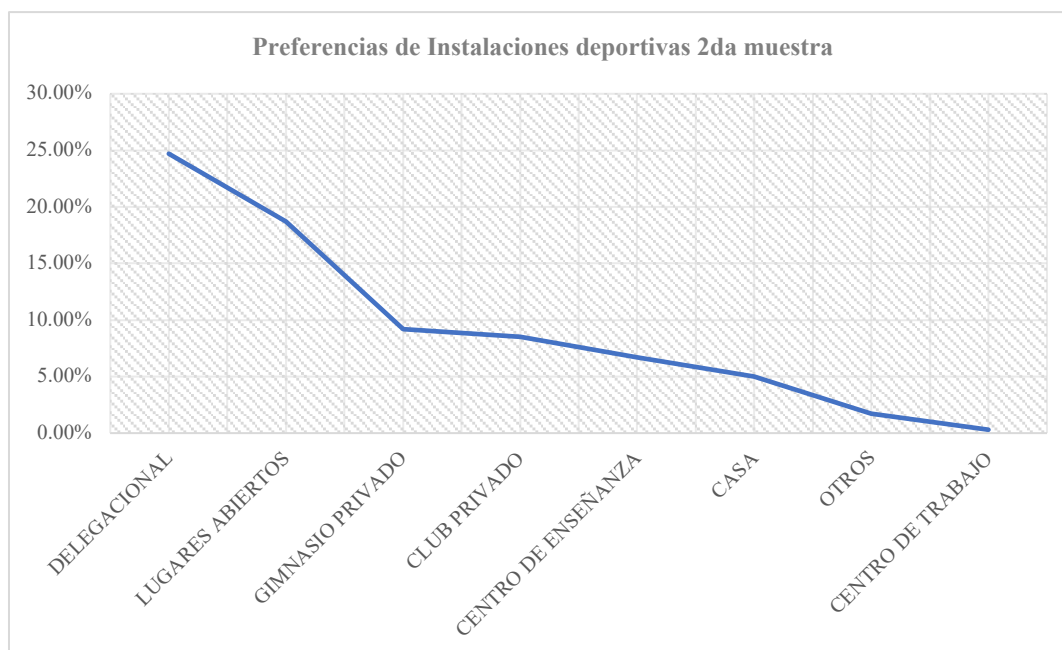
En cuanto a los lugares de práctica más comunes, las respuestas de la primera muestra señalaban que el 20.2 % de las personas utiliza lugares abiertos (calle, parque, campo), el 19.8 % realizaba deporte en instalaciones delegacionales, es decir instalaciones deportivas gratuitas que pertenecen al estado y generalmente son de coste bajo o nulo. Asimismo, la tercera respuesta más común fue la realización de actividad deportiva en la propia casa, con un 8.7 % (ver Figura 22).

Figura 22 Preferencia de instalaciones deportivas (primera muestra)



La segunda muestra detalla que las instalaciones delegacionales son el primer lugar de práctica (24.7 %); los lugares abiertos ocupan el segundo lugar (18.7 %); el tercer lugar lo ocupa el gimnasio (9.2 %); y el cuarto lugar el club privado (8.5 %) (ver Figura 23).

Figura 23 Preferencia de instalaciones deportivas (segunda muestra)



Igual que en el Estudio 1, se han observado diferencias estadísticamente significativas en la segunda muestra al comparar el lugar de práctica y el ingreso económico con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$) (ver Tabla 21). Nuevamente volvemos a encontrar que los estratos más bajos practican más en instalaciones de bajo coste o gratuitos, como lugares abiertos o espacios de instalaciones delegacionales. También volvemos a encontrar que los estratos más altos practican más en lugares como centros de enseñanza, gimnasios y clubes privados.

Tabla 21 Diferencias entre el ingreso y el lugar de práctica (segunda muestra)

	LUGAR DE PRACTICA										Total
	0	NO PRACTICO EN NINGUNO DE ESTOS	LUGARES ABIERTOS (PARQUE, CAMPO, CALLE)	INSTALACIONES DELEGACIONALES	CENTRO DE ENSEÑANZA	CENTRO DE TRABAJO	CASA	GIMNASIO PRIVADO	CLUB PRIVADO	OTROS	
INGRESO 1	0	39	20	26	1	1	6	4	3	0	100
	.0%	6.5%	3.3%	4.3%	.2%	.2%	1.0%	.7%	.5%	.0%	16.7%
INGRESO 2	0	33	21	27	8	0	3	4	2	2	100
	.0%	5.5%	3.5%	4.5%	1.3%	.0%	.5%	.7%	.3%	.3%	16.7%
INGRESO 3	1	27	24	23	5	0	6	7	5	2	100
	.2%	4.5%	4.0%	3.8%	.8%	.0%	1.0%	1.2%	.8%	.3%	16.7%
INGRESO 4	0	24	19	29	8	0	4	7	8	1	100
	.0%	4.0%	3.2%	4.8%	1.3%	.0%	.7%	1.2%	1.3%	.2%	16.7%
INGRESO 5	0	16	16	25	7	0	4	13	16	3	100
	.0%	2.7%	2.7%	4.2%	1.2%	.0%	.7%	2.2%	2.7%	.5%	16.7%
INGRESO 6	0	12	12	18	11	1	7	20	17	2	100
	.0%	2.0%	2.0%	3.0%	1.8%	.2%	1.2%	3.3%	2.8%	.3%	16.7%
TOTAL	1	151	112	148	40	2	30	55	51	10	600
	.2%	25.2%	18.7%	24.7%	6.7%	.3%	5.0%	9.2%	8.5%	1.7%	100.0%

Las Figuras 24 y 25 representan los lugares de práctica deportiva para el nivel de ingresos más bajo y más altos de la segunda muestra, respectivamente. Así, los participantes de la

segunda muestra con un nivel menor ingreso practican en espacios delegacionales en un 26 %, en lugares abiertos en un 20 % y en el hogar en un 6 %. Por otro lado, los participantes del estrato más alto practican en clubes privados (17 %), gimnasios privados (20 %) y en espacios delegacionales (18 %).

Figura 24 Nivel de ingreso más bajo y sus lugares de práctica (primera muestra)

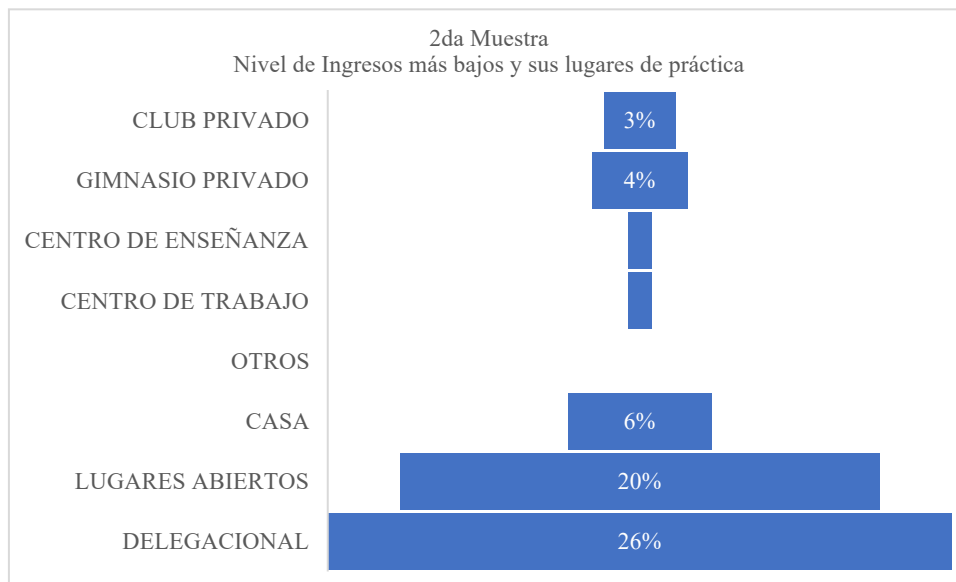
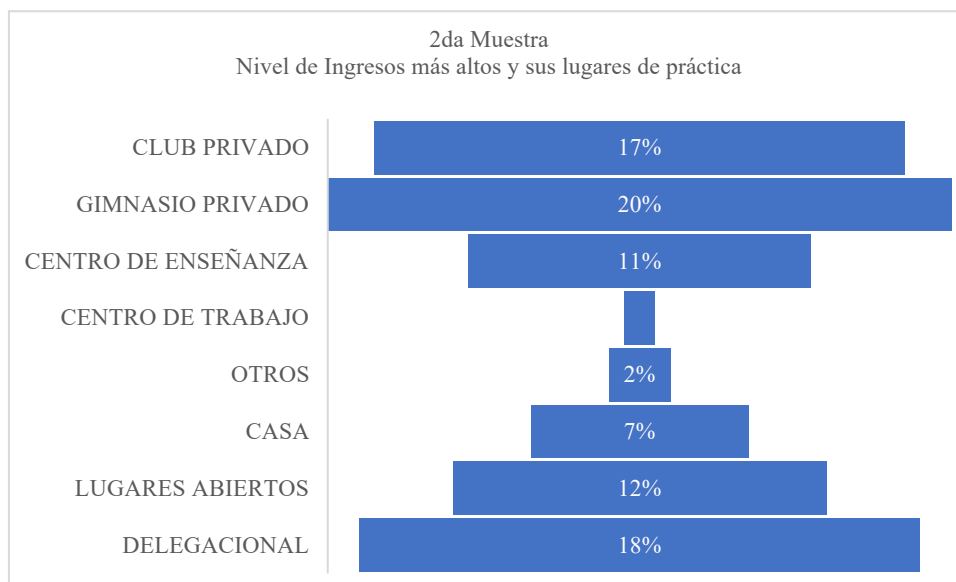


Figura 25 Nivel de ingreso más alto y sus lugares de práctica (primera muestra)



En la Tabla 22 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar los lugares de práctica deportiva entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$). Se puede observar que aumentó el porcentaje de participación de la primera a la segunda

muestra en lugares como: Instalaciones delegacionales, de 44.6 % a 55.4 %; en centros de enseñanza, de 33.3 % a 66.7 %; en gimnasios privados, de 40 % a 60 %; y en club privado, de 34 % a 66 %. Por otro lado, en la segunda muestra disminuyó el porcentaje de práctica en casa, de 63 % a 36.6 %.

El hecho principal a resaltar es que disminuyó el número de no “practicantes en ninguna instalación”, de 56 % a 44 %.

Tabla 22 Diferencias lugar de práctica entre las muestras

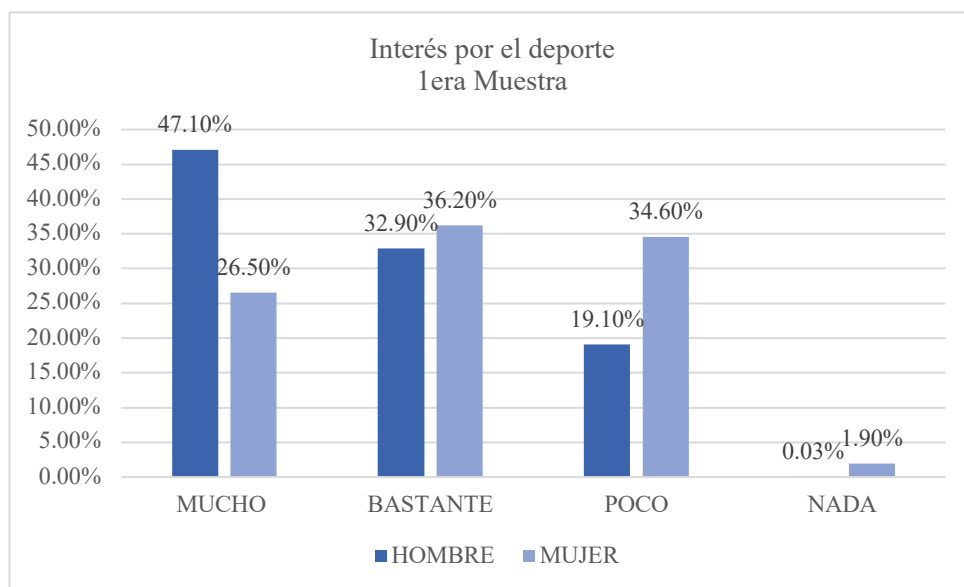
		Muestra 1	Muestra 2		
LUGARDEPRACTICA	0	Recuento	4	1	5
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	80.0%	20.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	.7%	.2%	.4%
		% del total	.3%	.1%	.4%
	1	Recuento	193	151	344
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	56.1%	43.9%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	32.2%	25.2%	28.7%
		% del total	16.1%	12.6%	28.7%
	2	Recuento	121	112	233
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	51.9%	48.1%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	20.2%	18.7%	19.4%
		% del total	10.1%	9.3%	19.4%
	3	Recuento	119	148	267
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	44.6%	55.4%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	19.9%	24.7%	22.3%
		% del total	9.9%	12.3%	22.3%
	4	Recuento	20	40	60
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	33.3%	66.7%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	3.3%	6.7%	5.0%
		% del total	1.7%	3.3%	5.0%
	5	Recuento	15	2	17
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	88.2%	11.8%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	2.5%	.3%	1.4%
		% del total	1.3%	.2%	1.4%
	6	Recuento	52	30	82
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	63.4%	36.6%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	8.7%	5.0%	6.8%
		% del total	4.3%	2.5%	6.8%
	7	Recuento	37	55	92
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	40.2%	59.8%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	6.2%	9.2%	7.7%
		% del total	3.1%	4.6%	7.7%
	8	Recuento	26	51	77
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	33.8%	66.2%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	4.3%	8.5%	6.4%
		% del total	2.2%	4.3%	6.4%
	9	Recuento	12	10	22
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	54.5%	45.5%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	2.0%	1.7%	1.8%
		% del total	1.0%	.8%	1.8%
Total		Recuento	599	600	1199
		% dentro de LUGARDEPRACTICA	50.0%	50.0%	100.0%
		% dentro de MUESTRA	100.0%	100.0%	100.0%
		% del total	50.0%	50.0%	100.0%

Otro dato interesante a destacar es la correlación entre el nivel de ingresos económicos y la edad de inicio de la práctica deportiva, que en la segunda muestra sigue siendo una relación negativa ($\rho=-0,104$; $p<.001$), igual que sucedía en la primera muestra ($\rho=-0,146$; $p<.001$).

11.3 Barreras de género para el deporte (Estudio 2)

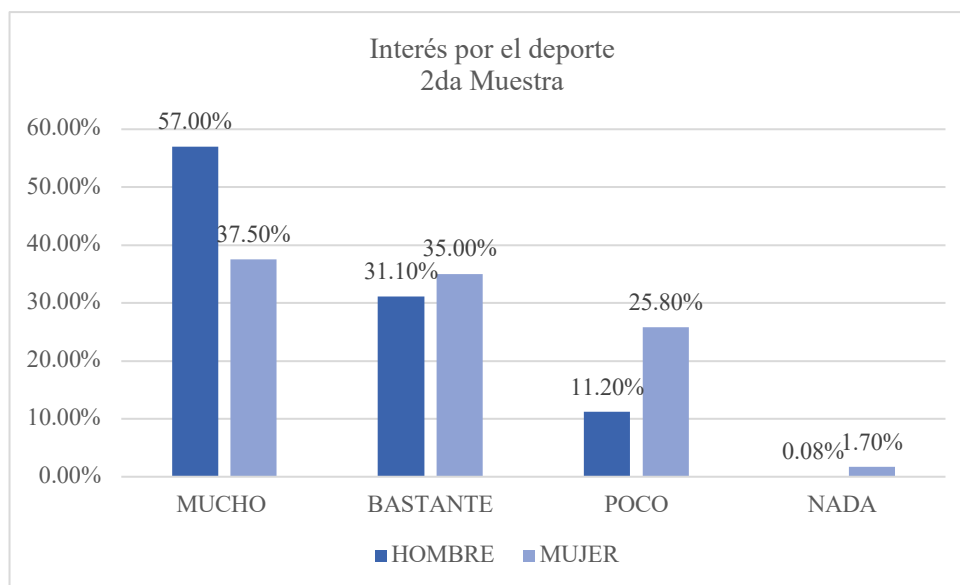
En cuanto al interés por el deporte, la primera muestra señalaba que el 47.10 %, casi la mitad de los hombres, tienen mucho interés por el deporte, y el interés de las mujeres de la primera muestra se situaba en un 26.5 %. En ese sentido, el 32.9 % de los hombres expresaron bastante interés, y el 36.2 % de las mujeres se inclinaron por esta respuesta.

Figura 26 Diferencias interés por el deporte entre géneros (primera muestra)



Ahora, con respecto al interés por el deporte en la segunda muestra, en la Figura 27 podemos observar que los hombres mostraron mucho interés en un 57 % y que el 37.5 % de las mujeres contestaron del mismo modo.

Figura 27 Diferencias interés por el deporte entre géneros (segunda muestra)



En la Tabla 23 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar el interés por el deporte entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .016$). Se observa un incremento en cuanto al interés por el deporte de las mujeres de la primera a la segunda muestra. Las mujeres aumentaron su expresión de mucho interés del 26.5 % al 36.5 %, e igualmente disminuyeron la expresión de poco interés del 34.6 % al 25.8 %.

Tabla 23 Diferencias interés por el deporte entre la primera y la segunda muestra

	INTERESPORELEDEPORTE					Total
	0	NADA	POCO	BASTANTE	MUCHO	
MUESTRA 1	2	5	90	94	69	260
	.8%	1.9%	34.6%	36.2%	26.5%	100.0%
	100.0%	45.5%	50.0%	43.5%	34.5%	42.7%
	.3%	.8%	14.8%	15.4%	11.3%	42.7%
MUESTRA 2	0	6	90	122	131	349
	.0%	1.7%	25.8%	35.0%	37.5%	100.0%
	.0%	54.5%	50.0%	56.5%	65.5%	57.3%
	.0%	1.0%	14.8%	20.0%	21.5%	57.3%
TOTAL	2	11	180	216	200	609
	.3%	1.8%	29.6%	35.5%	32.8%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	.3%	1.8%	29.6%	35.5%	32.8%	100.0%

En el mismo orden de ideas pero ahora refiriéndonos a la práctica de diversos deportes, encontramos que las mujeres practican varias disciplinas deportivas en un 5.4 % en la primera muestra, y en un 8.3 % en la segunda. En el caso de los hombres de la primera muestra, el 18.5 % practican varias disciplinas deportivas, así como el 23.9 % de la segunda (ver Figuras 28 y 29).

Figura 28 Diferencias en la practica de varias disciplinas deportivas entre hombres y mujeres (primera muestra)

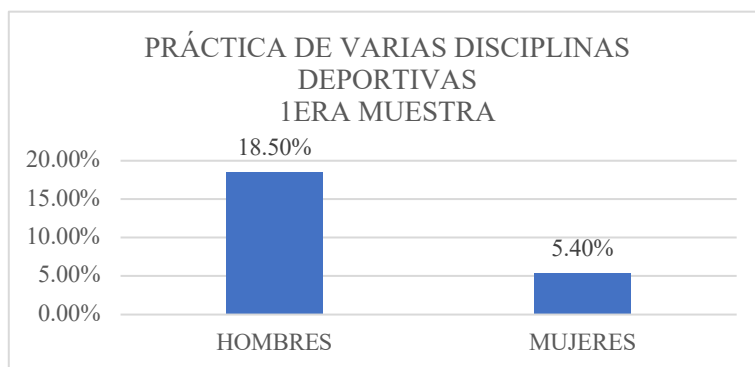
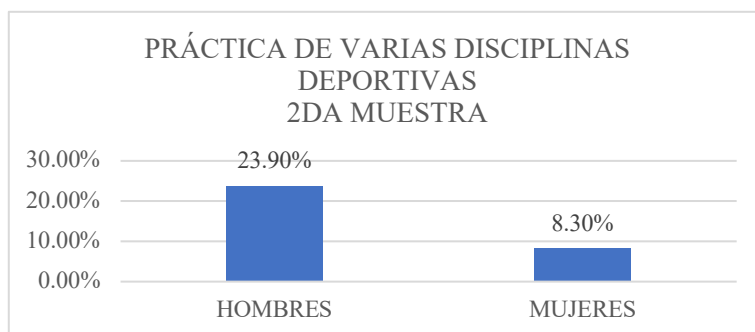


Figura 29 Diferencias en la practica de varias disciplinas deportivas entre hombres y mujeres (segunda muestra)



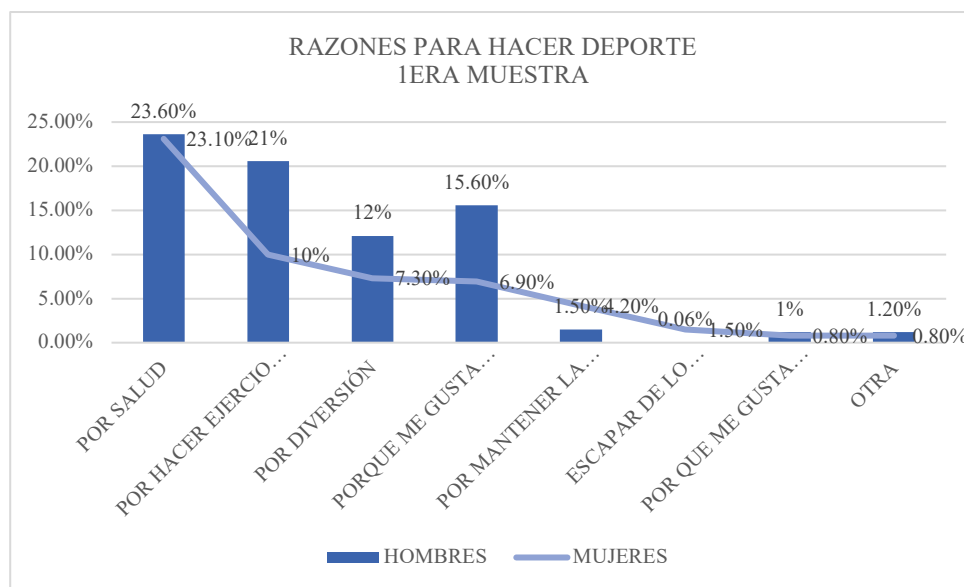
En la Tabla 24 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar el número de deportes practicados por mujeres entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .002$). Nuevamente puede observarse que aumenta el número de mujeres involucradas en temas deportivos. En este caso el porcentaje de mujeres practicando un deporte aumentó del 36.9 % al 63.1 %, y el porcentaje de mujeres practicantes de varios deportes aumentó del 5.4 % al 8.3 %.

Tabla 24 Diferencia en la práctica de disciplinas deportivas entre las mujeres de la primera a las de la segunda muestra

	NUMERO DE DEPORTES				Total
	0	NO PRACTIQUE	PRACTIQUE UN DEPORTE	PRACTIQUE VARIOS	
MUJERES PRIMERA MUESTRA	2	137	107	14	260
	.8%	52.7%	41.2%	5.4%	100.0%
	100.0%	50.0%	36.9%	32.6%	42.7%
	.3%	22.5%	17.6%	2.3%	42.7%
MUJERES SEGUNDA MUESTRA	0	137	183	29	349
	.0%	39.3%	52.4%	8.3%	100.0%
	.0%	50.0%	63.1%	67.4%	57.3%
	.0%	22.5%	30.0%	4.8%	57.3%
TOTAL	2	274	290	43	609
	.3%	45.0%	47.6%	7.1%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	.3%	45.0%	47.6%	7.1%	100.0%

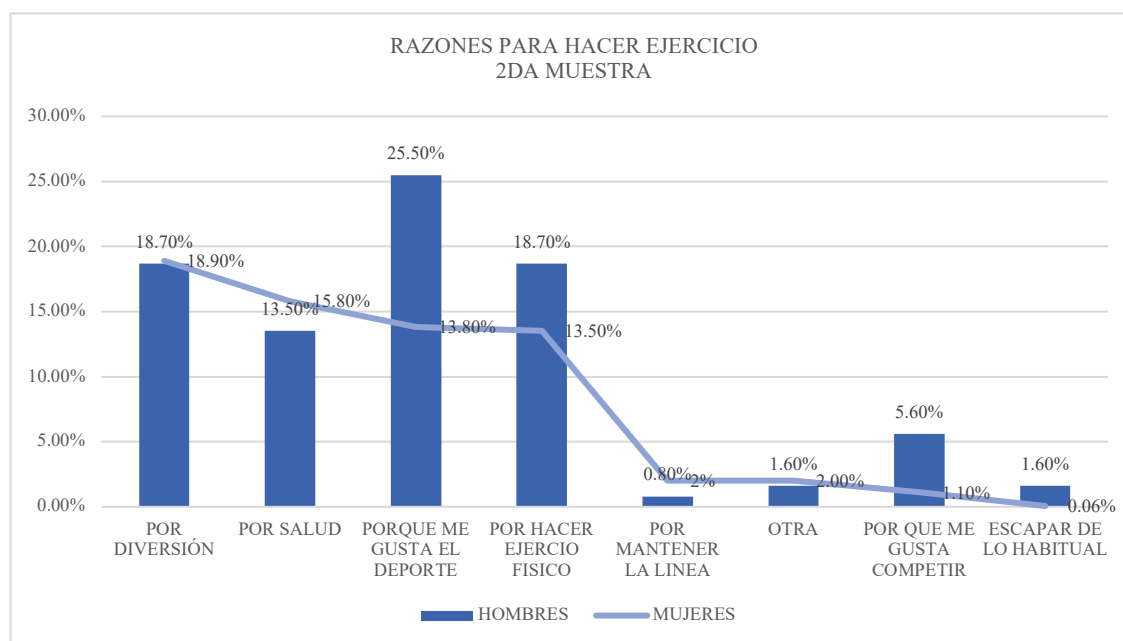
En cuanto a las razones de práctica de la primera muestra, la principal razón señalada en ambos géneros fue por salud: los hombres en un 23.6 % y las mujeres en un 23.1 %. La siguiente razón más señalada fue por hacer ejercicio físico: los hombres en un 21 % y las mujeres en un 10 %. En tercer orden de razones encontramos por diversión (hombres en un 12 % y mujeres en un 7.3 %), y la cuarta razón más seleccionada fue el gusto por hacer deporte (los hombres la señalaron en un 15.6 % y las mujeres en un 6.9 %) (ver Figura 30).

Figura 30 Razones para hacer deporte de hombres y mujeres (primera muestra)



En cuanto a la segunda muestra, podemos mencionar que cambia el orden jerárquico y ahora la principal razón de práctica para los hombres es el gusto por hacer deporte, en un 25.5 % de los casos. Los varones seleccionan por diversión y hacer ejercicio físico igualmente con un 18.7% en ambas razones, y por salud en un 13.5 %. Por otro lado, para las mujeres de la segunda muestra la principal razón era por diversión en un 18.9 %, por salud en un 15.8 %, por gusto por el deporte en un 13.8 %, y por hacer ejercicio físico en un 13.5 % (ver Figura 31).

Figura 31 Razones para hacer deporte de hombres y mujeres (segunda muestra)



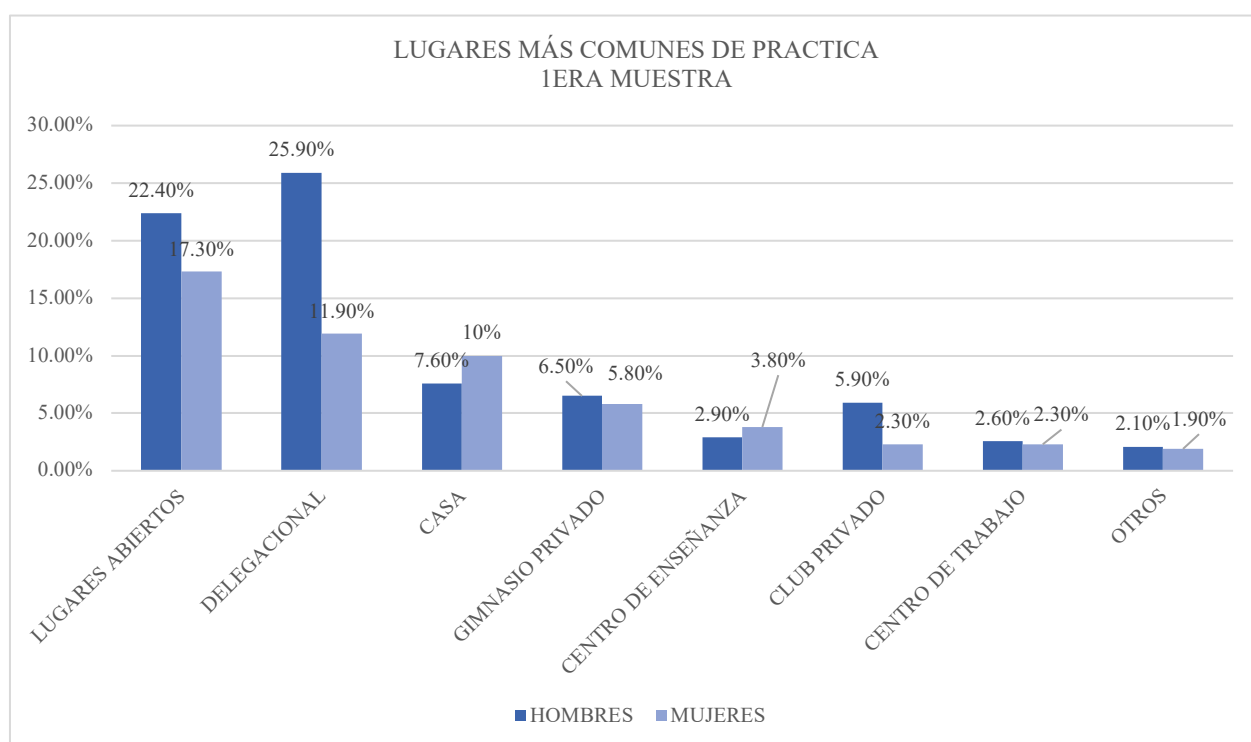
En la Tabla 25 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar la razón de práctica para las mujeres entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$). Se observa un aumento porcentual entre las razones de la primera muestra de mujeres a las razones esbozadas por la segunda muestra.

Tabla 25 Diferencias razones de práctica entre mujeres de la primera y mujeres de la segunda muestra

	RAZON DE PRACTICA										Total
	0	DIVERSION	HACER EJERCICIO FISICO	ME GUSTA EL DEPORTE	MANTENER LA LINEA	ESCAPAR DE LO HABITUAL	MEJORAR LA SALUD	ME GUSTA COMPETIR	OTRA RAZON	NINGUNA DE ESTAS RAZONES	
MUJERES PRIMERA MUESTRA	2 .8%	19 7.3%	26 10.0%	18 6.9%	11 4.2%	5 1.9%	60 23.1%	2 .8%	4 1.5%	113 43.5%	260 100.0%
	100.0%	28.4%	28.3%	27.7%	61.1%	71.4%	52.2%	33.3%	36.4%	50.0%	42.7%
	.3%	3.1%	4.3%	3.0%	1.8%	.8%	9.9%	.3%	.7%	18.6%	42.7%
MUJERES SEGUNDA MUESTRA	0 .0%	48 13.8%	66 18.9%	47 13.5%	7 2.0%	2 .6%	55 15.8%	4 1.1%	7 2.0%	113 32.4%	349 100.0%
	.0%	71.6%	71.7%	72.3%	38.9%	28.6%	47.8%	66.7%	63.6%	50.0%	57.3%
	.0%	7.9%	10.8%	7.7%	1.1%	.3%	9.0%	.7%	1.1%	18.6%	57.3%
TOTAL	2 .3%	67 11.0%	92 15.1%	65 10.7%	18 3.0%	7 1.1%	115 18.9%	6 1.0%	11 1.8%	226 37.1%	609 100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	.3%	11.0%	15.1%	10.7%	3.0%	1.1%	18.9%	1.0%	1.8%	37.1%	100.0%

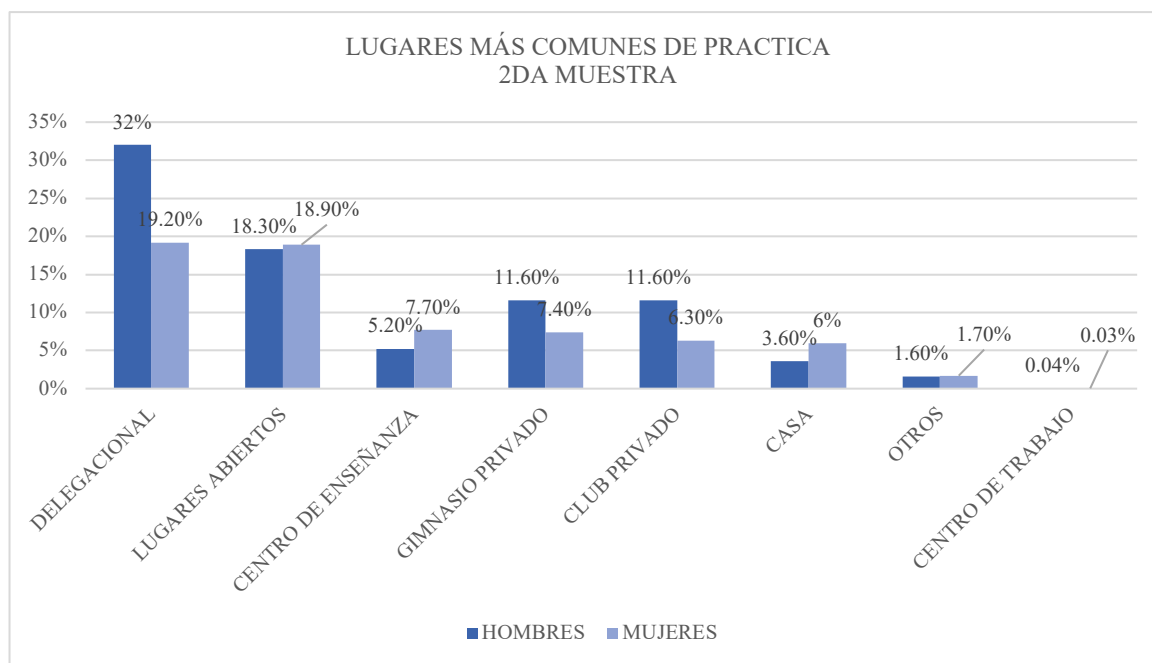
En cuanto a los lugares de práctica deportiva, en la primera muestra las mujeres señalaron practicar en primer lugar de preferencia en lugares abiertos con un 17.3 %, dejando en segundo lugar la preferencia por instalaciones delegacionales en un 11.9%, seguido por la preferencia de practicar en casa en un 10%; y el cuarto lugar de las preferencias femeniles fue el gimnasio privado en un 5.8 %. En el caso de los hombres, señalaron practicar más en instalaciones delegacionales con un 25.9 %, en lugares abiertos en un 22.4 %, en casa en un 7.6 %, y en gimnasios privados en un 5.9% (ver Figura 32).

Figura 32 Lugares más comunes de práctica de hombres y mujeres (primera muestra)



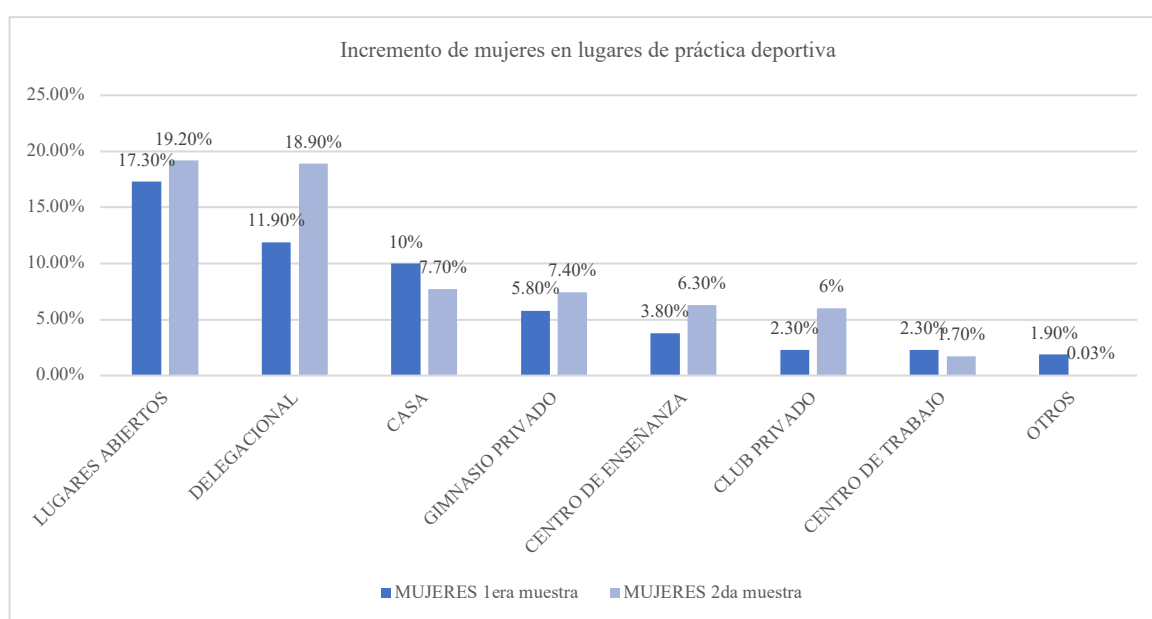
Para la segunda muestra, la preferencia de lugar de práctica entre las mujeres fue practicar en instalaciones delegacionales en un 19.2%, en lugares abiertos en un 18.9 %, en centros de enseñanza en un 7.7 %, y en gimnasios privados en un 7.4 %. Los hombres señalan practicar más en instalaciones delegacionales en un 32 %, después en lugares abiertos en un 18.3 %, dejando en tercer y cuarto lugar más habitual de práctica el gimnasio y el club privado con un 11.6 % en ambos casos (ver Figura 33).

Figura 33 Lugares más comunes de práctica de hombres y mujeres (segunda muestra)



En la Figura 34 se puede observar que las mujeres incrementaron entre la primera y la segunda muestra el porcentaje de práctica en casi todas las instalaciones. Se aumentó el porcentaje en lugares abiertos del 17.3 % al 19.2, en instalaciones delegacionales de un 11.9 % a un 18.9 %, en gimnasio privado de un 5.8% a un 7.4%, en centros de enseñanza de un 3.8 a un 6.3% y en clubs privados de un 2.3 a un 6%.

Figura 34 Incremento de mujeres en lugares de practica de la primera a la segunda muestra



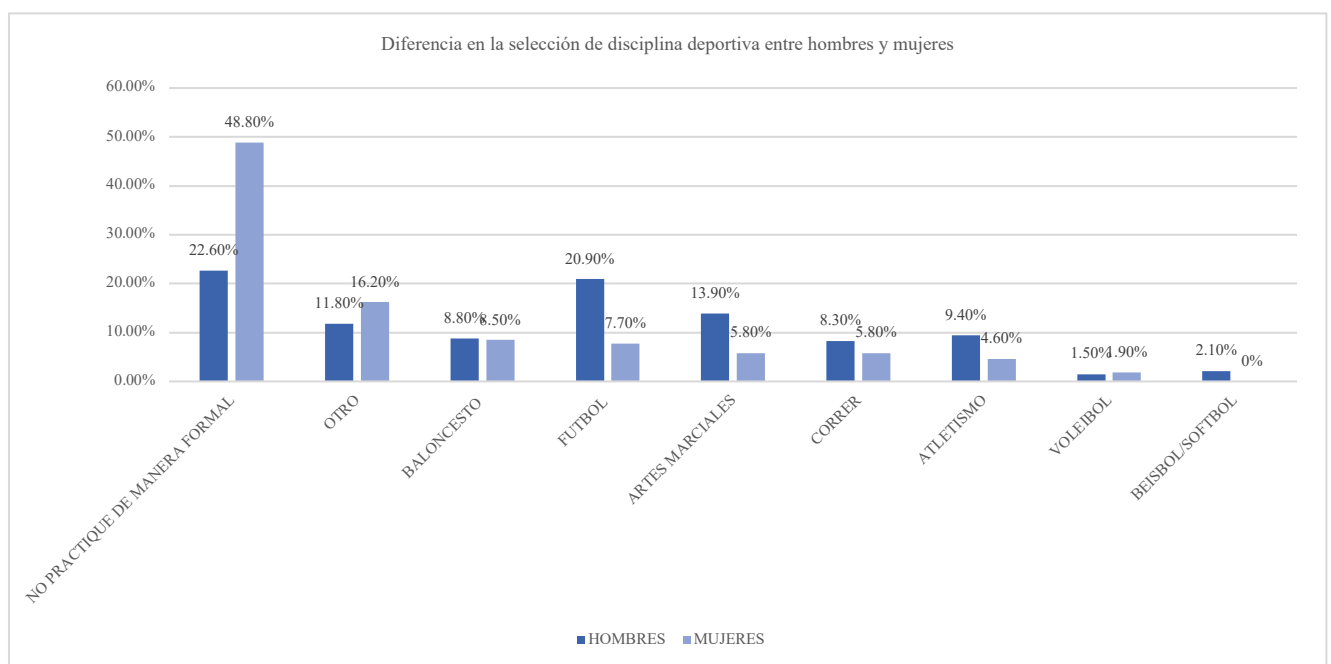
En la Tabla 26 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar la lugar de práctica para las mujeres entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; p= .001).

Tabla 26 Diferencias lugares de practica entre las mujeres de la primera y mujeres de la segunda muestra

	LUGAR DE PRACTICA										Total
	0	NO PRACTICO EN NINGUNA DE ESTAS INSTALACIONES	LUGARES ABIERTOS (PARQUE, CALLE, CAMPO)	INSTALACIONES DELGACIONALES	CENTRO DE ENSEÑANZA	CENTRO DE TRABAJO	CASA	GIMNASIO PRIVADO	CLUB PRIVADO	OTROS	
MUJERES PRIMERA MUESTRA	2 .8%	114 43.8%	45 17.3%	31 11.9%	10 3.8%	6 2.3%	26 10.0%	15 5.8%	6 2.3%	5 1.9%	260 100.0%
MUJERES SEGUNDA MUESTRA	1 .3%	112 32.1%	66 18.9%	67 19.2%	27 7.7%	1 .3%	21 6.0%	26 7.4%	22 6.3%	6 1.7%	349 100.0%
TOTAL	3 .5%	226 37.1%	111 18.2%	98 16.1%	37 6.1%	7 1.1%	47 7.7%	41 6.7%	28 4.6%	11 1.8%	609 100.0%
	66.7%	50.4%	40.5%	31.6%	27.0%	85.7%	55.3%	36.6%	21.4%	45.5%	42.7%
	.3%	18.7%	7.4%	5.1%	1.6%	1.0%	4.3%	2.5%	1.0%	.8%	42.7%
	33.3%	49.6%	59.5%	68.4%	73.0%	14.3%	44.7%	63.4%	78.6%	54.5%	57.3%
	.2%	18.4%	10.8%	11.0%	4.4%	.2%	3.4%	4.3%	3.6%	1.0%	57.3%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	.5%	37.1%	18.2%	16.1%	6.1%	1.1%	7.7%	6.7%	4.6%	1.8%	100.0%

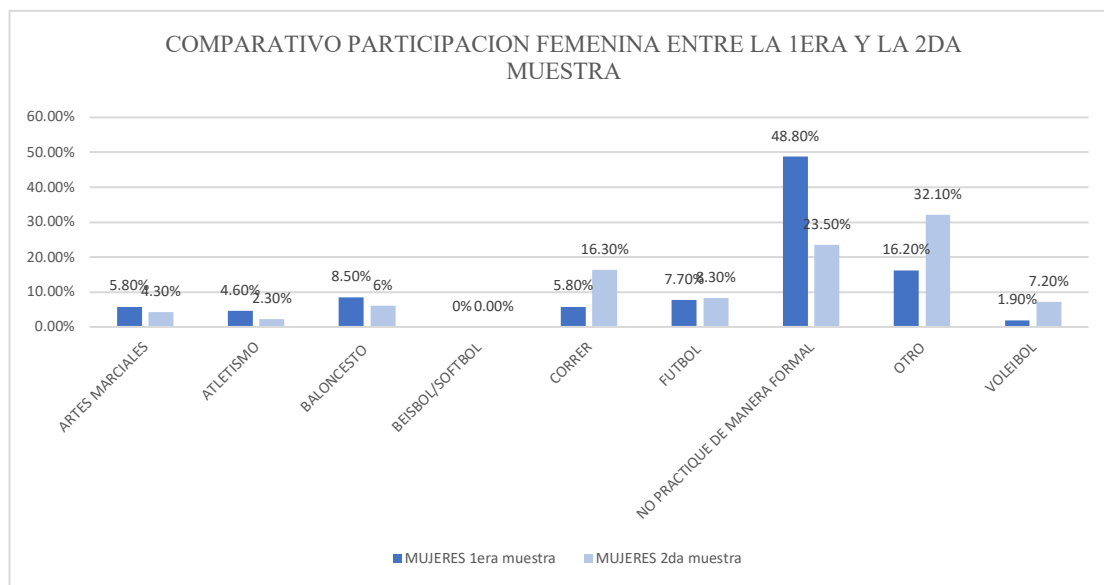
Otra de las cuestiones que llama la atención es la diferencia de práctica de disciplinas deportivas por género (ver Figura 35), observándose nuevamente menor participación de las mujeres. Sin embargo, vuelve a observarse un incremento de participación de la primera a la segunda muestra. El 48 % de las mujeres de la primera muestra menciona no haber practicado una disciplina deportiva, mientras que menos de la mitad de los hombres (22.6 %) se encuentra en la misma situación.

Figura 35 Diferencia en la selección de disciplina deportiva entre hombres y mujeres (primera muestra)



Para la segunda muestra aumenta el número de practicantes mujeres, ya que la participación en algún deporte aumentó del 51.2 % al 76.5%. La Figura 36 ilustra el incremento en la participación femenina entre las muestras estudiadas. Puede observarse un incremento en la participación en disciplinas deportivas como correr, del 5.3 % al 16.3 %, y otros deportes, del 16.2 % al 32.1 %.

Figura 36 Comparativo de participación femenina de la primera a la segunda muestra en disciplinas deportivas



En la Tabla 27 se han observado diferencias estadísticamente significativas al comparar el deporte practicado por las mujeres entre ambas muestras con el análisis de Chi-cuadrado de Pearson (χ^2 ; $p = .001$).

Tabla 27 Diferencias disciplina deportiva practicada entre las mujeres de la primera muestra en comparación a las mujeres de la segunda muestra

	DEPORTE PRACTICADO									Total
	0	NINGUNO	ARTES MARCIALES	ATLETISMO	BALONCESTO	FUTBOL	VOLEIBOL	CORRER	OTRO	
MUJERES PRIMERA MUESTRA	2	127	15	12	22	20	5	15	42	260
	.8%	48.8%	5.8%	4.6%	8.5%	7.7%	1.9%	5.8%	16.2%	100.0%
	100.0%	60.8%	50.0%	60.0%	51.2%	40.8%	16.7%	20.8%	27.3%	42.7%
	.3%	20.9%	2.5%	2.0%	3.6%	3.3%	.8%	2.5%	6.9%	42.7%
MUJERES SEGUNDA MUESTRA	0	82	15	8	21	29	25	57	112	349
	.0%	23.5%	4.3%	2.3%	6.0%	8.3%	7.2%	16.3%	32.1%	100.0%
	.0%	39.2%	50.0%	40.0%	48.8%	59.2%	83.3%	79.2%	72.7%	57.3%
	.0%	13.5%	2.5%	1.3%	3.4%	4.8%	4.1%	9.4%	18.4%	57.3%
TOTAL	2	209	30	20	43	49	30	72	154	609
	.3%	34.3%	4.9%	3.3%	7.1%	8.0%	4.9%	11.8%	25.3%	100.0%
	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	.3%	34.3%	4.9%	3.3%	7.1%	8.0%	4.9%	11.8%	25.3%	100.0%

Capítulo 12: Discusión estudio 2

En este segundo estudio se pretende comparar la estabilidad de los resultados encontrados en el Estudio 1, analizando al cabo de 4 años una segunda muestra universitaria de nuevo ingreso, de características similares.

12.1 Práctica deportiva

Resulta interesante observar que ambas muestras seleccionan las mismas cuatro razones prioritarias para hacer deporte: por salud, para hacer ejercicio, porque le gusta el deporte, por diversión. Los mismos motivos se han encontrado en otros estudios como el de Diehl et al. (2018), donde las principales razones seleccionadas se ordenan en el siguiente orden de prioridades: 1) Porque me gusta; 2) Por salud, 3) Por Diversión; y 4) Para mantenerse en forma. Sin embargo, en nuestro estudio existen diferencias en el orden de prioridades en cuanto a las razones para hacer deporte entre la primera y la segunda muestra. Así, la selección de razones resulta casi inversa, ya que mientras la muestra del 2013 (Estudio 1) selecciona en primer lugar “razones de salud”, la muestra de 2017 (Estudio 2) la ubica como la cuarta razón. Por otro lado, mientras que la muestra de 2013 seleccionó “hacer ejercicio físico” en segundo lugar, la muestra del 2017 la ubicó como la tercera razón. El “gusto por hacer deporte” fue seleccionada como la tercera opción en el caso de la primer muestra, y como la segunda razón para la muestra del 2017. Por último, cuando la primera muestra seleccionó como cuarta razón de práctica la diversión, la segunda muestra la ubica como la razón principal. Estas diferencias podrían deberse a las características de interés en el deporte de ambas muestras. Como mencionamos en los resultados, la primera muestra no encontró el mismo interés en el deporte, y por tanto los participantes podían no estar intrínsecamente motivados a hacerlo. Así, mientras que los hombres de la primera muestra tenían mucho interés en el deporte (en un 47%), los hombres de la segunda muestra mencionaron mucho interés en un 57 %. En el caso de los mujeres se observó la misma tendencia, pero en mayor magnitud, las mujeres de la primera muestra tenían mucho interés para practicar deporte tan sólo en un 26 %, mientras que las mujeres de la segunda muestra mostraron mucho interés en casi la mitad de la muestra, en un 47 %. En otras palabras, parece que era más difícil para la primera muestra encontrar razones intrínsecas de diversión y goce deportivo, mientras que la segunda muestra podría obtener mayor gusto y diversión en realizar deporte debido a que tienen un mayor interés en el mismo. En este sentido, uno de los marcos teóricos explicado por Ryan

(2019) para comprender la adherencia hacia la actividad física se ha basado en la tradición cognitiva social, y ha proporcionado información valiosa sobre construcciones clave relacionadas con la actividad física. Igualmente, el marco socio ecológico ha sido objeto de una considerable atención de investigación en los últimos 15 años y ha sido fundamental para comprender el papel del entorno construido en el comportamiento de la actividad física (Ryan et al., 2019).

Continuando con los motivos de práctica deportiva, los resultados parecen mostrar un fenómeno familiar socializador en la práctica deportiva en ambas muestras o estudios, en la línea del trabajo de Ciezla (2019) y de otros autores. El hábito de pasar el tiempo libre de forma activa suele formarse en la infancia y con mayor frecuencia en la adolescencia (Van der Horst et al., 2007). Si esos hábitos se forman a tiempo, normalmente significa que la práctica de actividad física tendrá continuidad más tarde en la vida. No sólo el nivel de actividad física está influenciado por rasgos individuales, sino también por el entorno en el que vivimos (Ciezla, 2019), fortaleciéndose una relación deportiva que se establece desde el nivel familiar. Por decirlo con otras palabras, cuando la familia realiza deporte promueve o facilita que los hijos lo practiquen, e igualmente cuando la familia no practica deporte promueve que los descendientes tampoco lo practiquen. En este sentido, tanto en la primera muestra como la segunda se encuentran relaciones estadísticamente significativas de los participantes con el entorno familiar. En la primera muestra se observa correlación entre la formación académica de los padres y la práctica deportiva de los hijos; es decir, a mayor formación académica de los padres existe mayor involucramiento deportivo. Y en la segunda muestra se repite esta misma relación, como lo que parece consistente con el paso del tiempo. Igualmente, parece consistente en los dos estudios la relación que indica que a mayor nivel de ingresos hay una mayor implicación deportiva.

En el segundo estudio también se observa el mismo fenómeno familiar socializador en la elección de alguna disciplina deportiva y la influencia familiar en la transmisión por el gusto (o presión por la práctica) de esa misma disciplina. Muchos autores mencionan este importante papel de la familia en la actividad física, proponiéndose a la familia como el principal agente para mantener la actividad física durante la infancia y la edad adulta (Cihlár, 2017). Tanto en nuestro primer como en nuestro segundo estudio se encontraron relaciones significativas en la elección de la disciplina deportiva por parte de los hijos e hijas, de acuerdo con la practicada por la familia de procedencia. Así, en los dos estudios se encontraron las mismas relaciones significativas en cuanto al béisbol/softbol, baloncesto, voleibol, fútbol, o correr, y en cuanto a no practicar. Lo anterior se vuelve de trascendencia al encontrar resultados que evidencian la relevancia socializadora del deporte, tal como se analizaba en el Capítulo 2 sobre beneficios del deporte.

En el mismo sentido de exploración, se analizaron los lugares más comunes de práctica para identificar cómo eran percibidas las ya mencionadas barreras ambientales y si existían preferencias

entre los participantes por alguno de los lugares de posible práctica deportiva. La comprensión de los diversos factores que influyen en la participación deportiva es importante para mejorar el involucramiento del público en general. El comportamiento deportivo se ve afectado por factores que operan en múltiples niveles, incluyendo los personales (como los atributos biológicos y psicológicos), sociales (familia, grupo de afiliación y factores de trabajo) y ambientales (hábitat para las diferentes formas de deporte, disponibilidad de instalaciones (Fletcher, 2018). Al observar las respuestas de la primera muestra encontramos que el 20.2 % de los participantes utilizan lugares abiertos (calle, parque, campo), el 19.8 % practica deporte en instalaciones delegacionales (instalaciones deportivas gratuitas que pertenecen al estado y generalmente son de coste bajo o nulo). Asimismo, la tercera respuesta más común fue la realización de actividad deportiva en la propia casa.

En el segundo estudio encontramos ciertas similitudes en cuanto a los lugares de práctica, si bien los lugares abiertos ya no son el primer lugar de práctica, aunque se mantienen como uno de los preferidos ocupando el segundo lugar con un 18.7 %. Mientras que las instalaciones delegacionales se convierten ahora en el primer lugar para casi un cuarto de la muestra estudiada, es decir el 24.7 %. Podemos decir que la principal variación entre la primera y la segunda muestra se encuentra en el uso de gimnasio privado, ya que el 9.2 % de la segunda muestra relató practicar preferentemente en este tipo de instalaciones. Igualmente, en la segunda muestra, pueden observarse los lugares de práctica seleccionados en el siguiente orden: club privado, centro de enseñanzas, casa y otros. Como se mencionó en la sección de resultados, existe similitud entre los lugares de práctica entre la primera y la segunda muestra. El cambio más notorio está en que los participantes de la segunda muestra practican más y por ello parecen también estar más dispuestos a pagar en todas las instalaciones de costo, como son clubs y gimnasios privados.

12.2 Barreras socioeconómicas para la práctica deportiva

Las restricciones en materia deportiva son similares en México a las restricciones de la práctica de otras actividades. Como es natural observar, los que más recursos económicos tienen pueden permitirse realizar diversas actividades por la simple razón de poder costearlas. En el caso del deporte, el precio de adquisición de bienes para practicarlo o el coste de inscripción para acceder a clubes son factores comunes de exclusión. Los individuos producen y consumen productos básicos como ir al cine, salir a cenar y gastan recursos económicos en ello. La intensidad de los ingresos es fundamentalmente importante para tener oportunidades de consumo, y el deporte entra en esta misma categoría (Grima y col., 2017)

La muestra universitaria analizada señala que la práctica deportiva está influenciada por el nivel de ingresos. Los resultados de la investigación así lo muestran, ya que los grupos de mayor captación de recursos económicos dedican mayor tiempo al deporte y tienen más opciones deportivas. El mismo resultado se observó tanto en la primera como en la segunda muestra y se puede ver reflejado en el siguiente extracto de resultados, donde se detalla el lugar de práctica deportiva de acuerdo con el nivel de ingreso. En cuanto a la primera muestra, se puede observar que el nivel de ingreso más bajo practica en mayoría (49 %) en espacios gratuitos o de bajo coste: Instalaciones delegacionales (23 %), lugares abiertos (19%) y en casa (7%). Por el contrario, al observar los lugares de práctica deportiva del nivel máximo de ingresos económicos encontramos que sus lugares más comunes de práctica están mucho más distribuidos: club privado (15 %), gimnasio privado (16 %), lugares abiertos (9 %), e instalaciones delegacionales (13 %). Lo anterior adquiere mayor trascendencia al observar que el mismo tipo de comportamiento se repite al revisar los resultados de la segunda muestra. Nuevamente, encontramos que los lugares más comunes de práctica se orientan hacia el mismo perfil: más del 50 % de la población de este grupo realiza actividad deportiva en espacios de bajo coste o gratuitos, un 26% en espacios delegacionales, un 20% en lugares abiertos y un 6% en casa. En el mismo sentido de identificación de lugares de práctica habituales de acuerdo con el nivel de ingreso, en la segunda muestra, al analizar el nivel de ingreso más alto volvemos a encontrar el mismo patrón de comportamiento. La población de este estrato practica en su mayoría en espacios de coste: Club privado (17 %), Gimnasio Privado (20 %), y Centro de enseñanza (11 %).

Como se observó en la sección de resultados, la práctica deportiva es diferente de acuerdo con el nivel de ingresos, lo que repercute en el nivel de acceso a la práctica y las demandas deportivas. Lo anterior tiene efectos restrictivos para las personas de menores recursos y por tanto puede excluirles de un interés de perfeccionamiento deportivo o del tan necesario autocuidado a través del deporte. Igualmente, en la sección de resultados se mencionaron a título ilustrativo las cuotas mensuales a pagar en algunos centros deportivos de la Ciudad de México, que alcanzan cifras superiores al salario mínimo mensual (3,696 pesos). El gasto de una membresía en esas instituciones varía entre dos y tres años completos de percepción de tres salarios mínimos. Como señala Hoffiman (2017), se han documentado desigualdades socioeconómicas en la práctica deportiva de acuerdo con la privación del vecindario. Tales diferencias pueden estar en parte relacionadas con el hecho de que las comunidades de menos ingresos no tienen acceso a recursos de actividad física, como los espacios verdes (la hipótesis de "privación-amplificación"; Hoffiman, 2017).

Un análisis a mayor profundidad nos muestra que existen también correlaciones entre el nivel de ingreso y la práctica deportiva. Al evaluar la edad de inicio de practicas deportivas, pudimos observar tanto en la primera muestra como en la segunda una variación de acuerdo con el nivel de

ingreso. En las dos muestras se encontró que a mayor nivel de ingreso la gente iniciaba a edades más tempranas de forma significativa. Lo anterior es importante, ya que de acuerdo con el concepto de alfabetización física, el inicio deportivo a edades tempranas facilita el desarrollo de habilidades motrices para el resto de la vida. En otras palabras, quien empieza la práctica deportiva tarde puede ver afectado el desarrollo de sus capacidades motoras para toda la vida.

No sólo los lugares de práctica son influenciados por el nivel de ingreso, sino también la elección del tipo de deporte. Los resultados de ambas muestras parecen mostrar que los deportes menos excluyentes son aquellos que se pueden practicar en instalaciones gratuitas o de menor costo o incluso las de costo compartido (fútbol, voleibol, baloncesto, carreras). Lo anterior quedó reflejado en la sección de resultados donde puede observarse como en las categorías de deporte de fútbol, carreras y “no-practicar” eran comúnmente señaladas por los estratos socioeconómicos más bajos, mientras que deportes como artes marciales o béisbol eran típicamente más practicados por los estratos más altos. Lo anterior se repite tanto en la primera como en la segunda muestra. En este mismo sentido se estudió la existencia de relaciones en la elección deportiva de acuerdo con el nivel de ingreso y se encontraron las siguientes relaciones significativas: en la primera muestra pueden resaltarse las relaciones de las artes marciales y del béisbol con el nivel de ingreso (a mayor nivel de ingreso, se practicaron más esos deportes), mientras que en la segunda muestra es interesante resaltar la relación del fútbol con el nivel de ingresos (a mayor nivel de ingresos, menor práctica de fútbol). También se observa en las dos muestras que a menor nivel de ingresos, menos práctica deportiva. Por tanto, los resultados parecen indicar que hay deportes con características menos excluyentes, y son los practicados en instalaciones gratuitas o los que implican un menor costo o tienen un costo compartido (fútbol, voleibol, baloncesto, carreras). A partir de estos resultados se puede concluir que las políticas de fomento deportivo más adecuadas para garantizar que más personas puedan realizar deporte son las que reducen al máximo los gastos, especialmente en países como México donde existe un reparto desigual de los ingresos. Esta situación se repite en diversos lugares del mundo, como por ejemplo en Estados Unidos, donde el actual sistema de deportes juveniles hace hincapié en la participación durante todo el año en los equipos de los clubes, hecho que puede estar limitando la participación de las familias sin recursos para participar en este sistema (Post, 2018).

Nuestros resultados señalan diferencias en la elección del deporte atribuibles al nivel de ingreso de las familias y, por decirlo de otra manera, a las posibilidades de acceso a la práctica. Hay deportes que requieren exigencias de desplazamiento o altos costos de inscripción. Todo eso influye en determinar la selección de deportes por estratos sociales y, en sentido positivo, explica que los jóvenes se tornen más deportistas a medida que sube el ingreso familiar. Si bien los datos anteriores indican que el ingreso económico es una de las causas fundamentales de la incorporación o del

alejamiento al deporte, hay otros factores de influencia, como por ejemplo los estereotipos de género para la práctica deportiva.

12.3 Barreras de género para el deporte

En nuestro estudio podemos observar diferencias en cuanto al interés por el deporte al comparar géneros, y al realizar la comparación entre la primera y la segunda muestra se observan incrementos en el interés por el deporte en ambos géneros. Sin embargo, las mujeres en ambas muestras reflejan menos interés por el deporte que los hombres. Así, en la primera muestra un 26.5 % de las mujeres mostraron mucho interés mientras que casi el doble de los hombres (el 47.1 %) señalaron ese grado de interés. En la segunda muestra se repite el comportamiento, es decir sólo un 37.5 % de las mujeres contestaron tener mucho interés por el deporte, mientras que más de la mitad de los hombres apuntaron tener mucho interés. Contrastando nuestros resultados con los de un estudio que buscaba determinar la relación entre el ejercicio y la satisfacción con el cuerpo, se encontró que un 75% de los hombres y mujeres participantes estaban satisfechos con su cuerpo, pero que menos del 5% de las mujeres eran lo suficientemente activas físicamente (Zach y col., 2013). En el mismo orden de ideas, encontramos que las mujeres de la primera y la segunda muestra expresaron practicar menos deportes que los practicados por los hombres. Nuevamente vemos en el segundo estudio un incremento en el quehacer deportivo de ambos géneros, pero en ambos estudios los hombres practicaban más que las mujeres. Los hombres practican varios deportes por encima del 10% más que las mujeres en ambas muestras.

Al analizar las razones de práctica deportiva podemos encontrar similitudes entre las razones esbozadas por los hombres en comparación a las expresadas por las mujeres. En el primer estudio, tanto hombres como mujeres señalaron practicar por motivos de salud alrededor de un 23.6 %. La segunda razón más señalada en ambos géneros de la primera muestra fue para hacer ejercicio físico (21 % para los hombre y 10 % para las mujeres). La siguiente razón fue la diversión por hacer deporte, que presentaron los hombres en un 12 %, mientras que las mujeres en un 7 %. La cuarta razón más señalada fue por el gusto de hacer deporte, siendo para los hombres de un 16 % y para las mujeres de un 7 %. Globalmente, estos resultados vuelven a indicar la diferencia en el acercamiento para hombres y mujeres, Observándose nuevamente que las mujeres manifestaron en menor porcentaje razones de práctica deportiva.

En cuanto a la segunda muestra encontramos no solo diferencias de género en el orden de preferencia de razones para la práctica deportiva, sino también un incremento en cuanto al porcentaje de razones expresadas por las mujeres para hacer deporte. Al explorar las razones de práctica en la segunda muestra encontramos que más mujeres relatan razones para practicar deporte. Así, las

mujeres de la segunda muestra señalan en orden jerárquico que practican deporte por motivos de salud en un 15.8 %, por gusto por el deporte en un 13.8 % y para hacer ejercicio físico en un 13.5 %. Por otro lado, los hombres presentan un diferente orden jerárquico para esta segunda muestra, señalando en primer lugar el gusto por el deporte en un 25.5 % de los casos, por diversión y hacer ejercicio físico en un 18.7 %, por ambas razones y por motivos de salud en un 13.5 %. Nuevamente observamos que fue un mayor porcentaje de hombres los que señalaron razones de práctica en ambas muestras.

Comparando la primera con la segunda muestra, también se encontraron diferencias en el acercamiento deportivo femenino, con un mayor porcentaje de mujeres que encuentran razones para hacer deporte en el segundo estudio, al cabo de 4 años. Así, en la primera muestra el 54.5 % de las participantes manifestaron razones para hacer deporte, mientras que para la segunda muestra un 67.7 % manifestó encontrar razones para hacer deporte. Una posible hipótesis para este aumento de un 13% es que, a pesar de que se mantiene una menor participación femenil, empiezan a notarse ciertos cambios en el entorno social que permiten observar una creciente participación de las mujeres con el paso de los años. Ello concuerda con las acciones de las instituciones relacionadas con el movimiento olímpico internacional, que en los años pasados se comprometieron con un aumento sistemático en la participación de las mujeres en todas las instancias del deporte, como por ejemplo, con la participación deportiva en entrenamientos y competiciones, en el arbitraje deportivo, o administrativamente. Hay que destacar que desde el año 2012 las mujeres pueden participar en la totalidad de deportes olímpicos (COI, 2019). Como ejemplo, en Londres 2012 la delegación de USA fue la primera en la historia olímpica en llevar a más mujeres que a hombres a unos juegos olímpicos, sentando un precedente que, además de satisfactorio en términos de resultados (58 medallas femeninas versus 45 masculinas ese año), invitó a que en Río 2016 más países se unieran a la iniciativa exitosa. El resultado en Río 2016 no defraudó y fue que mujeres de 29 países ganaron más medallas en total que los hombres, incluyendo a líderes como USA, China, Rusia, Canadá, Países Bajos, Hungría, Jamaica y Suecia (Stavropoulos, 2018). Además, en los Juegos Olímpicos de Invierno en Pyeongchang 2018, hubo un record de participación femenina con 1242 de un total de 2952 atletas (COI, 2018). Otro dato a destacar es que entre 2013 y 2019 hubo un incremento del 214% en la participación femenina en puestos administrativos dentro del Comité Olímpico Internacional, y en 2019 un 34% de los miembros del COI eran mujeres. Además del movimiento Olímpico y la participación en el deporte profesional, la revista Forbes publicó un estudio en el año 2018 en donde calcula que, de una creciente industria deportiva de 108 Billones dólares en USA, las mujeres fueron quienes decidieron cómo invertir ese dinero (el 74.9% de las mujeres son las compradoras principales en sus hogares y controlan el 60% del patrimonio personal en los Estados Unidos; Townes, 2021). Además de controlar los gastos dentro de la industria deportiva, las mujeres

han exigido la diversificación de oferta en insumos para la realización de la práctica deportiva, creciendo la industria deportiva femenina hasta alcanzar la cifra de 26.8 billones de dólares en USA. En el mismo estudio, la revista Forbes también resalta que además del creciente involucramiento en las decisiones en participación y consumo de la industria deportiva, las mujeres son fanáticas activas dentro de los eventos deportivos, significando el 47.2% de seguidores en la Mayor League Soccer (fútbol), el 46.5% en la MLB (béisbol), el 43.2% en la NFL (fútbol americanos) y el 37% en la NBA (baloncesto). El deporte femenino ha demostrado también que genera rankings competitivos y redituables. Por ejemplo, en 2018 la final del abierto de tenis de los Estados Unidos entre Serena Williams y Naomi Osaka, le generó a la cadena ESPN los niveles de audiencia de Televisión más altos en la historia de su cubrimiento, atrayendo más del 50% más de televidentes que la misma final masculina (Townes, 2018).

En nuestro estudio se encontró que el nivel de ingreso y las razones para la práctica están relacionadas, y en la segunda muestra se encontró que a mayor ingreso, las mujeres señalan un mayor gusto por el deporte. De acuerdo al Instituto Nacional de Estadística y Geografía (INEGI, 2018), entre 2005 y 2018 hubo un ligero incremento en la tasa de participación económica en México, en donde la tasa de participación masculina tuvo una disminución de 2.3 puntos porcentuales y hubo un incremento de la población económicamente activa femenina de 3.1 puntos porcentuales. De acuerdo con el INEGI, para 2018 las cifras encontradas revelaron una *“paulatina y consistente contracción de la brecha de género en la tasa de participación económica”*(INEGI, 2018). Esta incorporación femenina al mercado de trabajo y a la educación universitaria, necesariamente tendrá que corresponderse con cambios paulatinos en la conciliación familiar, y deberá romper con estereotipos de género. Del mismo modo, en los últimos años la afluencia de la población universitaria femenina en deportes como el atletismo ha venido creciendo. Lo anterior, sumado al contexto mundial expuesto en el párrafo anterior, haría suponer que en los últimos años las mujeres mexicanas encuentran más razones para practicar deporte.

En cuanto a los lugares más comunes de práctica deportiva, en la primera muestra las mujeres señalaron practicar más comúnmente en lugares abiertos con un 17.3 % de preferencia, seguido por instalaciones delegacionales con un 11.9%, en casa con un 10% y en gimnasios privados en un 5.8 %. En la segundo estudio, al cabo de 4 años nuevamente resulta interesante observar un incremento de activación deportiva en las mujeres, ya que aumentan los porcentajes de presencia para la práctica deportiva en distintos espacios respecto al primer estudio. Ello resulta nuevamente un dato esperanzador ,ya que parece mostrar que más mujeres participan en el deporte a través de los años. Para mostrar esta tendencia podemos indicar lo siguiente, comparando las muestras de los dos estudios: las mujeres incrementaron su participación en las muestras estudiadas en lugares abiertos de un 17.3 % (en el primer estudio) a un 19.2% (en el segundo estudio), en instalaciones

delegacionales de un 11.9 % a un 18.9 %, en gimnasios privados de un 5.8% a un 7.4%, en centros de enseñanza de un 3.8 a un 6.3% y en clubs privados de un 2.3% a un 6%. De todas formas, el problema de la baja participación general en las mujeres sigue siendo grave, ya que al cabo de los años siguen practicando deporte muchas menos mujeres que hombres, aunque se observa esta tendencia al alza. Como señaló Plaza en 2017 “los estereotipos de género siguen vinculados a las actividades deportivas, con escasas variaciones según las características personales pero con una fuerte asociación con las tasas de feminización reales” (pág. 01, Plaza, 2017).

Otra señal de alarma asociada a diferencias de género está en observar una alarmante falta de participación de las mujeres en la práctica de diferentes disciplinas deportivas, comparado con los hombres. Casi la mitad de las mujeres de la primera muestra, el 48.8 %, menciona no haber practicado ninguna disciplina, repitiéndose la gran diferencia con los hombres que no han practicado ninguna disciplina deportiva en 2 de cada 10 casos. Pero un aspecto muy positivo es que los datos indican un incremento considerable de la participación deportiva de las mujeres al cabo de 4 años, ya que la proporción de mujeres que participan en algún deporte aumentó del 51.2 % en el primer estudio al un 76.5% en el segundo. Parece pues que, con el paso de los años, más mujeres se involucran en actividades deportivas, tanto en mayor variedad en la participación en disciplinas deportivas, como en el incremento de motivos de práctica, y en la variedad de los distintos lugares para hacer deporte. Lo anterior puede estar vinculado al éxito deportivo creciente en las mujeres deportistas mexicanas, que representan un ejemplo social para el involucramiento de más y más mujeres. Esta explicación puede vincularse con los datos presentados por el colegio de Tlaxcala (2018) donde se muestra un incremento de la participación femenina entre los años del 2013 al 2017, con un 34.8 % y un 48.3 % respectivamente; es decir, se observa un incremento de más de 14 puntos porcentuales.

Capítulo 13: Líneas futuras y limitaciones de la presente investigación

La presente investigación se desarrolló en dos fases. En una primera fase se analizó el comportamiento deportivo en una muestra de más de 2500 estudiantes mexicanos. Al comprobarse que el nivel de ingresos económicos familiares tenía una influencia decisiva en los resultados, se analizó una muestra más reducida estratificada en seis niveles de ingresos. La muestra final estaba compuesta por 600 participantes, 100 para cada nivel de ingresos. Los resultados parciales se publicaron con dos artículos en revistas especializadas. El primero de ellos en la revista “Investigación Económica”, una de las pocas revistas mexicanas indexada en ISI Web of Knowledge (Dosal, R. & Capdevila, L. (2016). Exclusión social y deporte. *Investigación económica*, 75(297), 155-168). El segundo artículo se publicó en la revista Economía UNAM (Dosal, R.; Mejía, M.P. & Capdevila, L. (2017). Deporte y equidad de género. *Economía UNAM*, 14(40), 121-133). Los datos obtenidos para la consecución de los artículos reflejaron la carencia de un estudio comparativo a través del tiempo para evaluar los posibles cambios en el comportamiento deportivo en muestras diferentes. Esa razón llevó a la consecución de un segundo estudio al cabo de 4 años con una segunda muestra de características similares y también estratificada según el nivel de ingreso económico familiar. Pero, aunque se equilibraron las muestras de los dos estudios según el nivel de ingresos, una limitación importante de nuestro estudio es que quizás los resultados y conclusiones a partir de alumnos universitarios pueden no reflejan el comportamiento deportivo de los jóvenes mexicanos, sino de un sector privilegiado en comparación con el resto de la población. Por tanto, una línea futura de investigación está en conocer cuáles son las características de la práctica deportiva en una muestra representativa más extensa de la población adulta mexicana, con la finalidad de conocer las barreras y las motivaciones para la práctica deportiva. Con esta información se podrían establecer estrategias de promoción de la actividad física y de intervención, adaptadas a diferentes poblaciones-diana o a diferentes comunidades de usuarios/as. Tales estrategias se podrían promocionar desde el nivel de Gobierno de distintos estados del país. Los resultados de esta tesis, que se podrían ampliar en un futuro próximo pueden contribuir a crear estrategias de intervención en materia de salud para contribuir al desarrollo del alumnado. Pero mucho más allá, esta investigación muestra que tanto las universidades como los gobiernos pueden utilizar el deporte como herramienta de desarrollo. Especialmente tomando en cuenta que el deporte representa una alternativa mucho más barata en materia de prevención y tiene efectos en cuestiones de desarrollo físico, emocional, intelectual y social.

Capítulo 14: Conclusiones

A continuación se resumen las principales conclusiones de este estudio, siendo el objetivo general de la tesis la identificación de variables que afectan la práctica de deporte en una muestra mexicana.

En relación a las diferencias socioeconómicas se concluye:

- Hay diferencias en la práctica atribuibles al ingreso socioeconómico debido a que a mayor nivel de ingreso económico de los padres mayor involucramiento en el deporte por el alumnado.
- Existen también diferencias entre el nivel de formación académica de los padres y el involucramiento deportivo del alumnado. Asimismo, a mayor formación académica, mas interés por el deporte del alumnado.
- Existen diferencias entre el nivel de ingreso socioeconómico y los lugares de práctica. A mayor nivel de ingresos socioeconómicos, mayor diversidad de lugares para practicar deporte.
- Hay diferencias entre el nivel de ingreso económico y las razones de práctica. Nuevamente a mayor nivel de ingresos mayor pluralidad de razones para la práctica.
- Se encontraron diferencias entre el nivel de ingresos económicos y la disciplina deportiva practicada. A mayor nivel de ingresos mayor participación en ciertas disciplinas deportivas.

En relación a las diferencias de género para la práctica se concluye:

- Hay diferencias en la práctica deportiva de hombres y mujeres, tanto en los lugares que prefieren, como en las razones para realizarla.
- Se mantienen diversos estereotipos de género para la práctica deportiva, siendo aún sustantiva la diferencia en la participación entre hombres y mujeres.
- Si bien la práctica de deporte por parte de las mujeres es menor a la de los hombres, pudo observarse que existe un mayor porcentaje de mujeres practicando deporte después de un período de 4 años.

En relación a las diferencias de práctica a través de un lapso de cuatro años se concluye:

- Existe un mayor interés e involucramiento por la práctica deportiva tanto en hombres como en mujeres.

Estos conocimientos nos arrojan una luz en materia del crecimiento que sigue teniendo el deporte y cómo a través del mismo se pueden construir estrategias de desarrollo individual y

comunitario, que de aplicarse correctamente representan alternativas costo-efectivas para lugares que sufren de inequidades en la distribución del ingreso socioeconómico. Los resultados de esta investigación evidencian las barreras que hay para la participación de la población en la práctica deportiva; demuestra que las diferencias socioeconómicas y los estereotipos de género afectan el acceso a lugares de práctica deportiva y limitan las razones por las cuales las personas deciden practicar deporte y hacerlo un hábito sostenible en el tiempo. Esta investigación sienta un precedente a partir del cual se pueden diseñar políticas públicas de deporte y actividad física que consideren las variables estudiadas para garantizar la participación de un grupo poblacional más grande. De igual forma hace pensar en que aquellas barreras de género que se han hecho evidentes en los últimos años, han entrado en un curso de cambio, y que aunque la participación de las mujeres en la práctica deportiva aún no es representativa con respecto a los hombres, hay un interés, voluntad y una serie de condiciones que dibujan un panorama ligeramente más alentador en la práctica para las mujeres. Encontrar este leve factor de cambio y reconocerlo dentro de iniciativas de práctica deportiva permitirá el diseño de prácticas y lugares que alienten el leve crecimiento que encontramos en esta investigación.

Bibliografía

- Abate, M., Di Iorio, A., Di Renzo, D., Paganelli, R., Saggini, R., & Abate, G. (2006). Frailty in the elderly: The physical dimension. *Europa medicophysica*, 43(3), 407-415.
- Alwan, A., Armstrong, T., Bettcher, D., Branca, F., Chisholm, D., & Ezzati, M. (2010). Informe sobre la situación mundial de las enfermedades no transmisibles. *Servicio de Producción de Documentos de la OMS, Ginebra*.
- Anderson-Butcher, Dawn, Aidyn Iachini, Allison Riley, Rebecca Wade-Mdivanian, Jerome Davis, and Anthony J. Amorose. "Exploring the impact of a summer sport-based youth development program." *Evaluation and program planning* 37 (2013): 64-69.
- Andrés-Rosales, R., Lemu, C. B., & Argumosa, G. S. R. (2018). Social exclusion and economic growth in the Mexican regions: A spatial approach. *Investigaciones Regionales= Journal of Regional Research*, (40), 57-78.
- Argumedo, G., López y Taylor, J. R., Gaytán-González, A., González-Casanova, I., Villalobos, M. F. G., Jáuregui, A., ... & Galaviz, K. I. (2020). Mexico's 2018 Report Card on Physical Activity for Children and Youth: Full report. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 44, e26.
- Asonitou, K., Koutsouki, D., Kourtessis, T., & Charitou, S. (2012). Motor and cognitive performance differences between children with and without developmental coordination disorder (DCD). *Research in developmental disabilities*, 33(4), 996-1005.
- Bailey, R., Hillman, C., Arent, S., & Petitpas, A. (2013). Physical activity: an underestimated investment in human capital?. *Journal of physical activity and health*, 10(3), 289-308.
- Barkley, R. A. (2001). The executive functions and self-regulation: An evolutionary neuropsychological perspective. *Neuropsychology review*, 11(1), 1-29.
- Barnson, S. C., Staff, N. F. H. S., Howard, B., Waldsmith, B., & Vogel, K. A. (2011). Supplement for fundamentals of coaching. *Indiana: National Federation of State High School Associations*.

Available online also at: <https://www.nfhs.org/media/1015479/fundamentals-of-coaching-lesson-plans.pdf> [accessed in Kota Kinabalu, Malaysia: September 16, 2017].

Barquera, S., Campos, I., & Rivera, J. A. (2013). Mexico attempts to tackle obesity: the process, results, push backs and future challenges. *Obesity reviews*, 14, 69-78.

Batty, D. & Lee, IM (2004). Physical Activity and Coronary Heart Disease. *British Medical Journal*, 328, 1089-90.

Batty, D., & Thune, I. (2000). Does physical activity prevent cancer? *BMJ : British Medical Journal*, 321, 1424 - 1425.

Bean, C. N., Forneris, T., & Fortier, M. (2015). Girls just wanna have fun: Understanding perceptions of effective strategies and outcomes in a female youth-driven physical activity-based life skills programme. *Journal of Sport for Development*, 3(4), 28-40.

Behjati, M. (2014). The concept of Maslow's pyramid for cardiovascular health and its impact on "change cycle". *ARYA atherosclerosis*, 10(1), 65.

Blomfield, C. J., & Barber, B. L. (2009). Brief report: Performing on the stage, the field, or both? Australian adolescent extracurricular activity participation and self-concept. *Journal of Adolescence*, 32(3), 733-739.

Bloom, M. R., & Grant, M. W. (2005). Strengthening Canada: The socio-economic benefits of sport participation in Canada. Conference Board of Canada.

Blumenthal, J. A., Babyak, M. A., Doraiswamy, P. M., Watkins, L., Hoffman, B. M., Barbour, K. A., ... & Sherwood, A. (2007). Exercise and pharmacotherapy in the treatment of major depressive disorder. *Psychosomatic medicine*, 69(7), 587.

Bowker, A., Gadbois, S., & Cornock, B. (2003). Sports participation and self-esteem: Variations as a function of gender and gender role orientation. *Sex roles*, 49(1-2), 47-58.

Budde, H., Voelcker-Rehage, C., Pietraßyk-Kendziorra, S., Ribeiro, P., & Tidow, G. (2008). Acute coordinative exercise improves attentional performance in adolescents. *Neuroscience letters*, 441(2), 219-223.

Cabane, C., & Clark, A. E. (2015). Childhood sporting activities and adult labour-market outcomes. *Annals of economics and statistics*, 119, 123.

Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2012). Coaching and transferring life skills: Philosophies and strategies used by model high school coaches. *The sport psychologist*, 26(2), 243-260.

Cataldo, R., John, J., Chandran, L., Pati, S., & Shroyer, A. L. W. (2013). Impact of physical activity intervention programs on self-efficacy in youths: a systematic review. *International Scholarly Research Notices*, 2013.

Cheung, C. K. (2013). Public policies that help foster social inclusion. *Social Indicators Research*, 112(1), 47-68.

Cieśla, E., & Suliga, E. (2019). The place of living, school and family influence on the pattern of physical activity and sedentary behavior of adolescents: a cross sectional study. *Central European journal of sport sciences and medicine*, 27(3), 25-40.

Cihlář, D., Balko, Š., Cisařova, P., Novak, P., & Šonka, V. (2017). Influence of the family environment on the physical activity of primary school children 11 to 15 years of age. *Journal of physical education and sport*, 17, 484.

CODEME (2019) Retrieved 10 April 2019, from <http://www.codeme.com.mx/directoriofe>

Collins, M. F., Collins, M., & Kay, T. (2014). *Sport and social exclusion*. Routledge.

Cooper, A. (1998). *Playing in the zone: Exploring the spiritual dimensions of sports*. Shambhala Publications.

Côté, J., Strachan, L., & Fraser-Thomas, J. (2007). Participation, personal development, and performance through youth sport. In *Positive youth development through sport* (pp. 48-60). Routledge.

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow. The Psychology of Optimal Experience*. New York (HarperPerennial) 1990.

Cullen, F. T., Benson, M. L., & Makarios, M. D. (2012). Developmental and life-course theories of offending. *The Oxford handbook of crime prevention*, 23-45.

D'Andrea, W., Bergholz, L., Fortunato, A., & Spinazzola, J. (2013). Play to the whistle: A pilot investigation of a sports-based intervention for traumatized girls in residential treatment. *Journal of family violence*, 28(7), 739-749.

Daniels, E., & Leaper, C. (2006). A longitudinal investigation of sport participation, peer acceptance, and self-esteem among adolescent girls and boys. *Sex roles*, 55(11-12), 875-880.

Danish, S. J. (2002). SUPER (Sports United to Promote Education and Recreation) program leader manual. *Richmond, VA: Life Skills Center, Virginia Commonwealth University*.

Danish, S. J., Forneris, T., & Wallace, I. (2005). Sport-based life skills programming in the schools. *Journal of Applied School Psychology*, 21(2), 41-62.

Davies, S. C. (2013). Our children deserve better: prevention pays—annual report of the Chief Medical Officer 2012. *London: Department of Health*.

Davies, S. C. (2013). Our children deserve better: prevention pays—annual report of the Chief Medical Officer 2012. *London: Department of Health*.

de Almeida Mendes, M., da Silva, I. C. M., Hallal, P. C., & Tomasi, E. (2014). Physical activity and perceived insecurity from crime in adults: a population-based study. *PloS one*, 9(9), e108136.

del Deporte, C. E. (1992). Recomendación N° R (92) 13 del Comité de Ministros a los Estados Miembros sobre la Carta Europea del Deporte. *Adoptada por el Comité de ministros el, 24*.

Diamond, A. (2013). Executive functions. *Annual review of psychology*, 64, 135-168.

- Diehl, K., Fuchs, A. K., Rathmann, K., & Hilger-Kolb, J. (2018). Students' motivation for sport activity and participation in university sports: A mixed-methods study. *BioMed research international*, 2018.
- Ding, D., Kolbe-Alexander, T., Nguyen, B., Katzmarzyk, P. T., Pratt, M., & Lawson, K. D. (2017). The economic burden of physical inactivity: a systematic review and critical appraisal. *British Journal of Sports Medicine*, 51(19), 1392-1409.
- Dionigi, R. A. (2016). The Competitive Older Athlete. *Topics in Geriatric Rehabilitation*, 32(1), 55-62.
- Dionigi, R. A., & Son, J. S. (2017). Introduction to critical perspectives on physical activity, sport, play and leisure in later life.
- Dionigi, R. A., Fraser-Thomas, J., Stone, R. C., & Gayman, A. M. (2018). Psychosocial development through Masters sport: What can be gained from youth sport models?. *Journal of sports sciences*, 36(13), 1533-1541.
- Donnelly, P. (2008). Sport and human rights. *Sport in society*, 11(4), 381-394.
- Dosal Ulloa, R., & Capdevila Ortís, L. (2016). Exclusión social y deporte. *Investigación económica*, 75(297), 155-168.
- Dosal Ulloa, R., Mejía Ciro, M. P., & Capdevila Ortis, L. (2017). Deporte y equidad de género. *Economía UNAM*, 14(40), 121-133.
- Downward, P., & Dawson, P. (2016). Is it pleasure or health from leisure that we benefit from most? An analysis of well-being alternatives and implications for policy. *Social Indicators Research*, 126(1), 443-465.
- Drakopoulos, S. A. (1994). Hierarchical choice in economics. *Journal of Economic Surveys*, 8(2), 133-153.
- Drakopoulos, S. A. (2007). Normative Issues in Marginalism: The Case of P. Wicksteed.

Drenowatz, C., Eisenmann, J. C., Pfeiffer, K. A., Welk, G., Heelan, K., Gentile, D., & Walsh, D. (2010). Influence of socio-economic status on habitual physical activity and sedentary behavior in 8-to 11-year old children. *BMC public health, 10*(1), 1-11.

Drenowatz, C., Eisenmann, J. C., Pfeiffer, K. A., Welk, G., Heelan, K., Gentile, D., & Walsh, D. (2010). Influence of socio-economic status on habitual physical activity and sedentary behavior in 8-to 11-year old children. *BMC public health, 10*(1), 1-11.

Eccles, J. S., Barber, B. L., Stone, M., & Hunt, J. (2003). Extracurricular activities and adolescent development. *Journal of social issues, 59*(4), 865-889.

El Colegio de Tlaxcala (2018). Retrieved 8 January 2021, from <https://www.cndh.org.mx/sites/default/files/documentos/2019-11/Bullying-equidad-genero-deporte-Mexico.pdf>

Ericsson, I. (2008). Motor skills, attention and academic achievements. An intervention study in school years 1–3. *British Educational Research Journal, 34*(3), 301-313.

Escamilla-Cejudo, J. A., Sanhueza, A., & Legetic, B. (2017). La carga de enfermedades no transmisibles en las Américas y los determinantes sociales de la salud. *Legetic, B., Medici, A., Hernández-Ávila, M., Alleyne, G., Hennis, A. Las dimensiones económicas de las enfermedades no transmisibles en América Latina y el Caribe, 13-23.*

Esquivel, G. (2015). Desigualdad extrema en México: concentración del poder económico y político. *Reporte de Oxfam México, 23*, 1-43.

Fernandes, R. A., & Zanesco, A. (2010). Early physical activity promotes lower prevalence of chronic diseases in adulthood. *Hypertension Research, 33*(9), 926-931.

Fletcher, G. F., Landolfo, C., Niebauer, J., Ozemek, C., Arena, R., & Lavie, C. J. (2018). Promoting physical activity and exercise: JACC health promotion series. *Journal of the American College of Cardiology, 72*(14), 1622-1639.

Fox, K. R. (1999). The influence of physical activity on mental well-being. *Public health nutrition, 2*(3a), 411-418.

Fox, K. R. (2000). The effects of exercise on self-perceptions and self-esteem. *Physical activity and psychological well-being*, 13, 81-118.

Gano-Overway, L. A., Newton, M., Magyar, T. M., Fry, M. D., Kim, M. S., & Guivernau, M. R. (2009). Influence of caring youth sport contexts on efficacy-related beliefs and social behaviors. *Developmental psychology*, 45(2), 329.

Gayman, A. M., Fraser-Thomas, J., Dionigi, R. A., Horton, S., & Baker, J. (2017). Is sport good for older adults? A systematic review of psychosocial outcomes of older adults' sport participation. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 10(1), 164-185.

Goodale, T. L., & Witt, P. A. (1989). Recreation non-participation and barriers to leisure. *Understanding leisure and recreation: Mapping the past, charting the future*, 421-449.

Gordon-Larsen, P., Nelson, M. C., Page, P., & Popkin, B. M. (2006). Inequality in the built environment underlies key health disparities in physical activity and obesity. *Pediatrics*, 117(2), 417-424.

Gould, D., & Carson, S. (2008). Life skills development through sport: Current status and future directions. *International review of sport and exercise psychology*, 1(1), 58-78.

Gould, D., Flett, R., & Lauer, L. (2012). The relationship between psychosocial developmental and the sports climate experienced by underserved youth. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 80-87.

Grima, S., Grima, A., Thalassinou, E., Seychell, S., & Spiteri, J. V. (2017). Theoretical models for sport participation: literature review.

Gutiérrez-Delgado, C., Guajardo-Barrón, V., & Álvarez del Río, F. (2012). Costo de la obesidad: las fallas del mercado y las políticas públicas de prevención y control de la obesidad en México. *Obesidad en México: Recomendaciones para una política de Estado*. México: Universidad Nacional Autónoma de México.

Hanson, M. D., & Chen, E. (2007). Socioeconomic status and health behaviors in adolescence: a review of the literature. *Journal of behavioral medicine*, 30(3), 263.

Hardman, A. E., & Stensel, D. J. (2009). *Physical activity and health: the evidence explained*. Routledge.

Harvey, S. B., Øverland, S., Hatch, S. L., Wessely, S., Mykletun, A., & Hotopf, M. (2018). Exercise and the prevention of depression: results of the HUNT cohort study. *American Journal of Psychiatry*, 175(1), 28-36.

Hoffmann, E., Barros, H., & Ribeiro, A. I. (2017). Socioeconomic inequalities in green space quality and accessibility—Evidence from a Southern European city. *International journal of environmental research and public health*, 14(8), 916.

Holt, N. L., & Neely, K. C. (2011). Positive youth development through sport: A review.

Holt, N. L., Neely, K. C., Slater, L. G., Camiré, M., Côté, J., Fraser-Thomas, J., ... & Tamminen, K. A. (2017). A grounded theory of positive youth development through sport based on results from a qualitative meta-study. *International review of sport and exercise psychology*, 10(1), 1-49.

Holt, N. L., Sehn, Z. L., Spence, J. C., Newton, A. S., & Ball, G. D. (2012). Physical education and sport programs at an inner city school: Exploring possibilities for positive youth development. *Physical Education & Sport Pedagogy*, 17(1), 97-113.

Humphreys, B. R., McLeod, L., & Ruseski, J. E. (2014). Physical activity and health outcomes: evidence from Canada. *Health economics*, 23(1), 33-54.

INEGI (2018). Retrieved 18 November 2018, from https://www.inegi.org.mx/contenidos/programas/enoe/15ymas/doc/resultados_ciudades_enoe_2019_trim2.pdf

Institute for Health Metrics and Evaluation. (2018). Findings from the global burden of disease study 2017. *Lancet [Internet]*.

IOC (2018). Retrieved 18 January 2021, from <https://stillmed.olympic.org/media/Document%20Library/OlympicOrg/Documents/IOC-Annual-Report/IOC-ANNUAL-REPORT-2018.pdf>

IOC (2019) Women in Sports Statistics - Female Athletes Participation. (2021). Retrieved 3 January 2021, from <https://www.olympic.org/women-in-sport/background/statistics>

Jackson, E. L. (1988). Leisure constraints: A survey of past research. *Leisure sciences, 10*(3), 203-215.

Jackson, E. L. (1991) Leisure constrains/constrained leisure Introduction. *Journal of Leisure Research 23, 4: 279-85.*

Jackson, S. A. (2000). Joy, fun, and flow state in sport. *Emotions in sport, 135-155.*

Kaiser, M. L., Schoemaker, M. M., Albaret, J. M., & Geuze, R. H. (2015). What is the evidence of impaired motor skills and motor control among children with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD)? Systematic review of the literature. *Research in developmental disabilities, 36*, 338-357.

Katzmarzyk, P. T., Gledhill, N., & Shephard, R. J. (2000). The economic burden of physical inactivity in Canada. *Cmaj, 163*(11), 1435-1440.

Kay, T. (2009). Developing through sport: Evidencing sport impacts on young people. *Sport in society, 12*(9), 1177-1191.

Kliziene, I., Klizas, S., Cizauskas, G., & Sipaviciene, S. (2018). Effects of a 7-Month Exercise Intervention Programme on the Psychosocial Adjustment and Decrease of Anxiety among Adolescents. *European Journal of Contemporary Education, 7*(1), 127-136.

Kvam, S., Kleppe, C. L., Nordhus, I. H., & Hovland, A. (2016). Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis. *Journal of affective disorders, 202*, 67-86.

Lechner, M. (2009). Long-run labour market and health effects of individual sports activities. *Journal of health economics, 28*(4), 839-854.

Leisman, G., Moustafa, A. A., & Shafir, T. (2016). Thinking, walking, talking: integratory motor and cognitive brain function. *Frontiers in public health*, 4, 94.

Lerner, J. V. (1984). The import of temperament for psychosocial functioning: Tests of a goodness of fit model. *Merrill-Palmer Quarterly (1982-)*, 177-188.

Lerner, R. M. (2002). *Adolescence: Development, diversity, context, and application*. Prentice Hall/Pearson Education.

Lester, S., & Russell, S. (2008). Play for a change. Play policy and practice: A review of contemporary perspectives. Play England.

Mahoney, J. L., & Stattin, H. (2000). Leisure activities and adolescent antisocial behavior: The role of structure and social context. *Journal of adolescence*, 23(2), 113-127.

Manto, M., Bower, J. M., Conforto, A. B., Delgado-García, J. M., Da Guarda, S. N. F., Gerwig, M., ... & Timmann, D. (2012). Consensus paper: roles of the cerebellum in motor control—the diversity of ideas on cerebellar involvement in movement. *The Cerebellum*, 11(2), 457-487.

Marks, B. L., Katz, L. M., Styner, M., Bullitt, E., Babbitt, M., Hawkins, J., & Smith, J. K. (2008). Impact of aerobic fitness on cerebral white matter integrity in the cingulum in older adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 40(1 Suppl), S299.

Martin, B., Beeler, I., Szucs, T., Smala, A., Brügger, O., Casparis, C., ... & Marti, B. (2001). Economic benefits of the health-enhancing effects of physical activity: first estimates for Switzerland. *Schweizerische Zeitschrift für Sportmedizin und Sporttraumatologie*, 49(3), 131-133.

Maslow, A. (1954) *Motivation and Personality*. Nueva York: Harper & Row.

Maslow, A. (1970). *Motivation and personality* (2nd ed.). New York, NY, USA: Harper and Row.

Mauro, M. (2017). Tackling racism and discrimination in grassroots sport. *Sport and Contested Identities: Contemporary Issues and Debates*.

Micklewright, J. (2002). Social exclusion and children: A European view for a US debate. *LSE STICERD Research Paper No. CASE051*.

Morgan, W. P. (Ed.). (1997). *Physical activity and mental health*. Taylor & Francis.

Morris, L., Sallybanks, J., Willis, K., & Makkai, T. (2003). *Sport, physical activity and antisocial behaviour in youth* (Vol. 49). Canberra: Australian Institute of Criminology.

National Research Council (US). National Committee on Science Education Standards, & Assessment. (1994). *National Science Education Standards: Draft for Review and Comment Only*. National Research Council.

Ng, S. W., & Popkin, B. M. (2012). Time use and physical activity: a shift away from movement across the globe. *Obesity reviews*, 13(8), 659-680.

Organisation for Economic Co-operation and Development. (2015). *OECD skills outlook 2015: youth, skills and employability*. OECD, Paris, France.

Organización de las Naciones Unidas (2014). Las enfermedades no transmisibles con la principal causa de muerte y discapacidad. http://www.un.org/spanish/News/story.asp?NewsID=29933#.VgL2EdJ_Okq. Recuperado el 23 de septiembre de 2014

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura., & Organización Panamericana de la Salud. (2017). 2016 América Latina y el Caribe: panorama de la seguridad alimentaria y nutricional. Sistemas alimentarios sostenibles para poner fin al hambre y la malnutrición.

Organización panamericana de la salud (2015) La carga económica de las enfermedades no transmisibles en la región de las américas. Informe temático sobre enfermedades no transmisibles. <http://paho.org/hq/dmdocuments/2011/paho-policy-brief3-sp1.pdf>

Organización panamericana de la salud (2017) Estado de la salud de la población, prevención y control de las enfermedades no transmisibles. OPS, OMS http://paho.org/salud-en-las-americas-2017/?post_t_es=prevencion-y-control-de-las-enfermedades-no-transmisibles&lang=es

Penedo, F. J., & Dahn, J. R. (2005). Exercise and well-being: a review of mental and physical health benefits associated with physical activity. *Current opinion in psychiatry*, 18(2), 189-193.

Pesce, C., Masci, I., Marchetti, R., Vazou, S., Säakslahti, A., & Tomporowski, P. D. (2016). Deliberate play and preparation jointly benefit motor and cognitive development: mediated and moderated effects. *Frontiers in Psychology*, 7, 349.

Petruzzello, S. J., Landers, D. M., Hatfield, B. D., Kubitz, K. A., & Salazar, W. (1991). A meta analysis on the anxiety-reducing effects of acute and chronic exercise. *Sports medicine*, 11(3), 143-182.

Picard, A. Physical activity and health. Canadian Association for the advancement of women and sport and physical activity [Internet]. Ottawa: CAAWS; 2001

Plaza, M., Boiché, J., Brunel, L., & Ruchaud, F. (2017). Sport= male... But not all sports: Investigating the gender stereotypes of sport activities at the explicit and implicit levels. *Sex roles*, 76(3-4), 202-217.

PNUD (2015). Retrieved 18 January 2017, from http://hdr.undp.org/sites/default/files/2015_human_development_report_overview_-_es.pdf

Pöllmann, A., & Graillet, O. S. (2015). *Cultura, lectura y deporte: percepciones, prácticas, aprendizaje y capital intercultural: Encuesta Nacional de Cultura, Lectura y Deporte*. Universidad Nacional Autónoma de México.

Pollock, M. L., Gaesser, G., Butcher, J. D., Després, J. P., Dishman, R. K., Franklin, B. A., & Garber, C. E. (1998). The recommended quantity and quality of exercise for developing and maintaining cardiorespiratory and muscular fitness, and flexibility in healthy adults. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, 30(6), 975-991.

Post, E. G., Green, N. E., Schaefer, D. A., Trigsted, S. M., Brooks, M. A., McGuine, T. A., ... & Bell, D. R. (2018). Socioeconomic status of parents with children participating on youth club sport teams. *Physical Therapy in Sport*, 32, 126-132.

- Ratey, J. J. (2008). *Spark: The revolutionary new science of exercise and the brain*. Little, Brown Spark.
- Ravenscroft, N. (1993). Public leisure provision and the good citizen. *Leisure Studies*, 12(1), 33-44.
- Rennie, M. J. (2009). Anabolic resistance: the effects of aging, sexual dimorphism, and immobilization on human muscle protein turnover. *Applied Physiology, Nutrition, and Metabolism*, 34(3), 377-381.
- Rhodes, R. E., McEwan, D., & Rebar, A. L. (2019). Theories of physical activity behaviour change: A history and synthesis of approaches. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 100-109.
- Roberts, K. (1999). *Leisure in Contemporary Society* Wallingford. UK: CAB International.
- Robles, N., & Ramón, J. (2018). Enfermedades No Transmisibles Situación y Propuestas de Acción: Una Perspectiva desde la Experiencia de México. *Secretaría de Salud*.
- Rodgers, H. B. (1977). *Rationalizing Sports Policies*. Strasbourg, France: Council of Europe.
- Rogers, C. R. (1961). *On becoming a person: a therapist's point of view of psychotherapy*. Alemar.
- Rorty, A. O. (1980). *Essays on Aristotle's Ethics* (Berkeley: University of Cali).
- Ruegsegger, G. N., & Booth, F. W. (2018). Health benefits of exercise. *Cold Spring Harbor perspectives in medicine*, 8(7), a029694.
- Sabo, D. F., Miller, K. E., Melnick, M. J., & Heywood, L. (2004). Her life depends on it: Sport, physical activity and the health and well-being of American girls.
- Sabo, D., & Veliz, P. (2016). Inequalities in athletic participation during adolescence: A nationwide study of attrition rates in organized sports in the United States. *Health Behavior and Policy Review*, 3(2), 88-98.

Schuch, F. B., Vancampfort, D., Richards, J., Rosenbaum, S., Ward, P. B., & Stubbs, B. (2016). Exercise as a treatment for depression: a meta-analysis adjusting for publication bias. *Journal of psychiatric research*, 77, 42-51.

Schwab, K., Samans, R., & Zahidi, S. (2015). The global gender gap report 2015. World Economic Forum.

SDP International Working Group. (2008). Harnessing the power of sport for development and peace: recommendations to governments. Toronto: Right to Play.

Shields, D. L. L., & Bredemeier, B. J. L. (1995). *Character development and physical activity*. Human Kinetics Publishers.

Shields, D. L., & Bredemeier, B. L. (2007). Advances in sport morality research.

Sydney University (2016, Julio, 28) *How much is Physical inactivity costing to the world*. <https://sydney.edu.au/news-opinion/news/2016/07/28/physical-inactivity-cost-the-world--67bn-in-2013-says-first-ever.html>

Skelton, D. A., Greig, C. A., Davies, J. M., & Young, A. (1994). Strength, power and related functional ability of healthy people aged 65–89 years. *Age and ageing*, 23(5), 371-377.

Slutzky, C. B., & Simpkins, S. D. (2009). The link between children's sport participation and self-esteem: Exploring the mediating role of sport self-concept. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(3), 381-389.

Smits, J. A., Powers, M. B., Berry, A. C., & Otto, M. W. (2007). Translating empirically supported strategies into accessible interventions: the potential utility of exercise for the treatment of panic disorder. *Cognitive and Behavioral Practice*, 14(4), 364-374.

Sport for Life. (2017). Sport for life. Retrieved from <http://sportforlife.ca>

Sport, U. K. (1999). COMPASS: Sport participation in Europe. *London: UK Sport*.

Stavropoulos, V. (2018). Women Participation in Sports Events -Statathlon: Intelligence as a Service. Retrieved 7 January 2021, from <https://statathlon.com/the-evolution-of-women-participation-sports-events/>

Taylor, M. J., Wamser, R. A., Welch, D. Z., & Nanney, J. T. (2012). Multidimensional self-esteem as a mediator of the relationship between sports participation and victimization: A study of African American girls. *Violence and victims*, 27(3), 434-452.

Thorp, A. A., Owen, N., Neuhaus, M., & Dunstan, D. W. (2011). Sedentary behaviors and subsequent health outcomes in adults: a systematic review of longitudinal studies, 1996–2011. *American journal of preventive medicine*, 41(2), 207-215.

Townes, C. (2021). Women Impact The Bottom Line Of The Sports World In Major Ways. Retrieved 8 January 2021, from <https://www.forbes.com/sites/ceceliatownes/2019/10/28/women-impact-the-bottom-line-of-the-sports-world-in-major-ways/?sh=180991564109>

Trottier, C., & Robitaille, S. (2014). Fostering life skills development in high school and community sport: A comparative analysis of the coach's role. *The Sport Psychologist*, 28(1), 10-21.

Van Der Horst, K., Paw, M. J. C. A., Twisk, J. W., & Van Mechelen, W. (2007). A brief review on correlates of physical activity and sedentariness in youth. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, 39(8), 1241-1250.

Varela-Moreiras, G., Alguacil Merino, L. F., Alonso Aperte, E., Aranceta Bartrina, J., Ávila Torres, J. M., Aznar Laín, S., ... & Zamora Navarro, S. (2013). Obesidad y sedentarismo en el siglo XXI:¿ qué se puede y se debe hacer?. *Nutrición hospitalaria*, 28, 1-12.

Vos, T., Lim, S. S., Abbafati, C., Abbas, K. M., Abbasi, M., Abbasifard, M., ... & Bhutta, Z. A. (2020). Global burden of 369 diseases and injuries in 204 countries and territories, 1990–2019: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2019. *The Lancet*, 396(10258), 1204-1222.

Walker, A., Barnes, M., Cox, K., & Lessof, C. (2006). Social exclusion of older people: Future trends and policies. *New Horizons Research Programme, Department for Communities and Local Government, London.*

Whitehead, M. (Ed.). (2010). *Physical literacy: Throughout the lifecourse.* Routledge.

World Health Organization. (2013). Global action plan for the prevention and control of noncommunicable diseases 2013-2020.

Yeung, R. R. (1996). The acute effects of exercise on mood state. *Journal of psychosomatic research, 40(2)*, 123-141.

Zach, S., Zeev, A., Dunsky, A., Goldbourt, U., Shimony, T., Goldsmith, R., & Netz, Y. (2013). Perceived body size versus healthy body size and physical activity among adolescents—Results of a national survey. *European journal of sport science, 13(6)*, 723-731.

Anexo 1

Ítems de Hábitos Deportivos agregados al Cuestionario de Ingreso Universitario

Considerando el deporte en todas sus formas, es decir como juego, espectáculo, ejercicio físico y diversión independientemente de que lo practiques o no, dirías que el deporte te interesa:

(Mucho)

(Bastante)

(Poco)

(Nada)

¿Acostumbras leer información sobre deporte?

(Si)

(No)

¿Acostumbras escuchar en la radio programación sobre deporte?

(Si)

(No)

¿Acostumbras ver en televisión programación sobre deporte?

(Si)

(No)

¿Practicas actualmente alguna disciplina deportiva?

(No practico ninguna disciplina deportiva)

(Practico una)

(Practico varias)

¿Cuál es el principal motivo por el que practicas deporte?

(Por diversión y pasar el tiempo)

(Por hacer ejercicio físico)

(Porque me gusta el deporte)

(Por mantener la línea)

(Por evasión -escapar de lo habitual-)

- (Por salud)
- (Porque me gusta competir)
- (Otra razón)
- (No practico por ninguna de estas razones)

¿Qué instalaciones deportivas utilizas habitualmente?

- (Instalaciones de carácter delegacional)
- (Instalaciones de un club privado)
- (Instalaciones de un centro de enseñanza)
- (Instalaciones del centro de trabajo)
- En lugares abiertos (parque, calle, campo, etc.)
- (En la propia casa)
- (En un gimnasio privado)
- (Otros)
- (No practico en ninguno de estos lugares)

¿Qué disciplina deportiva has practicado o practicas?

- (Ninguna)
- (Artes marciales)
- (Atletismo)
- (Baloncesto)
- (Beisbol)
- (Futbol)
- (Voleibol)
- (Correr)
- (Otro)

Edad de inicio de práctica deportiva

- (No contesta)
- (Menos de 9 años)
- (de los 9 a los 10 años)
- (de los 10 a los 11 años)
- (de los 12 a los 13 años)
- (de los 14 a los 15 años)
- (con más de 15 años)

Suspendiste el deporte por más de 6 meses

(Si)

(No)

¿Por qué motivo -en caso de haberlo hecho- has dejado de practicar deporte?

(Lesión)

(Enfermedad)

(Hartazgo)

(Por decisión de mis padres para que me dedicara de lleno a la escuela)

(Por decisión mía para dedicarme de lleno a la escuela)

(Otra)

¿Algún miembro de la familia practica alguna disciplina deportiva?

Padre (Baloncesto)

Padre (Beisbol)

Padre (Futbol)

Padre (Voleibol)

Padre (Correr)

Padre (Otro)

Padre (No practica ninguna disciplina deportiva)

Madre (Baloncesto)

Madre (Beisbol)

Madre (Futbol)

Madre (Voleibol)

Madre (Correr)

Madre (Otro)

Madre (No practica ninguna disciplina deportiva)

Hermanos (Baloncesto)

Hermanos (Beisbol)

Hermanos (Futbol)

Hermanos (Voleibol)

Hermanos (Correr)

Hermanos (Otro)

Hermanos (No practica ninguna disciplina deportiva)

¿Algún miembro de la familia practicó alguna disciplina deportiva?

Padre (Atletismo)

Padre (Baloncesto)

Padre (Beisbol)

Padre (Futbol)

Padre (Voleibol)

Padre (Correr)

Padre (Otro)

Padre (No practicó ninguna disciplina deportiva)

Madre (Atletismo)

Madre (Baloncesto)

Madre (Beisbol)

Madre (Futbol)

Madre (Voleibol)

Madre (Correr)

Madre (Otro)

Madre (No practicó ninguna disciplina deportiva)

Hermanos (Atletismo)

Hermanos (Baloncesto)

Hermanos (Beisbol)

Hermanos (Futbol)

Hermanos (Voleibol)

Hermanos (Correr)

Hermanos (Otro)

Hermanos (No practicó ninguna disciplina deportiva)